

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav pedagogiky a sociálních studií

Bakalářská práce

Žaneta Strážová

Rizika používání mobilních telefonů u žáků základních škol

Olomouc 2018

vedoucí práce: Mgr. Pavla Vyhnálková, Ph.D .

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala samostatně a uvedla v ní veškerou literaturu i ostatní informační zdroje.

V Olomouci dne 9. prosince 2018

.....
Žaneta Střížová

Poděkování

Děkuji Mgr. Pavle Vyhnákové, Ph.D. za odborné vedení, cenné připomínky a rady při zpracování mé bakalářské práce. Zároveň bych chtěla poděkovat paní ředitelce IV. Základní školy a Domu dětí a mládeže Krasohled v Zábřehu a jejím žákům za vyplněné dotazníky, které sloužily k vypracování praktické části této práce.

Obsah

Úvod.....	6
I. Teoretická část bakalářské práce	7
1 Moderní technologie	8
1.1 Informační společnost a informační a komunikační technologie.....	8
1.2 Digitální informační technologie	9
1.3 Mobilní telefony	9
1.4 Smartphony.....	10
1.5 Operační systémy mobilních telefonů	11
1.5.1 Android.....	12
1.5.2 iOS.....	13
1.5.3 Windows Phone.....	13
2 Žák prvního stupně základní školy	15
2.1 Charakteristika žáka dle vývojové psychologie	15
2.2 Tělesná (biologická) zralost.....	17
2.3 Kognitivní (duševní, rozumová) zralost.....	17
2.4 Emoční, motivační a sociální zralost	18
2.5 Generace X, Y, Z a Alfa v souvislosti s mobilními telefony	19
3 Aspekty související s používáním mobilního telefonu.....	22
3.1 Vliv mobilních telefonů na lidské zdraví	22
3.2 Další rizika a závislosti vznikající s používáním mobilních telefonů.....	26
3.3 Výhody mobilního telefonu pro děti	33
4 Prevence	34
4.1 Příznaky a prevence rizikového chování	34
II. Praktická část bakalářské práce	36
5 Výzkumné šetření.....	37
5.1 Cíle výzkumného šetření.....	37
5.2 Otázky výzkumného šetření	37
5.3 Metoda sběru dat	38
5.4 Výběr cílové skupiny	39
5.5 Výsledky výzkumného šetření.....	40
5.6 Zhodnocení dat výzkumného šetření	55
Závěr	57
Seznam použité literatury a zdrojů	58

Seznam zkratek.....	63
Seznam grafů.....	64
Seznam příloh.....	65
Anotace	

Úvod

Dnešní dobu si již asi nedokážeme představit bez soudobých technologií a každodenně používaných zařízení. Počítač, tablet a mobilní telefon nevyjímaje. Zejména v poslední době se uvedená technická zařízení stále více integrují v jeden celek a mobilní telefon již dlouhou dobu neslouží pouze k uskutečnění telefonického hovoru a poslání krátké textové zprávy, označované jako SMS. Mobilní telefon se v současné době stal multifunkčním zařízením, které se se svými funkcemi a využitím nejvíce podobá přenosnému počítači.

Dá se říci, že se mobilní telefony staly nedílnou součástí našich životů, neboť jej vlastní naprostá většina lidí. Bohužel to nejsou pouze dospělí, ale do této skupiny vlastníků mobilních telefonů patří i děti. V dnešní době se také neustále snižuje hranice věku, kdy děti dostávají svůj první mobilní telefon. Vznik závislosti na mobilních telefonech se pak nejčastěji objevuje u dětí školního věku, které jsou nejohroženější skupinou. Je tomu tak proto, že děti nejsou natolik odolné, jako dospělí jedinci a mobilní telefon považují spíše jako hračku, poskytující nepřeberné množství zábavy.

Motivací k výběru daného tématu bakalářské práce bylo především mé studium oboru Vychovatelství na Univerzitě Palackého v Olomouci. Jelikož bych se v budoucnu chtěla věnovat práci vychovatelky na základní škole, bude tato práce zaměřena právě na žáky prvního stupně.

Hlavním cílem této bakalářské práce je zjistit, jaká zdravotní a psychosociální rizika ohrožují žáky na základní škole v souvislosti s mobilním telefonem. Určili jsme také dílčí cíle, které jsou postupně naplňovány v kapitolách teoretické a praktické části bakalářské práce. Mezi dílčí cíle patří odhalit, zda vybraní žáci prvního stupně základní školy vlastní mobilní telefon, zda ho nosí do školy a k jakým účelům ho nejčastěji využívají. Dále chceme objasnit, jak často svůj mobilní telefon používají a zda pro přístup na internet využívají mobilní data. Zajímá nás také to, jaké navštěvují sociální sítě či online služby. V neposlední řadě má tato práce uvést preventivní opatření tohoto rizikového chování.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část, kdy se teoretická část skládá ze čtyř kapitol a praktická obsahuje poslední kapitolu, která se zabývá výzkumným šetřením dětí na prvním stupni IV. Základní školy a Domu dětí a mládeže Krasohled v Zábřehu, které školu navštěvovaly v roce 2018 a 2019. Cílem výzkumného šetření je tedy ověřit teoretickou část v praxi.

Bakalářská práce je určena pro široké spektrum laické veřejnosti a poskytuje ucelený pohled na tuto problematiku.

I. Teoretická část bakalářské práce

První kapitola teoretické části je zaměřena na mobilní telefony a operační systémy, kterými jsou Android, iOS a Windows Phone. Dozvíme se také, jak se postupem času modernizují mobilní telefony a vysvětlíme si novodobý pojem „smartphone“.

V druhé kapitole je specifikována cílová skupina dětí, což jsou děti na prvním stupni základní školy. Jsou zde uvedeny rozdíly v tělesné, kognitivní a emoční zralosti. Je zde definován pojem žák, základní škola, školní družina a vychovatel. Dále jsou uživatelé používající mobilní telefony zařazeni do existujících generací.

Ve třetí kapitole budou uvedena rizika spojená s používáním mobilního telefonu, a to především závislost, hraní mobilních her, prohlížení internetových stránek či negativní vlivy na lidské zdraví, neboli kybernemoce. Mimo již zmíněné závislosti jsou v této kapitole bakalářské práce uvedena a vysvětlena další rizika, ke kterým patří Kyberšikana, Flame War, Happy Slapping, Sexting či Phubbing.

Ve čtvrté, zároveň i poslední kapitole teoretické části, si nastíníme různá opatření, prevenci závislostí či prevenci rizikového chování spojeného s používáním mobilního telefonu.

1 Moderní technologie

V první kapitole si vysvětlíme, co znamená informační společnost, uvedeme si, jak ji můžeme chápat v praxi, objasníme termín informační a komunikační technologie (dále jen IKT) a přiblížíme si pojem nová média. Dozvíme se obecně informace o **vývoji mobilních telefonů**, uvedeme si technické a vizuální změny dnešních chytrých mobilních telefonů a nastíníme si výhody pro děti, které vznikají s používáním mobilního telefonu. V neposlední řadě si také uvedeme tři nejznámější operační systémy mobilních telefonů.

1.1 Informační společnost a informační a komunikační technologie

Jako informační společnost bývá označována „*Společnost založená na integraci informačních a komunikačních technologií do všech oblastí společenského života v takové míře, že zásadně mění společenské vztahy a procesy. Nárůst informačních zdrojů a komunikačních toků vzrůstá do té míry, že ho nelze zvládat dosavadními informačními a komunikačními technologiemi*“ (Jonák, 2017).

IKT se vyslovuje „aj sí tý“, pochází z anglického „*Information and Communication Technologies*“ (Zkusit [online], ©2007-2010).

Vzniklo z další často uváděné zkratky IT, která je známá jako informační technologie (dále jen IT), vyslovujeme „aj tý“. V této souvislosti se dříve jednalo o komunikaci mezi počítači, avšak v dnešní době patří k vrcholu této komunikace především komunikace prostřednictvím internetu nebo mobilního telefonu. (Zkusit [online], ©2007-2010)

Jak jistě každý zpozoroval, mezi dětmi a mladistvými je tento způsob dorozumívání se velice oblíbený. Nejedná se však pouze o hardware, tedy stroje, ale také o operační systémy, aplikace - neboli software, programy a internetové prohlížeče. IKT tedy slouží ke komunikaci mezi počítači, počítačovými sítěmi, ale také telekomunikačními sítěmi a satelity. Dále se zde jedná o přenos informací díky internetu a mobilním sítím, po kterých dochází k přenosu mnoha dat. (Zkusit [online], ©2007-2010)

1.2 Digitální informační technologie

Digitální informační technologie mají v dnešní době velký vliv na životy lidí. Setkáváme se s nimi mnohem častěji, než tomu bylo dříve, a to především proto, že má mobilní telefon při ruce téměř každý. (Spitzer, 2016, s. 11)

Mezi digitální technologie řadíme mnoho zařízení, jako jsou například osobní počítače a jejich periferie, které k nim bývají připojovány (scannery, tiskárny, webkamery, atd.) a v neposlední řadě také **mobilní telefony**. Dále sem můžeme zařadit digitální fotoaparáty, kamery, USB, Bluetooth, WiFi, DVD, CD, MP3 přehrávače, tablety, počítačové sítě apod. Mezi nejpoužívanější digitální zařízení v současnosti u žáků základních škol patří mobilní telefony (Dosedla, 2007).

S pojmem digitální technologie také souvisí **nová média**. Nová média lze definovat jako „média digitální“, která slouží ke komunikaci (Macek, 2011, s. 14).

Dle autora Macka (2011, s. 13) se však nelze řídit tím, že význam slova „nová“ souvisí s nově vzniklým názvem, neboť se lidé s digitální technologií setkávali již v čtyřicátých letech 20. století. Nejedná o pojem, který by měl být spojován s novodobím názvem, nicméně se jedná o to, že se tato média stále mění, inovují a dochází k jejich častým vylepšením. Neustálý vývoj technologií *„odkazuje především ke skutečnosti, že jsou setrvalým zdrojem technologických i komunikačních inovací“* (Macek, 2011, s. 13). Macek jako příklad uvádí mobilní telefon a poukazuje na jeho vývoj v prvních deseti letech 21. století. Dříve mobilní telefon sloužil pouze k telefonování a zasilání textových zpráv, nyní se jedná o dotykové zařízení, které má kameru a nepřetržité připojení k internetu.

1.3 Mobilní telefony

V mnoha zemích jsou mobilní telefony brány jako jediný způsob telefonického spojení. Dá se říci, že jsou také jedinou možností, jak být v jakékoli chvíli neustále na příjmu, aniž by nás to omezovalo, jako například pevné linky.

Jako **mobilní telefon** je označováno **bezdrátové elektronické zařízení**, díky kterému můžeme uskutečňovat telefonní hovory. Hlavním rozdílem mezi mobilním telefonem a pevnou linkou je to, že je přenosný a nabízí mnoho dalších funkcí, například připojení na internet, fotoaparát, přehrávač hudby a videí nebo posílání textových a multimediálních zpráv. (Bezpecneonline [online], 2017)

Vynález bezdrátového mobilního telefonu s názvem Motorola DynaTac, řadíme do roku 1973. Jeho váha byla přibližně jeden kilogram a do prodeje se dostal až o deset let později. Kvůli velikosti a váze prvních mobilních telefonů se však nejednalo o přístroje, které by bylo možné zařadit do kategorie kapesních mobilních telefonů. Mobilní v tomto směru bylo možné chápat tak, že je bylo možné přenést a jejich provoz nebyl podmíněn připojením kabelu do elektrické sítě. V roce 1997 byl mobilní telefon Kyocera vybaven fotoaparát, což umožnilo odeslat první obrázek na světě.

První mobilní telefony byly osazeny černobílým displejem, který byl omezen zobrazením určitých znaků, postupem času se displej mobilních telefonů změnil na barevný s daleko širší škálou možností. Následně byly mobilní telefony vybaveny komponenty umožňující přenos dat prostřednictvím technologií Infraport, Bluetooth či Wi-Fi. Jako již zmíněná technologie Bluetooth, která byla jako první zavedena do mobilního telefonu Ericsson T36 a vznikla v roce 2000. Později pak byla téměř všechna zařízení vybavena MP3 přehrávačem, k poslechu hudby, a GPS přijímačem (dále GPS). (Hornýš, 2017)

GPS, česky Globální polohový systém, slouží k lokalizaci mobilního telefonu, tedy k určování jeho přesné polohy a času. (GPSnavigace [online], 2018)

1.4 Smartphony

Dnešní podoba mobilního telefonu je zcela odlišná, jako byl jeho předchůdce. Spitzer (2016, s. 47) přirovnává smartphone ke švýcarskému kapesnímu noži, který měl mnoho užitečných funkcí a lidé jej nosili neustále při sobě. V současné době lidé používají smartphony, což jsou jinými slovy **chytré mobilní telefony**, každý den a téměř při všech činnostech. V dnešní době jsou smartphony prioritním přáním žáků, kteří navštěvují základní školu.

Smartphony se staly nejrozšířenějšími v roce 2007, kdy Steve Jobs představil mobilní telefon značky Apple. Jednalo se o iPhone s dotykovým displejem, který udal směr novému vývoji chytrých mobilních telefonů. (Růžička, c2010-2017) „*Většina chytrých telefonů se ovládá dotykem a nabízí čím dál větší množství funkcí, které byly dříve doménou samostatných zařízení: osobní organizér, fotoaparát, kamera, MP3 přehrávač, radiový přijímač, navigace, paměťové médium atp*“. (Neumajer a kol., 2015, s. 36)

Spitzer (2016) popisuje smartphone obdobným způsobem, a to: „*Už nás nebudí budík, ale smartphone, kterým rozesíláme i písemné zprávy a děláme mnoho dalších věcí: domlouváme si schůzky, pomocí vyhledávače hledáme odpovědi na otázky, sledujeme zprávy, díváme se na televizi, orientujeme se v cizím městě, dostáváme reklamy, rozesíláme fotografie svých zážitků a přátel, posloucháme hudbu, děláme si poznámky nebo organizujeme schůzky*“ (Spitzer, 2016, s. 18)

Spitzer (2016, s. 18) dále uvádí, že nám v budoucnu bude chytrý mobilní telefon objednávat potraviny podle našich plánovaných událostí v mobilním kalendáři, postará se o to, abychom měli připravenou kávu tím, že bude schopen zapnout kávovar nebo dokonce ovládat a vypínat topení.

Dá se říci, že nám mohou dokonce připomínat osobní počítače. Největší změnou u těchto mobilních telefonů, je absence klávesnice, což znamená, že se mobilní telefon ovládá pouze prostřednictvím dotykového displeje. Dalším rozdílem je také jejich vzhled, neboť jsou všechny tenké, lehké a působí velice elegantně. O barevném displeji nemusí být ani řeč, neboť jej má v dnešní době každý smartphone. Dalším moderním prvkem je také čtečka otisků prstů, která slouží k lepšímu zabezpečení a odemykání mobilního telefonu. Integrované fotoaparáty v soudobých mobilních telefonech mají v mnoha případech srovnatelné rozlišení s digitálními fotoaparáty, což znamená, že natáčejí videa ve vysokých rozlišeních, které se označují HD, Full HD nebo 4K. Například novější smartphony iPhone, od řady 6S a výše, pořizují tzv. Live Photos, kdy se fotografie jeví jako krátké video. Dokáže totiž zaznamenat několik vteřin ihned po stisknutí tlačítka fotoaparátu. Nevýhodou u těchto telefonů bývá výdrž baterie. To je způsobeno spotřebou energie, která se zvyšuje kvůli výkonnějšímu procesoru a většímu displeji. (Alza [online], ©1994-2017)

1.5 Operační systémy mobilních telefonů

Jak jistě každý ví, smartphony dále umožňují stahovat mnoho aplikací, her a doplňků z internetových obchodů, které vytvořily společnosti daných operačních systémů. My se s těmito operačními systémy seznámíme v této podkapitole.

Operační systémy tvoří nedílnou součást mobilních telefonů a je jich v dnešní době několik. Mezi nejvýznamnější, nejpoužívanější a běžně dostupné širokému spektru uživatelů můžeme zařadit tři. Jedná se o operační systémy, které se svou funkcí, grafickou úpravou a ostatními parametry výrazně neliší. Tato podkapitola se tedy bude

zabývat operačními systémy tří výrobců, které využívá většina populace. Každý z nich vyrábí jiná společnost, některé jsou žádané více, některé méně, avšak úspěch mají všechny z nich. Jedná se o operační systém **iOS**, který vytvořila společnost Apple, operační systém **Android** od společnosti Google a nejnovější, ne tolik populární, operační systém od společnosti Microsoft – **Windows Phone**. Od roku 2015 patří mezi nejprodávanější a nejžádanější operační systémy mobilních telefonů jednoznačně Android a jako druhý nejprodávanější byl iOS. (Keizer, 2016)

Soudobé aplikace již zmíněných operačních systémů jsou určeny pouze pro dané systémy a není možné je mezi sebou vzájemně propojovat či stahovat aplikace jednoho operačního systému do druhého. (Neumajer a kol., 2015, s. 36)

Z hlediska rizikovosti lze za **bezpečnější mobilní operační systémy považovat ty, které jsou uzavřené a mají méně dostupných aplikací a her ke stažení**. Když je operační systém uzavřený, veškeré aplikace nejprve prochází přísnou kontrolou a jsou ke stažení až po jejich schválení. Tím pádem je zaručena vyšší bezpečnost a dětem ani ostatním nehrozí takové riziko jako u otevřených operačních systémů. (Mobilni-telefony.pruvodcenakupem [online], c2015-2016)

1.5.1 Android

První veřejná verze operačního systému Android vznikla v roce 2009 na konci měsíce dubna a jmenovala se Android 1.5 Cupcake neboli „Dortík“. (Kulich, online, 2015).

Veškeré aplikace jsou ke stažení v Google Play, který je vytvořen společností Google přímo pro Android. Běžně je využíván v zařízeních, jako jsou mobilní telefony, tablety, chytré televize apod. Android bývá v dnešní době označován jako operační systém budoucnosti, což je zasloužené. Jako logo a symbol tohoto operačního systému je zelený robot a názvy verzí operačního systému bývají pojmenovány podle známých amerických sladkostí, což je velice úsměvné. Jeden z názvů je již zmíněný Cupcake, tedy „Dortík“, další jsou například Donut, což znamená „Koblížek“ nebo Gingerbread, v překladu „Perníček“. (Android Aplikace [online], 2012)

Android lze zařadit mezi **nejrizikovější operační systém**, což je dáno především tím, že se jedná o otevřený operační systém a hrozí tak riziko napadení škodlivým softwarem, tedy různými viry. Je nezbytné při brouzdání na internetu používat antivirový program. Dalším rizikem je to, že je považován za **nejrozšířenější operační systém současnosti** a má vysoký počet her a aplikací, které jsou ke stažení v internetovém

obchodě Google Play. Nabízí jich zhruba 2,2 milionu. Některé aplikace ke stažení jsou placené, avšak mnoho jich je ke stažení zdarma. Je velice příjemné, když uživatelé při stahování libovolné aplikace nepotřebují žádná povolení. Nicméně u dětí to můžeme brát spíše jako nevýhodu, neboť si mohou stáhnout jakoukoliv hru či aplikaci a rodiče o tom nemusí mít přehled. Mohou si stáhnout aplikaci či hru, která je zpoplatněna, a tím mohou dostat sebe, respektive své rodiče, do finančních problémů. Dále, jak již bylo zmíněno výše, si mohou do svého mobilního telefonu stáhnout vir. (Alza [online], ©1994-2017)

1.5.2 iOS

Operační systém iOS byl dříve využíván jen v mobilních telefonech iPhone, avšak v současné době je rozšířen i do ostatních mobilních zařízení od společnosti Apple Inc. Jedná se o iPad, iPod Touch, iWatch, neboli chytré hodinky, a jako nejnovější zařízení i chytrá televize Apple TV. Začátkem roku 2007 vznikla první verze tohoto operačního systému, což byla verze 1.0. (Růžička, c2010-2017)

Aplikace jsou k dispozici ke stažení přes internetový obchod App Store. Ke stahování hudby, videí či filmů slouží aplikace iTunes Store, kdy se za každé stažení platí. Součástí iOS je hlasový asistent Siri, jenž je vybaven přirozenou mluvenou řečí v mnoha jazycích, kromě českého jazyka, který zatím nebyl výrobcem vytvořen. Siri slouží jako navigátor a pomoc při jakémkoliv vyhledávání. Jako další nabízené služby jsou například iMessage, což je bezplatné posílání zpráv mezi iOS, FaceTime služba pro bezplatné videohovory či iCloud, který slouží k ukládání obsahu telefonu. (Alza [online], ©1994-2017)

iOS je narozdíl od Androidu **uzavřeným operačním systémem**, což jej dělá pro děti, ale i dospělé, **mnohem bezpečnějším** a riziko napadení virem je tak minimální. Vzhledem k počtu nabízených aplikací a her je iOS ihned za Androidem, na App Store jich je k dispozici zhruba 2 miliony. (Alza [online], ©1994-2017)

1.5.3 Windows Phone

Windows Phone se využívá ve světě od roku 2010 a je nástupcem předchozího operačního systému Windows Mobile. (Karásek, 2014)

Operační systém Windows Phone se od předchozích dvou liší především vzhledem úvodní obrazovky. Ta je složena z dlaždic, kdy každá dlaždice značí odkaz na jednotlivé aplikace, hry či další funkce. Velikost a pořadí těchto dlaždic je možné jakkoliv obměňovat. Ovládání mobilních telefonů s tímto operačním systémem je jednoduché, a to

právě díky dostatečně velkým dlaždicím v domovské obrazovce. Mohou jej tedy bez problému používat děti, ale i starší lidé. Aplikace a hry nalezneme ke stažení na Windows Store, dříve Windows Phone Marketplace. (Alza [online], ©1994-2017)

Windows Phone je **nejméně rizikovým operačním systémem**, neboť patří stejně jako iOS mezi **uzavřené operační systémy**, což znamená menší riziko nákazy virů a ve svém internetovém obchodě nabízí prozatím **nejméně aplikací**. Nabízí jich pouze něco málo přes 600 tisíc. Nevýhodou však je pravděpodobnost, že je často problém nalézt aplikace či hry, které jsou k dispozici v Google Play nebo App Store. (Alza [online], ©1994-2017)

2 Žák prvního stupně základní školy

Považovali jsme za klíčové popsat tuto cílovou skupinu a věnovat jí samostatnou kapitulu. Tato kapitola se zabývá charakteristickými znaky a změnami ve vývoji pro žáky prvního stupně, tedy žáky od první do páté třídy na základní škole. Rozdělíme si tyto uživatele mobilních telefonů do jednotlivých generací a zařadíme je do příslušných z nich. Přiblížíme si také základní pojmy, jako je žák, základní škola, školní družina a vychovatel.

2.1 Charakteristika žáka dle vývojové psychologie

Dle vývojové psychologie bývá toto období autory specifikováno různě. Autorka Vágnerová (2012, s. 255) dělí ve své knize školní věk, což je *„období, kdy dítě chodí do základní školy“*, na tři dílčí fáze. Jedná se o raný školní věk, střední školní věk a starší školní věk.

Starší školní věk je období, kdy je dítě na druhém stupni základní školy a trvá přibližně do 15 let, tedy až po ukončení povinné školní docházky (Vágnerová, 2012). Toho období do cílové skupiny této bakalářské práce nespadá, proto není předmětem zájmu a nebude o něm dále pojednáno.

Cílová skupina této bakalářské práce spadá do období **raného a středního školního věku**. Uvádí, že raný školní věk začíná u dětí **nástupem na základní školu**, což je asi **od 6 do 9 let**. V tomto období nastává pro dítě změna sociálního postavení, které je spojeno s vývojem osobnosti dítěte a vývojem dalších schopností a dovedností. V raném školním věku se dítě **učí zvládat novou sociální roli** a také **základy vzdělanosti**, které zahrnují čtení, psaní a počítání (Vágnerová, 2012, s. 255).

Dle Vágnerové (2012, s. 255) střední školní věk *„trvá od 9 let do 11 - 12 let, tj. do doby, kdy dítě přechází na 2. stupeň základní školy nebo na nižší stupeň střední školy a začíná dospívat“*.

Thorová (2015, s. 402) rozděluje toto období na rané střední dětství, které trvá od 6 – 9 let a pozdní střední dětství neboli prepubescence, do kterého patří žáci od 10 – 11/12 let. Stejně tak jako Vágnerová (2012) určuje dolní věkovou hranici, která začíná ve chvíli, kdy dítě dosáhne školní zralosti. Jako horní hranici popisuje Thorová (2015) období, kdy u dítěte nastoupí puberta.

Thorová (2015) a Vágnerová (2012) toho období popisují obdobně. Z jejich knih vyplývá, že u dětí v tomto věku nedochází k příliš výrazným změnám. Změny jsou spíše

nenápadné, avšak i ty drobné lze chápat jako přípravu na období dospívání. Pro děti ve věku od 6 – 12 let je však velice důležitá vývojová fáze. Budují si ve škole své pozice, díky kterým si do budoucna formují sociální postavení. Pozici si vytváří také mezi svými vrstevníky, kdy má tato pozice vliv na další osobnostní vývoj dítěte. V tomto období děti prožívají pohodu a klid, avšak mohou je ovlivňovat sociální tlaky, které vychází ze školního prostředí, rodiny nebo jejich vrstevníků. Nastává rozvoj všech oblastí a příprava na budoucí změny, které jsou doposud pouze na psychické úrovni.

Žáci v období středního dětství musí zvládnout mnoho úkolů spojených s vývojem: „*Formuje se sebepojetí, genderová identita (uvědomování si vlastního pohlaví) a postoje ke vzdělávání*“ (Thorová, 2015, s. 402)

Autorka Lisá (1986, s. 189 - 212) toto období rozděluje na mladší školní věk neboli školní období od 6 - 9 let a starší školní věk, tedy období prepuberty, což jsou děti ve věku od 9 - 12 let. Děti jsou v tomto věku schopny se přizpůsobit školnímu rozvrhu, získávat nové zkušenosti a osvojovat si správné návyky.

Počátek tohoto období je spojen s nástupem do školy. Pro dítě nastává několik změn v psychickém vývoji, mění se některé jejich potřeby a vnímají rozdíl mezi hraním a povinnostmi, které jsou spojeny se školou, domácími úkoly či prací ve škole. Dítě se setkává s jeho novou autoritou, kterou představuje učitel (Lisá, 1986)

Průcha a spol. (2009) ve svém pedagogickém slovníku označuje **žáka** za dítě, které navštěvuje základní školu.

Je důležité také definovat klíčové pojmy, které souvisí se žákem a školním prostředím, ve kterém se žáci nachází. Jedná se především o základní školu a školní družinu.

Základní škola je specifikována jako „škola, v níž děti zahajují povinnou školní docházku, zpravidla ve věku 6 let“. Autoři ve slovníku dále uvádí, co vše základní škola žákům přináší. Kromě rozvoje morálních hodnot jim také „poskytuje základní všeobecné vzdělání, podporuje motivaci k celoživotnímu učení, socializaci a osobnostní rozvoj žáků.“ (Průcha a spol., 2009, s. 378)

Školní družina je definována jako „školské zařízení pro výchovu mimo vyučování především pro žáky 1. stupně základní školy a speciální školy“. (Průcha a spol., 2009, s. 299)

Hájek a kol. (2008) ve své knize zmiňuje, že školní družina bývá zřizována nejčastěji v základní škole, nicméně to není pravidlem a může působit i samostatně. Mohou ji tak

navštěvovat i žáci z několika různých škol, avšak ji může navštěvovat maximálně 30 žáků.

S předchozími dvěma pojmy souvisí také vychovatel. **Vychovatel** je „*pedagogický pracovník působící ve školách a školských zařízeních ústavní a ochranné výchovy a v oblasti výchovy mimo vyučování*“. (Průcha a spol., 2009, s. 346)

2.2 Tělesná (biologická) zralost

Tělesnou zralost musí u dítěte dle zdravotních prohlídek posoudit pediatr. Dále je však potřeba vyjádření od rodičů dítěte, ale i od učitelů mateřské školy, kteří byli s dítětem ve styku (Vágnerová, 2012, s. 85). Říčan a Krejčířová (1997, s. 450) ve své knize uvádí, že dívky bývají přibližně o čtvrt roku vyspělejší, a to jak ve vývoji, tak biologicky i psychologicky, než chlapci. Chlapci také mnohdy působí zranitelněji.

Autorka Lisá (1986, s. 189 - 190) zmiňuje, že u dětí kolem 8. roku dochází ke zvyšování množství tuků v těle, a to zejména u děvčat než u chlapců. U chlapců se spíše formují a posilují svaly a zesiluje se kostra. Průměrně děti v tomto období přibírají přibližně 1,5 až 2 kg za rok, při formování těla se objevují také první známky pohlavních rozdílů.

2.3 Kognitivní (duševní, rozumová) zralost

Výše jsme popisovali tělesnou neboli biologickou zralost, na kterou navazuje zralost kognitivní, tedy duševní či rozumová. Kognitivní zralost dítěte bývá **ovlivněna** především **vrozenými dispozicemi, celkovým vývojem dítěte, ale i výchovou a prostředím**, ve kterém vyrůstá. Výrazný vliv má na kognitivní zralost také předchozí navštěvování mateřské školy, kde by se měly děti učit hygienickým a sociálním návykům, získat informace v mnoha oblastech a naučit se nové pojmy a druhy činností.

Kritéria dle Šimčíkové – Čížkové (2008) pro posuzování rozumové zralosti:

- „*trvalejší a záměrná paměť, její logické prvky,*
- ***odlišení reality od světa fantazie, sklon k realismu,***
- *překonávání egocentrismu,*
- ***vůli ovládaná pozornost (krátkodobá),***
- *tvořivý, aktivní přístup ke světu,*
- ***přiměřený vývoj řeči,***

- **rozlišení hry a povinnosti (vytrvalost při úkolu)**“. (Šimčíková-Čížková, 2008, s. 88)

Kolem šestého roku života u dětí nastávají velké změny v oblasti **poznávání**. „*Charakteristický je přechod od globálního, celostního vnímání k analytickému, pročleněnému.*“ (Šimčíková - Čížková, 2008, s. 88)

Šimčíková - Čížková (2008, s. 89) dále uvádí, že by měl školák dokázat rozlišit detaily, ale také rozdělit celek na části a naopak, kdy z částí dokáže složit původní celek. Tato dovednost se nazývá analyticko-syntetická činnost. Dítě v tomto věku začíná realisticky chápat různé situace a **logicky uvažuje**. Rozvíjí se také řeč, kdy dítě mluví ve větách, skládá jednoduchá souvětí, dokážeme se s ním na mnoha záležitostech domluvit a je schopné nám samo sdělit veškeré důležité informace. I přesto, že se řeč rozvíjí ještě během 7. a 8. roku, patlavost téměř odeznívá a **výslovnost** se stává mnohem **vyspělejší**. U dětí v prvních třídách se však zřídka objevují drobné vady ve výslovnosti. Školsky **zralé** dítě je **aktivní** a **zvědavé**, má zájem o práci a plnění úkolů, rádo se dozvídá nové informace a je schopno **zvládat** náročnější činnosti. Na rozdíl od školsky **nezralého** dítěte, které je příliš **hravé**, chybí mu zvědavost, má problémy s **pozorností**, není příliš vytrvalé a není schopno dokončit již započatou činnost.

2.4 Emoční, motivační a sociální zralost

Dále na předchozí dvě navazuje emoční, motivační a sociální zralost. Dá se říci, že se jedná o jistou míru vybavenosti dítěte pro běžný společenský a sociální život, kdy se u dítěte **rozvíjí emoční inteligence**. (Šimčíková - Čížková, 2008, s. 90)

“*Emoční a sociální zralostí rozumíme přiměřenou kontrolu citů a impulzů, schopnost pobývat bez úzkosti mimo svou rodinu v kolektivu vrstevníků, umět s nimi komunikovat, přijmout novou roli žáka a spolužáka, podřídit se autoritě učitele*“. (Šimčíková - Čížková, 2008, s. 90)

Když je dítě po této stránce zralé, dokáže se přizpůsobit nastavenému režimu, nevyžaduje pozornost, dokáže odkládat splnění jeho přání na později či omezit své osobní potřeby, když je to potřeba kvůli dalším společným cílům a úkolům. Může nastat také pocit ohrožení sebecitu, což je způsobeno nedostatečnou adaptací dítěte na to, že jej jeho učitel neustále hodnotí a srovnává jeho výkony. Jakmile zjistíme, že je dítě ještě nezralé, je nutné zařadit včas cílenou prevenci možných potíží. Tato prevence může být zaměřena

například na rozvoj jemné motoriky, logopedickou nápravu řeči nebo procvičování pozornosti. (Šimčíková - Čížková, 2008, s. 90 - 91)

Patří sem:

- „*adaptace na režim školy,*
- *kontrola okamžitých nápadů a impulzů,*
- *odpovídající pracovní tempo, kladný přístup k učení, ochota spolupracovat,*
- *převzetí nové role žáka a spolužáka, začlenění do skupiny vrstevníků,*
- *relativní emocionální stabilita a odolnost vůči frustracím,*
- *kladný postoj k sobě, přiměřená sebedůvěra“.* (Šimčíková - Čížková, 2008, s. 90)

Celková zralost dítěte pro nástup do školy tedy „závisí na biologickém zrání a zdraví organismu, osobním vývojevém tempu, na dosavadním vývoji dítěte a okolnostech jej provázejících, na působení rodiny i předškolních zařízení“. (Šimčíková - Čížková, 2008, s. 91)

Naopak **školsky nezralé dítě** může mít problémy se ztrátou duševní rovnováhy nebo může být narušen jeho psychický či tělesný vývoj. (Šimčíková - Čížková, 2008, s. 91)

2.5 Generace X, Y, Z a Alfa v souvislosti s mobilními telefony

Uživatele mobilních telefonů lze rozdělit dle několika specifíků do různých kategorií. Jedná se například o rozdělení dle věku, kdy každá věková skupina má jiný vztah k mobilnímu telefonu. Dále můžeme uživatele dělit podle generací. Jedná se o generace X, Y, Z a Alfa. Více se o nich dozvíme v podkapitolách níže.

Jelikož je tato práce zaměřena na děti prvního stupně, budeme se podrobněji věnovat posledním dvěma zmíněným generacím. Za cílovou skupinu této bakalářské práce tedy můžeme považovat Generaci Z a Alfa. Je však vhodné přiblížit si všechny uvedené generace.

Generace X

Generace X byla narozena v letech od 1965 do 1980 a jako formativní roky se uvádí přibližně 20 až 25 let. (Chum, 2013)

Šetří si peníze na dobu, až je budou jednou potřebovat, což znamená, že jsou proti novodobým trendům půjček, hypoték apod. Neradi se pouští do konfliktů a dodržují společenská pravidla. (Gradua-CEGOS [online], © 2015)

Generace Y

Jako další si představíme Generaci Y, do které patří děti generace X a jsou narozeni v letech od 1980 do 1995. (Chum, 2013)

Jedná se o generaci, která má mnoho otázek a téměř o všem pochybnosti. Nejčastěji hledají odpovědi na otázky, proč jsou vlastně tady, kde mají svůj mobilní telefon, kam směřují nebo jaký má jejich život ve skutečnosti smysl. Většinou **nemají stále názory**, dokáží je změnit či se alespoň přizpůsobit, neboť je pro ně důležité se shodnout a rozumět si. To je však důvodem, proč na ostatní generace působí nejistě a váhavě. **Rádi tráví čas na dovolené nebo cestováním.** Užívají si život, jsou nespořiví, s hypotékou či půjčkami nemají problém, neboť se spoustou věcí nezabývají. (Gradua-CEGOS [online], © 2015)

Z této charakteristiky nám vyplývá, že ani Generace Y není cílovou skupinou této práce a přiblížíme si následující dvě.

Generace Z

Jako předposlední si přiblížíme Generaci Z, do které patří ti, kteří se narodili v období od roku 1995 do roku 2010. V tomto případě se jedná o děti generací X a Y. (Chum, 2013)

Generace Z se od předešlých generací markantně liší především tím, že plánují na společnost nebrat vůbec žádné ohledy. Lidé této generace bývají „*definováni internetem a multikulturalismem, válkami a finanční krizí, rozpadem rodiny a v podstatě kompletní ztrátou jistot*“. (Chum, 2013)

Téměř vše si chtějí vyzkoušet sami, získat tak mnoho zkušeností a vybudovat si svůj vlastní svět. Lidé, kteří spadají do této generace, tráví většinu svého času **hraním her na mobilním telefonu**, ale také her počítačových. Dále vyplňují svůj volný čas chatováním se svými kamarády, sdílením videí a fotografií na internetu, zakládáním profilů na několika

sociálních sítích. Škola pro tuto generaci nemá naprosto smysl, neboť již všechno zná z internetu. (Gradua-CEGOS [online], © 2015)

Existuje předpoklad, že v dnešní době mnoho dětí **využívá mobilní internet**, tudíž výše **zmíněné činnosti mohou vykonávat pomocí jejich mobilních telefonů**. Generace Z se snaží přistupovat jinak k financím a ke vzdělávání a je dost pravděpodobné, že za 30 let nás čeká období, kterému budou vládnout doposud nejmladší vědci, politici a mnoho jiných veřejných osobností. (Chum, 2013)

Generace Alfa

Na závěr této kapitoly si představíme poslední generaci, a to Generaci Alfa. Jedná se o generaci narozenou mezi roky 2010 a 2025. Všichni tito lidé jsou a budou dětmi výše uvedených generací. (Chum, 2013)

Díky generaci Alfa narozené ve 21. století nastanou pro lidstvo velké změny. Změna by měla nastat především s příchodem nové vlny globalismu a mělo by se navázat na rozpad nacionalismu, o který se již snaží generace Z. Generaci Alfa budou dále ovlivňovat informačně-komunikační technologie a všechny děti této generace budou žít na „*pokrají ekologicko-humanitární krize, ale především budou ve věku informací a krizi žít i jejich rodiče, učitelé, starší spolužáci a životní vzory*“. (Chum, 2013)

Tato generace nám přinese ještě mnoho očekávaných, ale i neočekávaných změn, které nastanou kvůli moderním technologiím a internetu a snad nám také osvětlí ty nejhorší obavy či velké naděje. (Chum, 2013)

Vzhledem k tomu, že se v dnešní době lidé dožívají mnohem vyššího věku než dříve, nastává situace, kdy vedle sebe najednou žije mnoho generací. Jak již bývá zvykem, každá generace má jiné zvyklosti, názory nebo jiný styl života, což může vést k rozporu mezi generacemi. Vliv na tento vývoj má také dnešní moderní doba, čímž je myšlen internet či moderní a informační technologie. Dříve prarodiče spolu s vnoučaty trávili mnohem více času, a tím mohli alespoň v něčem, vzájemně, ovlivnit své myšlení či názory. (Gradua-CEGOS [online], © 2015)

3 Aspekty související s používáním mobilního telefonu

Tato kapitola pojednává o jevech u dětí, které jsou spojeny s používáním mobilního telefonu. V první podkapitole se budeme věnovat dopadům mobilních telefonů na lidské zdraví, které lze svým způsobem ovlivnit, například lepším využitím volného času. V následující podkapitole si uvedeme různé závislosti a další rizika, která jsou spojena taktéž s používáním mobilního telefonu.

3.1 Vliv mobilních telefonů na lidské zdraví

„V podstatě je vyloučeno, aby zařízení s tolika možnostmi použití nemělo vůbec žádná rizika a vedlejší účinky“. (Spitzer, 2016, s. 50)

Když nebudeme brát v potaz elektromagnetické záření, o kterém se neví jistě, zda opravdu poškozuje lidské zdraví či nikoli, uvedeme si v této podkapitole také další tělesná rizika, která dětem hrozí při používání mobilního telefonu. Dozvíme se obecné informace o skolióze, bolestech hlavy či obezitě, neboť je ve většině případů na vině právě mobilní telefon a sedavý styl života. K těmto zdravotním problémům zařadíme i syndrom SMSkového krku, tabletového ramene, mobilního loktu, ale také problémy s komunikací, ačkoliv to nemůžeme považovat zcela za zdravotní problém.

Především rodiče by měly dbát na to, aby jejich děti nepoužívaly mobilní telefony v období, kdy se jejich buňky teprve vyvíjí. Mobilní telefony, stejně jako vysílače a bezdrátová zařízení – notebooky a Wi-Fi, vysílají **elektromagnetické záření** v mikrovlnné frekvenci. Mnoho mobilních telefonů a Wi-Fi můžeme srovnávat s mikrovlnnou troubou, a to z důvodu, že působí na stejné frekvenci. Elektromagnetické záření z mobilních telefonů vyzařuje i ve chvíli, kdy je pouze zapnutý a nepoužívá se. Obdobně tomu tak je i s Wi-Fi nebo mobilním vysílačem. Existuje rozdělení elektromagnetického spektra na „ionizující“, což je škodlivé záření a „neionizující“, které je považováno za neškodlivé. (Gilík, 2011)

Jakmile máme mobilní telefon přiložený k hlavě, je náš mozek poškozován tím, že nás v tu chvíli zahřívá. Nezahřívá nás však jako sprcha, ale jako když mikrovlnná trouba ohřívá jídlo, a to zevnitř směrem ven. Naopak v teplé sprše se zahříváme z venku dovnitř. Bohužel neexistuje žádný způsob, jak mozek před tímto teplem varovat, neboť nemá vyvinuty senzorické nervy. (Gilík, 2011)

Již několikrát se řešila otázka, zda opravdu mobilní telefon, tedy jeho elektromagnetické záření, může poškodit mozek a zda pomáhá ke vzniku mozkových

nádorů či nikoli. Nikdy však nebyla tato tvrzení potvrzena ani vyvrácena, neboť dlouhodobé následky používání mobilního telefonu neznáme. (Owlcloud [online], 2016)

Pokud dítě dlouhodobě používá mobilní telefon, dochází ke stejným závěrům jako při několikahodinovém sledování televize či hraní her na počítači. Jedná se například o to, že přibírají na váze, narůstá jim tělesný tuk, snižuje se jejich fyzická kondice nebo roste možnost onemocnění cukrovky. (Spitzer, 2016, s. 266)

Vlivem nesprávného sezení při používání mobilního telefonu se může u dětí objevit například **skolióza**. Tím, že děti sedí doma na sedačce, u psacího či jídelního stolu, v parku na zemi nebo na lavičce atd. bez opory zad, mohou vznikat různé záněty, blokace či degenerace. Často se jedná o děti ve věku deset až patnáct let, ve větší míře toto onemocnění postihuje dívky. Jelikož jsou děti ve vývinu a nemají plně vyvinutou páteř, hrozí jim v tomto směru největší nebezpečí. Skoliózu lze popsat jako vychýlení páteře do strany, což tedy znamená vybočení ve frontální rovině. Jakmile se u dítěte objeví skolióza, je nutné omezit zátěž a dítě by mělo začít navštěvovat rehabilitace a věnovat se sportu, například plavání. (Novotný, 2016)

Dále bychom chtěli zmínit poměrně nový pojem, který můžeme spojovat s problémy s krční páteří, a to **syndrom esemeskového krku**. (Szotkowska, 2016)

Tento syndrom vzniká nesprávným „*dlouhodobě zakřiveným držením těla při nadměrném používání mobilního zařízení*“. (Szotkowska, 2016)

Jakmile děti takto přetěžují krk a projevují se u nich časté příznaky, jako jsou například bolest hlavy, bolesti ramen a krční páteře, migrény, napětí ve svalech, ztuhlý krk, závratě či mravenčení v prstech na ruku, je nutné, aby používání mobilního telefonu omezily a snažily se o správné držení těla. „*V případě rozvinutých potíží je dobré pravidelné cvičení nejlépe pod vedením fyzioterapeuta, případně doplněné o masáže a relaxační cvičení*“. (Szotkowska, 2016)

Tabletové rameno je dalším z moderních pojmů, se kterým se můžeme setkat ve spojení s moderní technologií, tedy při používání mobilních telefonů či tabletů. Děti v mnoha případech při jejich používání nesedí v přirozené poloze, neboť mají skloněnou hlavu, aby viděly na zařízení, které mají na klíně. Za příčiny lze považovat napětí v ramenních, ale i krčních vazech a svalech, kdy kvůli jejich zatížení dochází k trvalému poškození ramenního kloubu. (Konupková, 2017)

Projevy tabletového ramena jsou různé, a to: „*bolest ramenního kloubu, bolest krku, jednostranná bolest zad kolem lopatky, bolest horní části paže, bolest hlavy a napětí či ztuhlost v rameni a krku*“. (Konupková, 2017)

Mobilní loket lze také zařadit ke zdravotním problémům způsobeným používáním mobilního telefonu, v tomto případě především dlouhými a častými hovory. „*Rizikovými faktory jsou držení telefonu stále tou stejnou rukou, volání více jak hodinu denně a vrozená predispozice*“. (Konupková, 2017)

Mobilní loket se projevuje brněním či znecitlivěním rukou, zvláště pak prstů, a to zejména malíčku a prsteníčku. Jako další z příznaků se projevují problémy s motorikou ruky, například při držení propisky u psaní, ale také bolest při doteku loketní jamky. (Konupková, 2017)

Dalšími zdravotními problémy, které způsobuje nadměrné používání mobilního telefonu, mohou být poruchy spánku, stres a deprese. (Thomé In: Spitzer, 2016, s. 265)

Spitzer (2016, s, 224 – 230) spánkový deficit pojmenovává jako **digitální nespavost**. Nedostatek spánku však může mít špatný vliv na imunitu a mohou tak vznikat různá nádorová onemocnění či infekce. To vše je způsobeno tím, že děti před spánkem tráví mnoho času na mobilních telefonech a poté jsou unaveny během dne.

Také „večerní působení obrazovky prokazatelně vede k pozdějšímu usnutí a ke zpomalení vnitřních hodin, takže se zvyšuje ranní únava“. (Spitzer, 2016, s. 236)

Americká studie se věnovala tomu, jaký vliv má displej mobilního telefonu na dítě. Ve srovnání s televizním monitorem je sice menší a neosvětluje v takovém množství, nicméně jej má každý žák při používání o dost blíže k obličeji. Mobilní telefony a smartphony děti využívají častěji a je zřejmé, že jejich přítomnost v dětském pokoji nepřispívá ke kvalitnímu spánku, ba naopak. Pokud dítě spí s mobilním telefonem, doba jeho spánku se zkrátí zhruba o dvacet minut, a to například proto, že upozorní na příchozí zprávu nebo se objeví jiné upozornění či oznámení, které dítě probudí. (Falbe a kol. In: Spitzer, 2016, s. 233 - 234)

S nedostatkem spánku pak také souvisí **paměť**, a to z důvodu, že u dětí v předškolním a školním věku pomáhá k jejímu výkonu. Spánek totiž pomáhá přijímat nové informace a spojovat je tak s již osvojenými znalostmi. Dokáží si lépe zapamatovat

nové učivo, když se učí večer a jsou zkoušeni ráno, než když se učí ráno a zkoušeni jsou večer, aniž by mezi tím došlo ke spánku. (Spitzer, 2016, s. 238)

Považujeme za vhodné zmínit také **komunikační bariéry**, které u dětí nastávají, neboť velmi často znají pouze psaný projev, avšak nedokáží mezi sebou komunikovat verbálně. Jsou zvyklé komunikovat přes textové zprávy, chaty na sociálních sítích, případně telefonní hovory, nicméně v reálném světě mohou mít problémy se sociální interakcí. Tímto můžeme chápat situaci, jak dítě při verbální komunikaci působí na ostatní vrstevníky, učitele, rodiče apod. Zejména tím, že děti žijí převážně ve virtuálním světě, nejsou schopny dodržovat normy běžného života a začlenit se do kolektivu. U dětí také kromě problémů s pamětí „*dochází ke zhoršení školního prospěchu nebo soustředění se na práci*“. (Netolismus, [online], ©2015)

Nedostatek pohybu u dětí může vést k **obezitě**. Obezita však nevznikne pouze nedostatkem pohybu, je s tím spojeno nepravidelné stravování a špatná životospráva, neboť u dětí je z 95% příčinou nepřiměřený příjem vysoce kalorických jídel a nápojů. (Boženský, [online], 2017)

Pro děti prvního stupně bývá nabízeno mnoho sportovních aktivit a zájmových kroužků, které mohou využívat i ve volném čase. Nicméně mnoho dětí tráví svůj volný čas převážně hraním mobilních her, psaním textových zpráv, pořizováním videí či fotografií a následně jejich sdílením na sociálních sítích. Děti tak nemají dostatečný pohyb, protože jej raději vymění za moderní technologie, a vzniká u nich nepoměr mezi příjmem a výdejem energie, což způsobuje nadváhu, v některých případech až obezitu. (Boženský, [online], 2017)

3.2 Další rizika a závislosti vznikající s používáním mobilních telefonů

V předchozí podkapitole jsme se věnovali zdravotním problémům, které mohou u dětí nastat z nesprávného či nadměrného používání mobilního telefonu. V následující podkapitole se budeme zabývat závislostmi a dalšími riziky, které se dají špatně ovlivnit a **mnohem hůře se jich dokáží zbavit**. Jde například o závislost na mobilním telefonu - uvedeme si odborný název této fobie, závislost na mobilním internetu, ale i závislost na Facebooku. Dále si vysvětlíme, co znamenají termíny Flame War, Phubbing, Kyberšikana, Happy Sapping, Sexting a uvedeme zde i riziko pornografií a pornografických videí, které jsou k dispozici na internetových stránkách a pro mobilní telefony nejsou blokovány. Jako poslední závislost si uvedeme hraní mobilních či online her.

Závislost na mobilním telefonu se dá přirovnat k závislosti na internetu, počítačových hrách nebo také na závislosti na hracích automatech. (Spitzer, 2016, s. 96)

Dá se přirovnat k různým závislostem. Jakmile prostřednictvím mobilního telefonu obdržíme SMS zprávu, oznámení z aplikace nebo jakoukoliv informaci, která je pro nás důležitá, zvyšuje se v těle hladina dopaminu, díky kterému vznikají příjemné pocity. Tento příjemný pocit je důvodem k tomu, abychom neustále sledovali mobilní telefon, zda na nás nečeká opět radostná SMS zpráva nebo informace. Jakmile člověk závislý na mobilním telefonu zaslechne, že mu vibruje nebo zvoní telefon, ihned **pocit'uje vzrušení** a běží k němu. (Svobodová, [online], 2016)

Počet lidí, kteří jsou závislí na mobilním telefonu, se stále zvyšuje, a to především z toho důvodu, kolik funkcí nabízí. V průměru se uvádí, že se mladí lidé na svůj mobilní telefon podívají přibližně stopadesátkrát za den. V tom případě se v tu danou chvíli kvůli mobilnímu telefonu nejsou schopni soustředit na činnost, kterou právě vykonávají. (Spitzer, 2016, s. 58 - 59)

Mnoho lidí se domnívá, že nejlepší způsob, aby mladí lidé co nejlépe porozuměli novým technologiím, je povolit jim k těmto technologiím přístup již v dětství. Nicméně neberou ohledy na to, že u dětí a mladistvých může závislost vzniknout mnohem rychleji než u dospělých. Děti totiž nemají natolik vyvinutý mozek a nedokážou se tomuto riziku bránit. (Spitzer, 2016, s. 19)

Průzkum společnosti Common Sense Media ze San Franciska uvedl informace, že 50 procent dotázaných mladistvých na sobě pocit'ují závislost na mobilním telefonu. Mobilní

telefon dokáže děti negativně ovlivnit, proto bývá často důvodem vzniku konfliktů mezi rodiči a dětmi. Průzkum dále uvádí, že sedmdesát dva procent mladistvých potřebuje ihned odpovědět na příchozí SMS zprávy, zprávy ze sociálních sítí a ostatní oznámení a sedmdesát osm procent jich kontroluje svůj mobilní telefon minimálně jednou za hodinu. (Cohen, [online], 2016)

*„Někteří lidé také trpí **“fantomovou vibrací“** – to je stav, kdy mají pocit, že jejich telefon v tichém režimu vibruje, ale přitom to není pravda.“* (Lidovky, [online], 2014)

Nomofobie

Na základě zvyšujícího se počtu lidí využívajících mobilní telefony a rozšíření chytrých mobilních telefonů, vznikla nová fobie, jejíž název je **nomofobie**. Název této fobie je složen ze dvou slov odvozených z anglického jazyka, a to „nomo“ a fobie. „Nomo“ v tomto případě znamená „no mobile“ a fobie lze překládat jako „*chorobný strach*“. (Pivoňková, [online], 2013)

Jako nomofobie bývá tedy označován například „*strach ze ztráty mobilního signálu, vybití baterie, nemožnosti zapnout telefon, ztráty telefonu, a podobně*“. (Pivoňková, [online], 2013)

Spitzer (2016, s. 19) zmiňuje, že zejména mladým lidem vyvolávají situace, když ztratí, někam odloží nebo nemůžou najít mobilní telefon, cítí se bezmocně, ve stresu nebo jim může dokonce i bušit srdce.

Dále tuto fobii spojuje s „úzkostí s odloučením“, což vysvětluje, že člověk přijde kvůli digitální informační technologii o sociální kontakty. K tomu dochází v momentě, kdy z nějakého důvodu nemůže používat svůj mobilní telefon. (Spitzer, 2016, s. 148)

„Příznaky nomofobie:

- nervozita, když nemáte telefon při ruce
- neustálé kontrolování, zda jste neobdrželi zprávu
- nutkání okamžitě na zprávy reagovat
- panika při zapomenutí nabíječky na telefon
- nervozita v místech bez signálu“. (Pivoňková, [online], 2013)

Závislost na mobilním internetu

Považovali jsme za vhodné v této bakalářské práci zmínit také netolismus, neboť se v dnešní době bez internetu málokdo obejde a téměř každý jedinec má internet ve svém mobilním telefonu. V dnešní době také nebývá problém připojit se k internetu přes bezdrátové připojení Wi-Fi dostupné přímo ve školských zařízeních.

Ne nadarmo se dnešní generace označuje jako „always on“, což znamená vždy připojen. (Černá, 2013)

Pojem netolismu či netholismus bývá označován jako chorobná závislost na internetu, a to v kterékoliv podobě. Jedná se o „závislost na tzv. virtuálních drogách“. (Netolismus, [online], ©2015)

K této závislosti patří například neustálé hraní online her, přijímání a odesílání e-mailů, navštěvování internetových stránek, nadměrná komunikace přes sociální sítě, používání mobilního telefonu ke zveřejňování videí a fotografií apod. (Netolismus, [online], ©2015)

Tato závislost má typické **příznaky**, které jsou spojené se závislostí na mobilním telefonu. Můžeme mezi ně zařadit například i to, že chce dítě vstávat dříve nebo naopak chodí spát později, a to z důvodu, aby mohlo být neustále připojeno k internetu a využívat jej. Jako první příznak tedy můžeme uvést, že dítě závislé na internetu **ztrácí pojem o čase**. Navážeme dalším projevem závislosti, který je spíše **psychický**. Dítě se cítí bezvýznamné, nervózní a v mnoha případech i citově prázdné bez přítomnosti mobilního telefonu. Prostřednictvím internetu si tak mnohdy nahrazují jejich reálný život právě tím virtuálním a snaží se tak vyhnout problémům v osobním životě. Dále se může závislost objevit, pokud dítě žije v **dysfunkční** či **neúplné rodině**, **má nedostatek přátel** nebo některé z nich dokonce ztratil. Ve školních zařízeních jde především o **vzájemné vztahy mezi dětmi**, ale také vztahy učitelů k dětem. Velice často se stává, že děti nepůsobí jako kolektiv a některého ze svých spolužáků mezi sebe těžko pouští. Ten se pak cítí vyloučený a vyhledává zábavu či jiné kamarády na internetu. Netolismus může mít vliv také na způsob **učení, přípravu na vyučování**, plnění domácích úkolů či na **domácí práci**, při které je potřeba pomoci rodičům. (Netolismus, [online], ©2015)

Internet v mobilu však může mít pro děti, a nejen pro ně, výhody. Mohou si stáhnout různé aplikace, ať jsou to hry, slovník, kalkulačka nebo také sociální sítě, přes které mohou v určité míře bezplatně komunikovat s ostatními spolužáky ze školy a kamarády ze školní družiny. V online světě hraje velkou roli také to, že mohou

vystupovat zcela anonymně, svobodně a mohou se tak cítit méně zranitelní než při komunikování v offline světě. Při online komunikaci děti, ale i dospívající a dospělí, ztrácí zábrany, jsou otevřenější a dokáží napsat nebo někomu jinému poslat to, co by si v reálném světě nedovolili. (Černá, 2013, s. 15 – 16)

Jako podskupinu závislosti na internetu, lze považovat například závislost na nejpoblárnější sociální síti, kterou je Facebook. Tato závislost se nazývá Facebook Addiction Disorder, dále jen FAD. (Netolismus, [online], ©2015)

Facebook má více jak několik milionů uživatelů a patří mezi nejoblíbenější a nejpoužívanější sociální síť na světě. Uživatelé mohou prostřednictvím Facebooku vzájemně komunikovat, sdílet informace, fotografie či videa, ale také hrát hry. (Jak na Facebook, [online], ©2016)

Rodiče by u dítěte měli FAD zaznamenat jednoduše, pokud se mu však dostatečně věnují. Dítě je nervózní a nespokojené, jakmile na Facebooku tráví nedostatek času. Místo trávení času s přáteli různými aktivitami vyplňují volný čas komunikováním s nimi prostřednictvím chatu, tedy virtuální komunikací. Seznamují se s lidmi, které osobně neznají a přidávají je mezi své virtuální přátele. Často bývají podrážděné nebo ve stresu. (Netolismus, [online], ©2015)

Phubbing

Název phubbing vznikl odvozením z anglických slov phone, což znamená mobilní telefon a snubbing, jenž můžeme přeložit jako **urážet někoho naší nevšimavostí či opovrhováním**. Znamená to tedy ignorování osoby, se kterou jedinec právě tráví čas, tím, že se raději věnuje svému mobilnímu telefonu. V dnešní době bývá tato situace celkem běžná, z čehož vyplývá, že se neustále zvyšuje pocit nutnosti mít mobilní telefon u sebe. (Oxford Dictionaries, [online], ©2017)

Kyberšikana

Autorka Černá (2013, s. 19 – 22) uvádí, že kyberšikana, tradiční neboli školní šikana a agrese (agresivita) spolu mají mnoho společného a můžeme říci, že jsou spolu zcela nerozlučně spjatý. Jako šikanu můžeme chápat jakékoliv opakované agresivní chování nebo jednání, které vede ke zranění nebo poškození druhého jedince. Téměř vždy se v tomto případě objevuje nerovnováha mezi agresorem a obětí, kdy oběť bývá slabší,

tudíž se není schopna agresorovi bránit. Důležité také je, že oběť agresora nijak neprovokuje a k takovému chování ho nepobízí.

Kyberšikana je tedy takové rozvíjení tradiční (školní) šikany a to tak, že se přesunuje i na internet a mobilní telefony. Význam je potom stejný jako u šikany, kdy se jedná o **opakované a úmyslné agresivní chování vůči slabším jedincům**. V dnešní době jsou mladými lidmi a dětmi mnohem více využívány tzv. smartphony, díky kterým mohou nahrávat vše na internet a ubližovat tak ostatním. Jde o to, že děti takto mohou například ve škole vyfotit nebo natočit svého spolužáka v situaci, která pro něj není zcela příjemná a během několika vteřin může být tento obsah na internetu. (Černá, 2013, s. 19 – 22)

Spitzer (2016, s. 136 - 137) popisuje, že je kyberšikana totéž jako klasická šikana, nicméně se odehrává pomocí internetu a mobilního telefonu. Agresori k poškozování obětí používají mobilní telefon nebo internet. Jelikož soudobé mobilní telefony zastávají hned několik funkcí, lze je využít téměř ke všem situacím spojených s kyberšikanou. Oběti mohou být šikanovány pomocí textových zpráv, MMS zpráv, telefonování nebo doručených e-mailů. Tyto chytré mobilní telefony napomáhají agresorům tím, že jim umožňují využívat fotoaparát, nahrávat videa a hovory nebo navštívit webové stránky na internetu a přitom působit anonymně.

„Základní prvky kyberšikany:

- *Děje se prostřednictvím elektronických médií.*
- *Opakovanost.*
- *Záměrnost agresivního aktu ze strany útočníka.*
- *Mocenská nerovnováha.*
- *Oběť vnímá toto jednání jako nepříjemné, ubližující“.* (Černá, 2013, s. 21)

Opakovanost v případě kyberšikany nastává i ve chvíli, kdy se do této situace zapojí ostatní, tedy přihlížejíci. Jde například o to, kdy k agresorem zveřejněné urážlivé fotografii přidají komentář, sdílí ji dále na internetu nebo na fotografii označí „To se mi líbí“. V tomto případě stačí, když agresor přidá urážlivou fotografii na internet a o další opakování agrese se postarají ostatní uživatelé internetu. Jako opakování můžeme považovat i **přeposílání urážlivých fotografií** nebo pouhé **opakované přehrávání** takového videa. (Černá, 2013, s. 19 – 22)

Mocenské nerovnováze je v případě kyberšikany těžké předcházet, neboť není možné agresorovi zcela zabránit, aby mohl oběť kontaktovat. V dnešní době je pro děti, dospívající, ale i dospělé téměř nemožné existovat bez mobilního telefonu nebo bez internetu. Existuje několik možností, jak se kontaktu s agresorem vyhnout, a to například zrušením profilu na sociálních sítích, opuštěním internetové stránky nebo nahlášením agresorova účtu, kdy dojde k jeho zrušení ze strany administrátora. Nevýhodou však je, že si agresor může založit nový účet a oběť tak může kontaktovat znovu. Velkou roli hraje také anonymita, kdy je pro oběť velice těžké se bránit, když neví, kdo je agresorem. (Černá, 2013, s. 19 – 22)

Happy Slapping

Eckertová a Dočekal (2013, s. 67) jako **Happy slapping** označují fyzický či sexuální útok, jeho natáčení na kameru nebo mobilní telefon a následné **zveřejnění**, kdy oběť v podstatě nic netuší. Happy slapping bývá častým případem kyberšikany. Většinou jde o útok na neznámou osobu, kterou skupina lidí nebo děti potká například v parku. Cílem této “zábavy“ je „*získat maximálně šokující, originální dokument*“. (Eckertová a Dočekal, 2013, s. 67)

V překladu do českého jazyka jde o „*veselé, šťastné, spokojené fackování*“, což není tak úplně pravda. Aktéři mají největší úspěch, když jejich video zhlédne co nejvíce lidí a záleží také na tom, jak moc brutální video je. Čím více brutálních útoků obsahuje, tím je úspěšnější. (Eckertová a Dočekal, 2013, s. 67)

Internetová pornografie

Jak již bylo v této bakalářské práci několikrát zmíněno, lze konstatovat, že mobilní telefon plnohodnotně nahrazuje osobní počítač, což samo o sobě přináší rizika spočívající v neomezeném přístupu na internet a navštěvování různých sociálních sítí.

Pornografické stránky patří dle Nešpora (2007, s. 33) mezi velice oblíbené a navštěvované, a to nejen u dospělých. Je to dáno především tím, že je těchto stránek na internetu mnoho, vše je zdánlivě anonymní a téměř každého dospělého, ale i mladistvého, toto téma zajímá.

Obstarání těchto videí a fotografií není pro děti nijak obtížné, proto je pro rodiče důležité své děti ochránit. Sledování pornografických fotografií a videí může být bráno dokonce jako zneužívání dětí. Mnoho rodičů se mylně domnívá, že když jsou jejich děti

ještě mladé, natolik této problematice nerozumí a nedochází jim, kam až může tato problematika vést. (Elliot, 1995, s. 117)

Sexting

S pornografickými stránkami na internetu souvisí také **sexting**. Dle Eckertové a Dočekala (2013) je tento výraz „*složeninou slov SEX a TEXTING*“. (Eckertová a Dočekal, 2013, s. 67)

Kopecký a Kožíšek uvádí jako definici sextingu „*dobrovolné sdílení vlastních intimních materiálů (fotografií, videí)*“. (Kopecký a Kožíšek, [online], 2015)

Veškeré tyto aktivity mají sexuální či erotický podtext a autory bývají samotné děti, především ve stejné věkové kategorii. Nejčastěji tento hanebný obsah rozesílají pomocí mobilního telefonu, ale také přes jiná elektronická zařízení či běžně přes internet. Ojedinele jej posílají neznámým lidem za finanční obnos, například na seznamce. (Eckertová a Dočekal, 2013, s. 67)

Kožíšek a Písecký (2016) v souvislosti se sextingem zmiňují i mobilní aplikaci **Snapchat**, která umožňuje uživatelům posílat videa a fotografie. Dají se zobrazit pouze určitou dobu a poté zmizí, nicméně to nemění nic na tom, že tento obsah nemůže být nijak zneužit. Uživatel, který fotografii či video obdrží, jej může pomocí snímku obrazovky jednoduše uložit.

Závislost na mobilních hrách

Neustálým hraním mobilních her může u dítěte vzniknout **herní závislost**, která se dá přirovnat, stejně jako závislost na mobilním telefonu, k závislosti na alkoholu, drogách, apod. Tato psychologická porucha bývá nazývána také jako „**nadměrné hraní**“. Obdobně, jako již u zmíněné závislosti na mobilním telefonu, při hraní her nastává pocit štěstí či potěšení, jenž je způsoben zvýšenou hladinou dopaminu v mozku. Následně děti zažívají stejně **příjemný pocit** jako při jiných činnostech, ze kterých mají radost. Závislé děti nedokáží bez hraní těchto her vydržet, proto potřebují hrát, aby uspokojovaly své fyzické a psychické potřeby.

Existuje několik typů her, například akční, simulační, závodní, Role-Playing Games (dále jen RPG), ale i strategické apod. V akčních hrách se objevuje nepřeborné množství násilí, střílení, krve, bitev a převážně to je hlavním důvodem, proč tyto hry patří u dětí mezi nejoblíbenější žánry. Simulační hry umožňují vyzkoušet si situace, které nejsou v běžném životě příliš reálné. Dostanou se například k řízení tanku, traktoru, vesmírné

lodi, ponorky, podívají se do kabiny lokomotivy, letadla, apod. Závodní hry mají za cíl především závodění s ostatními auty, ale také driftování a adrenalin při rychlé jízdě. Pro RPG hry jsou nejdůležitější články hlavní hrdinové, se kterými se děti velice často ztotožňují a snaží se napodobovat jejich vlastnosti a nadpřirozené schopnosti i v reálném životě. Téměř každý žák na prvním stupni, ale i starší jedinci, mají svého oblíbeného hrdinu. Strategické hry jsou náročnější na přemýšlení a plánování, kdy si hráč musí připravit co nejlépe taktiku a strategii, jak dosáhnout nejlepších výsledků ve hře a dostat se tak k cíli. (Games4free [online], ©2018)

3.3 Výhody mobilního telefonu pro děti

Mobilní telefony mají pro děti mimo jiné mnoho výhod. Patří mezi ně například to, že mohou být díky mobilnímu telefonu neustále v **kontaktu s rodiči**. Ti se proto nemusí o děti tolik strachovat, mají o nich přehled a vždy si mohou zkontrolovat, zda jsou v pořádku. Dále si děti mohou **zavolat pomoc**, když se ocitnou v nepříjemné nebo dokonce životně nebezpečné situaci. Je proto nutností, aby znaly důležitá telefonní čísla, jako jsou 150, 155 a 158, a věděly, že na ně mohou kdykoliv volat zdarma. Žádoucí je také to, aby si rodiče s dětmi vyzkoušeli, jak by v takové situaci měly děti postupovat. Když si takové modelové situace s dětmi vyzkouší vícekrát do týdne, mělo by to vést k tomu, že si děti tento postup osvojí. Je však důležité dítě za správně odvedenou modelovou situaci pochválit a odměnit. (Elliot, 1995, s. 125)

Mezi další výhody mobilního telefonu je odesílání a přijímání SMS a multimediálních zpráv neboli MMS či připojení na internet. Některé mobilní telefony dokáží pomocí GPS přijímače a mobilního internetu určit polohu telefonu, který je pak vyznačen na mapách například v počítači či jiném mobilním telefonu. To může sloužit rodičům k **přesnému určení místa**, kde se nachází jejich nezletilé dítě.

4 Prevence

V následující kapitole si uvedeme několik situací a způsobů jednání, při kterých rozeznáme, kdy je dítě závislé. Dozvíme se, jak se mají rodiče v těchto situacích zachovat a zda mají na dítě vliv i jeho učitelé. Přiblížíme si také různá doporučení Americké pediatrické asociace, která by měla zamezit prohlubování závislosti.

4.1 Příznaky a prevence rizikového chování

Příčin vzniku závislosti na mobilním telefonu u dětí je mnoho, jak je již uvedeno výše v této teoretické části bakalářské práce.

Závislosti na mobilním telefonu si u dětí všimnou nejčastěji rodiče, kdy pozorují, že na něm jejich dítě tráví mnohem více času, než je potřeba. Tato závislost se u dítěte projevuje tím, že se **není schopno soustředit** a má problémy **věnovat se určité činnosti**. Často bývá **uzavřené samo do sebe, nekomunikuje** s kamarády, rodinou ani lidmi, se kterými se denně setkává, zanedbává přípravu do školy nebo má zhoršený prospěch ve škole. Problém může nastat také ve stravování nebo při dodržování pitného režimu, neboť na tyto potřeby nemá dítě čas. Neustále totiž kontroluje svůj mobilní telefon, i když na něm není nic nového, čímž ztrácí mnoho času. (Svobodová, 2016)

Jako prevenci lze považovat správné nastavení školního řádu, kdy je přesně a srozumitelně vymezeno, jak mohou žáci používat informační a komunikační technologie, internet a nejen počítače, ale i mobilní telefony. Je potřeba, aby bylo jasně uvedeno jejich používání ve školském zařízení, během vyučování a o přestávce. (MŠMT, 2016, s. 3)

Jakmile je však dítě závislé, měli by zakročit rodiče. Není však nutné, aby děti ihned svůj mobilní telefon někam odkládaly a rodiče jim zakazovali jeho používání. V mnoha případech pomůže, když je alespoň ztišen nebo vypnut zvuk na telefonu. Tím pádem se může dítě věnovat jiným činnostem, například psaním domácích úkolů a neodbíhá neustále k telefonu, protože slyší ty známé tóny.

Jako další z možností je, že dětem stanovíme čas, kdy budou fungovat bez mobilního telefonu a budou tak mít stanoven čas, kdy se bez něj budou muset obejít. Mezitím se mohou věnovat novým aktivitám, koníčkům, navštěvování zájmových kroužků a mobilní telefon si odloží doma nebo do batohu. Přes noc by měly rodiče dohlédnout na to, aby jejich děti nechávaly mobilní telefon odložený v jiné místnosti a v žádném případě jej neměly mít u postele v dětském pokoji. Je tedy důležité dětem vymezit, kolik

času mohou denně strávit používáním mobilního telefonu a naopak, kdy jej nebudou využívat vůbec. (Svobodová, 2016)

Při potížích s dítětem ve škole a školním prostředí má na dítě velký význam osobnost učitele, který by se měl k celé vzniklé situaci postavit. Je důležité, aby v něm mělo dítě důvěru, působil citlivě a byl trpělivý. Dítěti by neměl nedovolit trávit čas na mobilním telefonu a měl by se jej snažit ho začlenit do kolektivu. Učitel by měl být schopný pracovat i s problémovým žákem, vést ho k určitým pokrokům, k radosti z úspěchů, snažit se jej povzbuzovat. (Šimčíková-Čížková, 2008, s. 91 – 92)

Je důležité, aby spolu učitelé a rodiče spolupracovali a vybudovali si spolu partnerský vztah. Jelikož škola na děti a jejich rodiny působí několik let, tato spolupráce výrazně ovlivňuje hned několik faktorů, například pocit spokojenosti dítěte i jeho rodiny nebo úspěchy ve škole. Vše by mělo být především směřováno na dítě a jeho potřeby a zájmy. (Pohnětalová, 2015, s. 9)

Ještě před rokem 1989 nechávali rodiče veškeré školní činnosti a výchovu dítěte na učitelích, neboť je brali jako odborné a pověřené osoby k těmto účelům. V současné době je však situace jiná. „*Jednalo se o výchovné působení na osobnost dítěte dvěma na sobě nezávislými subjekty, kdy rodičovská a školní edukace byly vnímány jako zcela odlišné a nezávislé procesy*“. (Pohnětalová, 2015, s. 13 -14)

Jako další celkem častý jev se mohou objevit příznaky kyberšikany. Ve školském zařízení by měl školní metodik prevence nebo výchovný poradce pravidelně žákům přednášet na toto téma, měl by se v tomto směru neustále vzdělávat, a tím předcházet například nejen počínající šikaně, ale i kyberšikaně. (MŠMT, 2016, s. 3)

Primární prevence je zaměřena na výchovu tak, že má za úkol minimalizovat rizikové chování žáků, vést je ke správnému životnímu stylu apod. Dělíme ji na specifickou a nespecifickou. Specifická prevence má za úkol pomocí aktivit a programů předcházet a omezit výskyt rizikového chování u žáků. Nespecifická prevence nemá jasně stanovené rizikové chování, na které se zaměřuje. Nicméně se snaží díky správnému využití volného času, například sportovními či volnočasovými aktivitami, docílit toho, aby žáci dodržovali společenská pravidla nebo zodpovídali sami za sebe a za své činy apod. (MŠMT, 2010, s. 2)

Jakmile dojde u žáka k rizikovému chování, je potřeba jej řešit dle intervenčního programu a vyhledat pomoc školního psychologa. Rozhodně je také potřeba zjistit, jaké příčiny tuto situaci vyvolaly. (Černá, 2013, s. 136)

II. Praktická část bakalářské práce

V praktické části bakalářské práce jsou charakterizovány cíle a otázky našeho výzkumu. Následně jsou v této kapitole zpracovány výsledky dat z našeho šetření a je objasněna metoda sběru dat, která je v této práci použita.

5 Výzkumné šetření

Dotazníky byly rozdány žákům již zmíněné IV. Základní školy a Domu dětí a mládeže Krasohled v Zábřehu.

5.1 Cíle výzkumného šetření

Hlavním cílem výzkumného šetření bylo zjistit, jaká psychosociální, ale i tělesná rizika hrozí dětem na prvním stupni základní školy při používání mobilního telefonu.

Dále jsme stanovili několik dílčích dílů, díky kterým jsme zjišťovali, kolik dětí na prvním stupni základní školy již vlastní mobilní telefon a k čemu jej primárně využívají. V případě, že je žák vlastníkem mobilního telefonu, pro nás bylo klíčové zjistit, zda jej nosí do školského zařízení. Zajímalo nás také, zda rodiče této cílové skupině platí datové připojení, aby mohli využívat internet v mobilu. Naším cílem bylo také najít upřímné odpovědi žáků na otázku, kolik času denně tráví používáním mobilního telefonu. Zajímalo nás, zda používají mobilní telefon jako zábavu ve svém volném čase. Zkoumali jsme, zda navštěvují sociální sítě a využívají mobilní telefon k online službám.

5.2 Otázky výzkumného šetření

Z výzkumného šetření byly stanoveny tyto otázky:

- Mají žáci prvního stupně svůj mobilní telefon?
- Nosí respondenti mobilní telefon do školy?
- Mají žáci při odemykání zabezpečený mobil telefon otiskem prstu, gestem nebo číselným kódem?
- Mají v mobilním telefonu datové připojení?
- K čemu žáci prvního stupně nejčastěji využívají mobilní telefon?
- Kolik času denně tráví žáci na mobilním telefonu?
- Jak těžké by pro respondenty bylo vydržet jeden den bez mobilního telefonu?
- Dohlíží rodiče na své děti, zda netráví příliš času na mobilním telefonu?
- Jak děti prvního stupně nejčastěji tráví svůj volný čas?
- Objevují se zdravotní potíže – bolest hlavy, při dlouhodobém používání mobilního telefonu?
- Objevují se abstinenční příznaky u dětí prvního stupně, když jsou bez svého mobilního telefonu?

- Mají respondenti zkušenost s nevyžádanými hovory či zprávami od ostatních lidí?
- Používají děti mobilní telefon i v posteli, než jdou spát?
- Zveřejnili respondenti někdy nevhodnou fotografii či video svého kamaráda, aby jej zesměšnili?
- Jaké sociální sítě a online služby žáci prvního stupně používají?

5.3 Metoda sběru dat

Autorka Kočvarová (2015) ve své knize definuje pojem metody sběru dat jako metodu, která se používá při výzkumu a „*udává obecný postup, jímž se realizuje sběr dat*“ (Kočvarová, 2015, s. 7).

V praktické části této bakalářské práce jsme použili metodu dotazníku. Dotazník je metoda, která kvůli odpovědím respondentů na otázky slouží ke sběru dat. Respondenti mají vždy dané instrukce, dle kterých postupně zodpovídají na položené otázky (volně podle Vogt, Johnson, 2011, s. 316).

Dle Kočvarové (2015, s. 41) můžeme dotazník považovat za efektivní metodu, neboť snadno a za velmi krátkou dobu nasbíráme odpovědi od mnoha respondentů.

Prostřednictvím dotazníků lze zjistit „*faktografické informace, názory, postoje, motivy apod.*“ (Gavora, 2012, s. 42)

Podle Gavory (2000, s. 99) je tento pojem odvozen od dotazování se na otázky. Jako definici uvádí, že je to „*způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí*“.

Dotazník byl respondentům rozdán v písemné podobě a byly v něm použity uzavřené, polouzavřené a škálové otázky. Celkem obsahoval 17 otázek.

Gavora (2000, s. 102) uvádí, že „*uzavřená otázka je taková, která nabízí hotové alternativní odpovědi*“. Dále zmiňuje, že pokud dáváme respondentovi na výběr pouze odpověď ANO nebo NE, jedná se o dichotomické otázky. U těchto otázek se dozvíme ty základní informace, které jsou potřebné ke zpracování výsledků.

Při otevřených otázkách je dle Gavory (2000, s. 102) někdy také potřeba nabídnout respondentům možnost nevyjadřovat svůj názor pro případ, že danou problematiku nezná nebo svůj názor nechce zveřejňovat. Kdybychom jim tuto možnost nenabídli, respondenti by si museli vybrat pouze ze dvou odpovědí, což by mohlo zkreslit výsledky.

Naopak „otevřená otázka dává respondentovi dost velkou volnost u odpovědi. Otázka nasměřuje respondenta na tázaný jev, neurčuje mu však alternativní odpovědi“.
(Gavora, 2000, s. 103)

Otevřené otázky jsou pro respondenty mnohem těžší, a to z důvodu, že musí najít správnou odpověď a napsat ji svými slovy. Na druhou stranu nijak neomezují volbu jejich odpovědi. Mají tak mnohem více prostoru se vyjádřit a uvést tak svůj názor. (Gavora, 2000, s. 103 - 104)

„Polouzavřené otázky nabízejí nejprve alternativní odpověď a potom ještě žádají o vysvětlení anebo objasnění v podobě otevřené otázky“.
(Gavora, 2000, s. 104)

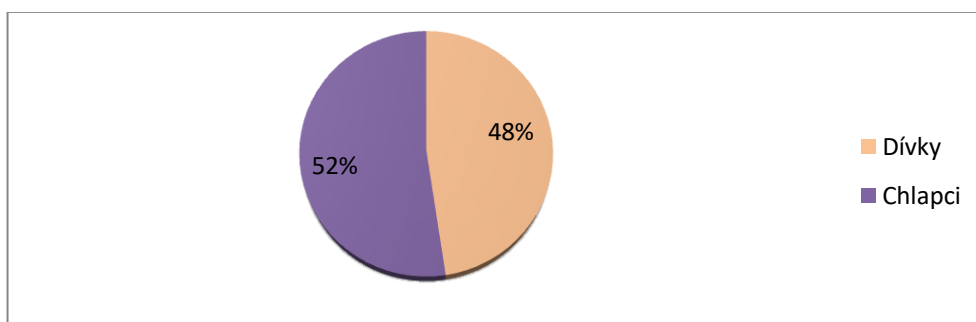
Chráska (2016, s. 161) uvádí jiné vysvětlení polouzavřených otázek. Podle něj se jedná o tento typ otázek, pokud do možností pro odpověď uvedeme „jiná odpověď“ pro případ, že si respondent nemůže vybrat ze žádné nabízené odpovědi.

Škálované otázky slouží k tomu, aby respondenti mohli odstupňovat jejich odpovědi dle škály. (Gavora, 2000, s. 104)

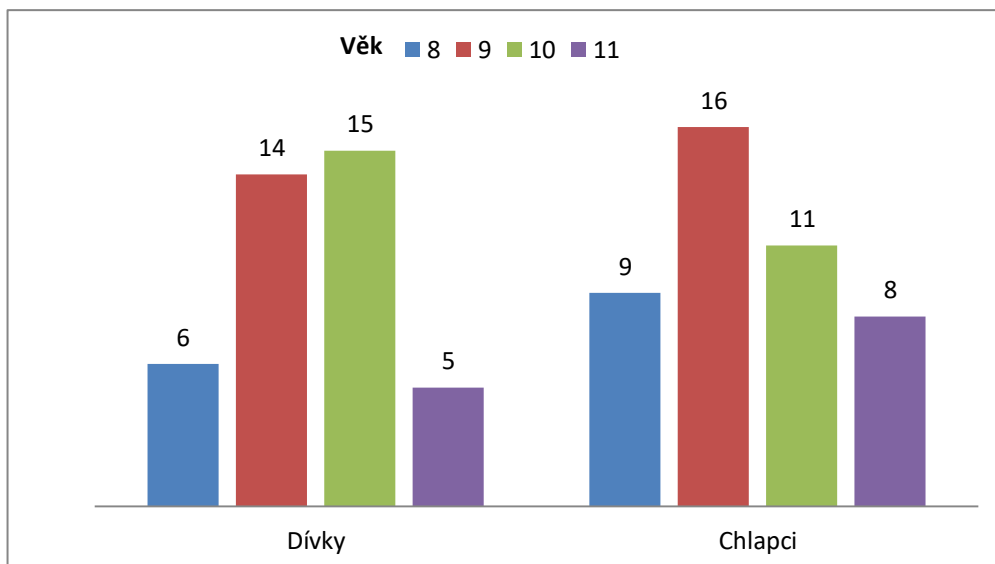
5.4 Výběr cílové skupiny

Reprezentativní vzorek dotazovaných osob pro naše výzkumné šetření jsou žáci prvního stupně. Dále budeme tuto cílovou skupinu nazývat jako respondenty. Jak uvádí Gavora (2000, s. 99), respondent je „osoba, která vyplňuje dotazník“.

Jelikož by pro žáky 1. a 2. třídy nebylo jednoduché odpovídat na zadané otázky dotazníku, byly rozdány pouze žákům 3., 4. a 5. třídy. Díky těmto respondentům jsme se dozvěděli odpovědi na již zmíněné otázky a získali jsme tak potřebná data k našemu šetření. Dotazník anonymně vyplnilo celkem 84 respondentů, z toho 44 chlapců a 40 dívek ve věku od osmi do jedenácti let. Abychom docílili větší návratnosti dotazníku, žáci jej vyplňovali v hodině českého jazyka a ihned odevzdávali.



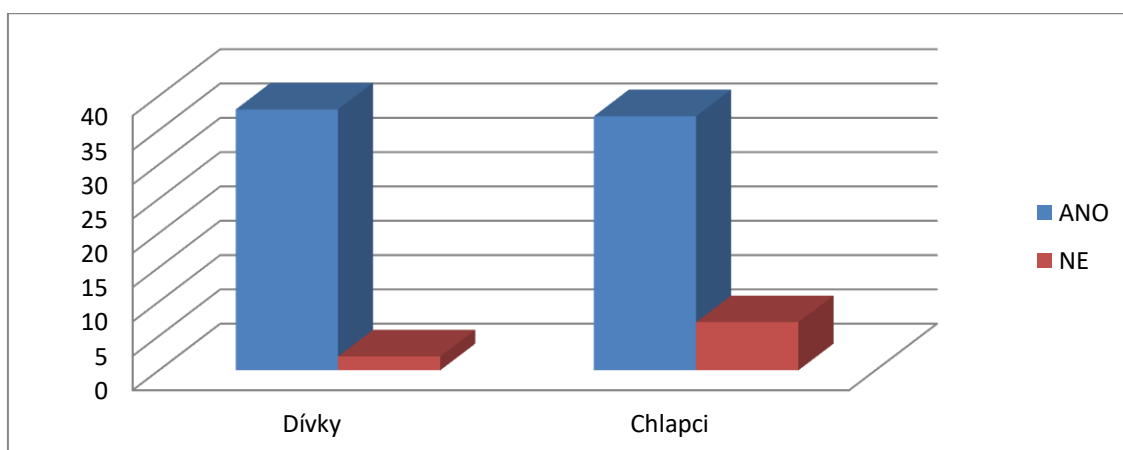
Graf č. 1 : Počet respondentů



Graf č. 2 : Rozdělení žáků dle věku a pohlaví

5.5 Výsledky výzkumného šetření

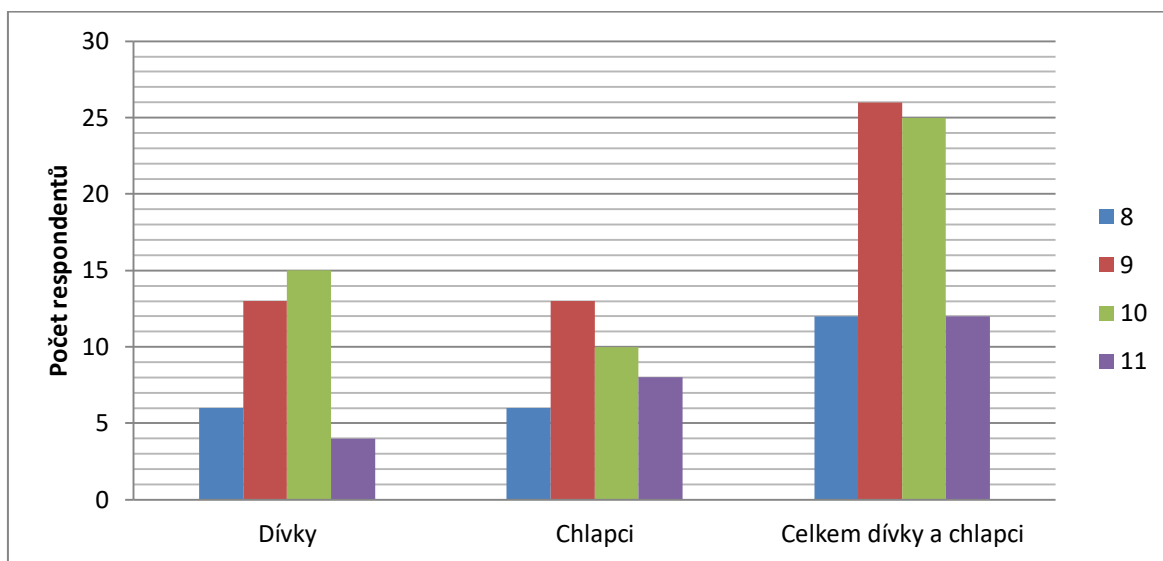
Z této otázky jsme zjistili, že 7 chlapců a 2 dívky nemají svůj vlastní mobilní telefon, nicméně 8 z nich uvedlo, že si mobilní telefon půjčují od svých rodičů. Dozvěděli jsme se tedy, že pouze 1 chlapec nevyužívá mobilní telefon vůbec. Celkem mobilní telefon vlastní 75 dotázaných žáků, z toho 38 dívek a 37 chlapců.



Graf č. 3 : Rozdělení žáků podle toho, zda vlastní mobilní telefon

Z dotazníkového šetření jsme se dozvěděli, že stejný počet dívek (6) a chlapců (6) ve věku osmi let vlastní mobilní telefon. Rovněž tak žáci v devíti letech, kdy 13 dívek a 13 chlapců má svůj telefon. Data se liší ve věku deseti a jedenácti let. V deseti letech vlastní

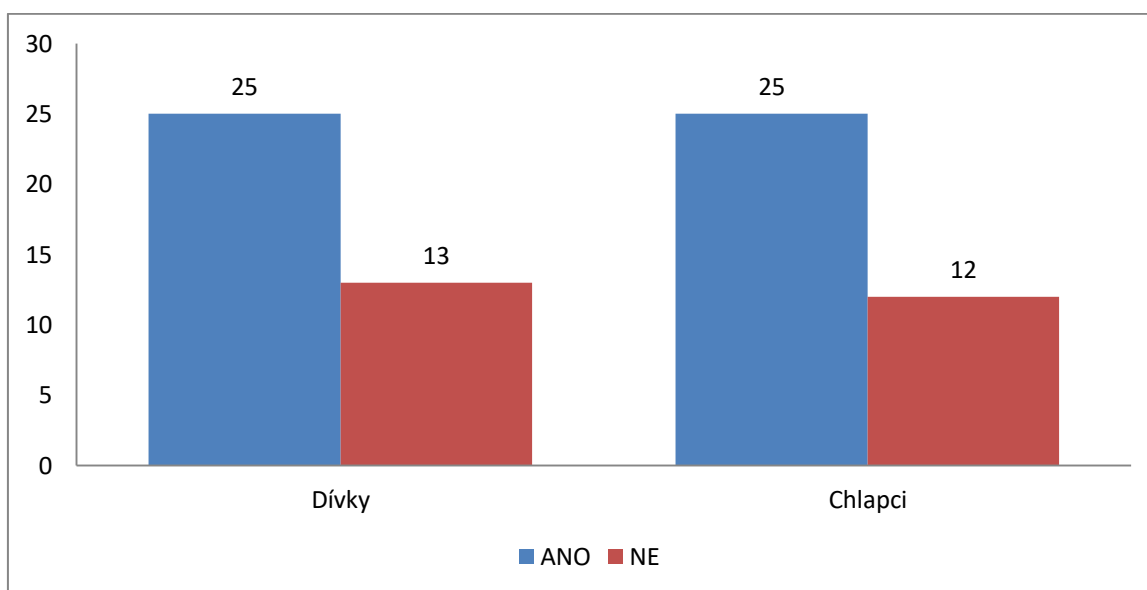
mobilní telefon o 5 dívek více jak chlapců a v jedenácti letech je to naopak. Tam má telefon o 4 dívky méně.



Graf č. 4 : Rozdělení žáků podle věku, zda vlastní mobilní telefon

Otázka č. 4 : **Nosíš mobilní telefon do školy?**

Ve čtvrté otázce jsme se žáků dotazovali, zda svůj mobilní telefon nosí do školy. Celkem na tuto otázku odpovědělo 75 žáků, z toho 37 chlapců a 38 dívek. I přesto, že mají děti od začátku loňského roku zákaz nosit mobilní telefon do školy, nosí ho s sebou 25 chlapců a 25 dívek. Z toho vyplívá, že 2/3 dětí tento zákaz nerespektují, nicméně také uvedli, že ho mají po celou dobu ve škole vypnutý.

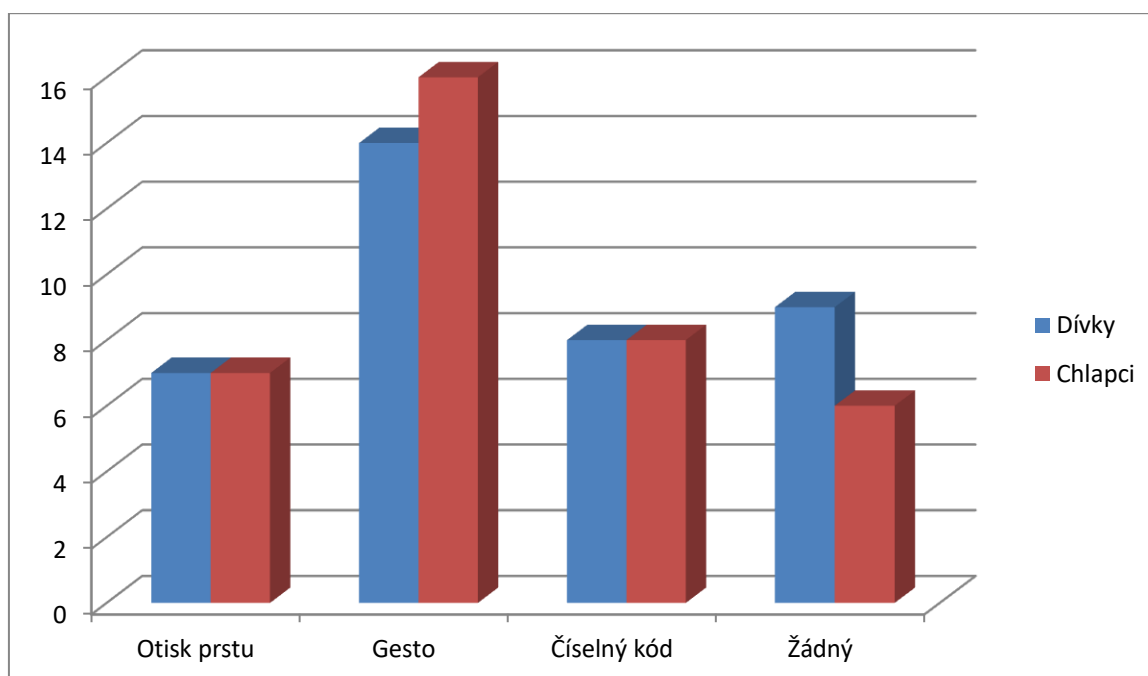


Graf č. 5: Počet žáků, kteří nosí mobilní telefon do školy

Otázka č. 5: Máš svůj mobilní telefon při odemykání zabezpečený?

Pátá otázka poukazuje na bezpečnost při používání mobilního telefonu. Díky ní jsme zjistili, že 6 chlapců a 9 dívek nemá zabezpečený mobilní telefon proti odemknutí cizím člověkem. Zbýlých 31 chlapců a 29 dívek ho naopak zabezpečený má.

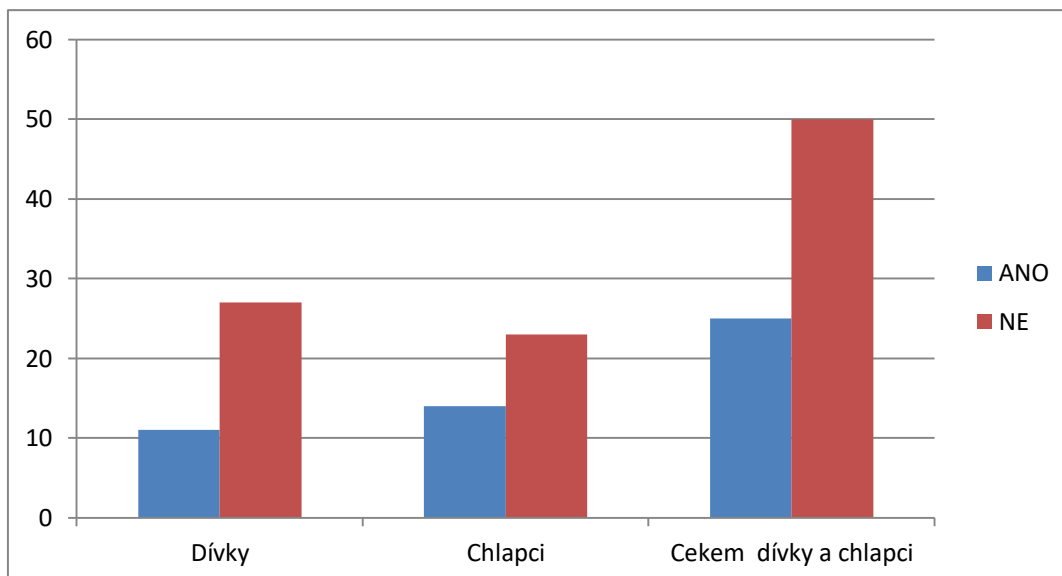
Otázka číslo pět je polouzavřená a je doplněna ještě o podotázku, jakým způsobem mají respondenti mobilní telefon zabezpečený. Díky ní jsme se dozvěděli, že 30 žáků odemýká mobilní telefon pomocí zadání gesta, z toho 16 chlapců a 14 dívek. Zadáváním číselného kódu odemýká mobilní telefon 16 žáků, z toho 8 chlapců a 8 dívek. Nejméně, tedy 14 žáků, při odemykání používá svůj otisk prstu. Otisk prstu má na mobilním telefonu nastaveno 7 chlapců a 7 dívek.



Graf č. 6 : Zabezpečení mobilního telefonu

Otázka č. 6: Využíváš k internetu v mobilním telefonu datové připojení (data)?

Tato otázka byla zaměřena na to, zda rodiče žákům platí mobilní data, aby mohly děti navštěvovat internet. Celkem 25 ze 75 žáků, kteří vlastní mobilní telefon, využívá mobilní data, z toho 14 chlapců a 11 dívek. Procentuálně to vychází, že celkem 33,3 % žáků vlastnicích mobilní telefon, navštěvuje internet v mobilu pomocí mobilních dat. Chlapci využívají datové připojení o 4% více než dívky.



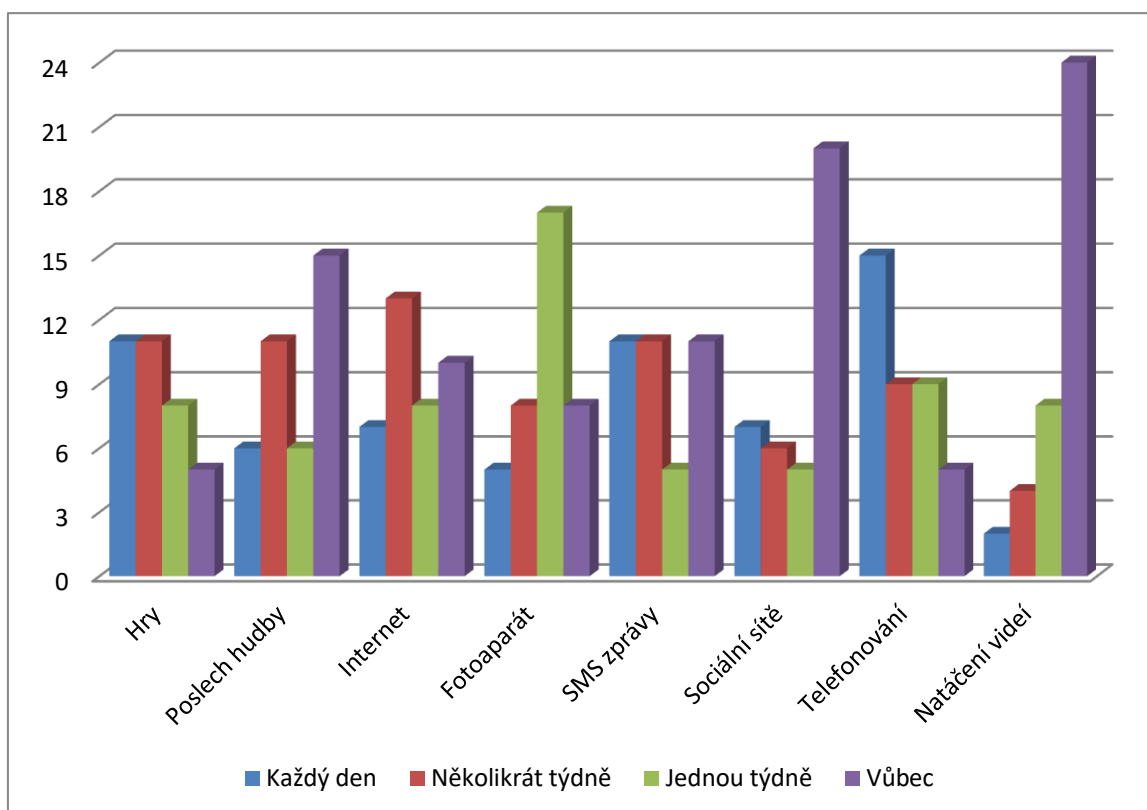
Graf č. 7: Využívání datového připojení v mobilním telefonu

Otázka č. 7: K čemu nejčastěji využíváš mobilní telefon?

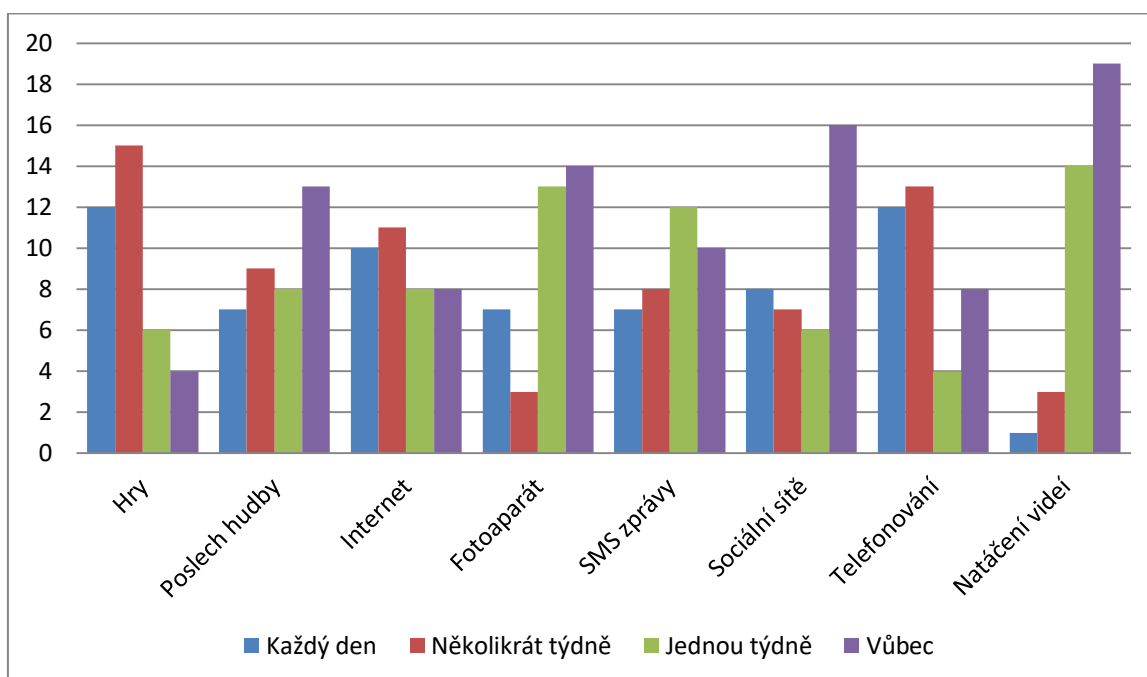
Další otázka zjišťovala, k čemu nejčastěji respondenti využívají svůj mobilní telefon. Měli na výběr různé varianty činností, které jsou spojeny s telefonem, a ke každé měli uvést číslo od 1 do 4 podle toho, kolikrát týdně tuto činnost provozují.

Získaná data jsme zaznamenali do dvou grafů, neboť jsme zvlášť rozdělili odpovědi chlapců a dívek.

Dotazovali jsme se 38 dívek a 39,5 % odpovědělo, že každý den telefonují. Jako další nejčastější činnosti, které dívky praktikují na mobilním telefonu je posílání SMS zpráv a hraní her. Tyto dvě činnosti shodně praktikuje 28,9 % dívek. Nejméně dívky využívají mobilní telefon k natáčení videí (20) a návštěvě sociálních sítí (16). Dále příliš neposlouchají hudbu, 15 dívek odpovědělo, že ji neposlouchají vůbec.



Graf č. 8: Účel využití mobilního telefonu – dívky



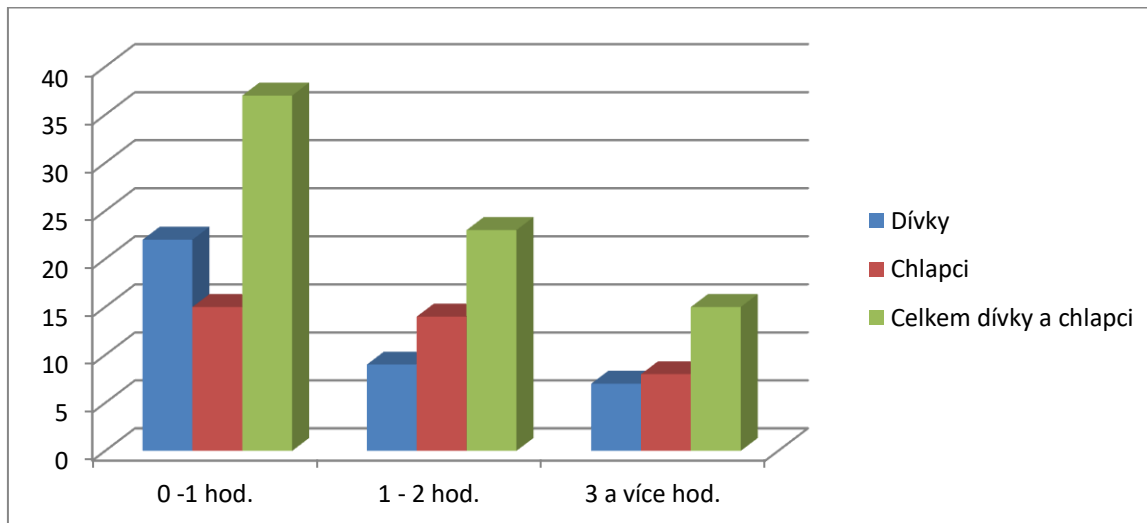
Graf č. 9: Účel využití mobilního telefonu – chlapci

Na tuto otázku nám odpovídalo 37 chlapců. Nejčastější odpověď byla, že 27 chlapců na mobilním telefonu hraje hry, z toho 12 každý den a 15 několikrát týdně. Ve srovnání s děvčaty je to o 6 více. Jako další činnost, kterou dělají každý den, uvedlo 12 chlapců telefonování a internet 10. Ani chlapci, stejně jako děvčata, příliš neposlouchají hudbu na svém telefonu. Odpověď „Vůbec“ vybralo 13 respondentů. Chlapci obdobně jako dívky příliš nepoužívají mobilní telefon k natáčení videí (19), to je pouze o 1 méně, než dívek. Maximálně jednou týdně 13 chlapců použije fotoaparát a 14 natočí video. Také ve stejném počtu jako děvčata odpovědělo 16 chlapců, že sociální sítě nenavštěvují vůbec.

Otázka č. 8: **Kolik času strávíš denně používáním mobilního telefonu?**

Zde měli žáci vybrat, kolik času tráví denně na mobilním telefonu. Na výběr měli od 0 do 1 hodiny, 1 až 2 nebo 3 a více hodin.

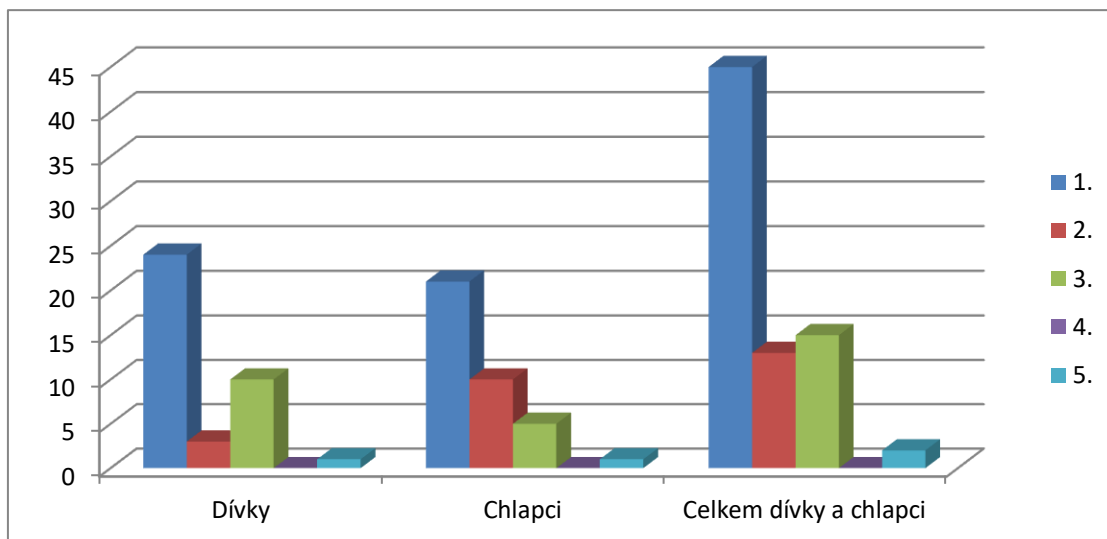
Ze 75 odpovědělo 37 žáků, že na mobilním telefonu tráví maximálně jednu hodinu denně, z toho 22 dívek a 15 chlapců. Jako druhou nejčastější odpověď žáci uvedli, že telefon používají více jak 3 hodiny denně. Takto odpovědělo celkem 23 žáků, z toho 9 dívek a 14 chlapců. Pouze 7 dívek a 8 chlapců využívá mobilní telefon v rozmezí mezi 1 - 2 hodinami denně. Dívky na mobilním telefonu tráví méně času než chlapci.



Graf č. 10: Strávený čas na mobilním telefonu

Otázka č. 9: **Dokážeš si představit 1 den bez mobilního telefonu?**

U této otázky jsme použili škálové položky, kde respondenti měli za úkol určit na škále v rozsahu pěti stupňů, zda by vydrželi jeden den bez mobilního telefonu.

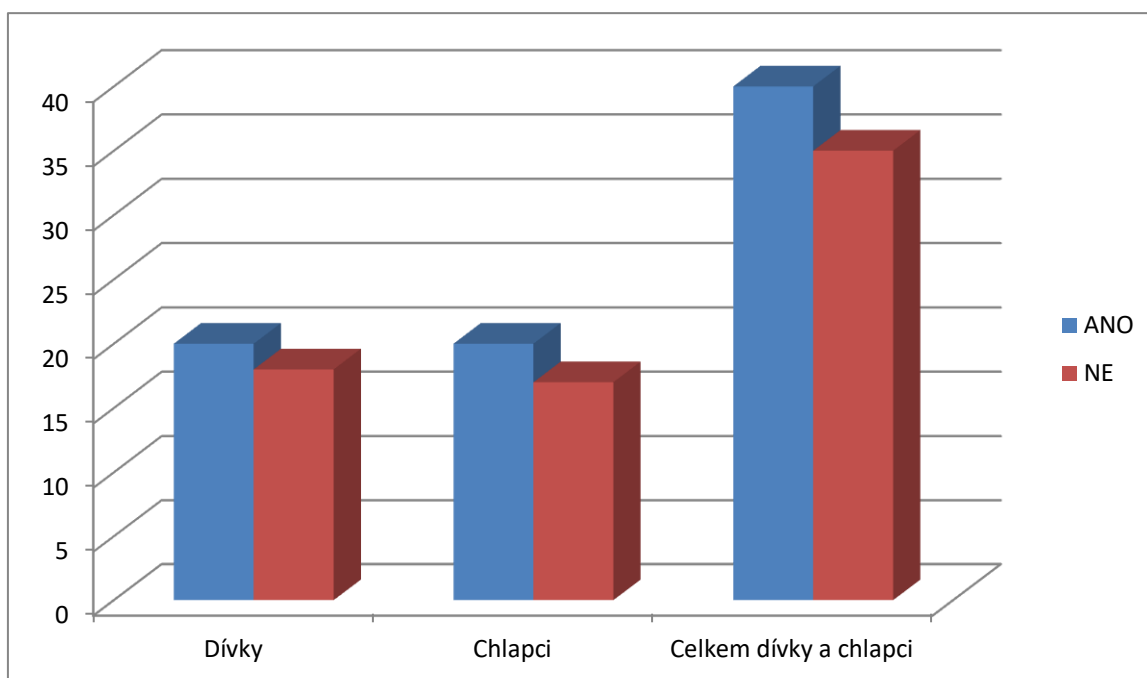


Graf č. 11: Jak zvládají jeden den bez mobilního telefonu

První stupeň vyjadřoval, že by jim to nedělalo žádný problém. Jak je patrné z grafu, odpovědělo takto celkem 45 dětí, z toho 24 dívek a 21 chlapců. 13 respondentů zakroužkovalo druhý stupeň, z toho 3 dívky a 10 chlapců. 15 dětí vybralo jako odpověď stupeň třetí, z toho 10 dívek a 5 chlapců. Ani jedna dívka či chlapec na škále nezakroužkovali předposlední, tedy 4 stupeň. Pouze 2 vybrali poslední stupeň, což znamená, že by si 1 dívka a 1 chlapec nedokázali představit vydržet jeden den bez mobilního telefonu.

Otázka č. 10: **Kontrolují rodiče, kolik času strávíš denně na mobilním telefonu?**

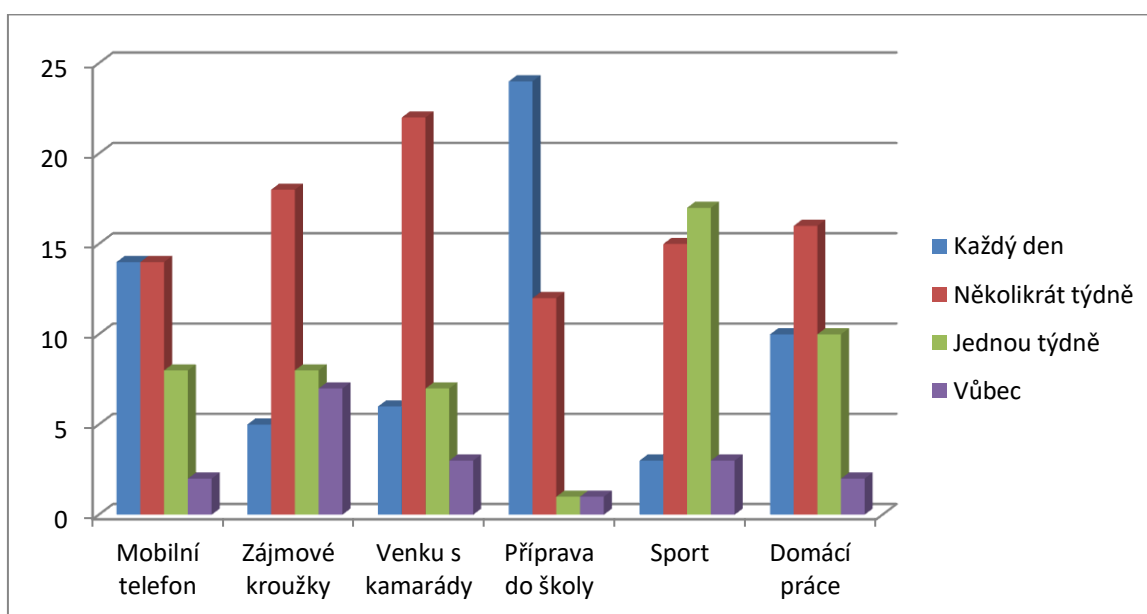
U této otázky jsme chtěli zjistit, zda rodiče kontrolují své děti a dohlíží na to, aby na mobilním telefonu netrávily příliš mnoho času. Dle odpovědí od žáků jsme se dozvěděli, že 46,7 % rodičů neřeší, kolik času za den tráví jejich děti používáním svých telefonů. Častěji žáci označili odpověď ANO, a to celkem 40 krát. Zbýlých 35 dětí tvrdí, že je jejich rodiče nekontrolují. Při porovnání chlapců a dívek jsou si odpovědi celkem podobné, neboť ze 75 dotázaných rodiče kontrolují 20 dívek a 20 chlapců a 18 dívek a 17 chlapců nehlídají rodiče vůbec.



Graf č. 12: Kontrolují rodiče své děti, jak často používají mobilní telefon

Otázka č. 11: Svůj volný čas nejčastěji trávíš?

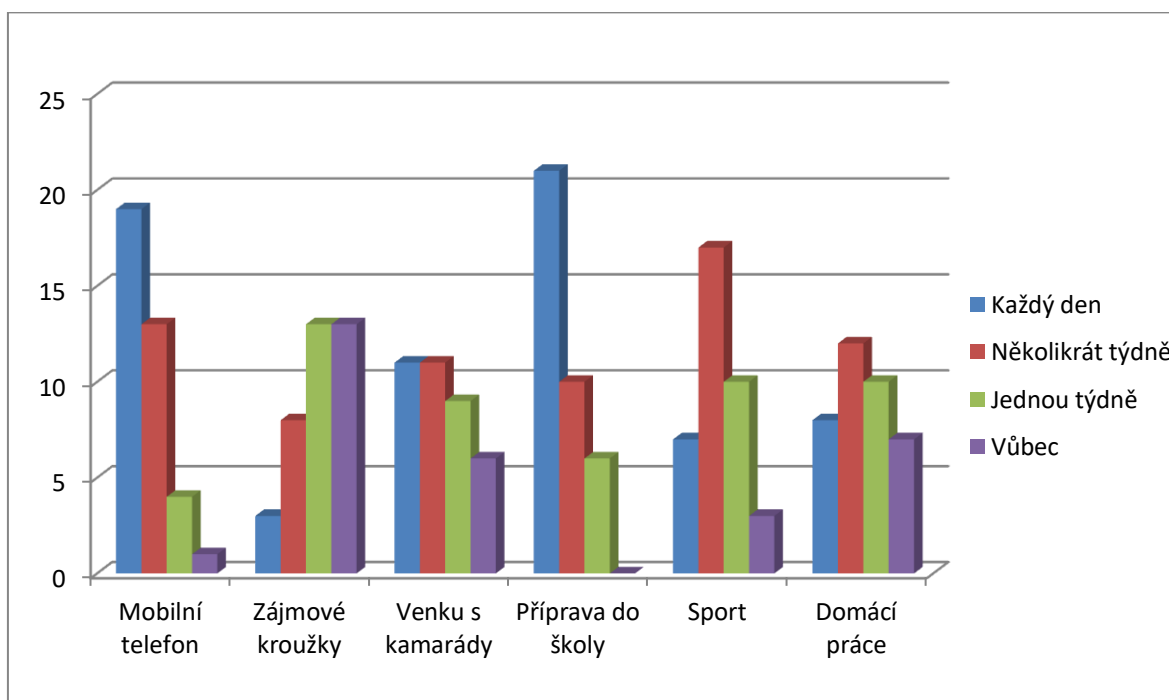
Jedenáctá otázka je obdobná jako otázka číslo sedm. Respondenti opět přiřazovali čísla od 1 do 4 k činnostem, které dělají nejčastěji, pouze s tím rozdílem, že se otázka týkala jejich volného času. Chtěli jsme zjistit, jak tráví svůj volný čas a jak často námi uvedené činnosti praktikují. Měli zde i možnost uvést jiné činnosti, kterým se během týdne věnují a chtěli je zmínit. I v tomto případě jsme grafy rozdělili na chlapce a dívky zvlášť, abychom viděli rozdíl, jak tráví čas děvčata a jak chlapci.



Graf č. 13 : Trávení volného času – dívky

Jak můžeme vyčíst z grafu, téměř 2/3 dívek dělají každý den domácí úkoly a přípravu do školy. Dalších 12 dívek se přípravě do školy věnuje alespoň několikrát týdně. Pouze jedna dívka odpověděla, že se do školy nepřipravuje vůbec. Shodné množství dívek, tedy 14, tráví každý den či několikrát týdně na mobilním telefonu. Pouze 2 dívky z 38 nepoužívá svůj mobilní telefon ani jednou týdně. Téměř polovina dívek (18) navštěvuje několikrát týdně zájmové kroužky, 8 jich kroužky navštěvuje alespoň jednou týdně, 5 dívek chodí do kroužků každý den a 7 dívek nenavštěvuje žádný kroužek. Obdobné množství žákyň nám sdělilo, že se několikrát týdně (15) nebo jednou týdně (17) věnují sportu. Stejný počet dívek, tedy 3, se věnují sportu každý den, ale také vůbec. Celkem 22 dívek označilo, že několikrát týdně chodí ven se svými kamarády a pouze 3 uvedly, že ven s kamarády nechodí. Celkem 36 respondentek pomáhá rodičům s domácími pracemi, pouze 2 dívky nepomáhají ani jednou týdně.

Jako další aktivity děvčata uvedla, že se také věnují čtení (1), sledování televize (1), počítači (1) nebo tráví čas ve školní družině (1).



Graf č. 14 : Trávení volného času - chlapci

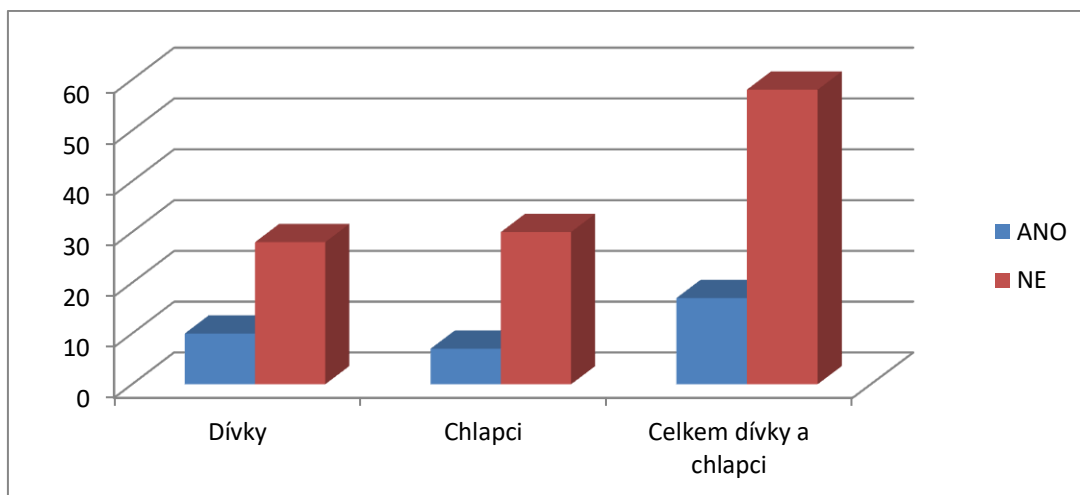
Odpovědi chlapců jsme zaznamenali zvlášť do grafu. Z tohoto grafu je zjevné, že 21 chlapců se každý den připravuje do školy a dělá domácí úkoly. Dalších 10 se připravuje několikrát týdně a alespoň jednou týdně dělá úkoly 6 žáků. Na odpověď „Vůbec“ neodpověděl ani jeden. Ihned další častou odpovědí, kterou chlapci dělají každý den, je

používání mobilního telefonu. Z 37 jich 19 odpovědělo, že je na mobilu každý den, 13 používá mobilní telefon několikrát týdně a 4 žáci alespoň jednou za týden. Pouze 1 chlapec nepoužívá mobilní telefon, aby vyplňoval svůj volný čas. S kamarády tráví volný čas 31 chlapců, z toho 11 každý den, 11 několikrát týdně a 9 minimálně jednou týdně. 9 chlapců ven s kamarády nechodí. Sportu se věnuje většina chlapců několikrát týdně (17) nebo alespoň jednou týdně (10). Volný čas sportem netráví 3 chlapci, avšak necelých 20 % se věnuje sportu každý den. Naopak od dívek se většina chlapců zájmovým kroužkům téměř nevěnuje, pouze 8 navštěvuje kroužky několikrát týdně a jen 3 každý den. Jen o 5 chlapců méně než dívek pomáhá rodičům při domácích pracích. Každý den pomáhá 8 chlapců, 12 pomáhá několikrát týdně a 10 rodičům pomůže jednou za týden.

Chlapci navíc ještě uvedli, že si ve svém volném čase hrají s hračkami (1) nebo na počítači (1).

Otázka č. 12: **Bolí tě hlava při dlouhodobějším používání mobilního telefonu?**

Z této otázky jsme chtěli získat informace o tom, zda má mobilní telefon a jeho používání na respondenty negativní vliv, co se týká zdravotních problémů. Dotazovali jsme se, zda respondenty bolí hlava, když mobilní telefon používají delší dobu, neboť máme bolest hlavy uvedenou jako jeden z příznaků v naší teoretické části.

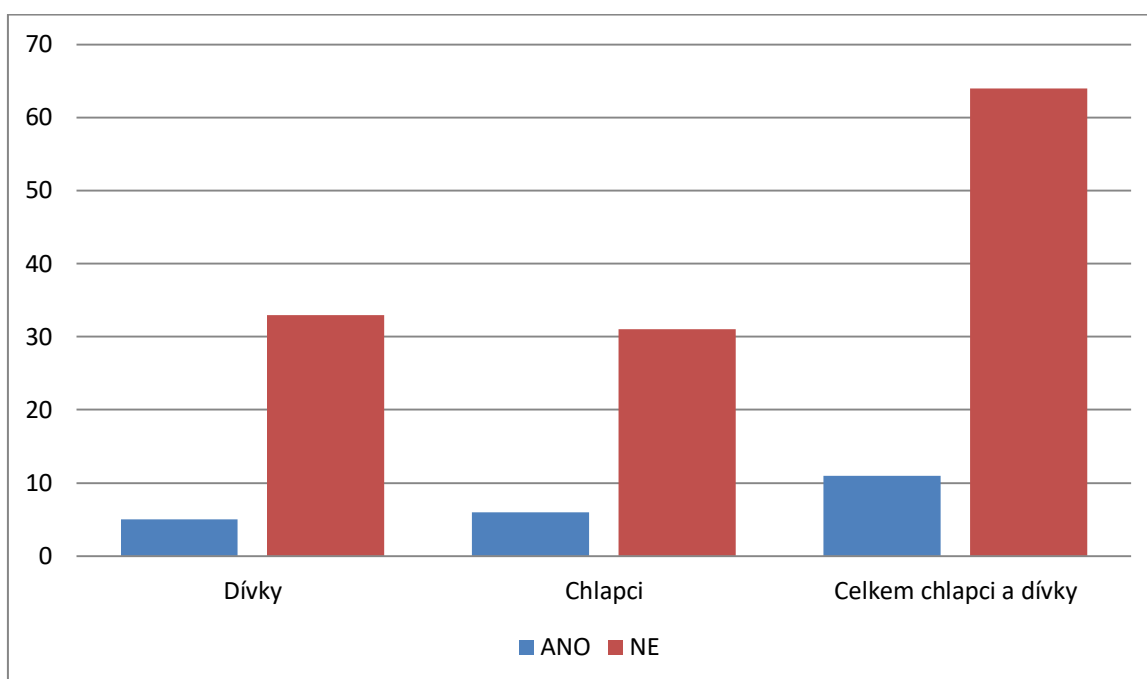


Graf č. 15: Bolest hlavy při používání mobilního telefonu

Dozvěděli jsme se, že celkem 58 dětí při používání svého mobilního telefonu nebolí hlava, z toho 30 chlapců a 28 dívek. Nicméně na někom se tyto projevy objevují a na bolest hlavy trpí konkrétně 10 žákyň a 7 žáků.

Otázka č. 13: Jsi nervózní nebo ve stresu, když jsi delší dobu bez svého mobilního telefonu?

Tato otázka má podobný význam jako otázka číslo devět a je zaměřena na to, zda se u námi vybraných žáků projevují znaky nomofobie. Odpovídali na to, zda pociťují nervozitu, pokud nemají svůj mobilní telefon delší dobu u sebe. Dle hodnot v dotazníku můžeme uvést, že téměř většina respondentů zvládá situaci bez mobilního telefonu hravě.

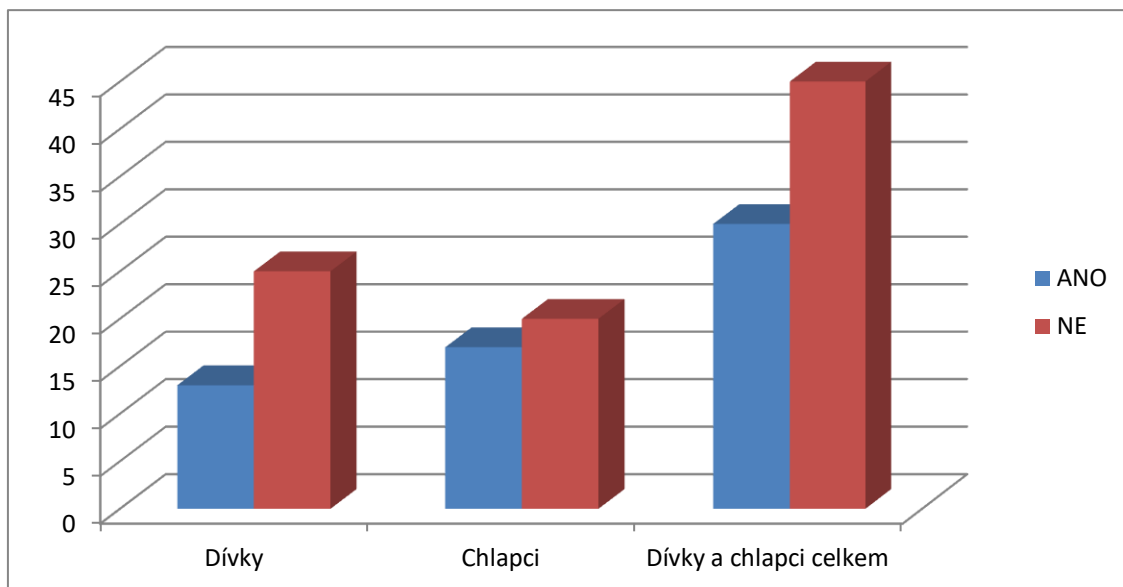


Graf č. 16: Pocit nervozity bez mobilního telefonu

Pouze 6 chlapců a 5 dívek se necítí ve své kůži, když nemají po ruce svůj telefon. Hodnoty jsou téměř vyrovnané, neboť nám udávají, že 33 dívek a 31 chlapců, celkem tedy 64 dětí, nemá problém být bez mobilního telefonu.

Otázka č. 14: Setkal (a) ses někdy s nevyžádanými (nepříjemnými) zprávami či hovory od ostatních lidí?

Tato otázka je zaměřena na to, zda některé děti obdržely nevhodnou zprávu nebo hovor a bylo jim to nepříjemné. Detailněji jsme tuto otázku nerozebírali, aby se děti znovu nedostaly do nepříjemné situace, nicméně nás překvapilo, že celkem 30 respondentů odpovědělo, že ANO. Z toho 17 chlapců a 13 dívek. Celkem 45 dětí, z toho 25 dívek a 20 chlapců odpovědělo, že se s tímto nikdy nesešli.

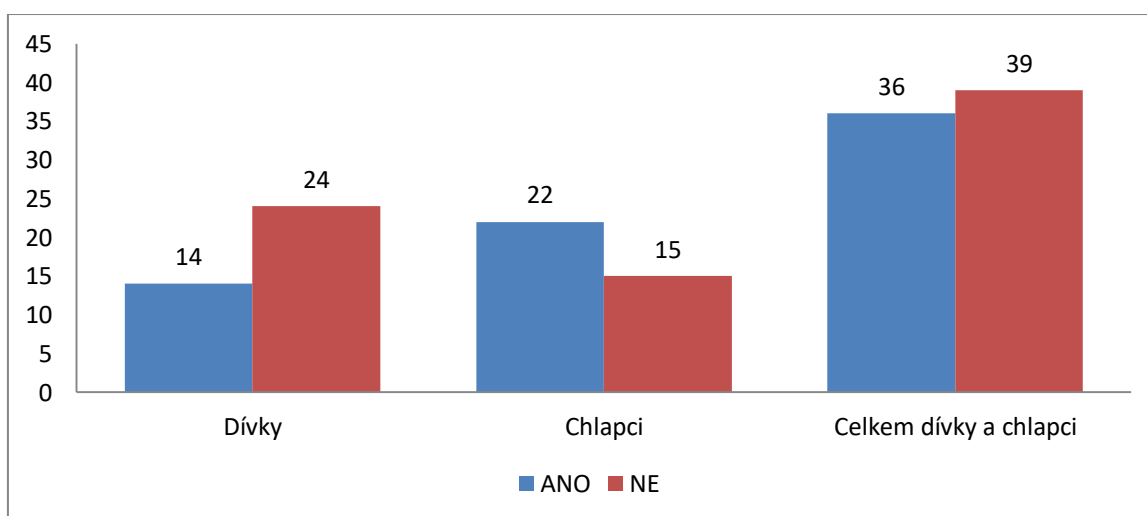


Graf č. 17: Počet respondentů, kteří se setkali s nepříjemným hovorem či zprávou

V grafu si můžeme všimnout, že se do této situace dostalo o 4 chlapce více, než dívek. Procentuálně to vychází, že nevyžádaný obsah na mobilní telefon, obdrželo 45,9 % chlapců a 34,2 % děvčat.

Otázka č. 15: Používáš mobilní telefon v posteli před spaním?

Další otázka v našem dotazníku navazuje na dvanáctou otázku a ptali jsme se respondentů na to, zda používají svůj mobilní telefon večer před spaním, když se chystají spát. Děti by neměly mít mobilní telefon při spánku u sebe, nicméně nám z našeho šetření vyšlo, že celkem 36 respondentů mobilní telefon před spánkem používá.

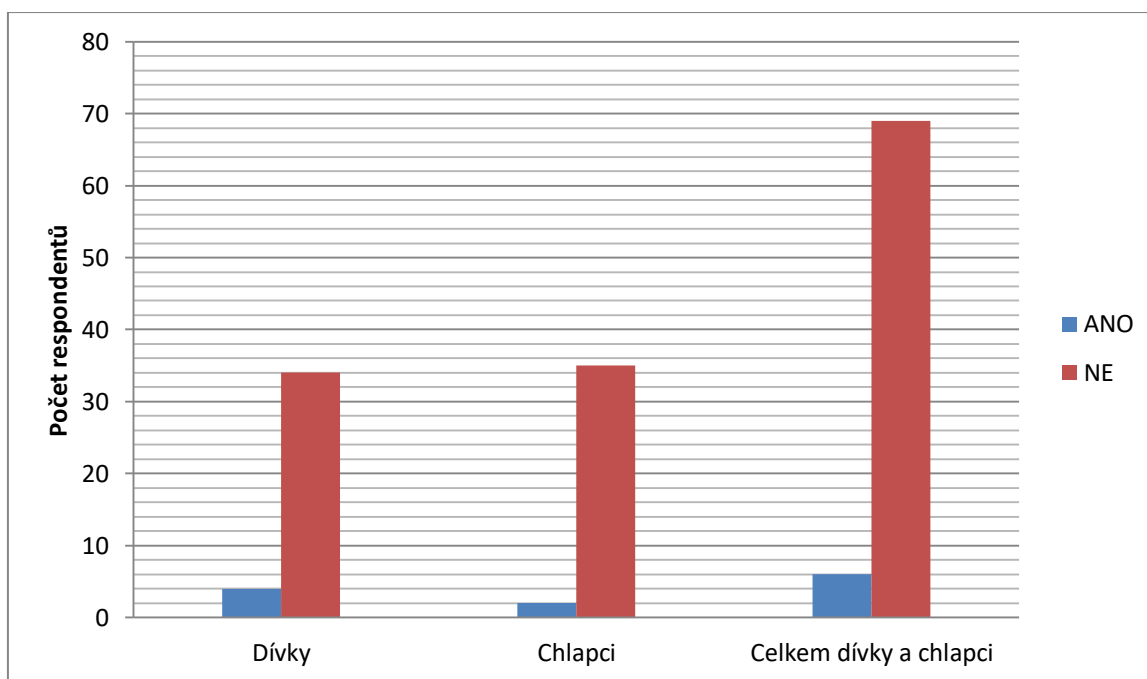


Graf č. 18: Používání mobilního telefonu před spánkem

Odpovídalo celkem 75 dětí a z grafu je patrné, že 22 chlapců, což je 29,3 % a 14 dívek, tedy 18,7 % používá telefon v posteli, než usne. Celkově jsou uvedená data téměř vyrovnaná, protože zhruba jedna polovina dětí telefon před usínáním používá a druhá ne. Ve srovnání ho používá o 8 chlapců více než dívek.

Otázka č. 16: Dal (a) jsi někdy na internet nevhodnou fotografii nebo video svého kamaráda, abys ho zesměšnil?

Předposlední otázka byla respondentům položena, jelikož jsou v teoretické části této práce zmíněna rizika, která souvisí s mobilním telefonem, a toto je jedno z nich. Dozvěděli jsme se, zda se u dětí v tomto věku objevují znaky kyberšikany. Celkem 2 chlapci a 4 dívky zveřejnili fotografii či video svého kamaráda, aby jej mohli zesměšnit. Z toho vyplývá, že 8 % alespoň jednou svému kamarádovi chtěli znepříjemnit situaci a vystavit ho posměchu. 34 dívek a 35 chlapců nikdy nic takového svému kamarádovi neudělalo, což je celkem 69.

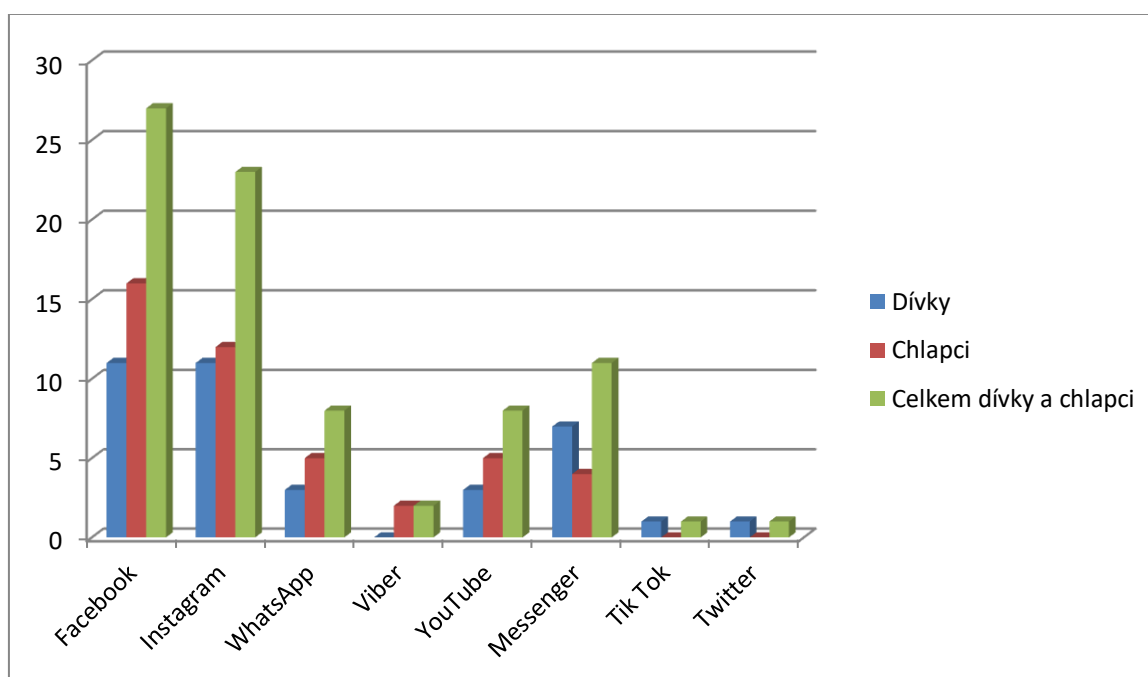


Graf č. 19: Počet respondentů, kteří zveřejnili fotografii či video kamaráda, aby ho zesměšnil

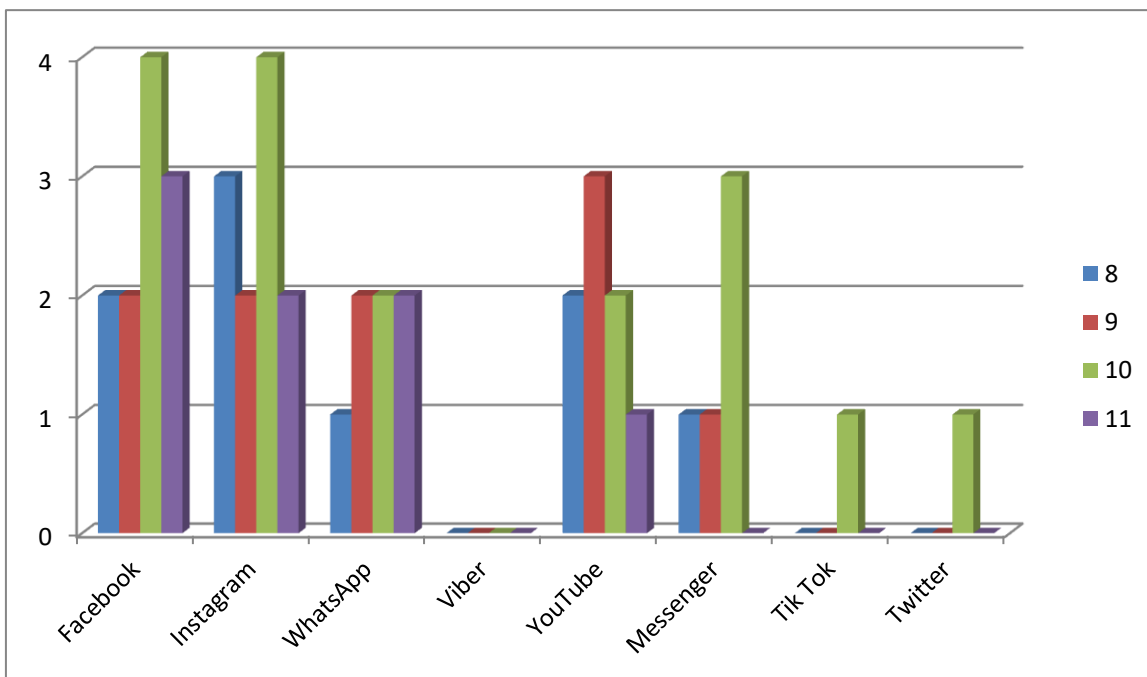
Otázka č. 17: Používáš některé komunikační služby nebo sociální sítě?

Poslední otázka měla zjistit, jaké sociální sítě či online služby respondenti používají k vyplnění jejich času, zábavě nebo komunikaci. Tato otázka byla doplněna o další doplňující otázku, kde respondenti uvedli konkrétní online služby a sociálních sítě.

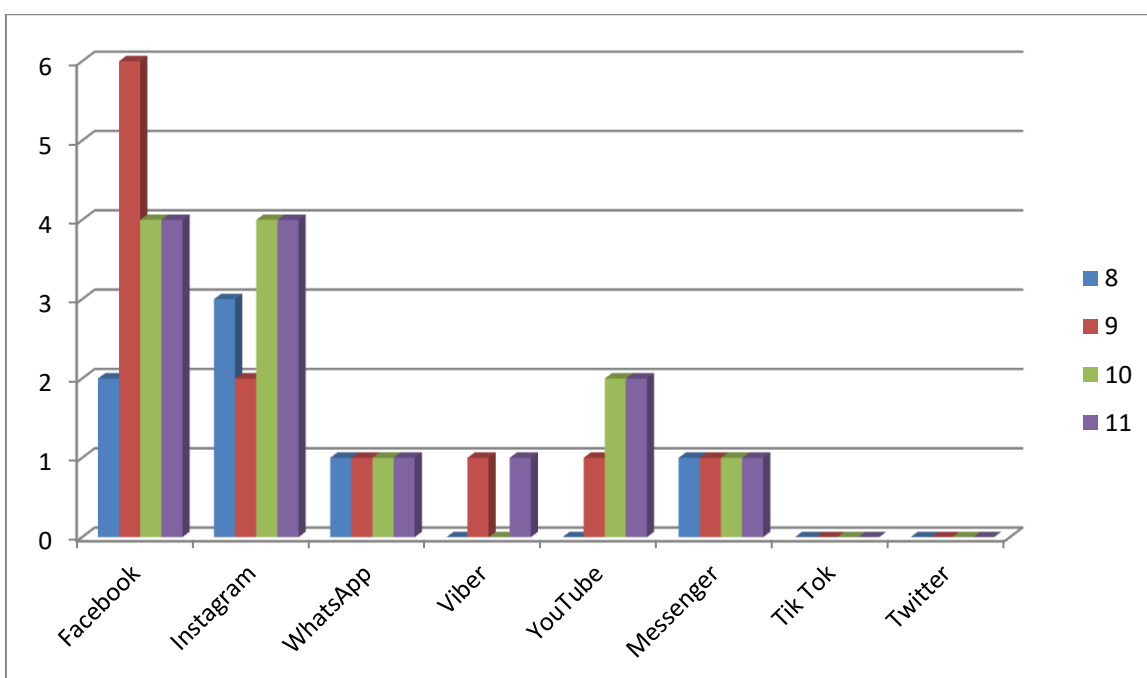
Nejvíce dotázaných používá Facebook, což je celkem 27 respondentů, z toho 16 chlapců a 11 dívek. Jako další nejvíce používaná sociální síť, kterou využívá celkem 23 dotázaných dětí, z toho 12 chlapců a 11 dívek, je Instagram. Celkem 11 dětí uvedlo, že ke komunikaci s ostatními používají Messenger. Messenger používá o 3 dívky více než chlapci. Pro další způsob komunikace 8 respondentů, z toho 5 chlapců a 3 dívky, využívají mobilní aplikaci WhatsApp a pouze 2 chlapci Viber. YouTube navštěvuje o 2 chlapce více, než dívek. Celkově YouTube používá 8 dětí, z toho 5 chlapců a 3 děvčata. Jako další možnosti 1 dívka uvedla Tik Tok a Twitter.



Graf č. 20: Online služby a sociální sítě, které žáci používají – dívky a chlapci



Graf č. 21 : Online služby a sociální sítě, které dívky používají – rozdělení dle věku



Graf č. 22: Online služby a sociální sítě, které chlapci používají – rozdělení dle věku

5.6 Zhodnocení dat výzkumného šetření

Tato podkapitola má za úkol zhodnotit výsledky našeho výzkumného šetření. Celkem bylo rozdáno 84 dotazníků žákům prvního stupně IV. Základní školy a Domu dětí a mládeže Krasohled v Zábřehu. Dotazníky byly rozdány dětem ve věku 8 až 11 let, z toho 15 dětí mělo 8 let, 30 dětí 9 let, 26 dětí 10 let a 13 dětí 11 let.

Jednotlivě jsme zpracovali každou otázku a získaná data jsme zaznamenali do grafů, aby bylo jasně vidět, k jakým výsledkům jsme se dopracovali. Dozvěděli jsme se, že 38 dívek a 37 chlapců vlastní mobilní telefon. Pouhé 2 dívky a 7 chlapců svůj mobilní telefon nemá, nic jim však nebrání v tom, aby si jej mohly půjčovat od rodičů. Pouze jeden chlapec uvedl, že si mobil nepůjčuje ani od rodičů a skutečně tedy mobilní telefon nepoužívá.

I přesto, že mají žáci ve škole zákaz mít zapnutý telefon nebo by jej neměli ani nosit do školy, protože ho nesmí používat, nosí ho s sebou 66,7 % dětí. V rozdělení na dívky a chlapce to vychází naprosto stejně, a to 25 dívek a 25 chlapců.

Když jsme zjišťovali, zda a kolik dětí má chráněný mobilní telefon proti použití cizím člověkem, překvapilo nás, že 20 % dětí ho nemá zabezpečený vůbec. Nejvíce dětí má zabezpečený telefon gestem, což je 40 %, pomocí číselného kódu odemyká mobilní telefon 21,3 %, nejméně používají děti otisk prstu, a to pouze 18,7 %. Na zabezpečení mobilního telefonu svých dětí by měly rodiče dohlížet stejně tak jako na to, aby kontrolovaly, kolik času tráví jejich děti na mobilním telefonu. 49,3 % dětí uvedlo, že na telefonu tráví maximálně hodinu denně. Dále 30,7 % dětí vybralo odpověď, že na něm tráví více jak 3 hodiny denně a 20 %, tedy nejméně, používá telefon od 1 do 2 hodin denně. Rodiče nekontrolují necelou polovinu dotázaných dětí, což je 35 dětí.

Výsledky respondentů se mezi dívkami a chlapci výrazně neliší, nejčastěji používají mobilní telefon k obdobným činnostem, až na malé rozdíly. Každý den hraje na mobilním telefonu hry 30,7 % dětí, dále 36 % každý den telefonuje, 24% posílá SMS zprávy. Poměrně málo respondentů natáčí videa, fotí a poslouchá hudbu.

Rodiče platí 33,3 % respondentům datové připojení, aby mohly navštěvovat internet i na místech, kde se není možné připojit na Wi-Fi. Co se týká internetu, ten denně navštěvuje 22,7 % a 20 % dětí navštěvuje denně sociální síť. Mezi nejčastěji navštěvované sociální sítě a online služby žáci prvního stupně uvedli, že používají Facebook, Instagram a ihned poté Messenger. Zajímavostí je, že je Facebook mohou používat děti, které mají minimálně 13 let. V našem výzkumném šetření nebyl ani jeden žák, který by měl 13 let,

nicméně 36 % uvedlo, že na něm má založený svůj profil se smyšleným věkem. Instagram má založeno 30,7 % žáků a Messenger 14,7 %. Překvapením je, že Facebook a Instagram používají i děti v osmi letech.

Zjišťovali jsme, zda se u dětí v takto nízkém věku projevují známky závislosti na mobilním telefonu nebo příznaky zdravotních obtíží. Pouze minimální část respondentů by mělo problém vydržet jeden den bez mobilního telefonu a uvedli, že nepocítují nervozitu, když nemají mobilní telefon u sebe. Co se týká bolestí hlavy, tady 22,7% uvedlo, že je při dlouhodobém používání telefonu bolí hlava. Rozhodně by děti neměly před spaním používat telefon, jak je uvedeno v teoretické části práce. Nicméně ho v posteli používá necelá polovina, tedy 48 %. Nejlépe, kdyby ho neměly děti přes noc ani v pokoji. Tímto pak vzniká nespavost a následují již zmíněné bolesti hlavy. Tuto situaci by neměli rodiče podceňovat a měli by otázky, které se týkají mobilních telefonů a jejich dětí, více řešit.

Dále nás jako rizika zajímalo, zda někdy žáci prvního stupně zveřejnili nevhodný obsah s fotografií nebo videem svého kamaráda, aby ho zesměšnili. Naštěstí vyšlo, že někdy tohle svému kamarádovi udělalo pouze 8%, nicméně nemělo by se to dít vůbec. Zkoumali jsme si opačnou situaci, a to, zda se naši respondenti někdy setkali s nevyžádaným hovorem či zprávou, která jim nebyla příjemná. Tady respondenti odpovídali, že se s tímto setkalo 40 % z nich. Pokud žáci odpovídali pravdivě, jedná se o velmi vysoké číslo a bylo by žádoucí zjistit, zda se v tomto případě opravdu nejedná o projevy kyberšikany.

Ve svém volném čase se nejvíce dětí věnuje přípravě do školy (60%) a také tráví čas na mobilním telefonu (44%). Z průzkumu lze dále vyčíst, že v dnešní době se děti přestávají věnovat zájmovým kroužkům a čím dál více propadají moderním technologiím.

Závěr

Ze studia odborné literatury, věnující se problematice užívání mobilních telefonů, provedeným šetřením a rovněž z poznatků z každodenního života lze předurčit, že rizika užívání mobilního telefonu žáky základní školy, tedy mladistvými jsou značná a nadále se budou s technickým vývojem a mnohými jinými faktory spíše zvyšovat. Ostatními faktory můžeme rozumět nejen cenovou dostupnost zařízení, tedy mobilního telefonu, ale také využívání volného času každého uživatele a v neposlední řadě také službami, připojením k síti internet, které mnohde již jsou a v budoucnu budou zcela dostupné a bezplatné. Dnešní svět je oproti generaci našich rodičů v mnohém odlišný a specifický a je potřeba reagovat na vzniklé současné problémy a jevy ve společnosti, u mladistvých nevyjímaje. Jako nejlogičtější a také nejúčinnější alternativu můžeme považovat dohled a regulaci rodičů ve vzájemné koordinaci se školským zařízením. Právě omezení používání mobilního telefonu ve školách je zcela na místě současně se zavedením specializovaných předmětů, jako je například hygiena volného času.

Vypracováním bakalářské práce a zejména provedením její praktické části se podařilo potvrdit teoretickou část a potvrdit skutečnost, že značná část dotázaných dětí vlastní svůj mobilní telefon, který používá denně a již v tomto věku se stává součástí jejich každodenního života. Žáci podle zjištění nejčastěji používají mobilní telefon ke komunikaci jak mezi sebou, tak mezi rodiči. Bezesporu je přínosné, že rodič ví v aktuální dobu, kde se dítě nachází, může reagovat na jeho požadavky a být s ním ve spojení. Nicméně druhou stranou je skutečnost, že děti mezi sebou komunikují stále více prostřednictvím různých aplikací, SMS a multimediálních zpráv, což má na jejich rozvoj neblahý vliv. Děti nejsou poté zvyklé na otevřenou komunikaci a často se slovně nedokáží vyjádřit.

Mnoho okolností a zejména vlivů, které na děti působí, můžeme jako rodiče ovlivnit a některé i úplně změnit. Tomuto jsme se v první části bakalářské práce také okrajově věnovali v kapitole prevence. Bakalářská práce popisuje teoreticky ve své první části a graficky také znázorňuje v části druhé současný stav, z něhož není třeba se znepokojovat, nýbrž k němu přistupovat aktivně a s jistým pochopením pro tuto oblast. Děti nelze od soudobých technických prostředků se vším, co nabízejí zcela eliminovat. Je však zapotřebí využít maximum potenciálu preventivního působení, výchovného působení a jiných obdobných mechanismů k dosažení jisté míry, či poměru, kdy pro dítě není užívání telefonu škodlivé, ale zároveň je přínosné pro jeho rozvoj.

Seznam použité literatury a zdrojů

Alza.cz: *iPhone 6s 32GB Space Gray* [online]. ©1994-2017 [cit. 2017-05-25]. Dostupné z: <https://www.alza.cz/iphone-6s-32gb-space-gray-d4463795.htm?catid=18857389>

BOŽENSKÝ, Jan. Obézní děti. In: *Detiapohyb.cz* [online]. Ostrava, 2017 [cit. 2017-06-15]. Dostupné z: <http://detiapohyb.cz/uvodni-stranka/obezni-deti/>

Co je Facebook. Jak na Facebook: rady a nápady jak na facebook.com [online]. c2016 [cit. 2018-02-17]. Dostupné z: <http://www.jaknafacebook.com/co-je-facebook/>

Co je ICT? *ZKUS IT: Rozhodni se pro budoucnost* [online]. Praha: Zkus IT o.s., ©2007-2010 [cit. 2017-10-10]. Dostupné z: <http://www.zkusit.cz/proc-zkusit/co-je-ict.php>

Co je to ten Android? *Android Aplikace* [online]. 2012 [cit. 2017-06-01]. Dostupné z: <http://androidaplikace.cz/index.php/co-je-operacni-system-android/>

COHEN, Lisa. New Report Finds Teens Feel Addicted to Their Phones, Causing Tension at Home. In: *Common sense media* [online]. San Francisco: Common Sense, 2016 [cit. 2017-04-15]. Dostupné z: <https://www.commonsensemedia.org/about-us/news/press-releases/new-report-finds-teens-feel-addicted-to-their-phones-causing-tension-at>

ČERNÁ, Alena. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada, 2013. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-6374-7.

DOSEDLA, M. Digitální technologie a technika. Brno, listopad 2007. Dostupný z: educoland.muni.cz/down-317

ECKERTOVÁ, Lenka a Daniel DOČEKAL. *Bezpečnost dětí na internetu: rádce zodpovědného rodiče*. Brno: Computer Press, 2013. ISBN 9788025138045.

ELLIOTT, Michele. *Jak ochránit své dítě*. Praha: Portál, 1995. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 8071780340.

Games4free [online]. Games-4-Free.org, c2018 [cit. 2018-03-11]. Dostupné z: <https://www.games-4-free.org>

GAVORA, Peter. Úvod do pedagogického výzkumu. 2., rozš. vyd. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-85931-79-6.

Generace XYZ. In: *Gradua-CEGOS, s.r.o.* [online]. Praha, 2016 [cit. 2017-04-13]. Dostupné z: <http://www.gradua.cz/blog/vzdelavani-zamestnacu/generace-xyz.html>

GILÍK, Richard. Mobilní telefon - neškodný přístroj, nebo zabiják? In: *Vitalia* [online]. Praha, 2011 [cit. 2017-03-15]. Dostupné z: <https://www.vitalia.cz/clanky/mobilni-telefon-neskodny-pristroj-nebo-zabijak/>

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1.

HORNYŠ, Roman. Pohled do historie mobilních telefonů. Víte, že.. In: *Mobilizujeme* [online]. 2012 [cit. 2017-06]. Dostupné z: <https://mobilizujeme.cz/clanky/pohled-do-historie-mobilnich-telefonu-vite-ze>

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5326-3.

Chronické bolesti hlavy: Poznejte nejčastější příčiny!: Tenzní bolesti hlavy. In: *Žena* [online]. Praha: Zuzana Selementová, 2013 [cit. 2017-03-15]. Dostupné z: <https://www.zena.cz/zdravi/chronicke-bolesti-hlavy-poznejte-nejcastejsi-priciny/r~i :article:773835/?redirected=1492177433>

CHUM, Sebastian. Současné generace X, Y a Z - krátké seznámení. In: *IDNES.cz* [online]. Praha, 2013 [cit. 2018-12-08]. Dostupné z: <https://sebastianchum.blog.idnes.cz/blog.aspx?c =372981>

Jak vypracovat bakalářskou a diplomovou práci. 6., aktualiz. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2015. ISBN 978-80-7452-106-5.

JONÁK, Zdeněk. Informační společnost. In: KTD: Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV) [online]. Praha: Národní knihovna ČR, 2003- [cit. 2017-04-10]. Dostupné z : http://aleph.nkp.cz/F/?func=direct&doc_number=000000468&local_base=KTD

KARÁSEK, Jakub. Před 4 lety Microsoft světu ukázal Windows Phone. Jakou cestu urazil a kam má nakročeno? (2. část). *SmartMania* [online]. Praha, 2014 [cit. 2017-06-06]. Dostupné z: <https://smartmania.cz/historie-windows-phone-microsoft-6935/>

KEIZER, Gregg. Windows comes up third in OS clash two years early. *Computer World* [online]. 2016 [cit. 2017-04-09]. Dostupné z: <http://www.computerworld.com/article/3050931/microsoft-windows/windows-comes-up-third-in-os-clash-two-years-early.html>

KOČVAROVÁ, Ilona. Dotazník. In: CHRÁSKA, Miroslav a Ilona KOČVAROVÁ. *Kvantitativní metody sběru dat v pedagogických výzkumech*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2015. ISBN 978-80-7454-553-5.

KONUPKOVÁ, Eliška. Tabletové rameno. In: *Příznaky, Projevy: Poznejte svou nemoc* [online]. 2017 [cit. 2017-06-19]. Dostupné z: <http://www.priznaky-projevy.cz/neurologie-neurochirurgie/tabletove-rameno-priznaky-projevy-symptomy-pricina-lecba>

KOPECKÝ, Kamil a Martin KOŽÍŠEK. Fenomén sexting v teorii a praxi. *Skauting: dvouměsíčník pro skautskou výchovu* [online]. 2015, roč. 53, č. 1, s. 4 -7 [cit. 2017-04-04]. ISSN 1210-9827. Dostupné z: <http://krizovatka.skaut.cz/dokumenty/category/62-3776?download=769:skauting-unor-2015>

KOŽÍŠEK, Martin a Václav PÍSECKÝ. Bezpečně n @ internetu: průvodce chováním ve světě online. Praha: Grada Publishing, 2016, 175 s. ISBN 978-80-247-5595-3 .

KULICH, Roman. V červnu příštího roku se dočkáme nové verze Androidu – Android 6.1. In: *Smartphony: Vše o smartphonech na jednom místě* [online]. 2015 [cit. 2017-04-12]. Dostupné z: <http://www.smartphony.cz/v-cervnu-pristiho-roku-se-dockame-nove-verze-androidu-android-6-1/>

MACEK, Jakub. *Úvod do nových médií*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2011. ISBN 978-80-7464-025-4.

MŠMT. Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních. In: *MŠMT: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. 2010, MŠMT [cit. 2018-12-05]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>

MŠMT. Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních. In: *MŠMT: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. 2016, MŠMT [cit. 2018-12-05]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-apokyny>

Navigační systémy GPS. In: *Http://www.gpsnavigace.cz* [online]. Brno [cit. 2018-12-02]. Dostupné z: http://www.gpsnavigace.cz/prispevky/co_je_gps.htm

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost*. 3., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2007. ISBN 9788073672676.

Netolismus: Co je netolismus? In: *Netolismus.cz* [online]. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, ©2015 [cit. 2017-03-20]. Dostupné z: <http://www.netolismus.cz/>

NEUMAJER, Ondřej, Lucie ROHLÍKOVÁ a Jiří ZOUNEK. *Učíme se s tabletem: využití mobilních technologií ve vzdělávání*. Praha: Wolters Kluwer, 2015. ISBN 978-80-7478-768-3.

Nomofobie i fantomova vibrace. Pozor na závislost na chytrých telefonech. In: *LIDOVKY.CZ* [online]. 2014 [cit. 2017-04-15]. Dostupné z: http://relax.lidovky.cz/nomofobie-i-fantomova-vibrace-pozor-na-zavislost-na-chytrych-telefonech-14k-/zdravi.aspx?c=A140504_154111_ln-zdravi_hm

NOVOTNÝ, Jan. Nejčastější ortopedická onemocnění dětského věku: Skolióza. In: *Šance Dětem: Pomáháe dětem, které neměly v životě štěstí* [online]. Praha, 2016 [cit. 2017-05-18]. Dostupné z: http://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/deti-se-zdravotnim-postizenim/deti-s-telesnym-postizenim/nejcastejsi-otopedicka-onemocneni-detskeho-veku.shtml?gclid=CjwKEAajwjunJBRDzl6iCpoKS4G0SJACJAx-VkanZdz8TVuJRB2mgnRZCjz82TVWgpM9KfL14EcDhyBoCzKvw_wcB

Phubbing. *Oxford Dictionaries* [online]. Oxford: Oxford University Press, 2017 [cit. 2017-06-05]. Dostupné z: https://en.oxforddictionaries.com/definition/flame_war

PIVOŇKOVÁ, Eva. Nomofobie, strach ze ztráty mobilního signálu. In: *Příznaky, Projevy: Poznejte svou nemoc* [online]. 2013 [cit. 2017-04-15]. Dostupné z: <http://www.priznaky-projevy.cz/psychiatrie-sexuologie/nomofobie-strach-ze-ztraty-mobilniho-singalu-priznaky-projevy-symptomy>

POHNĚTALOVÁ, Yveta. *Vztahy školy a rodiny: případové studie*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-626-1.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 6. aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-647-6.

RŮŽIČKA, Miroslav. Jak šel čas – Apple. In: *Dotekomanie.cz* [online]. c2010-2017 [cit. 2017-05-18]. Dostupné z: <https://dotekomanie.cz/2014/03/jak-sel-cas-apple/>

ŘÍČAN, Pavel a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Dětská klinická psychologie*. Vyd. 3., přeprac. a dopl. Praha: Grada, 1997. ISBN 8071695122.

Slovník: Mobil. *Bezpečněonline.cz: Stránky pro všechny zájemce o bezpečný internet* [online]. Praha: Národní centrum bezpečnějšího internetu [cit. 2017-06-16]. Dostupné z: <http://www.bezpecne-online.cz/projekt-bezpecne-online/slovník.html#m>

SPITZER, Manfred. *Kybernemoc!: jak nám digitalizovaný život ničí zdraví*. Přeložil Iva KRATOCHVÍLOVÁ. Brno: Host - vydavatelství, 2016. ISBN 978-80-7491-792-9.

Srovnání mobilních operačních systémů: Android. *Alza.cz* [online]. Alza.cz, ©1994-2017 [cit. 2017-05-25]. Dostupné z: <https://www.alza.cz/srovnani-mobilnich-operacnich-systemu>

Srovnání mobilních operačních systémů: Windows 10 Mobile. *Alza.cz* [online]. Alza.cz, ©1994-2017 [cit. 2017-05-25]. Dostupné z: <https://www.alza.cz/srovnani-mobilnich-operacnich-systemu>

SVOBODOVÁ, Marcela. Šest příznaků závislosti na mobilním telefonu. In: *OnaDnes.cz* [online]. Praha, 2016 [cit. 2017-03-20]. Dostupné z: http://ona.idnes.cz/jak-se-projevuje-zavislost-na-mobilnim-telefonu-fuk-/zdravi.aspx?c=A160516_102736_zdravi_pet

Symptomy závislosti na Facebooku. In: *Netolismus.cz* [online]. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, ©2015 [cit. 2018-02-17]. Dostupné z: <http://www.netolismus.cz/>

Syndrom "SMSkového krku". In: *Owl In The Cloud: Internetový magazín* [online]. Praha, 2016 [cit. 2017-05-18]. Dostupné z: <http://www.owlcloud.cz/clanky/bolest-patere-mobil.html>

SZOTKOWSKA, Jana. Syndrom SMSkového krku. In: *Příznaky, Projevy: Poznejte svou nemoc* [online]. 2016 [cit. 2017-06-19]. Dostupné z: <http://www.priznaky-projevy.cz/ortopedie/syndrom-smskoveho-krku-text-neck-priznaky-projevy-symptomy>

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. ISBN 9788024421414.

Tělesná a psychosociální rizika. In: *Netolismus.cz* [online]. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, ©2015 [cit. 2018-02-17]. Dostupné z: <http://www.netolismus.cz/>

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 9788024621531.

Vybíráme mobil s operačním systémem Apple iOS: Operační systém Apple iOS. *Průvodce nákupem* [online]. c2015-2016 [cit. 2017-05-25]. Dostupné z: <http://mobilni-telefony.pruvodcenakupem.cz/clanek-jaky-operacni-system-do-telefonu.htm>

Zavislost na Facebooku. In: *Netolismus.cz* [online]. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, ©2015 [cit. 2018-02-17]. Dostupné z: <http://www.netolismus.cz/>

Seznam zkratek

CD: Compact Disc

DVD: Digital Versatile Disc

FAD: Facebook Addiction Disorder

GPS: Global Positioning System

IKT: Informační a Komunikační Technologie

IT: Informační Technologie

MP3: Music Protocol 3

SMS: Short message service

USB: Universal Serial Bus

Wi-Fi: Wireless Fidelity

Seznam grafů

- Graf č. 1: Počet respondentů, s. 39
- Graf č. 2: Rozdělení žáků dle věku a pohlaví, s. 40
- Graf č. 3: Rozdělení žáků podle toho, zda vlastní mobilní telefon, s. 40
- Graf č. 4: Rozdělení žáků podle věku, zda vlastní mobilní telefon, s. 41
- Graf č. 5: Počet žáků, kteří nosí mobilní telefon do školy, s. 41
- Graf č. 6: Zabezpečení mobilního telefonu, s. 42
- Graf č. 7: Využívání datového připojení v mobilním telefonu, s. 43
- Graf č. 8: Účel využití mobilního telefonu – dívky, s. 44
- Graf č. 9: Účel využití mobilního telefonu – chlapci, s. 44
- Graf č. 10: Strávený čas na mobilním telefonu, s. 45
- Graf č. 11: Jak zvládají jeden den bez mobilního telefonu, s. 46
- Graf č. 12: Kontrolují rodiče své děti, jak často používají mobilní telefon, s. 47
- Graf č. 13 : Trávení volného času – dívky, s. 47
- Graf č. 14 : Trávení volného času – chlapci, s. 48
- Graf č. 15: Bolest hlavy při používání mobilního telefonu, 49
- Graf č. 16: Pocit nervozity bez mobilního telefonu, s. 50
- Graf č. 17: Počet respondentů, kteří se setkali s nepříjemným hovorem či zprávou, s. 51
- Graf č. 18: Používání mobilního telefonu před spánkem, s. 51
- Graf č. 19: Počet respondentů, kteří zveřejnili fotografii či video kamaráda, aby ho zesměšlili, s. 52
- Graf č. 20: Online služby a sociální sítě, které žáci používají – dívky a chlapci, s. 53
- Graf č. 21: Online služby a sociální sítě, které dívky používají – rozdělení dle věku, s. 54
- Graf č. 22: Online služby a sociální sítě, které chlapci používají – rozdělení dle věku, s. 54

Seznam příloh

Příloha č. 1 : Dotazník pro děti IV. ZŠ a DDM Krasohled Zábřeh

Příloha č. 1: Dotazník pro děti IV. ZŠ a DDM Krasohled Zábřeh

1. Pohlaví

Dívka Chlapec

2. Věk

3. Máš svůj mobilní telefon? ANO NE

4. Nosíš mobilní telefon do školy? ANO NE

5. Máš svůj mobilní telefon při odemykání zabezpečený?

ANO NE

(Pokud ANO, jaké zabezpečení využíváš?)

Otisk prstu Gesto Číselný kód

6. Využíváš k internetu v mobilním telefonu datové připojení (data)?

ANO NE

7. K čemu nejčastěji využíváš mobilní telefon? (ke každému napiš číslo, jak často tuto činnost děláš)

(1) – každý den, (2) – několikrát týdně, (3) – jednou týdně, (4) – vůbec

Hry	Internet	SMS zprávy	Telefonování
Poslech hudby	Fotoaparát	Sociální sítě	Natáčení videí

Do volného místa můžeš dopsat a očíslovat, k čemu jinému využíváš mobilní telefon.

8. Kolik času strávíš denně používáním mobilního telefonu?

0 - 1 hodinu

1 – 2 hodiny

3 hodiny a více

9. Dokážeš si představit 1 den bez mobilního telefonu? (na škále vyznač křížek, který vystihuje tvoji odpověď)

Dokáži si to představit X X X X X Nedokáži si to představit

10. Kontrolují rodiče, kolik času strávíš denně na mobilním telefonu?

ANO NE

11. Svůj volný čas nejčastěji trávíš? (ke každému napiš číslo, jak trávíš svůj čas)

(1) – každý den, (2) – několikrát týdně, (3) – jednou týdně, (4) – vůbec

Mobilní telefon	Zájmové kroužky	Sport
Venku s kamarády	Příprava do školy (domácí úkoly)	Domácí práce

Do volného místa můžeš dopsat a očíslovat, jak jinak trávíš svůj volný čas.

12. Bolí tě hlava při dlouhodobějším používání mobilního telefonu?

ANO NE

13. Jsi nervózní nebo ve stresu, když jsi delší dobu bez svého mobilního telefonu?

ANO NE

14. Setkal(a) ses někdy s nevyžádanými (nepříjemnými) zprávami či hovory od ostatních lidí?

ANO NE

15. Používáš mobilní telefon v posteli před spaním?

ANO NE

16. Dal(a) jsi někdy na internet nevhodnou fotografii nebo video svého kamaráda, abys ho zesměšnil?

ANO NE

17. Používáš některé komunikační služby nebo sociální sítě?

ANO NE

(Pokud ANO, na jaké?)

Facebook Instagram

Jiné

Anotace

Jméno a příjmení:	Žaneta Střížová
Katedra:	Ústav pedagogiky a sociálních studií
Vedoucí práce:	Mgr. Pavla Vyhnálková, Ph. D.
Rok obhajoby:	2018

Název práce:	Rizika používání mobilního telefonu u žáků základních škol
Název v angličtině:	Risks of using cell phones by students in primary schools
Anotace práce:	Bakalářská práce pojednává všeobecně o rizicích, které užívání mobilního telefonu přináší. Zejména se věnuje vzniku závislosti u nejhroženější skupiny, žáků základních škol. Dále popisuje vliv na zdraví. Teoretická část vysvětluje základní pojmy, jako jsou: nomofobie, kyberšika, smartphone. Dále popisuje operační systémy mobilních telefonů, žaka základní školy prvního stupně a vyjmenovává veškerá rizika, která s tímto tématem souvisí. Praktická část zpracovává data získaná z výzkumného šetření pomocí dotazníků. Cílem praktické části bylo zjistit, zda děti na prvním stupni vlastní a používají mobilní telefon, kolik na něm tráví času, jaké aplikace či sociální sítě na něm využívají a zda se u nich neprojeví příznaky závislosti nebo kybernemoci.
Klíčová slova:	Mobilní telefony, operační systémy, závislost na mobilním telefonu, kybernemoce, netolismus, kyberšikana, flame war, phubbing, happy slapping, sexting.
Anotace v angličtině:	The bachelor thesis deals in general with the risks that the using of the mobile phone brings. It especially deals with the origin of addiction in the most endangered group of elementary school pupils. It also describes the effect on health. The theoretical part explains basic concepts such as: nomophobia, cyberspace, smartphone. It also describes mobile phone operating systems, a primary school elementary student, and lists all the risks associated with this topic. The practical part handles the data obtained from the research survey using questionnaires. The aim of the practical part was to find out if the children from the first to the fifth class own and use the mobile phone, how much time they spent on it, what apps or social networks they use, and whether they show signs of addiction or cybernetics illness.

Klíčová slova v angličtině:	Mobile phones, operating systems, mobile phone addiction, cyber illness, netolism, cyberbullying, flame war, phubbing, happy slapping, sexting
Přílohy vázané v práci:	Příloha č. 1: Dotazník
Rozsah práce:	65
Jazyk práce:	Český