

Univerzita Hradec Králové  
Pedagogická fakulta  
Katedra sociální patologie a sociologie

**Vliv digitálních technologií na interpersonální vztahy  
(u vybrané skupiny studentů gymnázií v Královéhradeckém kraji)**

Bakalářská práce

Autor: Martin Klug  
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice  
Studijní obor: Sociální patologie a prevence  
Vedoucí práce: PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.  
Oponent práce: Mgr. et Mgr. Lucie Špráchalová



## Zadání bakalářské práce

**Autor:** Martin Klug

Studium: P16K0348

Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální patologie a prevence

**Název bakalářské práce:** Vliv digitálních technologií na interpersonální vztahy

Název bakalářské práce AJ: Impact of digital technologies on interpersonal relationships

### Cíl, metody, literatura, předpoklady:

**Klíčová slova:** interpersonální vztahy, internet, závislost, masmédiá, sociální sítě, výchova, virtuální realita  
**Anotace:** Bakalářská práce pojednává o digitálních technologiích jako o faktoru, který se stal součástí rutinního života české společnosti a který jí přináší nejen řadu výhod, ale může ji také latentním způsobem negativně ovlivňovat. Popisuje, jaký může mít nadužívání informačních a komunikačních technologií (ICT) vliv na formování vlastností člověka v osobnostní a sociální rovině, především s ohledem na interpersonální vztahy. Závěrem se zabývá otázkou prevence proti nežádoucím dopadům užívání ICT, a to především u nejvíce ohrožené skupiny obyvatel: dětí a mladistvých. V praktické části zkoumá vztah mezi vzděláním či školním prospěchem a časem tráveným on-line a zjišťuje, jaké procento respondentů vykazuje známky závislostního chování na internetu.

BLINKA, Lukas a kol. Online závislosti. Praha: Grada, 2015, 200 s. ISBN 978-80-247-5311-9. CARR, Nicholas. Nebezpečná mělčina: Jak internet mění náš mozek. Praha: Dauphin, 2017, 320 s. ISBN 978-80-7272-780-3. ČERNÁ, Alena, ed. Kyberšikana: Průvodce novým fenoménem. Praha: Grada, 2013, 152 s. ISBN 978-80-247-4577-0. DOČEKAL, Daniel a Lenka ECKERTOVÁ. Bezpečnost dětí na Internetu: Rádce zodpovědného rodiče. Brno: COMPUTER PRESS, 2013, 224 s. ISBN 978-80-251-3804-5. ECKERTOVÁ, Lenka. Hustež internet. Prchal Petr, 2014, 88 s. ISBN 978-80-87003-39-8. FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA. Sociální patologie. Praha: Grada, 2014, 232 s. ISBN 978-80-247-5046-0. GIDDENS, Anthony. Sociologie. Praha: Argo, 1999, 596 s. ISBN 80-7203-124-4. KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ. Člověk-prostředí-výchova: K otázkám sociální pedagogiky. Brno: Paido, 2001, 200 s. ISBN 80-7315-004-2. SPITZER, Manfred. Digitální demence: Jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum. Brno: Host, 2014, 343 s. ISBN 978-80-7294-872-7. SPITZER, Manfred. Kybernemoc!: Jak nám digitalizovaný život mění zdraví. Brno: Host, 2016, 391 s. ISBN 978-80-7491-792-9. ŠEVČÍKOVÁ, Anna a kol. Děti a dospívající online: Vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada, 2014, 184 s. ISBN 978-80-247-5010-1.

**Garantující pracoviště:** Katedra sociální patologie a sociologie,  
Pedagogická fakulta

**Vedoucí práce:** PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.

**Oponent:** Mgr. Lucie Špráchalová

**Datum zadání závěrečné práce:** 22.1.2018

**Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracoval pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně a uvedl jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 24. 4. 2019

.....

### **Poděkování**

Rád bych poděkoval vedoucímu mé práce PhDr. Jiřímu Kučirkovi, PhD., za odborné vedení práce a podnětné rady při jejím vypracovávání. Dále bych chtěl poděkovat pedagogům Mgr. Ivetě Jalůvkové, Mgr. Jolaně Fišarové, Mgr. Petru Beránkovi a Mgr. Vladimíru Šimkovi za pomoc při realizaci výzkumného orientačního šetření a všem respondentům za jejich ochotu při vyplňování dotazníku. V neposlední řadě také děkuji rodině a spolužačce Kamče Kadlecové za morální podporu.

## **Anotace**

KLUG, Martin. *Vliv digitálních technologií na interpersonální vztahy (u vybrané skupiny studentů gymnázií v Královéhradeckém kraji)*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2019. 99 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce pojednává o digitálních technologiích jako o faktoru, který se stal součástí rutinního života české společnosti a který jí přináší nejen řadu výhod, ale také zjevná i latentní rizika. Uvádí základní charakteristiku a vlastnosti digitálních technologií a zasazuje je do sociologického kontextu 21. století. Popisuje roli digitálních technologií v rodinném a školním prostředí, přičemž se zaměřuje na vliv na formální i neformální interpersonální vztahy, včetně vztahů partnerských. Dále se zabývá otázkou prevence rizikového chování, jež se pojí s užíváním digitálních technologií, a představuje celostátní i krajské preventivní činnosti, které cílí na nejvíce ohroženou skupinu populace – děti a mladistvé. Empirická část práce je zaměřena na problematiku závislostního chování na internetu, přičemž zkoumá také korelaci mezi školním prospěchem a časem tráveným online, zkušenosti s kyberšikanou či sextingem a další faktory spojené s užíváním internetu v kontextu rodiny a školy. Výzkumné orientační šetření bylo provedeno na dvou gymnáziích v Královéhradeckém kraji. Závěrečná část obsahuje diskusi o výsledcích výzkumného orientačního šetření a jejich shrnutí.

Klíčová slova: interpersonální vztahy, digitální technologie, závislost, prevence, výchova a vzdělávání

## **Annotation**

KLUG Martin. *Impact of digital technologies on interpersonal relationships (in a representative group of grammar school students in Hradec Králové Region)*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2019. 99 pp. Bachelor Degree Thesis.

Annotation: The bachelor thesis discusses digital technologies as a factor that has become a part of daily life in Czech society which brings not only a vast amount of advantages but also obvious and latent risks. It presents basic characteristics and features of digital technologies and sets them into the sociological context of the 21st century. It describes the role of digital technologies in family and school environments, focusing on the impact on formal and informal interpersonal relationships, including partner relationships. It also deals with the prevention of risk behaviors associated with using digital technologies and presents nationwide and local prevention activities that target the most vulnerable population groups - children and adolescents. The empirical part of the thesis is focused on the issue of addictive behavior on the internet and also researches the correlation between school results and time spent online, experience with cyberbullying or sexting, and other factors related to internet use in the context of family and school. The research survey was performed at two grammar schools in the Hradec Králové Region. The final part contains a discussion of the results of the research survey and their summary.

Keywords: interpersonal relationships, digital technologies, addiction, prevention, upbringing and education

# Obsah

Úvod .....	8
1 Vliv digitálních technologií v současné společnosti .....	10
1.1 Charakteristika digitálních technologií .....	10
1.2 Digitální technologie v postmoderní společnosti.....	12
1.3 Výhody digitálních technologií.....	15
1.4 Rizika digitálních technologií .....	16
2 Důsledky digitálních technologií na formální a neformální interpersonální vztahy	21
2.1 Vliv na interpersonální vztahy v rodině .....	21
2.2 Vliv na interpersonální vztahy ve škole .....	28
2.3 Vliv na neformální partnerské vztahy .....	31
3 Prevence a zvládání rizik spojených s digitálními technologiemi .....	36
3.1 Digitální gramotnost dětí i rodičů jako základ prevence.....	36
3.2 Preventivní akce a programy v ČR a vybrané preventivní činnosti na území Královéhradeckého kraje .....	42
4 Výzkumné orientační šetření .....	46
4.1 Cíle výzkumného orientačního šetření .....	46
4.2 Cílová skupina .....	46
4.3 Hypotézy.....	48
4.4 Metodika.....	48
4.5 Vyhodnocení výzkumného orientačního šetření.....	50
4.6 Ověřování a vyhodnocení hypotéz.....	78
4.7 Diskuse .....	80
Závěr.....	84
Seznam zdrojů.....	86
Seznam tabulek a grafů .....	93
Seznam příloh .....	95

## Úvod

Cílem bakalářské práce je představit digitální technologie jako jeden z vnějších faktorů, který se podílí na transformaci (nejen) české společnosti, a především pak zmapovat vliv digitálních technologií na mezilidské vztahy.

V úvodní kapitole se proto seznámíme s tím, co digitální technologie charakterizuje, jaké mají vlastnosti, jaké proměny ve společnosti umožnily jejich rozšíření do téměř všech oblastí života, jaké výhody, a naopak jaká úskalí a rizika nám přináší. Internet se stal každodenní součástí našich životů a stejně jako cokoli, co se stává rutinou, i internet ovlivňuje nejen naše myšlení, pozornost a paměť, ale také vzorce chování a tím i mezilidské vztahy.

Druhá kapitola se proto zaměřuje na vliv digitálních technologií na mezilidské vztahy v rodině, ve vrstevnických vztazích v prostředí školy a v neposlední řadě na přístup k partnerským a sexuálním vztahům. Vzhledem k tomu, že internet je doménou především mladé generace, tzv. generace google, generace Y či digital natives, vztahuje tyto proměny především na skupinu mladých lidí – teenagerů, která je v této práci reprezentována studenty středních škol – gymnázií, konkrétně v Královéhradeckém kraji.

Předcházením nežádoucích jevů spojených s virtuálním prostředím se zabývá třetí kapitola, která mapuje preventivní činnosti na území Královéhradeckého kraje i České republiky. Zabývá se prevencí, osvětou a vzděláváním v oblasti užívání digitálních technologií, především internetu, a zvyšováním digitální gramotnosti, kterou pokládá za hlavní prostředek, jímž lze tyto nežádoucí jevy minimalizovat.

Ve výzkumné části se zaměřuje na výskyt závislostního chování v oblasti virtuálního prostředí, jakožto i dalších nežádoucích jevů spojených s užíváním internetu a klade si za úkol zjistit, zdali u cílové skupiny existuje korelace mezi časem tráveným online a studijními výsledky.

Digitální technologie nebo též digitální či nová média se stala fenoménem 21. století. Vše, co je dnes spojováno s modernizací, s vývojem a s pokrokem se o digitální technologie opírá. Společným jmenovatelem pro tyto technologie je pak internet. Je potřeba zdůraznit, že produkty (ať hardwarové či softwarové povahy) samy o sobě nejsou ničím škodlivým a bylo by alibistické tvrdit opak. Každý vynález vždy přináší pokrok či riziko, záleží na tom, s jakým cílem a s jakou zodpovědností bude uchopen a použit.



Digitální technologie jsou stejně jako ostatní komunikační prostředky včetně jazyka, tisku, rozhlasu, televize, ale třeba i architektury pouze médiem, zprostředkovatelem kontaktu mezi „já“ a světem okolo. Pro jejich sugestivní charakter a nenáročnost konzumace jsou velmi populární, a mají také snahu pomocí virtuálního rozměru skutečný svět napodobovat, ba i nahrazovat. Jde však pouze o iluzi. Skutečný svět lze vnímat pouze bezprostředně, tady a teď. Jakékoliv médium, které se snaží tento kontakt zprostředkovat, skutečnost subjektivně zkresluje a nikdy ji nemůže obsáhnout. Stejně tak je tomu i v případě digitálních médií.

V současnosti se v souvislosti s přístupem k digitálním technologiím objevují dva myšlenkové proudy. Ten první je označuje jako katalyzátor a ukazatel pokroku, vývoje a civilizační vyspělosti a pokládá je za základní pilíř současné a budoucí společnosti. Je reprezentován především technologickými firmami, ale i státním aparátem, který tento přístup promítá do všech svých odvětví.

Druhý myšlenkový proud sice označuje digitální technologie za nezbytnou součást pro fungování společnosti, avšak spatřuje v nich kvůli jejich všudypřítomnosti rizikový faktor, jenž, ať očividně či latentně, negativně působí nejen na strukturu a tradiční hodnoty společnosti, ale především na jednotlivé členy společnosti – na jejich myšlení, interpersonální vztahy a samotnou podstatu člověka. Způsobují tak odlidštění člověka – úpadek nejen intelektuální, ale i sociální a morální. Zastánci tohoto názoru jsou např. Manfred Spitzer, Philip Zimbardo, ale i četní adiktologové (Miovský, Vondráčková) a dětské psychiatry, kteří upozorňují především na problém závislosti na internetu. Vůbec poprvé jej definoval v roce 1995 Goldberg a o rok později Youngová. Po více než dvaceti letech od definování závislosti na internetu je jisté, že současná západní společnost čelí skutečným problémům spojeným s užíváním digitálních technologií, které se s jejich rychlým vývojem plošně rozšiřují v širokém spektru problematik bez ohledu na rozdílnost jednotlivých populací.

Téma internetové závislosti a jejího vlivu na mezilidské vztahy je velmi aktuální a vzhledem k rychlým proměnám v oblasti virtuálního prostředí je nutné pomocí výzkumů neustále aktualizovat informace o této problematice.

# 1 Vliv digitálních technologií v současné společnosti

Společnost není statická a neustále se mění. Výrazným hybatelem změn v 21. století se staly digitální technologie, především internet. Transformuje se nejen podoba společnosti jako celku, mění se taktéž jednotlivé struktury společnosti, stejně jako myšlení, chování, zájmy a hodnoty jednotlivců. První kapitola se obecně věnuje právě fenoménu digitálních technologií; ve stručnosti představuje, co pojem digitální technologie znamená, jaká zařízení lze za digitální technologie označit a jaké vlastnosti je charakterizují. Dále je zařazuje do kontextu proměn společnosti, představuje jejich masové rozšíření a také uvádí výhody a rizika, která se s jejich užíváním pojí.

## 1.1 Charakteristika digitálních technologií

Pojem digitální technologie je velmi obsáhlý a lze jej pojímat z několika hledisek. Z širšího pohledu znamenají digitální technologie jeden ze základních pilířů současné společnosti. Staly se měřítkem a katalyzátorem technologického rozvoje, nástrojem pro zpracovávání a uchovávání dat, výrazně pronikly do mnoha oblastí průmyslu, jsou základem dnešního bankovníctví, staly se také médiem – prostředkem pro komunikaci. Užší pohled rozumí pod pojmem digitální technologie nebo též digitální technika, digitální média či nová média celou škálu zařízení a produktů, které prakticky realizují výše zmíněné procesy. Mezi prostředky pojící se s užíváním internetu patří nepřeberné množství digitálních technologií; jsou to především osobní počítače či notebooky a jejich příslušenství, dále mobilní telefony (smartphony), tablety, jiné přehrávače, digitální fotoaparáty, webkamery a jiná podobná zařízení.

Tato práce se zabývá právě prostředky určenými pro komunikaci, s kterými jsou jednotlivci v každodenním kontaktu. Jejich vzájemná interakce je podmíněna připojením k internetu (World Wide Web, který byl na globální úrovni představen pro komerční užití v roce 1991), a to pomocí klasických vysokorychlostních drátových připojení, bezdrátových sítí jako Wi-Fi či Bluetooth, případně pomocí rychlého mobilního připojení. Prostřednictvím internetu se připojujeme na sociální sítě, chaty, surfujeme, kontrolujeme datové schránky, vyhledáváme (dez)informace, stránky se sexuálním obsahem či hrajeme počítačové hry. Spolu s digitálními technologiemi souvisí také další pojmy týkající se společnosti; hovoří se o rozšiřování digitální gramotnosti ve školách, potřebě kvalitních IT specialistů na trhu práce, o vytváření nových i zániku nepotřebných pracovních pozic, např. s příchodem průmyslu 4.0 či implementací umělé inteligence do

segmentů průmyslu a služeb, o digitalizaci podniků a státních struktur stejně tak jako o nutnosti zajistit kvalitní ochranu digitální infrastruktury.

Trendem poslední dekády jsou smartphony – multimediální zařízení, která svými funkcemi obstojně nahradí hned několik přístrojů najednou (mobilní telefon, fotoaparát, přehrávač televizních a jiných pořadů, webový prohlížeč, zábavní a herní konzole, navigace atd.). Smartphone tak v podstatě může sloužit jako typický příklad produktu, který má vlastnosti digitální technologie. Šesti základními vlastnostmi digitálních technologií jsou dle Listera:

- digitalita: způsob přenosu (kódovaných) dat, jež funguje na bázi přenosu binárního kódu, který je nositelem informace,
- interaktivita: možnost zapojit se; uživatel není už pouze pasivním konzumentem, stává se tím, který aktivně komunikuje se zařízením, zasahuje, mění a volí si např. obsahy sdělení podle své vůle a každé jeho rozhodnutí vyvolává další odezvu,
- hypertextualita: jistá propojenost obsahů, otevírá možnost jejich rychlého zobrazování či přepínání pomocí hypertextových odkazů,
- virtualita: umělé a fyzicky neexistující prostředí, ve kterém se odehrává interakce mezi uživatelem a zařízením či mezi uživateli navzájem, též virtuální prostor či kyberprostor,
- propojenost: vzájemné propojení zařízení pomocí (bez)drátových sítí, přesun informací v reálném čase,
- simulace: snaha o imitaci reálného prostředí (rozlišení obrazovek, vysoká kvalita grafiky u nových počítačových her včetně vývoje konceptu virtuální reality), nikoli jako synonymum iluzorního či falešného (Lister, 2009, s. 13-44).

Smartphone se stal novým „nejlepším přítelem“ člověka. Denně lze vidět naprosto stejný monotónní obrázek; lidé, nehladě na pohlaví, věk (u věkové skupiny mládeže přece jen více), prostředí, kde se nacházejí, nebo činnost, kterou mají právě na práci, vykonávají ten stejný a jednolité pohyby klouzání prstů po obrazovce, u něhož jim jejich spokojené tváře osvětluje zář displejů. Lidé si na toto zařízení rychle zvykají a téměř vždy ho u sebe mají po 24 hodin denně. Lidé už se nemusí ptát na cestu nebo na to, kolik je hodin, nemusí chodit do obchodů, protože existuje síť e-shopů s dodávkou téměř veškerého zboží, mohou komunikovat s ostatními nikoliv osobně, ale prostřednictvím hovorů, zpráv, sociálních sítí či videohovorů.

V historii lidstva existují mezníky, které měnily způsoby lidského myšlení a komunikace. Těmito epochami můžeme podle Carr vytyčit měření času, přechod z prelingvistického období na lingvistické (od orálního sdělení k písemnému), knihtisk, ale právě i internet (Carr, 2017, s. 61-66). Jsou tedy digitální média a internet, jak to vnímá i McLuhan, pouze něčím novým, jakýmsi vývojovým stupněm společnosti, který odráží podobu naší doby stejně jako kdysi revoluční historické mezníky jako měření času nebo knihtisk (Meyrowitz, 2006, s. 26)? Digitální technologie do každodenního života pronikly natolik, že kromě samotného užívání mnohdy dochází i k jejich nadužívání či zneužívání. Skutečně tedy tyto technologie ovládáme my nebo ony nás?

## 1.2 Digitální technologie v postmoderní společnosti

První z příčin masového rozšíření digitálních technologií je prostý fakt, že lidé dnes žijí ve světě, kde se technologie staly snadno dostupnými a obklopují je; děti narozené po roce 2000 provázejí takřka od narození. Virtuální prostředí se stává běžnou součástí rutinního života nejenom české společnosti. Dle údajů OECD počet domácností s přístupem k počítači vzrostl od roku 2010 do roku 2017 z 64 % na 82 % a počet domácností s přístupem na internet dokonce z 60 % na 83 % (OECD, 2018). Fakt, že počet uživatelů internetu a domácností v České republice, které disponují připojením k internetu, stále stoupá, potvrzují i průzkumy ČSÚ (ČSÚ, 2018). Dá se přepokládat, že tento rostoucí trend bude pokračovat a význam digitálních technologií jako faktoru nebo činitele, který na společnost působí a spoluutváří její celkový obraz, bude stoupat. Digitální technologie, jak uvádí např. Strnadová, se stávají všudypřítomnými a pronikají stále více do pracovního i soukromého života, věnujeme jim stále více času a pozornosti, proto se jejich role ve společnosti bude stále zvyšovat (Strnadová, 2011, s. 362).

Digitální technologie, konkrétně osobní počítače, mobilní telefony a internet mají za svůj téměř padesátiletý vývoj velmi dobrou bilanci na poli rozvoje. Od 70. let 20. století, které bychom mohli označit za období jejich vzniku, prošly výraznou změnou jak v oblasti kvality (výkon, množství funkcí) i kvantity (masová výroba, cenová dostupnost, objemy zisků na trzích s digitálními médii), expandovaly do státních a firemních struktur a dnes jsou též běžnou součástí domácností. Orientaci na jedince a s tím související ziskový potenciál si uvědomil zejména komerční sektor, který se snaží co nejvíce přiblížit individuální poptávce každého jedince. Na našem území se tyto změny promítly na počátku 90. let, kdy došlo spolu se změnou politického režimu k velkému uvolnění státních regulací. Centrálně řízenou ekonomiku vystřídal model volného trhu, který lidem

poprvé umožnil uspokojit jejich poptávku; není proto divu, že si konzumní styl života spojený s digitálními technologiemi získal takovou popularitu.

Na vzestupu medializace společnosti a popularitě digitálních technologií se podílelo hned několik socioekonomických aspektů. Postmoderní společnost, kterou charakterizují vyhaslé hodnoty a absence autorit, rozklad tradičních struktur (rodina, církve) individualismus a personalizace, selhává. Ani politické subjekty nenabídlly jedincům žádnou ideu, jako prvek určující směr rozvoje. Jak uvádí Lipovetsky, tato ideologická prázdnota umožnila získat prostor personalizovanému individualismu. „*Důvěra a víra v budoucnost mizí, na zářné zítřky revoluce a pokroku už nikdo nevěří. Všichni teď chtějí žít ihned, tady a teď*“ (Lipovetsky, 2003, s. 12). A přesně takový styl života digitální technologie umožňují. Získaly si oblibu široké řady světové veřejnosti nejen co se do počtu užívaných zařízení týče (denně se na světě prodá přes 5 milionů kusů chytrých telefonů) (WorldOMeters, 2018), smazávají hranice mezi státy a národy, podílí se na globalizaci světa a utváření konceptu masového interaktivního publika. Jiráková a Köpplová tuto změnu podoby publika spatřují ve čtyřech bodech. Jsou jimi ve zkratce:

- 1) obrovské rozšíření nabídky programů a obsahů, přičemž uživatel volí místo, čas i platformu, kde, kdy a jak bude taková obsah konzumovat,
- 2) oslabování jednodlosti prožitků, neustálá nabídka alternativy a multitasking,
- 3) pohyb ve snadno dostupném a všudypřítomném virtuálním prostředí bez kulturního základu, ve kterém čím dál více sílí nadnárodní společnosti,
- 4) fragmentizace publika a schopnost médií cíleně a interaktivně působit na jednotlivé proměnné množiny uživatelů (Jiráková, Köpplová, 2015, s. 218).

Postmoderní společnost, jež funguje na principech módy, tj. pomíjivosti, svůdnosti a odlišování založeného na nepodstatných maličkostech, se podle Charlese stává společností lehkomyšlnou a malichernou, jež neprosazuje normy a pravidla skrze disciplínu, ale prostřednictvím líbivosti a snahy zaujmout. Toto odloučení od morálních pravidel doprovází nejistota v oblasti rodiny i mezilidských vztahů, které se transformují a kde tradiční pravidla ztrácí svou váhu (Lipovetsky, 2013, s. 17-21). Postmoderní společnost se neorientuje na minulost nebo na budoucnost, ale pouze na přítomnost, což vede k vzestupu pomíjivých konzumních hodnot. Podle Lipovetskyho se tak v tomto světě za pomoci funkční techniky šíří zcela dysfunkční, patologické a výstřední postoje a chování. Vliv technologií na společnost je již natolik zásadní, že jej nazývá

technologickou normalizací. Označení doby jako postmoderní už nestačí, jelikož nevystihuje její podstatu. Přesunuli jsme do doby postdemokratické, hypermoderní, kde je přítomnost přímo „uctívána“ a vyžadována, způsobila tak selhání dlouhodobých vizí nejen co se týče fungování státu, ale i osobního života. Svět zakotvený v přítomnosti stojící na konzumu a masové komunikaci s sebou přináší řadu paradoxů (Lipovetsky, 2013, s. 53-69).

Máme sice stovky přátel na sociálních sítích, přesto jsme čím dál více osamělí a naše sociální vazby slábnou. Můžeme být díky proměnlivé pracovní době a nekonečné nabídce zboží i služeb nezávislí na čase a prostoru, zároveň však roste subjektivní závislost na internetu a technologiích. Máme díky internetu k dispozici nepřeberné množství informací, přesto je nedokážeme plně využít pro rozvoj jedince i společnosti jako celku. Přítomnost nás nabádá k bezstarostnosti a vychutnávání přítomného okamžiku, přesto život často prožíváme v obavách a úzkostech. I přes oslabení tradičních hodnot a velkou roli přítomného okamžiku však paradoxně stoupá touha tyto hodnoty zachovat a hledět také do budoucna s vidinou pozitivních zítřků, příkladem je opětovné zvýšení uzavírání manželství či rostoucí význam prevence ve smyslu zachování zdraví a zvýšení kvality života.

Podobné úvahy o ambivalentních dopadech digitálních technologií a internetu, stejně tak i globalizace, která vytváří „světokulturu“, lze zaznamenat v dialogu Lipovetskyho a Juvina. Lipovetsky nezastává ryze kritický postoj, spatřuje v těchto aspektech postdemokratické či hypermoderní společnosti možnost rozvoje a zvýšení pestrosti kultur; vidí je jako hybatele změn, které mají potenciál zvýšit masovou empatii, možnost vzájemného kontaktu a svobodu jednotlivce. Juvin oponuje tím, že ona „světokultura“ a internet, jenž přesouvá aktivity do virtuálního prostředí, je pro Evropany pastí, ve které mizí rozmanitost kultur a zvyků; pastí, jež klade přílišný důraz na jednotlivce a tím naopak snižuje kohezi společnosti a vytváří náhodné zájmové skupiny lidí, kteří nejsou ukotveni, jsou bez víry, bez kořenů, bez minulosti a v důsledku toho také bez své kultury, která je základem identity člověka. I přesto, že se v perspektivách dnešní hypermoderní společností rozcházejí, shodují se v tom, že digitální technologie zcela jistě mění svět a mezilidské vztahy a že otěže dalšího vývoje má ve svých rukách každá společnost, stejně jako každý jednotlivec (Lipovetsky, 2012, s. 194-214).

Internet se se svou bezbřehostí a dostupností stává dominantní technologií umožňující překonávat čas, prostor i fyzické překážky. Zároveň je ale nositelem změn a nových přístupů, což znamená i nositelem jisté nestability. Jeho podstata dle Meyrowitze umožňuje přetvářet zkušenost v opakovatelný zážitek, má schopnost reduplikovat okamžik a strukturovat čas i prostor (Meyrowitz, 2006, s. 28). Bez nadsázky lze tedy současnou dobu označit za digitální revoluci.

### 1.3 Výhody digitálních technologií

Nespornou výhodou digitálních technologií jsou jejich vlastnosti, které umožňují komunikaci mezi lidmi nehledě na čas, prostor či jiné bariéry. Umožňují být v neustálém kontaktu se svými blízkými; domlouvat se s nimi, ozvat se jim v případě, kdy jim něco potřebujeme sdělit nebo když o ně máme strach, popřípadě se bavit s přáteli, kteří se nacházejí na opačné straně Země. Můžeme díky nim sledovat v reálném čase to, co se děje v jiných městech, státech, ba i kontinentech, umožňují vyhledávat nepřeberné množství informací a slouží jako jejich úložiště. Pomocí aplikací také usnadňují život – zprostředkovávají kontakty s úřady, abychom nemuseli ztrácet čas čekáním ve frontách, navigují nás na cestách, pomáhají nám při vyřizování našich pohledávek. Můžeme si díky nim objednat téměř cokoli v pohodlí vlastního domova, slouží nám i jako prostředek k odreagování. Jsou zdrojem nenáročné zábavy, používají se ve školách i zaměstnáních, jsou jednou z forem, pomocí které se realizuje vzdělávání nebo vykonávání pracovní činnosti.

V souhrnu, budeme-li vycházet z funkcionalistického hlediska tak jako Strnadová, můžeme digitálním technologiím přisoudit stejné funkce jako jiným médiím. Jsou tedy zdrojem informací, zábavy, v omezené míře též zdrojem vzdělávání a jakýmsi neohrazeným fórem – prostorem, kde se odehrávají různé události, o nichž se dá diskutovat nehledě na fyzické hranice a další bariéry. Na pomyslném pomezí mezi výhodami a riziky můžeme digitální technologie vnímat jako zdroje ovlivňování, přesvědčování, jako zdroj veřejného mínění a jako zdroj norem čili vzorců chování (Strnadová, 2011, s. 368-369). Pak již záleží na konkrétním účelu jejich použití; pokud bude účel zamýšlen s cílem pomoci, věcně informovat a bude nositelem norem morálních, jedná se o výhodu. V případě, že se ovlivňování změní v manipulaci a přejímané vzorce chování budou nežádoucí, stávají se digitální technologie rizikem.

Digitální technologie nám nabízejí tisíce různých možností, jak si usnadnit život. Otázkou je, zdali je umíme zodpovědně používat a zdali skutečně všechny tyto pomyslné pomocné digitální ruce potřebujeme.

#### 1.4 Rizika digitálních technologií

Prvek obrazovky a virtuální identity už pronikl téměř do všech odvětví lidské činnosti, proto se nám může jevit jako rutinní součást našich životů. Přesouváním se do virtuálního světa se však vystavujeme i jeho nežádoucím dopadům a ať vědomě či nevědomě se jimi necháváme ovlivňovat každý den. Rizika digitálních technologií tedy obecně tkví v jejich všudypřítomnosti a zároveň v latentním vrůstání do života člověka a společnosti. Četnost kontaktu s ICT obecně vzrůstá, výše zmíněné digitální technologie, např. smartphony, se mohou stát rizikovými v případě, kdy jedinec pobytem ve virtuálním prostředí tráví neúměrné množství času (abúzus) na úkor jiných důležitých činností. S takovým chováním se může pojít reálné riziko vzniku závislosti se všemi jejími parametry a důsledky, tzv. netholismus – závislost na internetu. Podle Fišera a Škody lze hovořit o netholismu, „*když postižený člověk dlouhodobě zanedbává své vztahy, pracovní povinnosti, sociální kontakty a když se objevují i různé psychosomatické poruchy, jako jsou poruchy chování, pozornosti, soustředění, bolesti zad, očí atd.*“ (Fischer, Škoda, 2014, s. 127).

V případě netholismu se jedná o závislost na určitém typu jednání čili o závislost behaviorální či nelátkovou. Existuje několik druhů netholismu, které se dají dělit z hlediska vyhledávaného a konzumovaného obsahu ve virtuálním prostředí. Blinka a kol. mezi nejčastější poruchy související s užíváním internetu řadí závislost na online hrách, závislost na kybersexu (pornografické obsahy), online gambling a závislost na online sociálních sítích (Blinka a kol., 2015, s. 33). V souvislosti se sociálními sítěmi, jak doplňuje Spitzer, nelze opomenout pojem „nomofobie“ (z anglického no mobile phobia, tj. strach z odloučení od mobilního telefonu či z nemožnosti užívat ho) (Spitzer, 2016, s. 148), který charakterizuje právě neustálá potřeba být online prostřednictvím chytrého mobilního telefonu. Pokud bychom měli vymezit časovým rámcem určitou hranici, u níž by se již dalo hovořit o rizikovém až závislostním chování, lze uvést názor Miovského, který za ni považuje 5-6 hodin užívání ICT denně, tj. 36-40 hodin týdně (Miovský, 2016).

Co se týče diagnostiky, v MKN-10 se netholismus a všechny jeho druhy skrývají pod označením F63.8, tj. jiné nutkavé a impulzivní poruchy (MKN-10, 2018, s. 240). Pro



závislost na hraní online her však bude v novém jedenáctém vydání MKN (jejíž anglické znění už je k dispozici nyní) vyčleněna vlastní nosologická jednotka pod označením 6C51, tj. „gaming disorder“ (herní porucha) (ICD-11, 2018).

Nadměrné hraní online her, stejně jako ostatní závislostní a patologické chování na internetu, také vyžaduje velké množství času, což se může projevit ochladnutím mezilidských vztahů. Pro člověka, který má nějaké problémy, je fyzicky či jinak indisponován, má sklony k introverzi, nedokáže navazovat vztahy či se straní společnosti, představují online hry a virtuální „já“ na sociálních sítích jistou alternativu, jak si vynahradiť neúspěch v reálném světě. Virtuální prostředí je anonymní, nabízí možnosti kooperace s jinými lidmi, např. spoluhráči v případě online her, a dokáže bezprostředně odměnit i malý úspěch. V kombinaci se zvyšující se propracovaností her a příchodem virtuální reality tedy není divu, že je herní svět natolik lákavý, že se může stát formou kompenzace vlastního života, jenž je ve skutečném světě konfrontován s neúspěchem. Možná právě proto „získala“ závislost na hraní online her v jedenácté verzi Mezinárodní klasifikace nemocí svou vlastní diagnostiku.

Nadměrná konzumace virtuálních obsahů také tlumí aktivitu mozku. Mozek při ní totiž neustále pouze zpracovává přijímaná data a nevytváří tak vlastní kreativní činnost. V důsledku toho nervová synapse zanikají, protože se jejich dráhy nevyužívají. Dále také omezuje vlastní představivost, protože přijímané obrazy nahrazují vlastní fantazijní obrazy nebo slouží jako vzor při pozdějším vybavování. Všechny tyto problémy jsou nebezpečné především pro děti a dospívající jedince, protože v jejich věku je vývoj mozku velmi důležitý pro budoucí kvalitu vlastního života. Při absenci aktivních činností a trénování mozku tedy může dojít k situaci, kdy člověk doslova zhloupne; ke stavu, který Spitzer označil jako „digitální demenci“ (Spitzer, 2014, s. 268-272).

Mezi negativní dopady v oblasti interpersonálních vztahů patří především odcizení. Jde o odcizení od rodiny, přátel, vrstevníků, od tradiční kultury celé společnosti. Člověk, který zanedbává komunikaci se svým okolím, pak může jevit známky apatie, pozbývá empatii, prostou radost ze života a postupně se otupuje celá jeho citová stránka. Dochází zde k destrukci emocí kvůli absenci kontaktu s okolím, protože komunikace skrze digitální média je plochá, bez emocí. Není třeba používat gesta, mimiku, nedochází k sociálnímu učení prostřednictvím mezilidské interakce nebo reakcí na podněty z okolí. Celkově pak jde o povrchnost vztahů, o odcizení od skutečného světa, kdy si dotyčný

tvorbou vlastního virtuálního já a jeho postavením ve virtuálním společenství zabývá více než sebou samým ve skutečném světě. Takové chování může působit i finanční ztráty (návštěvy placených webů, koupě předmětů ve hrách, další mikrotransakce či inovace herních zařízení).

Se zvýšenou konzumací digitálních obsahů či přímo s výše zmíněným netholismem obecně souvisí další defekty sociálních vazeb: obtížnost navazování nových vztahů, zhoršení prospěchu ve škole či výkonnosti v zaměstnání a absence, zhoršování paměti a komunikačních schopností, mohou se dokonce objevit i známky agrese či hostilního chování, obzvláště v případě, kdy např. netholik nemá přístup k připojení. Jedná se ale pouze o výjimky, ve většině situací jde o případy obsedantně – kompulzivního chování, neustálého sledování displeje či nekontrolovatelného nutkání připojení k internetu, kdy si jedinec své jednání neuvědomuje či nechce uvědomit, nebo má ve skutečném světě problémy či nedostatky a kompenzuje si je tímto způsobem ve virtuální realitě. V důsledku svých nenaplněných potřeb pak těžko rozpoznává hranici mezi používáním a problémovým užíváním internetu. Pokud by problémy, které mají charakter netholismu, trpěla dlouhodobě majoritní část společnosti, mělo by to pro její budoucnost, především v rovině sociálních vazeb a v rovině intelektuální, značně nepříznivé důsledky.

Lidé v online prostředí též vyhledávají informace a sledují zpravodajství – právě kvůli snadné dostupnosti. Virtuální prostředí je informacemi přesyceno, proto je nutné kromě obsahu věnovat pozornost také zdroji, odkud informace pochází; na tuto problematiku upozornil Mužík již před více než dvaceti lety (Mužík, 1998, s. 218). V záplavě informací, v době, kdy jsme informací přesyceni, se média snaží zaujmout něčím, co je se vyjímá, co je šokující – co buď fascinuje nebo vyvolává silné emoce. Takové obsahy jdou na odbyt, ale zpravidla nemají žádnou užitečnou hodnotu, protože jsou každý den opět nahrazovány. A protože je snazší vyhledávat a prezentovat informace a zprávy s negativním podtextem, stávají se dominantním obsahem médií.

Uživatelé sociálních sítí, kteří se navzájem obklopují jednotvárným obsahem (např. v uzavřených skupinách), se uzavírají do informační bubliny; izolují se od kritického pohledu a vzdalují se dialogu. Pokud je vzdělanost v oblasti mediální výchovy a digitální gramotnosti ve společnosti nízká, mohou pak lidé snadno podléhat manipulativním technikám reklamního sektoru. Problém nastává v případě, kdy jsou takové techniky použity pro manipulaci a šíření dezinformací za účelem ovlivnění veřejného mínění,

a následně široké veřejnosti, např. v předvolebních kampaních. Vzhledem k eskalaci napětí ve společnosti, která se následně promítá i ve virtuálním prostoru, je též vhodné zmínit extremistické projevy, které podněcují nesnášenlivost či diskriminaci, a které jsou cíleny na konkrétní skupiny obyvatel (hate crime).

Czémy a Nešpor také upozorňují na to, že sedavý a pasivní styl životosprávy pojící se s častým pobytem ve virtuálním prostředí, např. při hraní online her, také může souviset se vznikem zdravotních problémů či komplikací. K somatickým příznakům pojícím se s nadměrným používáním obrazovek a displejů patří např. potíže zrakového aparátu (výskyt problémů se zrakem, pálení, zarudlost či bolesti očí, které často souvisejí i s bolestí hlavy), dále nespavost či snížení imunity organismu, potíže pohybového aparátu (bolesti kloubů, zad, šíje, krku či zápěstí, ochabování svalstva a kostí). Sedavý styl života se pak, obzvláště spolu s nezdravými stravovacími návyky, podílí na vzniku civilizačních chorob (nadváha a obezita, kardiovaskulární nemoci, diabetes druhého typu). Nedostatek fyzické aktivity má následně negativní vliv i na kvalitu psychického stavu člověka (Czémy, Nešpor, 2007, s. 246-250). Zajímavé jsou i výzkumy v oblasti negativního působení Wi-Fi na lidské zdraví (Group, 2015), což je, vzhledem k trendu stoprocentního pokrytí, do budoucna znepokojivé zjištění.

V internetovém prostředí, které je anonymní a kde lze jen stěží ověřovat pravdivost údajů, jež nám ostatní osoby sdělují, či identitu takových osob, se, jak upozorňovali Koubalíková a Šmahel již před více než deseti lety, velmi často a stále více objevuje fenomén lhaní (Koubalíková, Šmahel, 2008). Dnes takové chování nabylo mnohem větších rozměrů, přičemž některé osoby se snaží naivity či důvěry ostatních využít či zneužít. Můžeme setkat i s jednáním, které svou podstatou naplňuje skutkové podstaty trestných činů. Mezi takové, které mají prvky agrese, patří kyberšikana, kybergrooming (*„nebezpečné chování osob, které se prostřednictvím manipulativních technik v internetovém prostoru snaží dostat své oběti na schůzku v reálném světě zpravidla za účelem sexuálního zneužití“*) (Bělík a kol., 2017, s. 44) nebo kyberstalking (*„úmyslné, zlovolné pronásledování a obtěžování jiné osoby prostřednictvím ICT“*) (Čírtková, 2013, s. 225).

Důvodem pro znepokojení může být i množství osobních informací, které o sobě lidé nejenom v profilech na sociálních sítích uvádějí; ty mohou být snadno zneužitelné, stejně jako zasílání erotických a intimních fotografií či videí, tzv. sexting. Formou např.

neoprávněného vniknutí do digitálního zařízení (hacking) se pachatel může dostat k citlivým informacím oběti; nejen pomocí nich pak může docházet k vyhrožování či vydírání, popř. jinému poškozování oběti.

## 2 Důsledky digitálních technologií na formální a neformální interpersonální vztahy

Digitální technologie a internet pouze nedoplňují starší média a nepřinášejí jen nové možnosti; svým charakterem daly vzniknout zcela novému sociálnímu prostředí. Meyrowitz to charakterizuje tím, že mediální obsahy nejsou tím jediným, co na jejich uživatele – publikum působí; vytváří také nová sociální prostředí a mění definice pojmů jako dětství, feminita či maskulinita. Vnášejí do života nová prostředí s novými vzorci chování, transformují podobu domova a nejsou jen pasivními producenty obsahů; přizpůsobují se publiku, reagují na jejich podněty a na to, co po nich lidé žádají a co očekávají, aby v jejich očích zůstala atraktivní (Meyrowitz. 2006, s. 25-34). Ševčíková dále doplňuje, že i dítě není pouze pasivním uživatelem internetu, nýbrž je třeba ho chápat jako spoluvůrce internetových obsahů a kontextů, jako někoho, kdo je online kulturou ovlivňován, ale sám ji též pomáhá utvářet (Ševčíková, 2014, s. 30).

Je ještě nutné zmínit, že ne všechny uvedené změny a vlivy digitálních technologií lze generalizovat na celou společnost, do všech jednotlivých prostředí či na celou populaci dětí a mladistvých. Jedná se však o změny, které se ve všech uvedených prostředích ať více či méně vyskytují, a proto je potřeba jim věnovat pozornost.

### 2.1 Vliv na interpersonální vztahy v rodině

Rodina je nejen základní jednotkou, která tvoří jádro společnosti, ale i typem primárního prostředí, které má největší vliv na formování osobnosti nejen dětí, ale i jejich dospělých členů. Podle Fischera a Škody je proto rodina nejdůležitější sociální skupinou, ve které dochází nejen k uspokojování fyzických a psychických, ale také sociálních potřeb. Poskytuje zázemí, je zdrojem zkušeností, získávání sociálních kompetencí, vzorců chování a také zdrojem hodnot a preferencí. Rodina tak jednice formuje v průběhu jeho vývoje a pomáhá mu tvořit jeho vlastní identitu (Fischer, Škoda, 2014, s. 155-156). Giddens doplňuje, že rodinou je míněn převážně náš osobní a citový život, jehož ústředním tématem jsou vztahy založené na vazbách, blízkosti a důvěře. Vztah jako takový je aktivní záležitostí a má-li přetrvat, je potřeba na něm pracovat (Giddens, 1999, s. 156). Socializace v rodinném prostředí je tedy nejdůležitější, protože právě zde si děti, popřípadě mladiství, osvojují návyky a vzorce chování, které si s sebou nesou do života a které jim pomáhají začlenit se do společnosti.

Meyrowitz uvádí, že elektronická média mění a oslabují působení rodiny a rodinného prostředí. Dříve bylo takové místo od těch ostatních do jisté míry izolováno; dokud v něm členové skupiny setrvali, po celou dobu na sebe intenzivně působili a vytvářeli tak mezi sebou jistou soudržnost. Elektronická média právě tuto soudržnost založenou na určitém čase a prostoru, na současné přítomnosti, překonávají a vytváří nové formy spojení. Kromě členů rodiny, s nimiž sdílíme prostor, můžeme být v kontaktu s mnoha dalšími lidmi bez ohledu na vzdálenost. Toto vykořenění z místa a prostoru situační působení rodiny velmi oslabuje a oddaluje tak její členy od tradičních skupinových perspektiv: skupinové identity, sociálních postojů, solidarity či pocitů vzájemnosti. Způsobuje tak úpadek chování a činností, které byly pro určité místo, např. právě rodinu, typické (Meyrowitz, 2006. s. 123-126).

Je třeba ještě uvést kontext, který charakterizuje vysokou vulnerabilitu rodin v 21. století. Rodiny měly často ještě v minulých dekadách podobu široké, rozšířené rodiny, výchova i péče tak pramenily hned z několika zdrojů. V každodenních interakcích se potkávali dospělí s dětmi a děti navzájem, působili tak na sebe a tím zdokonalovali a upevňovali své sociální dovednosti. Jedním z příkladů je např. jídelní stůl – místo, kde se členové rodiny scházeli, debatovali spolu, sdíleli své zážitky a myšlenky; místo, kde vnímali kouzlo domova. V období pozdní puberty a rané adolescence se jedinec, stejně jako v dalších fázích života, potýká s problémy a potřebuje tak přítomnost blízkých lidí, kteří jsou mu nejen zdrojem opory, ale i usměrňování. Dnes tvoří rodinu často pouze rodiče (v lepším případě oba, v tom horším pouze jeden z nich) a děti (dítě). Proměny ve fungování společnosti související s individualizací, pracovní kariérou a orientací na peníze značně ztěžují budování nosných vztahů. Klesá tak nejen počet členů v jednotlivých rodinách, ale i množství času, které by rodič nebo rodiče mohli svým dětem věnovat a tím i prostor pro komunikaci a péči o druhé. Tuto funkci rodinných příslušníků a kamarádů se dnes snaží nahradit sociální sítě a jiné virtuální kontakty. Jejich neosobní charakteristika však už ze své podstaty fyzickou blízkost člověka – důvěrníka nahradit neumí a ani nemůže.

Jak uvádí Zimbardo, s přesunutím pracovních povinností do domácího prostředí mizí hned několik sociálních rolí. Ten, kdo pracuje z domova už není ani zaměstnancem v práci, ale ani rodičem či partnerem/partnerkou, který je doma plně k dispozici. Sociální role se tak mění, deformují a ztrácí své hranice. A pokud doma, zejména chlapcům, schází otec či jiná mužská autorita nebo vzor, hledají ho jinde. Není výjimkou, že se rodiče tento

ztracený čas, často velmi neuváženě, snaží kompenzovat dárky – smartphony, počítači, tablety, herními konzolami, zkrátka přístroji, které jsou momentálně v módě a které děti zabaví. Tak se však snižuje jejich schopnost vlastní iniciativy a samostatnosti. A právě zde dostává prostor, společně s rozmachem internetu, i socializace mediální, která primární socializaci v rodině vytlačuje a zčásti i nahrazuje. Sledování seriálů, filmů či jiných videí nebo hraní počítačových her s sebou přináší riziko nápodoby a přejímání vzorců chování, které nemusí být žádoucí. A to i vzhledem k vlastním rodičům. V mediích je svět často vyobrazován jako místo nebezpečné, nedůvěryhodné, plné zkaženosti, lží, podvodů a pokřivené morálky, což snižuje i důvěru mezi lidmi samotnými a dále napomáhá rozkladu tradičních hodnot rodiny a mezilidských vztahů (Zimbardo, 2017, s. 46-58).

Pokud se takový obraz světa okolo nás setká s rodinným prostředím, kde chybí vřelé vztahy a láska, důvěra k ostatním se pak mladým lidem hledá velmi těžko. Strnadová toto zprostředkované poznání a přejímání stereotypů, jak v reklamě, tak u filmových, seriálových či jakýchkoli jiných virtuálních postav označuje jako „preskripci poznávaného světa“ – vnucující se předepisování konkrétního jednání a reakcí na určité podněty (Strnadová, 2011 s. 372).

Velmi skloňovaným problémem, který souvisí se vzrůstajícím vlivem mediální socializace v rodinách, je otázka agrese v korelaci s konzumací násilných scén v televizi či při hraní počítačových her s prvky násilí. Pokud se jedná o dospělého člověka, nezbývá než doufat v jeho soudnost a schopnost rozeznat a oddělit násilí na obrazovce v televizi nebo ve hře od reality. To ovšem nemusí platit v případě mladistvých, a ještě méně dětí. Proto by rodiče, kteří své milované ratolesti obdarovali notebookem, stolním počítačem, tabletem, herní konzolí nebo smartphonem, měli dbát na to, aby věděli, na co se jejich dítě dívá a co a jak dlouho jejich dítě hraje.

Spitzer i Giles se pak dále shodují v tom, že mediální násilí vede při zvýšené konzumaci k desenzitizaci ve vztahu k násilí, tj. ke snížení a ztrátě citlivosti; nevědomému procesu učení, který ovlivňuje nejen myšlenky a city, ale i způsoby chování, a to jak při pasivním sledování násilných scén, tak při aktivních hraní her, které násilné scény obsahují. Dochází zde ke ztrátě kontaktu se skutečným světem, s lidmi a situacemi v okolí, přičemž tyto zkušenosti jsou nahrazovány sociální prázdnotou podobných obsahů. Důsledkem je

zde opět otupění emoční stránky člověka – snížení schopnosti empatie a soucitu, a naopak zvýšení tolerance vůči reálně vnímanému násilí (Spitzer, 2014, s. 182; Giles, 2010, s. 48).

Ačkoliv nelze hovořit přímo o kauzalitě, existuje zde nezpochybnitelná korelace mezi sledováním násilných obsahů a agresivnějším chováním či chováním, které je otupělejší vůči altruistickým tendencím. Tuto korelaci samozřejmě nelze generalizovat, avšak jedná se o jeden z faktorů, který nemá na vztahy nejen v rodině příliš blahodárný vliv. O vlivu mediální socializace, co se týče násilných scén, se kterými děti a mladiství přijdou během konzumace mediálních obsahů do kontaktu, nemůže být pochyb ani podle Krause. Ten uvádí, že dítě shlédne do věku pouhých 15 let zhruba 10 tisíc vražd a následně doplňuje, že *„to těžko může zůstat bez jakékoliv odezvy“* (Kraus, 2015, s. 100).

Mezi nejčastější projevy agrese realizované prostřednictvím digitálních technologií pak podle Harsy patří kyberšikana, stalking, kybergrooming (v případě dětí childgrooming), happy slapping nebo tzv. cyberthreats – smyšlené informace o ohrožení, jež mají oběti způsobit trauma (Harsa, 2012). Účinek samotných médií závisí ve velké míře na individualitě každého jedince, na jeho preferencích, zájmech, duševním rozpoložení atp. Pokud navíc v životě dětí chybí někdo (hlavně otec), který jim bude určovat hranice a vést je k zodpovědnosti, dítě se bude snažit tuto hranici neustále posouvat dál. To je např. pro svobodnou matku, která část dne tráví v práci a po zbytek dne chce dítě zahrnovat svou láskou, velmi těžký úkol.

Zimbardo jako problémové vidí i předkládání modelových rolí v médiích. Ty jsou často až na pomezí hlouposti, jsou většinou charakterizovány nějakou vlastností, která nad ostatními převládá (síla, agrese, sex-appeal, chladnost). Postavy tak neodpovídají reálným podmínkám v životě, ale především nevytyčují hranice a představy o tom, co je a není přijatelné, zejména v tématech násilí a sexu (Zimbardo, 2017, s. 59). Meyrowitz souhlasí a poukazuje na podsouvání preferencí k zobrazovaným postavám: *„při sledování se diváci bez ohledu na zápletku přiklání na stranu toho, jehož perspektiva je zobrazena“* (Meyrowitz. 2006, s. 123).

Rodiče při koupi digitálních technologií pro své děti často argumentují tím, že nechtějí, aby jejich dítě ztratilo kontakt s vrstevníky, aby se z něj nestal outsider. Považují to za krok, který jim u jejich dětí zajistí náklonnost a utuží tak jejich společné vztahy. Realitou je však pravý opak. Ve skutečnosti se riziko oslabení kvality vztahů nejen s rodiči, ale i s vrstevníky s každou další hodinou strávenou denně konzumací těchto médií zvyšuje,



oslabují se schopnosti empatie, další sociální schopnosti a dovednosti a prohlubuje se sociální osamělost, povrchnost vztahů a sociální izolace. Tománek věcně doplňuje, že *„tým, že rodičia často nemajú čas na výchovu svojich detí, výchovu preberajú multimédia, ktoré dieťa vedú síce k virtuálnej obľúbenosti, no zároveň aj k spoločenskej izolácii a degradácii medziľudských vzťahov“* (Tománek, 2012, s. 38).

Je to vlastně logické – ten, kdo své sociální dovednosti trénuje reálným kontaktem, ať s rodiči či dalšími lidmi, své sociální vztahy upevňuje na rozdíl od těch, kteří tráví čas před obrazovkou, popřípadě preferují neosobní komunikaci skrze svůj počítač nebo smartphone, nejčastěji prostřednictvím sociálních sítí. Bez sociálních kontaktů ubývá i sociálních vztahů, což může vést k pocitu vykořeněnosti, frustrace či ztráty perspektivy. Oslabená koheze pak pro rodinu znamená větší vulnerabilitu vůči vnějším vlivům, včetně médií. I přes longitudální studie, na které odkazuje Spitzer a které tuto souvislost prokazují, se tato kritika vlivu digitálních médií na mladistvé stále nebere dostatečně vážně (Spitzer, 2014, s. 177-179).

Za neocenitelnou věc považují digitální technologie tzv. všudypřítomní rodiče. Ti mohou pomocí školních virtuálních třídních knih sledovat docházku, prospěch i úkoly svého dítěte; smartphone jim také umožňuje mít nad dítětem nepřetržitý dohled – pomocí GPS sledovat jeho pohyb, pomocí sledovacích aplikací kontrolovat jeho komunikaci či navštívené webové stránky. Jistě, mohou tak mít jistotu, že je jejich dítě v bezpečí, ztrácí se však důvěra. Nehledě na to, že neustálá kontrola a směřování vede k tomu, že tyto rodiče nevědomky v dětech ničí schopnost samostatného rozvíjení a schopnost starat se samy o sebe.

Meyrowitz dále vliv médií zasazuje do kontextu situačního chování. Uvádí, že situační chování se v určitých situacích od jedince očekává; svou vlastní zkušeností to považujeme ne-li za nutné, tak alespoň za vhodné. Situační chování nám nabízí jistoty, ve kterých se snadněji orientujeme. Jejich změny a boření tak zejména pro starší generaci – rodiče znamená určitou nejistotu. Pro teenagery znamenají digitální technologie a internet nové kulisy, jsou tak katalyzátorem změn, nových přístupů k jednotlivým situacím, které jsou s tradičními postoji rodičů většinou v nesouladu. Z očekávání rodičů a z v jejich očích nestandardních přístupů jejich dětí tak mohou vznikat jisté bariéry, nedorozumění v komunikaci a chování, což může vést ke konfliktu (Meyrowitz, 2006, s. 32). Překážkou,

kteřá brání v přirozené komunikaci mezi rodiči a jejich dětmi, je také výrazný nárůst používání anglicismů mladistvými v běžné hovorové neformální mluvě.

Meyrowitz se dále domnívá, že konzumací médií se ztrácí i jisté kouzlo rodinného prostředí. Rodina se často schází pouze před televizní obrazovkou a stejně jako ostatní rodiny kouká na stejné či podobné pořady; ztrácí tak jedinečnost svého chování. Sdílené informace prostřednictvím elektronických médií sice vytvářejí širší, ale zároveň i mělčí a povrchnější pouta a vztahy, proto psychologická vazba na vlastní nukleární rodinu stále slábne (Meyrowitz, 2006, s. 126). Užívání médií v rodině je velmi vydatně podporováno širokou škálou zájmových skupin, jimž tato média přinášejí finanční zisk. Děje se tak především ovlivňováním formou reklam, ve kterých je jako spokojená rodina prezentována ta, ve které má každý její člen svůj vlastní přístroj (od tabletů pro kojence po smartphony u dětí a rodičů). Jedině tak dle mediálního vyobrazení mohou být všichni šťastni. Není snad ani potřeba dodávat, že pak tráví taková rodinná příslušníci jako rodina nikoli čas spolu, ale vedle sebe – každý věnující se svému přístroji se svým obsahem, nezajímající se o to, co ten druhý dělá nebo dokonce co cítí. I když si jsou členové rodiny fyzicky nablízku, jejich vzájemná citová blízkost se tímto vzdaluje.

Vrcholem tohoto podsouvání důležitosti médií, povyšující jejich vlastnictví nad mezilidské vztahy, je reklama společnosti O2 lákající na chytrou síť – širokou nabídku televizních programů a neomezený internet pro všechny členy rodiny. Reklama je zasazena do času vánočních svátků, přičemž během „rodinné pohody“ před televizí a po focení selfies, mají rodiče pocit, že na něco zapoměli, a skutečně; babička, která měla na štědrovečerní setkání přijet, stojí se svým zavazadlem v mrazu na liduprázdném nádraží a marně čeká, až ji někdo vyzvedne. Tato hloupá, dehonestující, ba i neetická reklama je příkladem toho, jak moc lze rodinné hodnoty a úctu, především ke starším příslušníkům rodiny, pošlapat, a to jen pro tak „nezbytnou“ věc, jakou je neomezený internet.

Abychom však digitálními technologiemi pouze nekřivdili, je třeba dodat, že mohou mít na rodinné vztahy i jistý, byť ne příliš velký, pozitivní vliv. V případě mladších dětí může rodič vystupovat v roli mediátora (tzv. rodičovská mediace), přičemž zde působí v roli rádce, na kterého se dítě může obrátit v případě, kdy něčemu nerozumí či potřebuje něco vysvětlit. Podmínkou je však to, že rodič tráví čas společně s dítětem, např. při sledování pořadů, videí či hraní her, aby taková mediace byla pokud možno bezprostřední. Ideální

je, když rodič pro sledování vybírá takový pořad, jenž má edukační charakter nebo obsahuje prvky prosociálního či altruistického chování, protože tak na dítě může dle Gilese navíc působit i tzv. kognitivní priming v pozitivním slova smyslu – tj. správný přístup k podnětu či situaci vyvolaný předešlou zkušeností, právě např. tím, že dítě vidí, jak se má v dané situaci zachovat (Giles, 2012, s. 161).

V případě staršího dítěte – teenagera, může naopak rodič požádat svého potomka o vysvětlení některých funkcí či manipulace s médiem (smartphonem, internetem), přičemž v roli rádce zde naopak působí dítě. Tyto zdánlivě nevýznamné interakce mohou pomáhat zvyšovat vzájemnou důvěru mezi dětmi a rodiči; v případě rodičovské mediace rodič posiluje svou autoritu „hodného rádce“, v případě opačném může i mladistvý figurovat v roli učitele a mít tak pocit, že je v rodině potřebný a důležitý.

Nová média už dávno nejsou statickou zábavou, při které se pouze sedí na gauči a pasivně drží ovladač; nové herní konzole jako Nintendo Wii či Xbox Cinect umožňují aktivní přístup vyžadující fyzickou aktivitu. Představují tak zábavnou formu hraní, při které je vyžadována spolupráce, podněcují tedy společnou kooperaci nebo naopak pracují se zdravou rivalitou v rámci hry. Je to posun správným směrem od statického a pasivního k dynamickému a aktivnímu. Je však potřeba zmínit, že prvkům spolupráce či zdravé rivality se obstojně vyrovná téměř každá stolní společenská hra; tyto nové formy her jsou pouze oděné v hávu moderní technologie. I proto se však mohou jevit mladé generaci atraktivnější než klasické stolní hry.

Digitální média jako komunikační technologie nám umožňují být se svými blízkými ve spojení takřka 24 hodin denně. V případě, že rodiče od dětí dělí velká vzdálenost, stávají se možností a prostředkem, jak se spojit, jak se ujistit, že jsou bližní v pořádku; prostředkem, jenž jim umožňuje promluvit si, když je tíží pocity smutku nebo když se jim stýská. Skutečnou radost z blízkého kontaktu a přítomnosti druhého v okamžiku, kdy se členové rodiny setkají, když jsou spolu a obejmou se, však ale digitální technologie nikdy nemůžou nahradit – komunikace na internetu nemůže být nikdy plnohodnotnou alternativou k reálným mezilidským vztahům.

## 2.2 Vliv na interpersonální vztahy ve škole

Digitalizace školství je v plném proudu. Neumajer uvádí že, až 30 % českých škol nabízí žákům ve výuce a při přípravě na ni nějaký e-learningový systém (Neumajer, 2017). Vzhledem k tomu, že online prostředí je pro studenty, jakožto pro generaci Y, naprosto přirozené, stává se podpůrnou didaktickou metodou výuky. Je však nutné nejprve vybavit školy nezbytnou metodologií a metodikami. Jak uvádí Fryč, digitální technologie, konkrétně např. tablety se mají dle MŠMT stát součástí výuky, dokonce „*v případech, kdy tabletem, např. z finančních důvodů student nedisponuje, by škola měla mít možnost techniku půjčit, aby se žák mohl připravovat i doma*“ (Fryč, 2013). V praxi pak taková výuka vypadá např. tak, že studenti koukají do svých monitorů a kantor kolem nich v tichosti prochází. To nevypadá jako evoluce školství.

Práce s digitálními technologiemi by se měla koncentrovat do předmětů, které s nimi nějak souvisejí, např. do předmětu výpočetní techniky nebo mediální výchovy. Je škoda, že čas, který by učitel mohl využít pro interakci se studenty, je uzurpován právě na úkor používání digitálních technologií. Učitel, který má už tak těžkou pozici vzhledem k obecné ztrátě autorit, se tak jeho status ještě sníží, jeho výuku nahrazují přístroje. Je to právě učitel, který má být dětem autoritou, jeho přístup, vystupování a další působení na studenty jsou důvody, proč ho e-learning nemůže nahradit. Žák, který se učí z obrazovek možná bude umět ovládat program a bude umět naklikat správné odpovědi, bez procvičování v praxi je však tato znalost přinejmenším poloviční. Jde tu nejen o předávání vědomostí, kontakt s učitelem učí děti úctě a respektu ke starším lidem, kteří v rámci hierarchického uspořádání stojí nad nimi, předává jim znalosti, trénuje je v jejich sociálních dovednostech, což je bezesporu neocenitelnou složkou socializace ve školách. Učitel žáky tedy nejenom vyučuje, ale i vychovává. Obrazovky a počítačové programy nemohou nahradit slovo a lidský přístup učitele. Vztah mezi učiteli a žáky ve školách se tak prostřednictvím digitálních technologií oslabuje.

Trochu jiná je situace, která se týká přípravy na školní výuku. Holíková jej představuje na příkladu internetového videoportálu Youtube. Ten je mezi teenagery velmi populární a stává se tak atraktivním způsobem, jak zaujmout žáky. Je proto i logické, že se někteří učitelé snaží touto formou zaujmout a nadchnout žáky pro studium, a proto jej používají jako podporu domácí výuky či k upevnění učiva (Holíková, 2018). Borup, West a Graham považují dokonce Youtube, potažmo online podporu učení, za prostředek, který snižuje pocit sociální izolace a pomáhá zvýšit chuť k učení a podporuje tak vzájemný vztah.

Dokonce uvádí, že socializace v online prostředí je krokem k budování vztahu mezi učitelem a studentem (Borup, West, Graham, 2012, s. 11). Tento optimistický pohled však nesdílí Spitzer, který učení pomocí digitálních považuje za možná líbivé, moderní a atraktivní, avšak oproti standardním a konzervativním metodám výuky typu učitel – žák značně neefektivní. Už samotná přítomnost online prostředí rozptyluje pozornost a často studenta odvrací od zamýšleného k jiným obsahům (Spitzer, 2014, s. 15-16).

Je snadné takové internetové okno s učitelem zavřít nebo video pozastavit, bezprostřední působení na žáka tak klesá, což vztahy mezi učiteli a žáky rozhodně neposiluje a edukační charakter videa tak rychle klesá. Spitzer i Zimbardo pak multitasking, tj. vykonávání více činností najednou, jenž je pro digitální technologie charakteristické, spojují s roztěkaností a vyčítají mu tak celkové snížení času pro klidné soustředění a nerušené studium (Spitzer, 2016, s. 58-69; Zimbardo, 2017, s. 68).

Respekt a úcta k učitelům tak snižováním jejich autorit i kvůli digitálním technologiím jako jedním z faktorů, klesá, charakter jejich zaměstnání se ve světě přehlceném informacemi mění z člověka, který předává znalosti na průvodce, jehož vliv na výchovu dětí postupně slábne. Navíc je tu i změna ve vztazích mezi učiteli a rodiči, jejichž společná aliance a spolupráce postupně upadá, a to proto, že rodiče mají o výchovném stylu často jiné mínění než učitelé. Je výchovnou chybou, když rodiče před dítětem zpochybňují kompetence učitele – snižují tak v jejich očích jeho autoritu, což ani pro ně není přínosné. Internetové třídní knihy a elektronická komunikace mezi rodiči a učiteli pak tyto vzájemné vztahy spíše nadále oslabuje.

Snížení autorit, přítomnost agrese v médiích i anonymita internetového prostředí a s ní spojená menší možnost sociální kontroly, se podílejí na velmi závažném problému, jež se často objevuje ve školním prostředí a výrazně narušuje vztahy mezi studenty navzájem. Nejedná se o nový fenomén, digitální technologie ho však transformovaly ho nového hávu, který je svou podstatou ještě nebezpečnější než jeho předchůdce. Řeč je o kyberšikaně. Jedná se o závažný sociálně patologický jev mající negativní dopad na dynamiku vztahů studentů ve školách.

Černá a kol. definuje kyberšikanu jako „*kolektivní formu šikany (ubližování, zesměšňování, pomlouvání) prostřednictvím elektronických médií, jako je internet a mobilní telefony, které slouží k agresivnímu a záměrnému poškození druhého*“. Stejně jako v „běžné“ šikaně se i zde objevují prvky opakovanosti, záměrného aktu agresora,

emocionální nerovnováhy a vnímání situace obětí jako nepříjemné a ubližující jednání (Černá a kol., 2013, s. 20-21). Podobně charakterizuje kyberšikanu i Tománek, který uvádí, že se jedná o „*trýznenie, ponižovanie, hrozbu alebo rôzne útoky prostredníctvom internetu, digitálnych a interaktívnych technológií*“ (Tománek, 2012, s. 31). Pro Panáčka a Žiakovou pak kyberšikana znamená „*využívání informačních a komunikačních technologií k zastrašování, obtěžování nebo týrání jedince nebo skupiny jedinců*“ (Panáček, Žiaková, 2014, s. 89).

Již z těchto definic vyplývá, že se jedná o chování, jež mezilidské vztahy mezi studenty výrazně narušuje. Tento typ patologického chování se může odehrávat přímo v online prostředí, např. prostřednictvím e-mailů, SMS zpráv či komentářů na sociálních sítích nebo v reálné fyzické podobě šikany, která se nejčastěji právě prostřednictvím sociálních sítí uveřejňuje (happy slapping). Dědková a Macháčková i Čírtková se shodují v tom, že kyberšikana na své oběti působí stejně závažně, ne-li více než šikana fyzická (Černá a kol, 2014, s. 84; Čírtková, 2014).

Kvůli mobilním telefonům a dostupnosti internetu se oběť před útočníky takřka nemůže schovat, stejně tak agresori velice snadno přesáhnou rámec konkrétní školy – zveřejněním např. ponižujícího videa ho může komentovat téměř každý. Dědková a Macháčková dále upozorňují na následná rizika mající širokou škálu podob. Dopady na jednotlivce sahají od smutku, vzteku, strachu, sebeobviňování, bezmoci (i tzv. naučené bezmoci v případě, kdy se dítě buď bojí nebo nemá na koho obrátit a svou roli oběti přijímá), až po pocity osamělosti, úzkosti a deprese, což vede k emoční nevyrovnanosti, hádkám s blízkými lidmi, někdy i k agresivně pramenící frustraci. Vyvolává také negativní postoj vůči škole a může vést až sociální izolaci nebo sociální fóbii. (Černá a kol, 2014, s. 85-97). Negativní dopad na mezilidské vztahy je zde nezpochybnitelný. V adolescenci jsou vrstevnické vztahy pro vývoj jedince důležité. Prostřednictvím nich si jedinec vytváří identitu, poznává dynamiku vztahů a tím i sám sebe. Ohroženo je zde především sebehodnocení a sebedůvěra, ale i důvěra k ostatním, jež oslabuje již vzniklé vztahy a může bránit navazování vztahů nových, což souvisí s omezením komunikace a sociálních dovedností.

## 2.3 Vliv na neformální partnerské vztahy

Vzhledem ke stálému zvyšování technologického pokroku, pokrytí, rychlosti a komercializace internetu je dnes prakticky možné být neustále online. Všechny online platformy fungující na principu bezplatné komunikace v sociálních skupinách, ať se jedná o seznamky, chaty či dnes především sociální sítě, umožňují být v kontaktu s kýmkoliv bez ohledu na vzdálenost, což je jistě velkým přínosem. Sociální sítě by tedy měly lidi spojovat. Jejich nadměrné používání, především v případech, kdy máme okolo sebe dostatek podnětů a nepotřebujeme tedy být v online kontaktu i s jinými osobami, pak má na mezilidské vztahy často opačný efekt. Tento typ kompulzivního chování zahrnuje uživatele, kteří vyhledávají a mnohdy upřednostňují nepřímou zprostředkovanou komunikaci před přímou reálnou konverzací. Dnes je toto chování realitou; ať přijdeme na jakékoli místo, téměř vždy tam najdeme někoho, kdo je prostřednictvím sociální sítě v kontaktu s někým dalším.

Tento přesun komunikace do nepřímé roviny však proces interakce značně oklešťuje; chybí skutečný kontakt, možnost vnímání všech rovin komunikace, vytrácí se řečový projev a prožitek. Tato povrchnost komunikace vede v důsledku ke zhoršení reálných mezilidských vztahů. Fischer a Škoda dále uvádí, že východisko z následného neporozumění a samoty se pak tito lidé snaží najít opět ve virtuálním prostředí a „*fixují se na mobilní telefon, protože je jejich jediným společníkem*“ (Fischer, Škoda, 2014, s. 135).

Foberová také hovoří o digitalizaci a medializaci intimity, kdy mladí lidé neřeší problém tím, že se svěří, ale naopak tím, že jej zveřejní. Média a sociální sítě tak devalvují význam přátel a soukromí, které tak ztrácí svůj původní význam, což vede k destabilizaci a nejistotě v mezilidských vztazích. Stejně tak působí i erotizace, která i rutinním lidským činnostem dodává sexuální rozměr, což se často děje např. v reklamách (Foberová, 2011).

Velkou měrou se digitální technologie podílejí na transformaci vnímání partnerských a sexuálních vztahů nejen u teenagerů. Pro úvod je opět třeba zmínit jistou liberalizaci postojů společnosti v oblasti užívání erotiky v komerčním sektoru a internet jako faktor, který velmi usnadňuje přístup k potenciálně nevhodným obsahům, kam spadá časté navštěvování webových stránek s erotickým a pornografickým obsahem. Rizikem je zde úpadek osobnosti v rovině citové a komunikační, příliš velké nároky na

partnera/partnerku, což s sebou následně přináší potíže při navazování a udržení intimních (sexuálních) mezilidských vztahů.

V kontextu častých rozvodů a rozpadu vztahů i u dospělých rodičů podle Zimbarda klesá důvěra v trvalé vztahy (Zimbardo, 2017, s. 50). Doby, kdy mladíci zvali dívky na večere a nosili jim květiny, pomalu berou za své. Doménou seznamování jsou dnes nejen seznamky, ale především sociální sítě. Uživatel zde sám o sobě prozrazuje velké množství informací, proto ještě před první schůzkou toho o sobě mladí lidé vzájemně ví už poměrně hodně, jdou na rande „najisto“. Tím odpadá ono kouzelné poodkrývání roušky osobnosti toho druhého. Ideál romantické lásky, kdy se dva potkají a zamilují se na první pohled a společně objevují jeden druhého, je výjimkou. Chlapci i dívky jsou na sociálních sítích nebo seznamkách prezentováni doslova jako zboží, v řadě za sebou, kde si může každý vybírat jako v samoobsluze právě někoho takového, kdo nejvíc vyhovuje osobním preferencím. A poté není nic snazšího, než napsat takovému člověku online zprávu s nabídkou na rande a čekat, zdali odpoví. Vyhýbá se tak oné trapné a nežádoucí situaci, kdy by mohl onen vyhlídnutý protějšek při sekání naživo schůzku odmítnout. I to však k životu patří.

Internetové prostředí mění vztahy na značně povrchní. Psát i ta nejhezčí a nejintimnější slůvka do zpráv je tak snadné, říct je však někomu do očí je o poznání těžší. Jistě, v případě, kdy jsou od sebe dva lidé, kteří se mají rádi, daleko, i virtuální komunikace je příjemná a pomáhá vztah mezi nimi udržovat. Problémem však je, když tato komunikace začne převažovat nad tou reálnou. Spitzer poznamenává, že kdo si své partnerské vztahy buduje prostřednictvím sociálních sítí, ten pak v reálném prostředí svými sociálními dovednostmi zaostává (Spitzer, 2014, s. 117). Se Spitzerem souhlasí i Strnadová, jež míní, že převaha neosobní komunikace ve virtuálním prostředí ochuzuje člověka o emoce a prožívání, které může přinést jen přímá komunikace v reálném světě. Chybí tak zkušenost mezilidské komunikace a jednání s lidmi, čímž se snižuje i schopnost vyjádření citů související s úpadkem jazykové kultury (Strnadová, 2011, s. 385).

Do oblasti mezilidských vztahů budou digitální technologie pronikat stále více. Je proto potřeba věnovat zvýšenou pozornost tomu, jak na nás působí a jakým způsobem nás ovlivňují. Před negativními dopady sociálních sítí, konkrétně osvojováním vadných vzorců chování a oslabováním mezilidských vztahů, varoval i bývalý viceprezident Facebooku, Chamath Palihapitiya, který sociální sítě považuje za prostředek, jenž ničí



sociální vazby a jako řešení tohoto problému doporučuje lidem sociální sítě nepoužívat (Palihapitiya, 2017).

Spitzer dále nastiňuje provázanost mezi sociálními sítěmi a (latentní) sexualitou. Digitální flirtovací a seznamovací portály, jako např. Tinder, umožňují vybírat si potenciální partnery, kteří jsou atraktivní, a může je ještě filtrovat podle toho, zdali se podle GPS vyskytují poblíž a zdali mají zrovna „chuť ke kontaktu“ (Spitzer, 2016, s. 252). Pryč jsou doby, kdy člověk musel zkoušet najít a oslovit atraktivní protějšek. Dnes prostě stačí zapnout aplikaci, vyhledat ochotný protějšek, vzájemně si potvrdit své sympatie a rande (či rovnou sex) může začít. Přímo se nabízí otázka, co by takoví mladí lidé bez svých smartphonů dělali. Virtuální komunikace obstará všechnu „těžkou práci“, která by jinak probíhala tváří v tvář. K tomu je zde možnost partnery celkem pohodlně střídat, měnit a pak opět snadno vyhledat nového. Jaký je zde tedy vliv na partnerské vztahy? Odpovědí je povrchnost, ztráta důvěry a trénovaná neschopnost se zakotvit, být s někým v trvalém vztahu. Vždycky by se totiž mohl objevit „nový model“ – atraktivnější partner a byla by škoda o takový „upgrade“ partnera či partnerky přijít.

Meyrowitz tvrdí, že živá setkávání poskytují mnohem silnější a hlubší vazby mezi lidmi, ale jejich relativní množství klesá. Mnoho setkání, a právě i těch intimních, se nyní odehrává právě v digitální rovině prostřednictvím elektronických médií. V podstatě tak nabádají k tomu se nezakotvit a být stále napůl single, žít v osamění. Umožňuje to široké možnosti interakce a flexibilní výběr protějšků; charakteristika takových vztahů je však nestálá, přelétavá a dočasná (Meyrowitz, 2006, s. 126).

Velkým problémem, který se pojí s virtuálním prostředím a který významně týká i školního prostředí, je sexting – pořizování a distribuce fotografií či videí mající erotický nebo sexuální podtext. S odesíláním citlivých informací se samozřejmě pojí hrozba jejich zneužití či šíření nepovolanou osobou, popř. i hrozba vydírání. Pokud takovou fotografii či video osoby mladší 18 let kdokoliv pořizuje, zasílá, jinak distribuuje či pouze přechovává, jedná se dle trestního zákoníku o protiprávní jednání (Trestní zákoník, 2017). Nechme však trestněprávní rovinu stranou a zaměřme se na kontext mezilidských vztahů.

Konverzace i mezi teenagery, kteří se osobně neznají, má celkem rychlý spád a během několika desítek zpráv už směřuje k vzájemné výměně fotografií, a to i intimních. Jde zde nejen o jednu z podob flirtování, ale i formu dnešní komunikace. V celé řadě případů takovou fotografii pošle daná osoba dobrovolně za účelem zaujmout, upevnit nebo udržet

partnerský vztah. Výše zmíněná povrchnost ve vztazích však často vede k velmi krátké trvanlivosti vztahů a taková fotografie se pak stává problémem. Její „majitel“ ji buď z vlastní iniciativy nebo na popud ostatních vrstevníků rozesílá dál, výjimkou nejsou ani vzájemné výměny fotografií s ostatními „majiteli“. Taková fotka se pak celkem snadno stane oběživem, které nezdědka kdy překročí i hranice školy. Důsledky pro osobu, která je na fotce zachycena jsou pak, především s ohledem na psychiku, poměrně destruktivní. Navázat partnerský vztah např. s nálepkou „dívky, která se ostatním posílá nahá“ je pak téměř nemožné. Stejně tak se s opovržením na takovou dívku dívají nejen chlapci, ale i ostatní děvčata. Navíc je téměř nemožné takové fotce uniknout nebo ji z internetového prostředí odstranit a jakmile se jednou dostane do sítě, není zde nikdy stoprocentní jistota, že už se znovu neobjeví.

Za sexting se dá považovat i veřejné sdílení či přidávání fotografií či videí se sexuálním podtextem na profilech sociálních sítí. S úpadkem morálních vzorů a autorit pak zejména mladé dívky hledají inspiraci pro sebevyjádření u „celebrit“, které na své profily často přidávají podobné fotografie. Prim mezi sociálními sítěmi, co se týče latentní i explicitní sexuality, hraje Instagram.

Tento přístup k sexualitě je stimulován i rozšířením pornografických obsahů na internetu. Spitzer uvádí údaj z roku 2016, kdy v internetovém prostředí existovalo na 4,2 milionu pornografických portálů, což dohromady tvořilo 12 % všech webových stránek. Dále potvrzuje, že konzumace pornografických obsahů ve větší míře má potenciál ovlivňovat postoje k sexualitě (Spitzer, 2016, s. 249-256). S touto tezí souhlasí Zimbardo, který vliv na chování spatřuje ve změně přístupu k partnerským a sexuálním vztahům. Pornografie zobrazuje sex jako činnost, kde pro lásku a cit není místo. Pohled na výkony profesionálních herců mohou navíc vést ke snížení sebedůvěry ve vlastní sexuální schopnosti. Největší riziko s ohledem na vztah k sexu ale spatřuje v její dostupnosti; pornografie je vždy na dosah, zobrazuje svalnaté muže a ženy, které vypadají dokonale, nepojí se s ní žádné závazky, nehrozí riziko odmítnutí a poskytuje rychlé uspokojení. Podle Zimbarda tak hrozí u mužů pokles zájmu a potřeby o nějakou dívku vůbec usilovat (Zimbardo, 2017, s. 59). Stejně tak to platí i v případě děvčat.

Pro zajímavost lze prezentovat postoj mladých lidí k sexu v Japonsku, v zemi, která je považována za technologicky velmi vyspělou a kde jsou technologie spojené s virtualitou velmi oblíbené. Podle výzkumů japonského Národního institutu pro populaci nemá

sexuální zkušenost s opačným pohlavím téměř 50 % obyvatel ve věku 20-24 let, u věkové skupiny 18-19 let je to dokonce více než 70 % (NIPSSR, 2015, s. 14). Právě v Japonsku je pornografie velmi populární, stejně jako sexuální uspokojování prostřednictvím virtuálního prostředí; je prostě mnohem jednodušší si vzájemně prostřednictvím internetu vyměnit data se sexuálním obsahem, než navazovat „složitě“ partnerské vztahy.

Existují zde i fenomény virtuálních přítelkyň a digitálních milenek a spolu s vysokou intenzitou užívání digitálních technologií se ve zvýšené míře objevují i tzv. parasociální vztahy, často i vůči fyzicky neexistující osobě. Strnadová je charakterizuje jako vztahy mezi jedincem a osobou, která vystupuje v mediálním či v online prostředí a jedinec ji vnímá jakou skutečnou – podle toho se k ní chová a tato osoba také výrazně ovlivňuje chování a životní styl takového jedince (Strnadová, 2011, s. 367). I tato obliba virtuálních vztahů je jeden z důvodů, proč natalita v Japonsku stále klesá, přičemž při stávajícím trendu by se podle další studie měl snížit stav populace do roku 2060 až o třetinu (NIPSSR, 2017, s. 1-2). Tento příklad ukazuje, do jak extrémních situací může transformace společnosti spolu s fenoménem virtuálních vztahů nabývat, stejně tak jak závažné důsledky může mít pro vývoj celé společnosti.

### 3 Prevence a zvládání rizik spojených s digitálními technologiemi

Technologie člověka obklopují, proto je téměř nemožné chtít chránit sebe nebo své děti „odstřížením od světa“. Společenské, pracovní či školní závazky bez nich takřka nejde uskutečnit. Bylo by alibistické považovat technologie za příčinu problémů, vždy záleží na způsobu jejich použití. Všechny výše zmíněné digitální technologie mohou být užitečné, musí se však využívat v souladu s bezpečnými zásadami a v optimálním poměru obsah/čas. A vzhledem k tomu, že virtuální prostředí s sebou nese i mnoho rizik, je potřeba se věnovat otázce preventivních aktivit, aby se tato případná rizika dala ne-li eliminovat, tak alespoň výrazně minimalizovat. Prevencí se dle Bělíka rozumí „*soubory opatření, které se zaměřují na předcházení nežádoucím jevům*“ (Bělík a kol. 2017, s. 67), přičemž s ohledem na cílové skupiny, na které je zaměřena, ji lze dle Hartla členit na specifickou prevenci primární, která cílí na předcházení prvnímu kontaktu s daným rizikovým chováním, např. u dětí, a prevenci sekundární zaměřující se na rizikovou skupinu, která je daným negativním jevem zvláště ohrožena (Hartl, 2010, s. 440).

#### 3.1 Digitální gramotnost dětí i rodičů jako základ prevence

Pojem digitální gramotnost v sobě ukrývá hned několik druhů schopností a kompetencí. Ty nejjednodušší spočívají v prostém užívání digitálních technologií – ve schopnosti je ovládat a pracovat s nimi. S touto schopností tak úzce souvisí informační gramotnost, pod kterou, jak píše Sklenák, můžeme rozumět práci s informacemi – schopnost je vyhledávat, zpracovávat, ale především je využívat, vyhodnocovat, rozeznávat jejich relevanci, porozumět jim a vyznat se v nepřehledném množství informací. S tím souvisí čerpání informací z více zdrojů, ověřování samotných zdrojů informací a následná filtrace získaných informací. Stěžejní a nezbytnou se zde stává schopnost kritického myšlení (Sklenák, 2010, s. 25-26).

Spolu s informační gramotností a kritickým myšlením se pojí i samotná gramotnost, co se týče bezpečného užívání internetu. Tou se rozumí vzdělávání, zvyšování erudovanosti v oblasti zásad bezpečného chování na internetu a seznamování se s rizikovými jevy, s kterými se uživatel internetu může ve virtuálním prostředí setkat. Je třeba zmínit, že takových rizik je mnoho, přičemž některá z nich naplňují i skutkové podstaty trestných činů. Je také potřeba zmínit, že děti a mladiství mají pro svou nezralost racionální

i emotivní složky osobnosti mnohem větší tendenci podléhat svodům virtuálního prostředí a trávit v něm více času, stejně jako lidé introvertní.

Obecně, co se týče obezřetnosti ohledně zveřejňování osobních informací, by uživatel měl využít všech dostupných možností, jak chránit svá data. Nejlepší prevencí je citlivá data na svých profilech neuvádět vůbec a pokud už takto uživatel jedná, měl by dbát na neveřejném nastavení svých účtů a na víceúrovňové přihlašování (heslo + potvrzení přes mobilní telefon), které přístup k účtu neoprávněné osobě značně ztíží. V případě sociálních sítí je možné též zvýšit svou ochranu možností přidání bezpečnostní otázky jako dalšího stupně zabezpečení.

Velkou roli v oblasti prevence proti nežádoucím vlivům internetového prostředí hraje rodina. Rodiče by měli být o rizicích spojených s virtuálním prostředím dostatečně informováni, aby své děti upozornili na zásady bezpečného chování v kyberprostoru. Ševčíková uvádí, že způsobů rodičovské mediace čili jednání, jak účelně vystupovat v roli prostředníka mezi dětmi a internetem, je hned několik. Jsou jimi např. sdílení činností (společné surfování či hraní), komunikace s dítětem (co ho baví, co používá), vysvětlení škodlivosti nevhodných obsahů a jejich zákaz (násilí, sex, počítačové viry), kontrola historie prohlížení či využití nástrojů blokující přístup k nevhodnému obsahu (Ševčíková, 2014, s. 164-165).

V prvé řadě, přičemž s klesajícím věkem dítěte toto nabývá na důležitosti, by rodiče měli zvolit formu kontrolovaného používání digitálních technologií, kdy je dětem vymezen jasný časový limit a povolený obsah, jaký může na internetu sledovat, přičemž je nutná kontrola, což vyžaduje společné trávení času spolu s dítětem. Důležitým faktorem ve výchově je tedy určování hranic a jejich dodržování – regulace a následná schopnost seberegulace. Posléze by měl následovat další krok související s postupným uvolňováním kontroly, je však nutné tento krok doplnit o informace týkající se zásad bezpečného chování na internetu a o doporučení, jakých činností je třeba se vyvarovat. Rodičovská mediace je tak v podstatě sociální a emoční oporou a podporou.

Čírtková doplňuje, že stěžejním základem pro rodičovskou mediaci jsou otevřené vztahy mezi dětmi a rodiči (nebo v případě školního prostředí mezi studenty a učiteli). Ti by měli děti upozornit a připravit na to, že virtuální prostředí skýtá i nepříjemné a nebezpečné věci, s kterými se dříve či později setkají a také je ubezpečit v tom, že v případě nějaké negativní zkušenosti jsou připraveni být dětem oporou. Je třeba dbát na to, aby děti uměly

oddělovat skutečný svět od toho virtuálního. Je však potřeba zdůraznit, že v obou těchto světech by měly platit stejná pravidla a zásady komunikace a slušnosti (Čírtková, 2014).

Existují hry, které rozvíjejí logiku, postřeh, orientaci či koncentraci a které donutí hráče i k pohybu (herní konzole Xbox Cinect, Nintendo Wii), takže je lze používat i pro edukační a rekreativní účely. Televize, počítače či tablety by však neměly sloužit jako „odkládací koutek“ pro děti. Rodiče by měli vždy zvážit, zdali jsou dané pořady, ale také počítačové hry obsahově vhodné pro děti s ohledem na jejich věk.

Z tohoto hlediska jsou problematické hry, ve kterých figuruje násilí; dětem se tak vnímání násilí zplošťuje a otupuje, jsou vůči němu více tolerantní a mají také tendenci uplatňovat získané vadné vzorce chování v reálných situacích; tyto hry tedy mají tendenci narušovat zdravý morální a duševní vývoj dítěte. S ohledem na tato rizika výrobci herních zařízení i tvůrci počítačových her v Evropě podporují tzv. PEGI – věkový rating, který byl vytvořen pro rodiče za účelem činit informovaná rozhodnutí při nákupu videoher. V praxi tedy obal her označuje vhodnou věkovou kategorii (3, 7, 12, 16, 18) pro kterou je hra určena, popřípadě pomocí symbolů upozorňuje na jiné nevhodné prvky, které hra obsahuje (násilí, vulgární mluva, drogy, sex atd.) (PEGI, 2013). Rodina je také prostředím, kde dochází nejintenzivněji k sociálnímu učení; pokud tedy rodiče dětem nejsou příkladem a sami často např. mobilní telefon používají, prevence se míjí účinkem, a i dítě si podobné vzorce chování osvojí.

Závislosti vznikají tam, kde člověku něco chybí. Když dítě postrádá blízkost rodičů, jejich náruč a jistotu a místo ní pak dostane do ruky mobilní telefon nebo tablet, aby se „zabavilo samo“, stávají se pro něj právě tato zařízení náhradním zdrojem uspokojení, jistoty či uklidnění, což je samozřejmě nežádoucí. Je proto velmi důležité, aby v rodině fungovaly vřelé a pozitivní vztahy mezi jejími členy a aby byl dítěti věnován dostatek času, jak v rámci samotné výchovy spočívající ve zdravém životním stylu, úctě k lidem a přírodě, morálních hodnotách a nekonzumní spotřebě, tak i z hlediska trávení volného času či zájmových aktivit. Při absenci podobných elementů ve výchově je virtuální prostředí častou alternativou mezilidské interakce. V takovém případě lze podle Fišera a Škody hovořit o poruše rodičovské role, kdy se nedaří naplnit potřeby dítěte související se sounáležitostí, láskou či seberegulací (Fišer, Škoda, 2014, s. 156-157). Zároveň není žádoucí dítě příliš přetěžovat, protože ve chvíli, kdy nemá vlastní prostor, může se virtuální svět stát jeho útočištěm před stresem.

Pokud se rodič nezajímá o to, co jeho dítě ve virtuálním prostředí dělá, sám ho tak vystavuje většímu riziku negativních dopadů. V případě, kdy je dítě pachatelem či obětí trestného činu spojeného s kyberprostorem, je též nutno zjistit míru nezájmu či lhostejnosti rodičů k tomu, co jejich dítě na internetu dělalo. Pokud je zahálčivou a nedůslednou výchovou vzniku trestného činu přispěno, byť i z nedbalosti, dopouští se tak rodič(e) trestného činu ohrožování výchovy dítěte.

Obecně platí, že prevencí je především aktivní styl života. Do virtuální reality se lidé uchylují z důvodu „odměňování“ za relativně jednoduchou či nenáročnou činnost. Pokud ukážeme dětem, že skutečný svět je plný možností, prožitků a vztahů, pravděpodobnost vzniku závislosti se sníží. Pokud však už takový problém existuje, je nutné změnit životosprávu. Ideálním prostředkem jsou výlety, sport a zájmové aktivity. Je nutné do takové činnosti vložit větší množství času, protože změny v chování není možné přeměnit ze dne na den, nýbrž je to proces, jenž z časového hlediska může mít rozpětí měsíců i let. Pro lepší koordinaci takových aktivit je možné využít služeb systematické odborné psychologické péče, např. v Psychologicko – pedagogické poradně.

Je však potřeba říct, že erudovanost rodičů (a někdy i učitelů), se zdá být pouhým teoretickým konstruktem. Nejenom teenageři, ale i mladší děti, často disponují mnohem většími znalostmi, co se týče užívání digitálních technologií, tak i znalostmi v oblasti bezpečného užívání internetu. Pokud bychom vycházeli z toho, že je to zásluhou vzdělávacího systému ČR, je tato teze bohužel mylná. Např. gymnázia, která jsou součástí výzkumného orientačního šetření, se řídí pokyny RVP pro gymnázia (RVP G, 2007) a v souladu s nařízeními zařazují jedno z důležitých průřezových témat, jímž je mediální výchova, do osnov výuky, a to prostřednictvím předmětu „Informatika a výpočetní technika“. Ve ŠVP obou gymnázií je pak stanovena časová dotace pro tento předmět, a to shodně, v rozsahu dvou vyučovacích hodin týdně. To je ovšem žalostně málo. Navíc se v osnovách těchto předmětů objevuje velké množství učiva, které by se mělo během školního roku probrat (historie ICT, softwarové programy, hardware, práce s MS Office atd.). Pro získávání informační gramotnosti a zvyšování erudovanosti v oblasti bezpečného užívání internetu tak nezůstává mnoho prostoru, což příliš neodpovídá požadavkům současných potřeb vzdělávání.

Bezpečné užívání internetu je stěžejní téma, které nejen zvyšuje praktickou digitální gramotnost, ale i schopnost vyvarovat se nebezpečí ve virtuálním prostředí, což jsou

rizika, se kterými studenti bez nadsázky přicházejí do kontaktu při každém otevření internetového prohlížeče. Kompetence studentů týkající se bezpečného chování ve virtuálním prostředí tak školní výuka nezvyšuje v takovém měřítku, které by odpovídalo současným požadavkům. Zonková, která komentuje první konferenci Národního úřadu pro kybernetickou a informační bezpečnost (NÚKIB) z října roku 2018, taktéž zdůrazňuje, že RVP nemohou být dost účinně aktualizovány vzhledem k rychlosti, jakou se oblast kybernetiky a informatiky vyvíjí. Je tak třeba posílit pozici předmětu Informatika a výpočetní technika na stejnou úroveň, jakou mají např. fyzika nebo český jazyk (Zonková, 2018).

Co se týče oblasti prevence rizikových jevů, obě gymnázia opět totožně zařazují do preventivních aktivit v souladu s metodickým pokynem MŠMT problematiku s názvem „Virtuální drogy“, která se týká se počítačů a televizí. Je to však pouze jedno ze sedmi hlavních témat, tudíž toto téma opět nedostává takový prostor, jaký by si zasloužilo vzhledem v kontextu toho, jak rozšířené digitální technologie jsou; vždyť s virtuálním prostředím se studenti setkávají denně, a to v rozmezí několika hodin, proto by bylo potřeba věnovat této problematice mnohem více času.

Skrze osvětu a vzdělávání ohledně užívání digitálních technologií lze též upozorňovat na další témata spojená s prevencí ve školách, např. šikanou, rasismem a intolerancí, patologickým hráčstvím či kriminalitou – všechna tato témata se virtuálního prostředí dotýkají. Navíc je potřeba si uvědomit, že počítač a televize jsou doménou minulých dekad. Dnes hrají hlavní roli z hlediska užívání i rizik smartphony a internet, případně další rizika spojená s jejich užíváním jako je kyberšikana, sexting, netholismus či nomofobie. To jsou témata, která odráží rizika a nebezpečí dnešních dnů a kterým by měla být věnována zvýšená pozornost. Zároveň je nutná vzájemná důvěra mezi učiteli a žáky, která je důležitá pro účinné předávání informací o bezpečnosti ve virtuálním prostředí.

Co se týče školního prostředí a prevence rizikových činností v jeho prostorách, rezonuje ve společnosti otázka mobilních telefonů jako rušivého faktoru při vyučování, ale také problém kyberšikany nebo sextingu. Tyto rizikové jevy jsou často latentní a odhalit se je podaří až ve chvíli, kdy už je pozdě a kdy už mají na svědomí konkrétní nežádoucí situace. Nabízí se tedy otázka, jak tyto situace řešit. Poměrně razantní, avšak vcelku logické opatření, jak uvádí Brdlička, zavedla Francie, která plošně zakázala používání mobilních



telefonů a tabletů ve školách pro žáky mladší 15 let. U starších studentů toto omezení platí také, avšak kromě situací, kdy jsou spojené s výukou. Argumentuje se tím, že tyto digitální technologie žáky rozptylují a že tak lze chránit studenty právě před kyberšikanou ve školním prostředí. Zákaz tak cílí na možnost pořizování fotek či videozáznamů, které by mohly mít urážející nebo jinak negativně působící charakter (Brdlička, 2019). Podobná omezení platí i jiných státech, např. v Dánsku, Švédsku či Bavorsku. Zákaz používání mobilních telefonů tak tedy bude do značné míry eliminovat problém kyberšikanou či sextingu na půdě školských zařízení.

Byť se zákaz může zdát jako účinné opatření, problém jako takový se tím však neřeší – působí to jako alibistické řešení, problém se přesune pouze do jiného prostředí. Vhodná forma prevence, tak jak ji uvádí např. Kopecký a kol., spočívá v práci s konkrétními kazuistikami, názornými příklady a případy, při kterých jsou konkrétní situace rozebrány a je zde vysvětleno, v čem tkví riziko a jak je možné se proti němu chránit a bránit. Taková forma preventivní činnosti mladé posluchače zaujme více než pouhý přednes teoretických poznatků. Mnohdy neveselé konce podobných kazuistik mohou také poměrně silně působit na vlastní vnímání daného problému a zanechat v mysli cennou zkušenost, kterou si lze při setkání s rizikovou situací snadno vybavit a účinně ji tak využít (Kopecký a kol., 2014, s. 14).

Příkladem z oblasti literatury, která se zaměřuje na bezpečnost a prevenci v oblasti virtuálního prostředí pro děti, je možno uvést knihu „Husteť internet“, která je určena pro děti mladšího školního věku a která svým příběhem, humorem a ilustracemi zaujme, a zároveň srozumitelně a s nadhledem informuje o rizicích a úskalích internetu a o zásadách bezpečného chování v tomto prostředí. O zásadách bezpečnosti, ale i rizikových jevech, jako je happy slapping, kyberšikana či sexting, jakožto i o možnostech, kam se v případě problému obrátit, informuje publikace „Internetem bezpečně“, která je určena pro děti ve věku 6-12 let a která jednoduchým způsobem i pomocí ilustrací upozorňuje na výše zmíněnou problematiku. Je zásadní s touto problematikou seznamovat děti již v tomto věku, aby byly v pozdějším věku puberty již proti těmto rizikům více resistantní. Podobnou problematikou, včetně škodlivých programů a netholismu se zabývá i publikace „Bezpečnost v online prostředí“, která cílí na osvětu široké veřejnosti.

Poměrně obratně problematiku prevence shrnuje Pošvancová, která tvrdí, že všichni dospělí podílející na výchově dětí mají nelehký úkol, a to dohlédnout na rovnoměrný vývoj dětí; na to, aby dokázaly odlišit virtuální svět od reálného, aby neztrácely sociální kontakt se svými vrstevníky a úspěšně čelily dalším rizikům, jež se s virtuálním prostředím pojí. Jelikož se internet stal rutinní součástí života, je proto nutné umět především přiměřeným způsobem včlenit používání ICT mezi své aktivity tak, aby bylo pouze jednou z možností trávení volného času, nikoliv pak ústřední náplní každého dne (Pošvancová, 2004).

### 3.2 Preventivní akce a programy v ČR a vybrané preventivní činnosti na území Královéhradeckého kraje

Jeden z velkých projektů, který dosahuje i mezinárodního měřítka, realizuje neziskové nevládní sdružení Národní centrum bezpečnějšího internetu. Jeho projekt Safer internet, který byl v ČR spuštěn v roce 2005, si klade za úkol zvyšovat znalosti dětí o bezpečném užívání internetu a tím snižovat jejich zranitelnost při pohybu v tomto prostředí, případně pak poskytovat psychosociální pomoc dětským obětem internetové kriminality (Safer Internet, 2019). Dále pak, jak uvádí Majer, toto sdružení spolupracuje s mnoha dalšími subjekty, např. Linkou bezpečí či nadací Naše dítě. Linka bezpečí pomocí „Internet helpline“, tj. anonymního chatu, poskytuje online formou dětem rady a pomoc při práci s internetem (Majer, 2008). Dceřinými projekty NCBI jsou pak dále např. webové platformy Bezpečně-online.cz nebo StopOnline.cz, která ve spolupráci s Policií ČR umožňuje dětem či rodičům (ale samozřejmě i široké veřejnosti) nahlašovat internetový obsah, který považují za nezákonný.

Velkým hráčem na poli prevence v České republice je též projekt E-Bezpečí realizovaný Centrem prevence rizikové virtuální komunikace Pedagogické fakulty Univerzity Palackého ve spolupráci s dalšími organizacemi. Tento projekt je podporován Policií ČR, MVČR či MŠMT, které jej financuje a pro které též připravil aktualizovanou podobu Metodického doporučení k primární prevenci rizikového chování v oblasti kyberšikany. Primárním cílem je pak „*zaměření na prevenci, vzdělávání, výzkum, intervenci a osvětu spojenou s rizikovým chováním na internetu a souvisejícími fenomény*“ (E-bezpečí, 2018). Představuje tak velmi důležitý článek v oblasti prevence online kriminality a dalších rizikových jevů spojených s internetem, a to na národní úrovni.

Projekt E-Bezpečí realizuje mnoho webových portálů, které se zaměřují na jednotlivé problémy pojící se s užíváním internetu. Patří mezi ně např. netolismus.cz, sexting.cz a další. Úzce spolupracoval i s projektem Seznam se bezpečně, na jehož tvorbě se podílel i JUDr. Miroslav Antl.

Mezi další projekty mající preventivně-informační a edukativní charakter patří např. portály „Nebud' oběť!“, „Internetem bezpečně“ či „SayNo!“. Poslední dva zmíněné projekty byly, jak píše Zonková, představeny jako kvalitní preventivní programy, které cílí na zvyšování bezpečnosti a povědomí o rizikových jevech na internetu, i v rámci první konference NÚKIB se zaměřením pro pedagogy základních škol (Zonková, 2018).

V České republice tedy existuje mnoho volně přístupných webových portálů, které jsou realizovány různými projekty a které nabízí poměrně pestrou škálu informací spojených s prevencí rizik, jež se ve virtuálním prostředí vyskytují. Je však potřeba zmínit, že i když jsou tyto informace kdykoliv k dispozici online, jedná se o prevenci zprostředkovanou opět pomocí obrazovky. Tyto projekty mají zázemí mimo Královéhradecký kraj, a proto jsou jejich preventivní přednášky, jež jsou mnohem lepším a efektivnějším způsobem prevence, realizovány lokálně, v místech, kde daný projekt vznikl. Např. v případě E-Bezpečí je to převážně Olomoucký kraj, i když samozřejmě činnost tohoto projektu formálně dosahuje celorepublikových měřítek.

Co se týče Královéhradeckého kraje, figuruje zde systematicky pouze jedna velká instituce, jež realizuje fyzické přednášky jak pro školy, tak pro rodiče. Je jí Policie České republiky, která během minulého roku realizovala desítky přednášek ve všech okresech Královéhradeckého kraje, jež souvisely s problematikou virtuálního prostředí a jež cílily na velké množství cílových skupin, od prvního a druhého stupně základních škol, přes gymnázia a další střední školy, až po rodiče (PČR, 2019). V rámci studia (prostřednictvím předmětu souvislá praxe), jsem měl možnost plnit praxi v Oddělení tisku a prevence PČR Královéhradeckého kraje a zúčastnit se tak několika preventivních přednášek.

Jednalo se např. o přednášku „Děti ve virtuálním prostředí“, která se konala v Jaroměři a byla určena pro rodiče. Rodičům zde byly představeny pojmy a problematika související se sociálními sítěmi, tzn. jejich druhy a charakteristika, možnosti, které tyto sociální sítě svým uživatelům nabízejí a rizika, která se s nimi pojí, včetně vlivu na chování a myšlení dětí. Přednáška byla doplněna o informace z policejní praxe, jež se týkaly nejen aktuálního rizikového chování mladistvých, ale i přestupků a trestných činů,

kteří s virtuálním prostředím souvisí. Kromě kpt. Ondřeje Moravčíka a Mgr. Lucie Špráchalové, kteří byli v roli přednášejících, se přednášky aktivně účastnil i mladý youtuber Vojta Plachetka. V roli zástupce mladé generace, pro kterou je virtuální svět neodmyslitelnou součástí života, se snažil svým výstupem doplnit a představit úskalí spojená s užíváním internetu. Na internetu, jakožto v prostředí, které je každodenně navštěvované (nejen) dětmi a mladistvými, hraje svou roli právě i videosever Youtube, respektive youtuberi.

Youtuberi jsou pro teenagery mnohem atraktivnějšími „lektory“; někteří z nich, např. Karel Kovář, alias Kovy, tvoří a sdílí videa, jež mají skutečně edukační charakter a mohou tak napomáhat ke zvyšování digitální gramotnosti. Digitální gramotnost rodičů často výrazně zaostává za znalostmi jejich dětí, proto jsou preventivní akce tohoto typu zaměřené na cílovou skupinu rodičů velmi důležité.

Druhá přednáška související s kyberprostorem nesla název „Kyberšikana a rizika virtuální komunikace“. Konala se na Gymnáziu J. K. Tyla v Hradci Králové a cílovou skupinou zde byli mladiství, respektive studenti gymnázia v ročnících odpovídajících střední škole. Stěžejním tématem přednášky byly sociální sítě, rizika virtuálního prostředí a s nimi spojené nežádoucí jevy (kyberšikana, sexting, stalking), přičemž byly též zasazeny do trestněprávního rámce. Právě v oblasti protiprávního jednání ve virtuálním prostředí jsou znalosti mladistvých nedostačující. Proto byla cílem této přednášky snaha o zvýšení erudice v oblasti bezpečného užívání internetu nejen vůči druhým osobám tak, aby k protiprávnímu jednání nedocházelo, ale i zabezpečení a ochrana vlastních dat a informací, jejichž zneužití by naopak mohlo vést k protiprávnímu jednání ze strany třetích osob.

Třetí přednáška, jež se týkala problematiky virtuálního prostředí, se konala na Základní škole V Domkách v Trutnově a její název byl „Rizika virtuální komunikace“. Jednalo se o jednu z prvních přednášek v rámci preventivního programu na Trutnovsku s názvem „Výchova pozitivním vlivem“. Její obsah se v podstatě shoduje s přednáškou v předchozím odstavci, jelikož však byly cílovou skupinou děti na druhém stupni základní školy (6. třída), forma sdělení byla jednodušší, aby odpovídala schopnostem pro porozumění dětmi v tomto věku. Neznamená to však, že by opomíjela důležité informace týkající se rizikového chování ve virtuálním prostředí.

Vzhledem k tomu, že u dětí i mladistvých jsou sociální sítě velmi oblíbené a velké procento je též jejich každodenními uživateli, jsou tyto preventivní činnosti nesmírně důležité a pomáhají při osvětě a také při zvyšování digitální gramotnosti nejen dětí samotných, ale i celé společnosti.

V rámci Královéhradeckého kraje se samozřejmě realizují i další preventivní přednášky, většinou prostřednictvím neziskových organizací (např. Prostor Pro) Jedná se však z hlediska četnosti spíše o nárazové projekty. Činnost Policie ČR, co se týče preventivních aktivit, je proto v Královéhradeckém kraji naprosto nezastupitelná. V rámci kraje by však bylo vhodné podnítit více preventivních akcí. Vzhledem k velkému množství času, které mladiství tráví ve virtuálním prostředí, by se intenzita preventivních přednášek měla zcela jistě zvýšit. Je zde tudíž stále mnoho prostoru pro zlepšování a pro budování sítě subjektů, preventivních programů a činností, které by pomáhaly zvyšovat digitální gramotnost na území Královéhradeckého kraje.

## 4 Výzkumné orientační šetření

Jak již bylo v předchozích kapitolách uvedeno, prozatím v ICD-11 neexistuje diagnostické vymezení závislosti na internetu, hlavně vzhledem ke komplexnosti tohoto problému. O této nelátkové závislosti se však s rostoucím významem, s jakým ICT pronikají do rutinního života, hovoří jako o velmi aktuálním tématu. Výzkumné orientační šetření se tedy zaměřuje právě na tuto problematiku, přičemž se kromě samotného závislostního chování zaměřuje také na další sociologické aspekty spojené s rodinou, školou, prevencí a rizikovými jevy, které se ve virtuálním prostředí vyskytují.

### 4.1 Cíle výzkumného orientačního šetření

Hlavním cílem výzkumného orientačního šetření je stanovit množství, respektive procentuální zastoupení respondentů, kteří jsou ohroženi problémem závislostního chování spojeného s užíváním internetu. Hlavními kritérii, které jsou v této souvislosti sledovány, jsou pohlaví a věk. Mezi další dílčí cíle patří zjišťování zkušeností s rizikovými jevy – kyberšikanou a sextingem, zjištění možné korelace mezi intenzitou užívání internetu a studijním prospěchem a sběr dalších podpůrných dat pro lepší zmapování rodinného prostředí respondentů.

### 4.2 Cílová skupina

Cílovou skupinou jsou studenti gymnázií v Královéhradeckém kraji, kteří věkově odpovídající sekundárnímu stupni vzdělávání, tj. středním školám (kvinta – oktáva). Celkem se výzkumu účastnilo 178 studentů, avšak 23 respondentů muselo být z výzkumného orientačního šetření vyřazeno, protože označili více odpovědí u otázek, kde měla být vybrána pouze jedna z nabízených variant, případně u některých otázek chybělo označení odpovědi. Z celkového počtu 155 respondentů, kteří dotazník vyplnili v souladu se zadáním, je 103 studentů z Gymnázia Boženy Němcové v Hradci Králové a 52 studentů z Krkonošského gymnázia v Hostinném. Co se týče věkového zastoupení, jako respondenti figurují studenti ve věkovém rozmezí od 15 do 19 let. Výzkumné orientační šetření probíhalo v období 11. – 22. března 2019 na půdě obou gymnázií, přičemž bylo realizováno postupně v rámci výuky v jednotlivých ročnících prostřednictvím anonymních dotazníků. V Krkonošském gymnáziu jsem dotazníkové šetření provedl osobně, v Gymnáziu Boženy Němcové ho pak realizovala zástupkyně ředitele Mgr. Iveta Jalůvková.

Pro lepší orientaci jsou absolutní počty studentů obou gymnázií, včetně věkového rozložení v jednotlivých gymnáziích uvedeny v následujících tabulkách.

Tab. č. 1: Absolutní počty respondentů v jednotlivých gymnáziích

Výzkumný soubor			
	Dívky	Chlapci	Celkem
Gymnázium Boženy Němcové	58	45	103
Krkonošské gymnázium	34	18	52
Celkem	92	63	155

Tab. č. 2: Věkové zastoupení respondentů v jednotlivých gymnáziích

Výzkumný soubor										
	Dívky					Chlapci				
	15 let	16 let	17 let	18 let	19 let	15 let	16 let	17 let	18 let	19 let
Gymnázium Boženy Němcové	17	9	9	17	6	15	7	7	10	6
Krkonošské gymnázium	8	6	8	9	3	1	4	1	10	2
Počet dle věku celkem	25	15	17	26	9	16	11	8	20	8
Respondentů celkem	92					63				

### 4.3 Hypotézy

Hypotéza č. 1: Alespoň 50 % respondentů vykazuje známky minimálně problémového chování spojeného s internetem.

Hypotéza č. 2: Mezi intenzitou užívání internetu a studijním prospěchem panuje přímá úměrnost ve smyslu čím intenzivnější užívání internetu, tím horší prospěch.

Hypotéza č. 3: Studenti navštěvující gymnázium v krajském městě jsou z hlediska času intenzivnějšími uživateli než studenti gymnázia v malém městě.

Hypotéza č. 4: Alespoň 50 % respondentů se ve svém okolí setkala s kyberšikanou.

Hypotéza č. 5: Alespoň 50 % respondentů má zkušenost se sextingem.

### 4.4 Metodika

Výzkumné orientační šetření bylo realizováno pomocí dotazníků, jedná se tedy o kvantitativní formu výzkumného šetření. Dotazník byl anonymní, což přináší větší pravděpodobnost pravdivějšího zodpovídání otázek. Přesto však má podle Gavory vzhledem k typům otázek, u nichž respondenti neznají přesnou odpověď, a tudíž musí daný údaj odhadnout, nižší validitu, proto je označován jako výzkum orientační (Gavora, 2010, s. 128).

Dotazník obsahuje 40 otázek a skládá se ze dvou částí; první část o 14 otázkách získává tzv. tvrdá fakta (věk, pohlaví, čas trávený na internetu, čas trávený s rodiči, zkušenosti s kyberšikanou či sextingem atd.) a další data související se subjektivními zkušenostmi ve spojitosti s rodinou nebo prevencí (aktivity s rodiči, vnímání rodičů jako vzor či nejčastější zdroj získávání informací o bezpečném užívání internetu). Druhou část tvoří dotazník určený pro adolescenty, jenž byl po konzultaci s vedoucím práce mírně upraven za účelem zjednodušení formulace otázek, přičemž jejich podstata zůstala samozřejmě zachována. Jedná se o Chenovu škálu závislosti na internetu (Chen Internet Addiction Scale, CIAS), jež byla vyvinuta v roce 2003 Dr. Sue-Huei Chenem a jeho spolupracovníky z Národní Taiwanské univerzity v Taipei za účelem zhodnocení závažnosti závislosti na internetu (Chen, 2003). Do češtiny jej přeložila Mgr. Petra Vondráčková. Jedná se o dotazník o 26 položkách, který se zaměřuje na posledních 6 měsíců a umožňuje odhadnout míru závažnosti závislosti na internetu.

Je využíván např. i klinikou adiktologie 1. LF UK v Praze, přičemž ta jeho podstatu popisuje následovně: „Každá položka dotazníku se skóruje na 4bodové škále



*nikdy (= 1 bod) – občas (= 2 body) – často (= 3 body) – téměř vždy (= 4 body). Jednotlivé škály se vází na 5 dimenzí různých potíží souvisejících se závislostí na internetu. Jedná se o syndrom kompulzivního chování – narušenou kontrolu nad vlastním chováním, abstinenci příznaky, míru tolerance, problémy v interpersonálních vztazích a zdravotní problémy. V dotazníku je uveden výčet chování a zkušeností souvisejících s internetem, na něž respondent zaškrťává nejvhodnější odpověď“ (Pavlovská, 2012). Po součtu bodů u všech jednotlivých 26 odpovědí se daná hodnota následně přiřadí do příslušného bodového rozmezí. Po doporučení Mgr. Jaroslava Vacka z výše zmíněné kliniky adiktologie pro vyhodnocení výsledků využívám aktualizovaný článek výše zmíněných spolupracovníků Dr. Chena (Ko et al., 2005), jenž vytyčil hranice, které se považují za dostatečně přesné a specifické. Výsledky jsou tedy vyhodnocovány následovně: 26-56 bodů = bez problému; 57-63 bodů = podezření na problém, určité negativní důsledky používání internetu; 64-104 bodů = závislost na internetu. Čím vyšší počet bodů tedy respondent získá, tím závažnější je jeho chování z hlediska problémového chování spojeného s internetem.*

Co se týče otázek použitých v dotazníku, lze je podle Gavory rozdělit s ohledem na stupně otevřenosti (Gavory, 2010, s. 124-127). Dle tohoto členění pak bylo použito 10 uzavřených otázek, 3 polouzavřené otázky a 27 škálovaných otázek.

Při realizaci cílů výzkumného orientačního šetření jsem postupoval podle hypoteticko-deduktivního modelu dle Hendla, tj.:

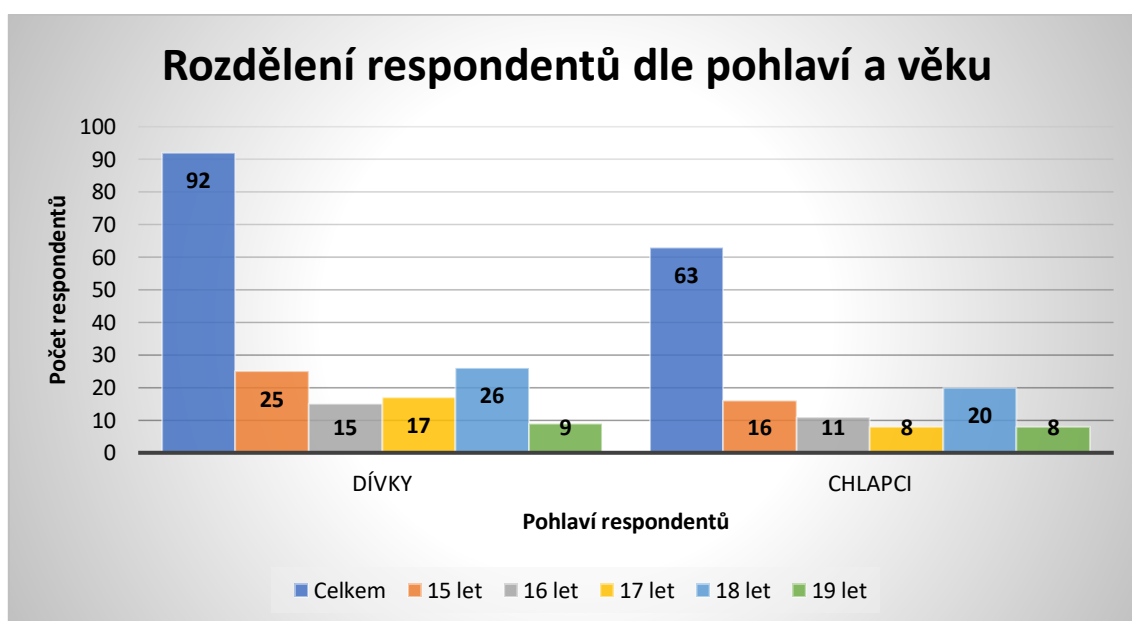
- 1) Formální vyjádření určitého obecného tvrzení – teorie
- 2) Provedení dedukce a nalezení vztahu mezi dvěma proměnnými – stanovení hypotéz
- 3) Definování měřitelných pojmů (otázek) – operační definice
- 4) Provedení výzkumu – měření (šetření)
- 5) Provedení závěrů o platnosti hypotéz – testování hypotéz
- 6) Ověření výsledků vzhledem k teorii – verifikace (Hendl, 2005, s. 46)

Samotné výzkumné šetření je pak založeno na analýze (zkoumání jednotlivých prvků a snaha o nalezení souvislostí a vztahů mezi nimi) přičemž výzkumný proces by se dal charakterizovat jako popisný, průzkumový a neexperimentální (Hendl, 2005, s. 35-38).

## 4.5 Vyhodnocení výzkumného orientačního šetření

Část 1.:

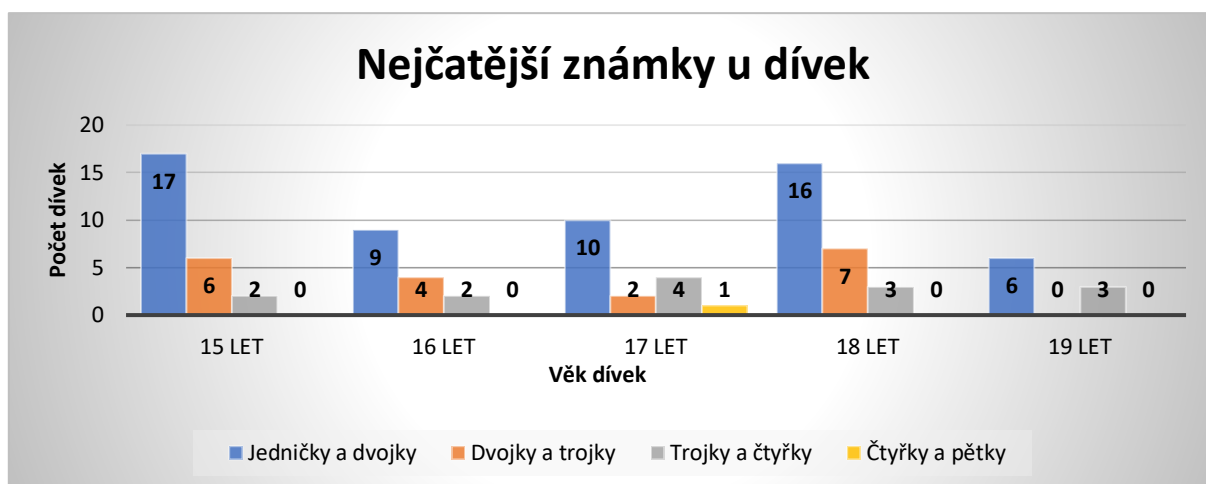
Z hlediska pohlaví (**otázka č. 1**) bylo z celkového počtu 155 respondentů 92 ženského a 63 mužského pohlaví. Co se týče věkového zastoupení (**otázka č. 2**), věk respondentů se pohyboval v rozmezí 15–19 let, přičemž největší zastoupení měli 18letí studenti (30 %), dále sestupně studenti 15letí (26 %), 16letí (17 %), 17letí (16 %) a nejméně bylo studentů 19letých (11 %). Struktura respondentů dle pohlaví a věku je znázorněna v grafu č. 1.



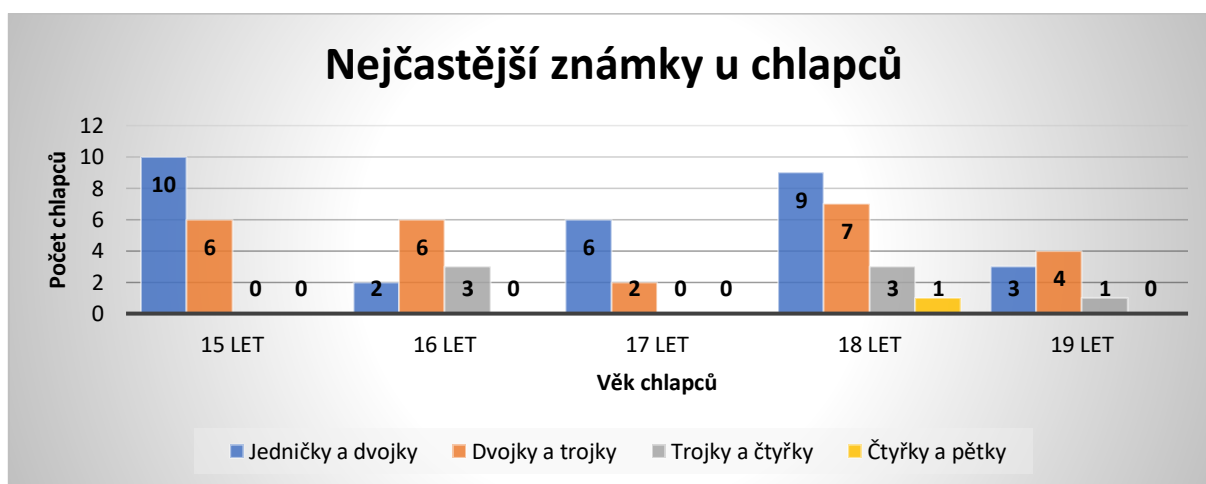
Graf č. 1: Rozdělení respondentů dle pohlaví a věku

V procentuálním zastoupení měly dívky oproti chlapcům mírnou převahu (dívky 59 %, chlapci 41 %). Věkové rozložení není zcela rovnoměrné, avšak zastoupení 16letých a 17letých studentů a také 15letých a 18letých studentů je v absolutních počtech přibližně stejné.

Co se týče nejčastěji obdržených známek (**otázka č. 3**), nejvíce studentů, tj. 88 (57 %) dostává nejčastěji jedničky a dvojky. Studenti mající nejčastěji dvojky a trojky jsou zastoupeni v počtu 45 studentů (29 %), trojky a čtyřky dostává nejčastěji 20 studentů (13 %) a pouze 2 studenti (1 %) uvedli, že jejich nejčastější známky jsou čtyřky a pětky. Zastoupení jednotlivých známek u dívek a chlapců je vyjádřeno v grafech č. 2 a č. 3.



Graf č. 2: Nejčastější známky u dívek



Graf č. 3: Nejčastější známky u chlapců

U dívek jsou ve všech věkových kategoriích nejčastějšími známkami jedničky a dvojky, druhými nejčastějšími známkami jsou dvojky a trojky, avšak nikoli ve věkových kategoriích 17letých a 19letých studentek, u nich jsou to trojky a čtyřky. Trojky a čtyřky se u všech věkových kategorií objevují takřka ve stejných hodnotách a pouze jedna 17letá studentka vykazuje velmi špatný prospěch, tj. nejčastějšími známkami jsou u ní čtyřky a pětky.

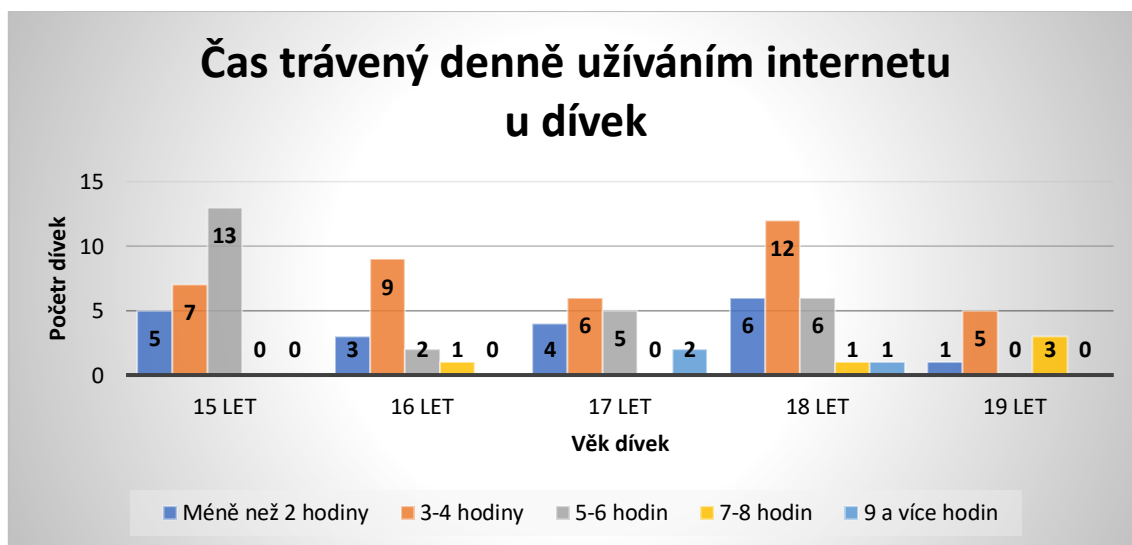
U chlapců jsou sice nejčastěji zastoupenými známkami jedničky a dvojky, avšak u skupiny 16letých a 19letých převažují dvojky a trojky. Trojky a čtyřky se u chlapců objevily v šesti případech a čtyřky a pětky dostává nejčastěji pouze jeden 18letý student.

Nejlepší prospěch lze sledovat u věkové kategorie 15letých studentů (chlapců i dívek), naopak nejhorší prospěch, co se týče počtu známek v rozmezí trojky až pětky, zauímají 17leté studentky a 18letí studenti.

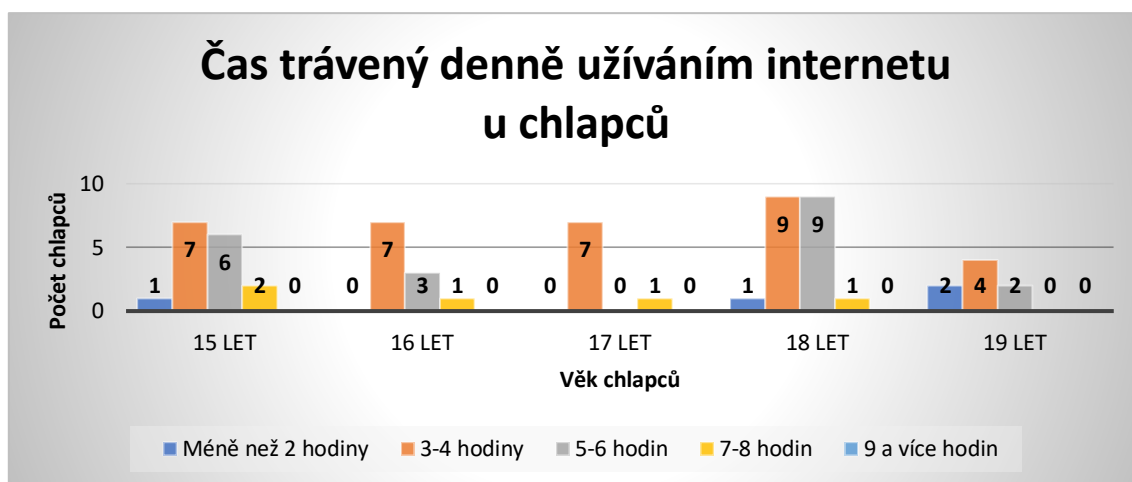
Z hlediska srovnání obou pohlaví jsou dívky úspěšnější než chlapci. Jedničky a dvojky má nejčastěji 58 dívek (63 %) oproti 30 chlapcům (48 %), v případě dvojek a trojek je to 19 dívek (21 %) a 25 chlapců (40 %). Trojky a čtyřky nejčastěji dostává 14 dívek (15 %) a 7 chlapců (11 %) a pouze jedna dívka a jeden chlapec mají nejčastěji čtyřky a pětky. Celkový průměrný prospěch pak u dívek dosahuje hodnoty 2,07, u chlapců je pouze o několik setin horší, a to 2,15.

Vzhledem k typu vybraných škol – gymnázií, není překvapivé, že nejčastěji zastoupenými studenty jsou ti s výborným nebo chvalitebným prospěchem, protože na gymnázia ze základních škol většinou přestupují žáci s lepšími studijními výsledky. Fakt, že 86 % studentů se pohybuje ve škále od jedniček po trojky, toto tvrzení dokazuje.

Žádný z respondentů na otázku č. 4 „Kolik hodin denně jste aktivně online na internetu?“ nezvolil odpověď „Internet denně nepoužívám“, proto se všichni respondenti dají označit za daily users neboli každodenní uživatele. Méně než 2 hodiny denně tráví na internetu 23 studentů (15 %), v rozmezí 3-4 hodiny pak 73 studentů (47 %), 46 studentů (30 %) označilo odpověď 5-6 hodin, 10 studentů (6 %) pak tráví na internetu 7-8 hodin denně a 3 studenti (2 %) dokonce uvedli, že denně aktivnímu užívání internetu věnují 9 a více hodin. Rozdíl denního užívání internetu z hlediska pohlaví je vyjádřen v grafech č. 4 a č. 5.



Graf č. 4: Čas trávený denně užíváním internetu u dívek



Graf č. 5: Čas trávený denně užíváním internetu u chlapců

Ze získaných hodnot lze vyčíst, že až na jednu výjimku, kterou jsou 15leté studentky, u nichž tato hodnota dosahuje 5-6 hodin denně, tráví studenti obou pohlaví užíváním internetu denně nejvíce času v rozmezí 3-4 hodin.

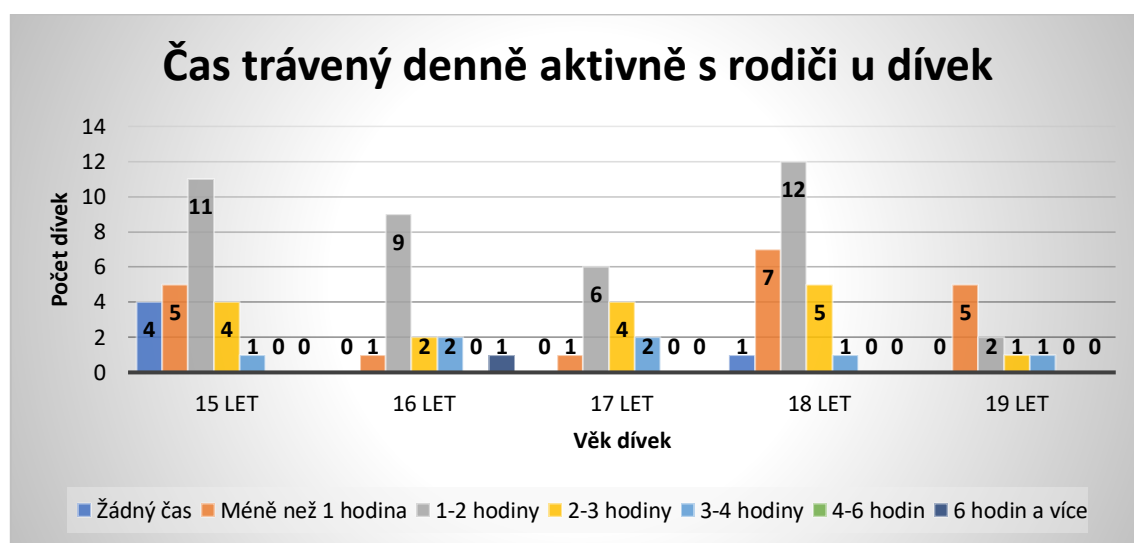
Co se týče průměrných hodnot z hlediska pohlaví, pak u dívek jsou nejintenzivnějšími uživatelkami 19leté studentky (5,19 hodin denně), dále sestupně studentky 17leté (4,32 hodiny denně), 15leté (4,14 hodiny denně), 18leté (3,88 hodiny denně) a 16leté (3,63 hodiny denně). U chlapců je situace jiná. Nejvíce času tráví užíváním internetu 15letí studenti (4,6 hodiny denně), dále sestupně studenti 18letí (4,5 hodiny denně), 16letí (4,4 hodiny denně), 17letí (4 hodin denně) a 19letí studenti (3,5 hodiny denně).

Z pohledu věkových kategorií (dívky a chlapci dohromady) jsou nejintenzivnějšími uživateli internetu 15letí a 19letí studenti (4,35 hodiny denně) přičemž ostatní věkové kategorie jsou zastoupeny takřka podobnými hodnotami; 17letí a 18letí studenti (4,2 hodiny denně) a studenti 16letí (4 hodiny denně).

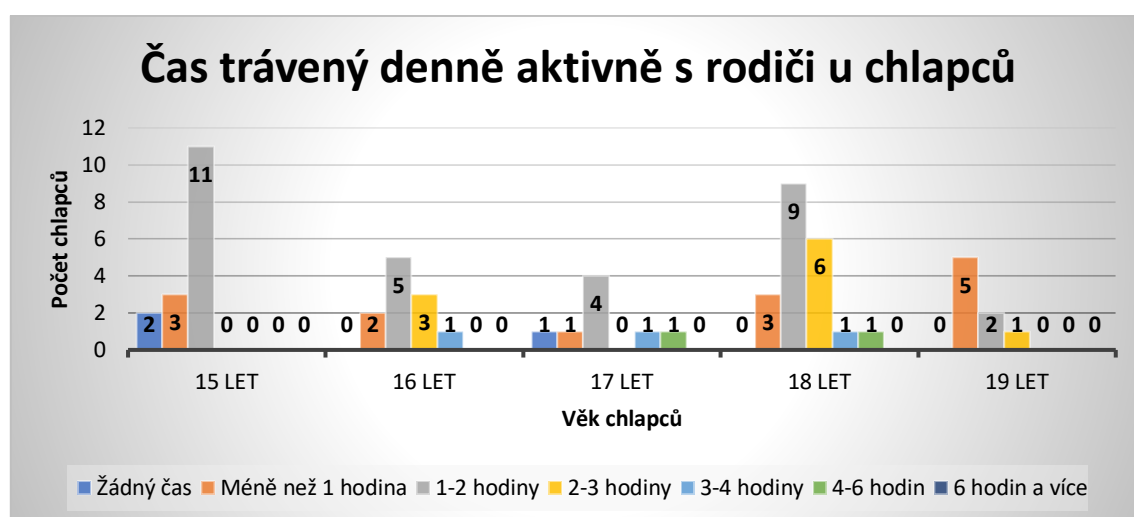
V celkovém součtu pak tráví dívky denně užíváním internetu průměrně 4,23 hodiny, u chlapců je tato hodnota zhruba 4,2 hodiny. V absolutních číslech dívky i chlapci používají internet s přibližně stejnou intenzitou, pohlaví jako faktor tedy v tomto případě nehraje roli.

Pokud bychom jeden všední den rozdělili na 3 osmihodinové části (8 hodin spánek, 8 hodin škola, 8 hodin volný čas), zaujímá tak používání internetu více než polovinu volného času studentů, což je značná část.

Aby bylo možné porovnat množství času (a tím i potenciálního vlivu) tráveného denně online a denně s rodiči, byla do dotazníku zařazena **otázka č. 5**, tj.: „Kolik hodin denně trávíte s rodičem či oběma rodiči aktivní činností, např. společnou aktivitou nebo povídáním?“ 8 studentů (5 %) uvedlo, že denně s rodiči netráví žádný čas, 37 studentů (24 %) pak s rodiči tráví denně méně než 1 hodinu. 71 studentů (46 %) tráví aktivně s rodiči 1-2 hodiny denně, 26 studentů (17 %) pak 2-3 hodiny denně a pouze 13 studentů (8 %) tráví s rodiči více času denně, konkrétně 10 z nich 3-4 hodiny, 2 studenti 4-6 hodin a pouze jeden student 6 a více hodin denně. Rozdíly mezi dívkami a chlapci zobrazují grafy č. 6 a č. 7.



Graf č. 6: Čas trávený denně aktivně s rodiči u dívek

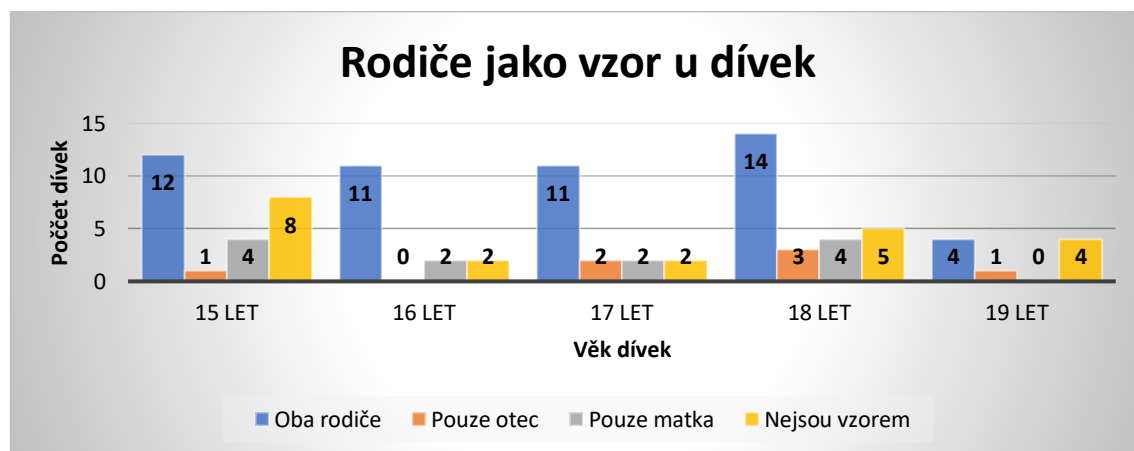


Graf č. 7: Čas trávený denně aktivně s rodiči u chlapců

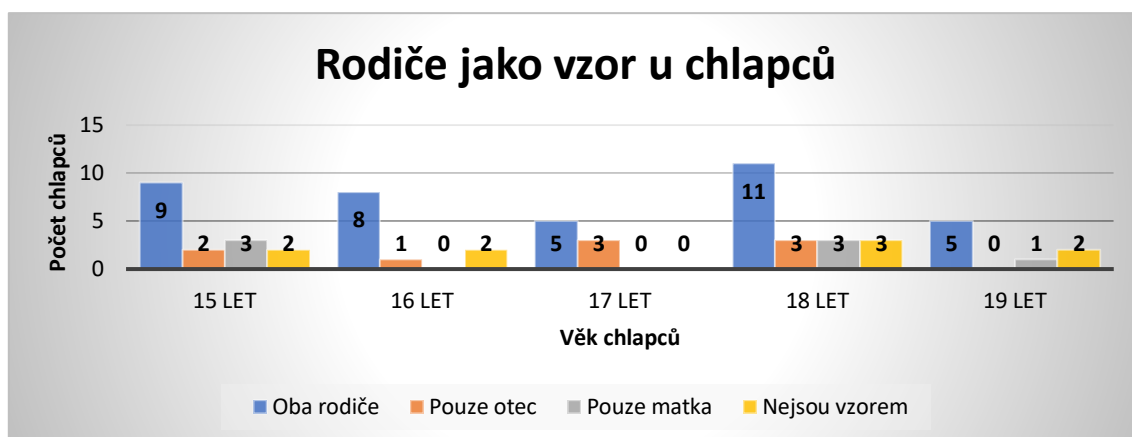
U věkových kategorií v rozmezí 15-18 let (dívky i chlapci) převládá hodnota 1-2 hodiny denně tráveného s rodiči, u studentů 19letých je to méně než 1 hodina denně. Méně než 10 % studentů pak tráví s rodiči více než 3 hodiny denně. Za zmínku stojí i fakt, že nejčastěji netráví žádný čas s rodiči 15 letí studenti. Tato odpověď byla v této věkové kategorii zastupena v šesti z osmi případů. V celkovém průměru bez ohledu na věk nebo pohlaví tráví studenti s rodiči méně než 2 hodiny času denně, přičemž tyto hodnoty jsou takřka totožné – u dívek je to 1,68 hodiny denně a u chlapců 1,65 hodiny denně.

Pokud tyto hodnoty porovnáme s časem tráveným denně online, lze konstatovat, že studenti tráví denně online více než dvojnásobné množství času než denně s rodiči, což je poměrně znepokojující zjištění.

Socializace v rodině je důležitá, proto je nutné se ptát, zdali studenti své rodiče vnímají jako autoritu, jako vzor, ke kterému by mohli vzhlížet (**otázka č. 6**). Pro 90 studentů (58 %) jsou vzorem oba rodiče, pro 35 studentů (23 %) je to pouze jeden z rodičů – v 16 případech otec a v 19 případech matka. 30 studentů (19 %) pak uvedlo, že pro ně rodiče nejsou vzorem. Odpovědi na tuto otázku jsou znázorněny v grafech č. 8 a č. 9.



Graf č. 8: Rodiče jako vzor u dívek



Graf č. 9: Rodiče jako vzor u chlapců

Pozitivním zjištěním s ohledem na získané hodnoty je fakt, že u dívek i chlapců ve všech věkových kategoriích převažuje odpověď, že studenti své rodiče vnímají jako vzor. V případě, kdy student vnímá jako vzor pouze jednoho z rodičů, je u dívek častěji vzorem matka, u chlapců naopak častěji otec.

Z hlediska procentuálního zastoupení pak ani jeden z rodičů není vzorem častěji dívkám (21 studentek – 23 % dívek), u chlapců je tato hodnota nižší (9 studentů – 14 % chlapců). Co se týče věku, 44 % 19letých studentek své rodiče nevnímají jako vzor, což vzhledem k plnoletosti studentek nepředstavuje nijak závažný problém. Jinak je tomu u studentek 15letých, kdy 32 % z nich své rodiče nevnímá jako vzor, což je hodnota poměrně vysoká.

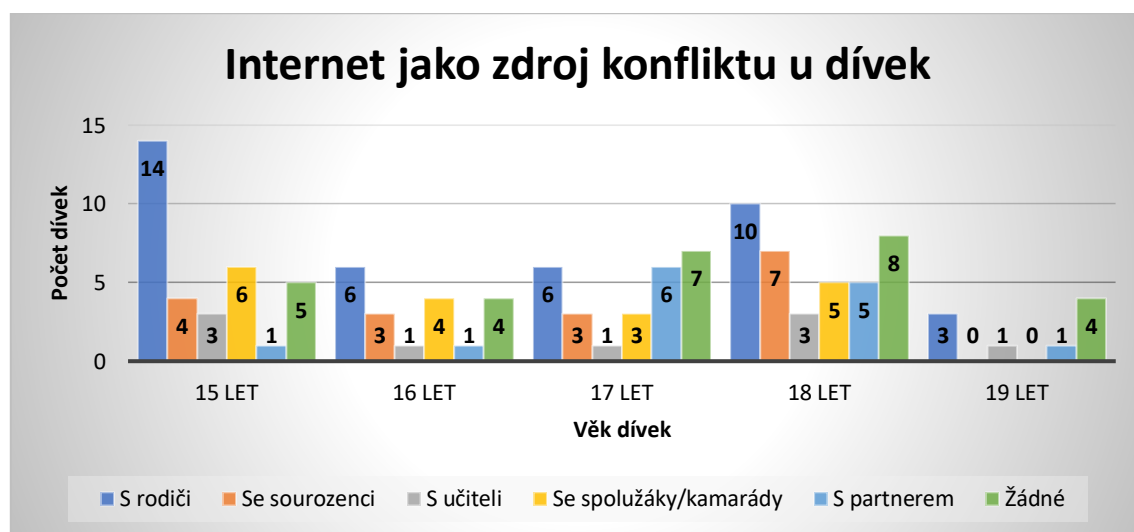
Pro chlapce rodiče nejsou vzorem opět nejčastěji ve věkové kategorii 19letých (25 %), případně u studentů 16letých (18 %). Z uvedených hodnot pak lze vyčíst, že procentuálně chlapci své rodiče vnímají jako vzor o trochu více než dívky, konkrétně je tomu tak v případě 61 % chlapců a v případě necelých 57 % dívek.

Pro více než 80 % respondentů se jako vzor jeví alespoň jeden z rodičů, což je pozitivní zjištění vzhledem k poměrně nízké hodnotě společně tráveného času. Zimbardovo tvrzení o úpadku rodičovských autorit tedy v tomto konkrétním vzorku respondentů nebylo potvrzeno.

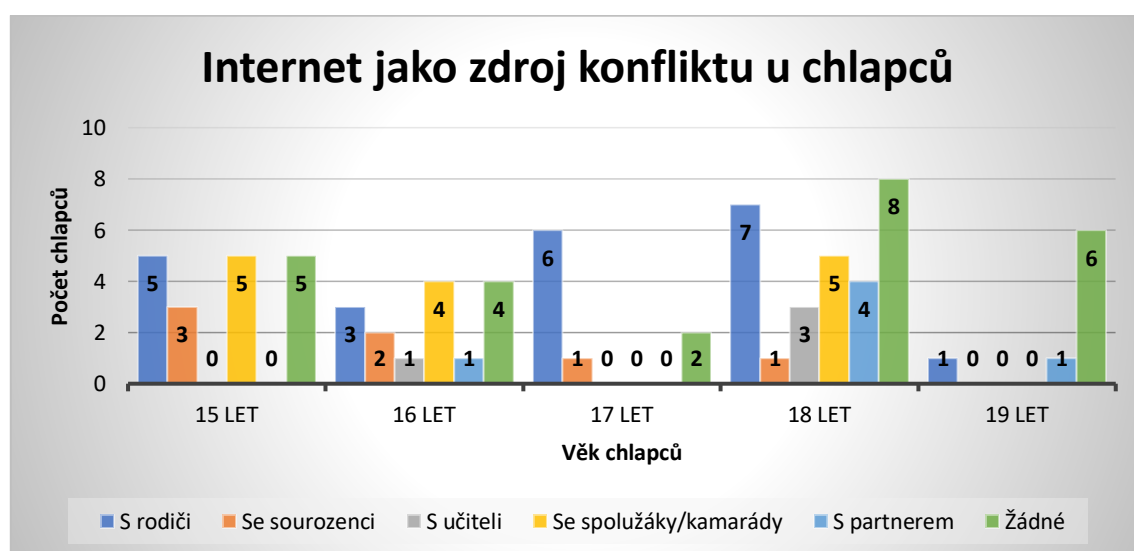
Je však ještě potřeba zmínit, že tato otázka byla položena pouze obecně. Nesleduje, zdali studenti žijí s rodiči ve společné domácnosti, zdali jsou rodiče ve společném svazku nebo rozvedení, a ani nezjišťuje konkrétní sociální situaci uvnitř jednotlivých rodinných systémů.



Internet jako součást rutinního života může být i zdrojem konfliktů v mezilidských vztazích. Na tuto problematiku byla zaměřena **otázka č. 7**. U 75 studentů (48 %) se internet stal zdrojem konfliktu v rodině (v 61 případech s rodiči, ve 24 případech se sourozenci), u 32 studentů (21 %) zapříčinil internet konflikt se spolužáky či kamarády, 20 studentů (13 %) se s ním setkalo v partnerských vztazích a jen u 12 studentů (8 %) byl internet příčinou konfliktu s učiteli. 54 studentů (35 %) však uvedlo, že u nich kvůli užívání internetu nedošlo k žádné konfliktní situaci. Grafy č. 10 a 11 pak znázorňují rozdíly mezi dívkami a chlapci.



Graf č. 10: Internet jako zdroj konfliktu u dívek



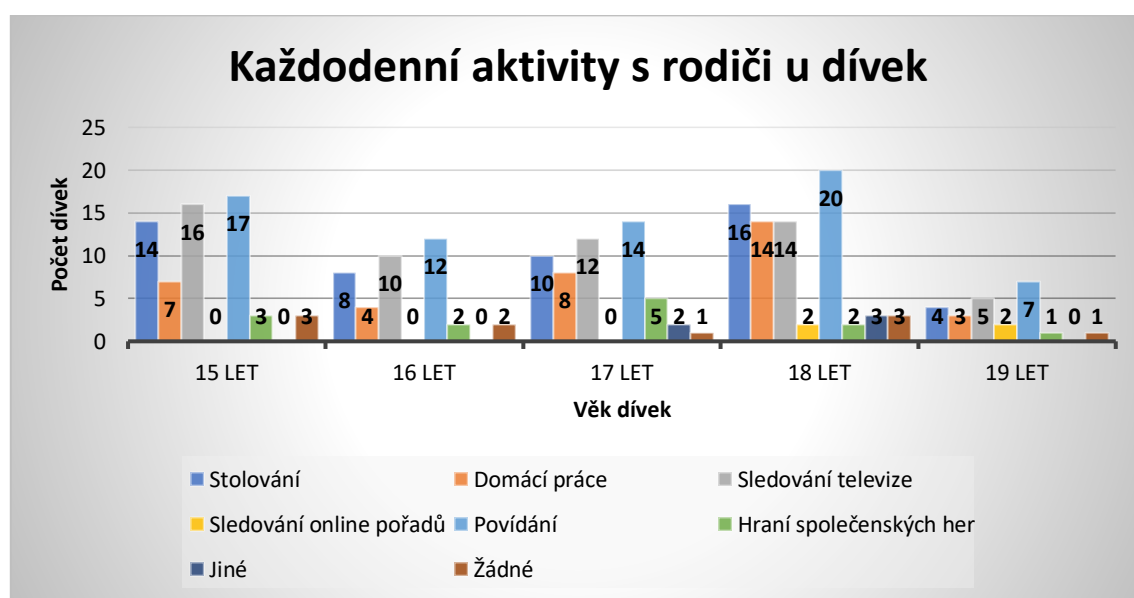
Graf č. 11: Internet jako zdroj konfliktu u chlapců

U děvčat bylo zjištěno v celkovém součtu 125 konfliktů (1,35 konfliktu na osobu), u chlapců tato hodnota činila 76 konfliktů (1,2 konfliktu na osobu). Procentuálním

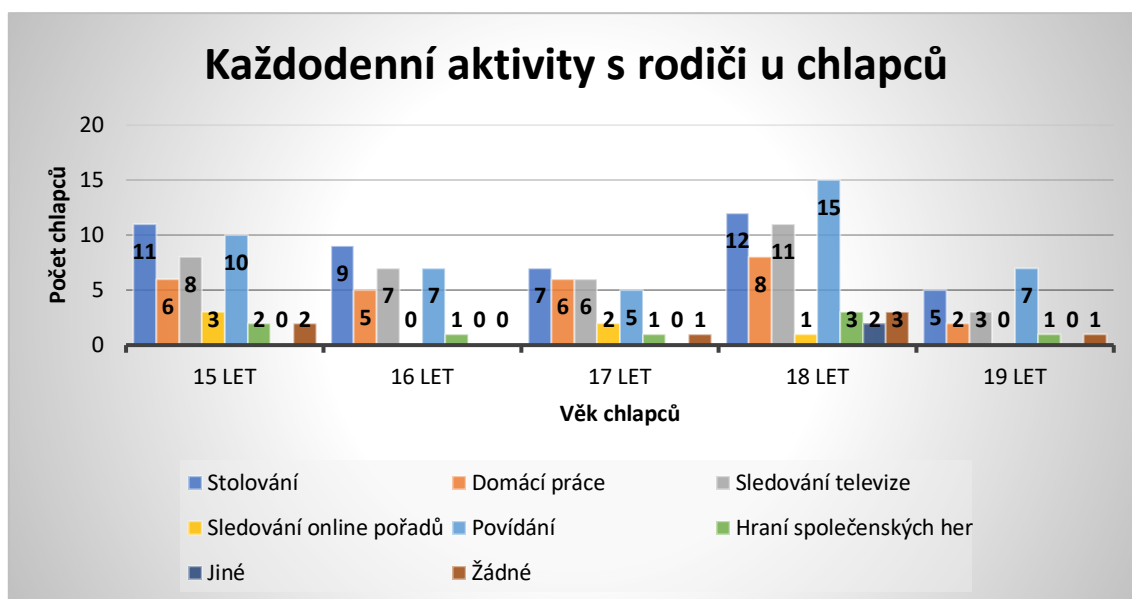
vyjádřením s ohledem na rozdílný počet studentů pak z těchto údajů vyplývá, že studentky mají v souvislosti s užíváním internetu o 15 % více konfliktů než chlapci. Vzato z opačného hlediska, žádný konflikt v souvislosti s užíváním internetu nenastal u 23 chlapců (37 %) a u 28 dívek (30 %). V celkovém součtu je nejčastěji zastoupen konflikt s rodiči, a to zejména u dívek – má s ním zkušenost 42 % z nich, přičemž nejvíce se konflikt s rodiči vyskytuje u dívek 15letých. U chlapců se stal internet zdrojem konfliktu s rodiči u 35 % nich, přičemž nejčastěji je tomu tak u studentů 17letých. Ačkoliv se konflikt s učiteli vyskytl pouze u 13 studentů, za zmínku stojí fakt, že tak častěji děje v případě dívek (9 studentek, téměř 10 % dívek). U chlapců je tato hodnota téměř dvakrát nižší (4 studenti, 6 % chlapců). Konflikty se sourozenci a spolužáky či kamarády jsou zastoupeny ve všech kategoriích podobně, problém s partnerem se pak vyskytuje zejména u 18letých studentů a studentek.

Jak již vyplynulo z otázky č. 5, studenti se svými rodiči denně netráví příliš mnoho času.

**Otázka č. 8** proto zjišťuje, jaké aktivity spolu studenti a jejich rodiče podnikají, když si na sebe čas najdou. Největší počet respondentů se s rodiči věnuje povídání (113 studentů), dalšími častými každodenními činnostmi je stolování (96 studentů), sledování televize (92 studentů) a domácí práce (64 studentů). Ostatní činnosti jsou zastoupeny pouze sporadicky – společenské hry ve 23 případech, sledování online pořadů v 7 případech a jiná činnost, kterou v tomto případě reprezentuje sport, byla uvedena 6x. 14 respondentů uvedlo, že společně s rodiči denně nepodnikají žádné aktivity. Rozdíly mezi studenty a studentkami opět vyjadřují dva následující grafy – graf č. 12 a graf č. 13.



Graf č. 12: Každodenní aktivity s rodiči u dívek



Graf č. 13: Každodenní aktivity s rodiči u chlapců

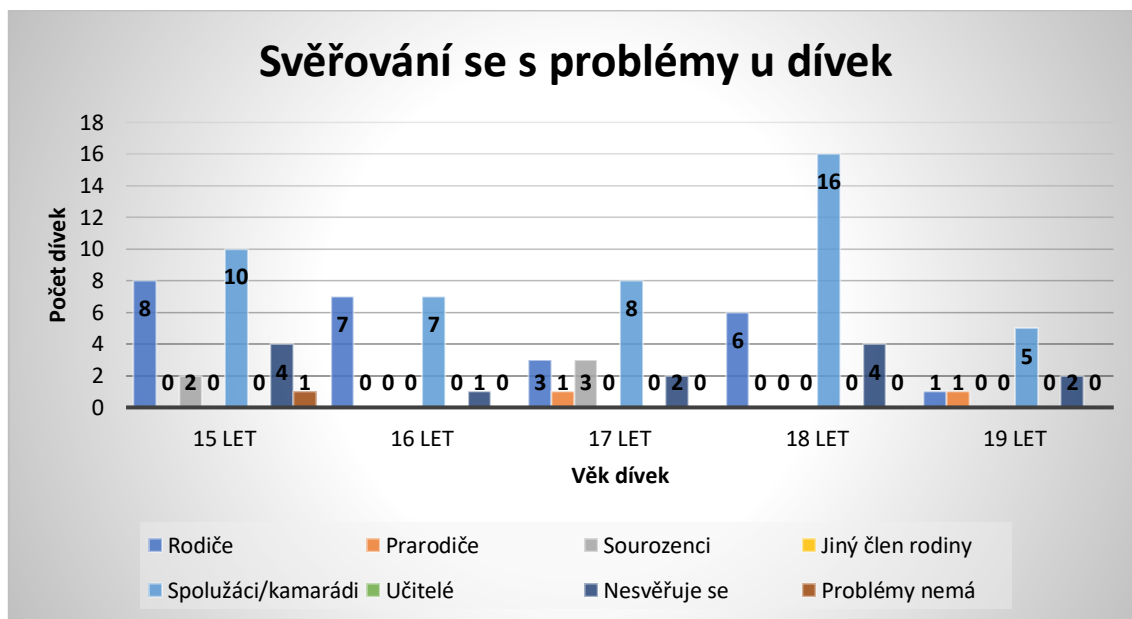
Rozložení jednotlivých aktivit se ve věkových kategoriích až na výjimky příliš neliší. Nejčastěji spolu studenti u jejich rodiče stolují (62 %), povídají si (73 %), popřípadě společně sledují televizi (59 %). O něco méně pak studenti pomáhají rodičům s domácími pracemi (41 %).

Některé rozdíly lze najít, pokud budeme porovnávat respondenty z hlediska pohlaví. Největší rozdíl se týká stolování, chlapci společně s rodiči alespoň jednou denně stolují v 44 případech (70 %), u dívek pouze v 52 případech (57 %). S domácími pracemi doma též vypomáhá o 4 % více chlapců než dívek (chlapci 43 %, dívky 39 %). Dívky si naopak oproti chlapcům s rodiči častěji povídají (76 % dívek, 70 % chlapců), stejně tak je tomu v případě sledování televize (62 % dívek, 55 % chlapců). Co se týče hraní společenských her, provozuje tuto činnost společně s rodiči shodně 13 % dívek i chlapců. Stejný podíl dívek a chlapců též uvedl, že společně s rodiči denně nepodnikají žádnou činnost, přičemž takto odpovědělo 11 % z nich.

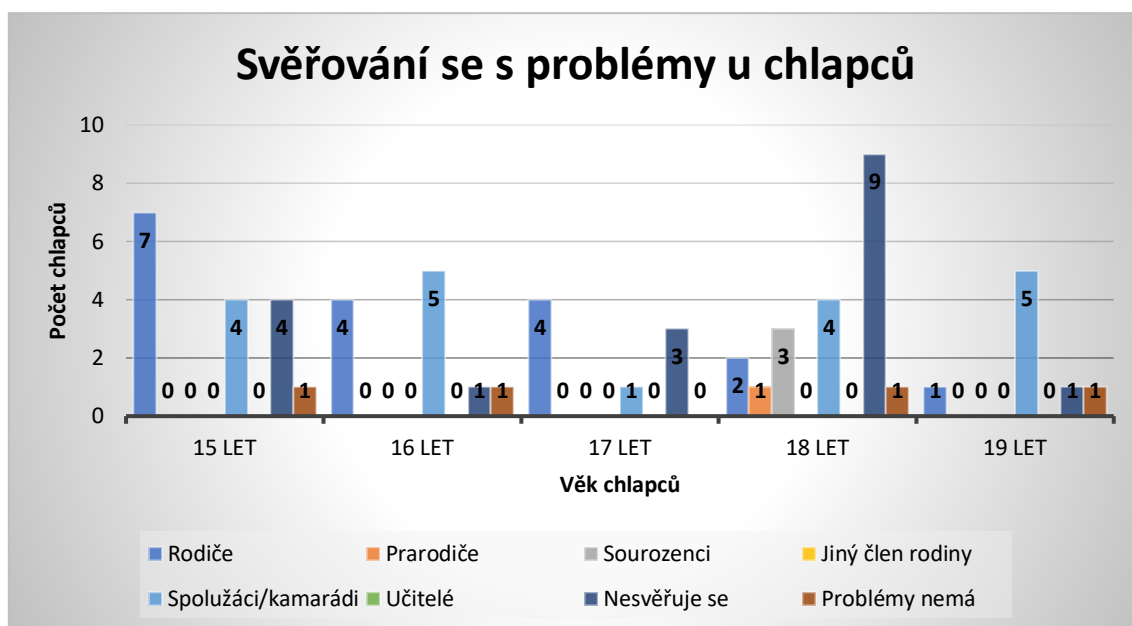
Povídání, jako nezbytná součást komunikace mezi dětmi a rodiči, je zastoupena logicky nejčastěji. V případě stolování je jedná o hodnotu vyvolávající ambivalentní pocity, avšak je spíše pozitivním zjištěním, že se téměř dvě třetiny studentů se svými rodiči alespoň jednou denně potkají u společného stolu. Téměř 60 % studentů pak se svými rodiči tráví každý den také sledováním televize, což je vzhledem k nízké hodnotě společného času velké číslo, když vezmeme v potaz, že epizoda televizního seriálu trvá často cca 45-60 minut, v případě filmů je to více než 1 hodina. Sledování televize pak tvoří více než

polovinu společně tráveného času, který by se samozřejmě dal využít mnohem smysluplnějšími činnostmi.

Vzhledem k tomu, že v předchozích kapitolách bylo zmíněno, že digitální technologie oslabují mezilidské vztahy a tím i důvěru mezi lidmi, byla do dotazníku zařazena i **otázka č. 9**, jež zjišťuje, komu se studenti nejčastěji svěřují. Nejčastěji se studenti svěřují svým spolužákům a kamarádům, a to v 66 případech (42 %). Rodina jako taková figuruje v roli důvěrníka ve 58 případech (35 %) (rodiče 28 %, sourozenci 5 %, prarodiče 2 %). 31 studentů (20 %) však uvedlo, že se se svými problémy nesvěřuje nikomu a 5 ostatních (3 %) podle jejich výpovědí žádné problémy nemá. Žádný z respondentů se pak s problémy nesvěřuje učitelům, žádný také neoznačil odpověď „Jiný člen rodiny“ a „Anonymně online“. Grafy č. 14 a č. 15 pak zobrazují tyto hodnoty z hlediska věku a pohlaví.



Graf č. 14: Svěřování se s problémy u dívek



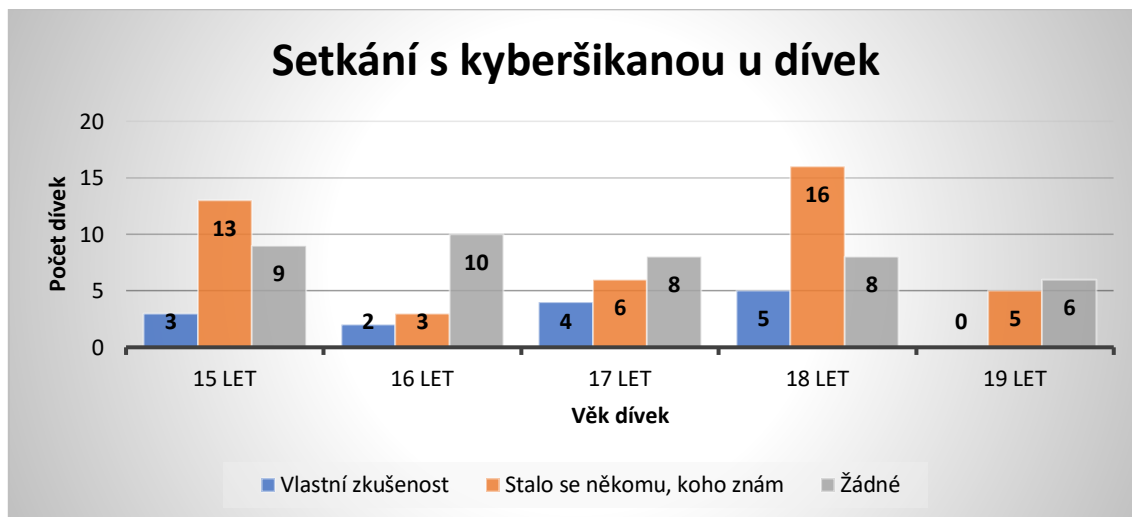
Graf č. 15: Svěřování se s problémy u chlapců

Až na jednu výjimku u 18letých dívek lze pozorovat, že se zvyšujícím věkem klesá tendence svěřovat se s problémy rodičům. Dívky se nejčastěji svěřují svým spolužákům nebo kamarádům (50 % z nich), a dále pak rodičům (27 % dívek). U chlapců tento rozdíl není příliš velký; 30 % chlapců se nejčastěji svěřuje spolužákům či kamarádům a 28 % chlapců pak svým rodičům. Z toho lze tedy vyčíst, že rodiče jsou důvěrníky pouze pro zhruba 27 % respondentů. Prarodiče a sourozenci figurují v roli důvěrníků jen velmi zřídka. Z celkového počtu dívek se pak se svými problémy nesvěřuje pouze 13 z nich (14 %). Chlapci se nesvěřují s problémy v 18 případech, což v je procentuálním vyjádření dvakrát více než u dívek (28 %).

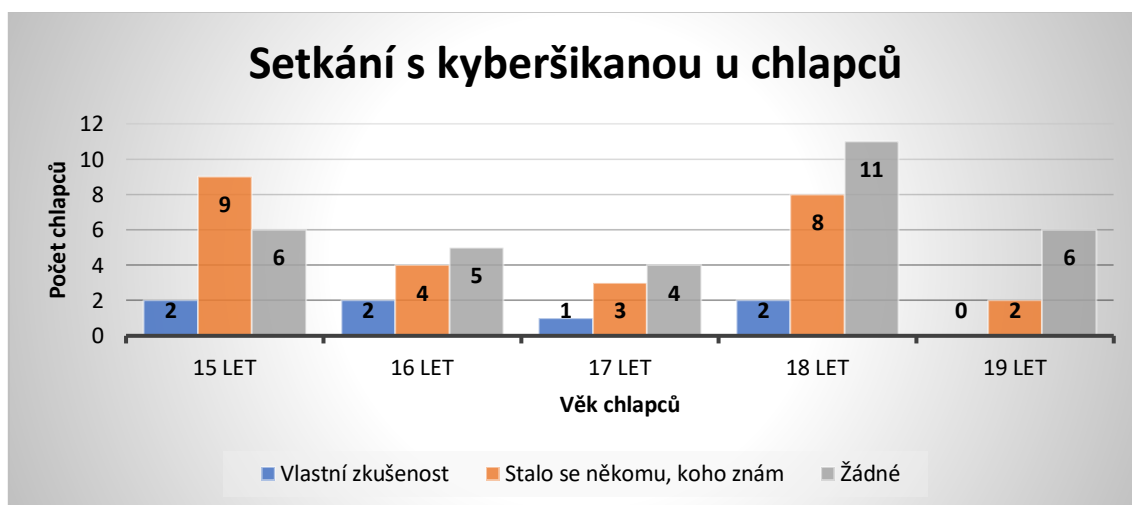
Studenti z hlediska vývojové psychologie odpovídají věku pozdní puberty a rané adolescence, proto není překvapivé, že nejčastěji se se svými problémy svěřují svým vrstevníkům. Rodiče figurují v roli důvěrníka pouze u necelé třetiny respondentů a domnívám se, že je tak tomu právě kvůli malému množství společně tráveného času.

**Otázka č. 10** se týká posměchu, ztrapňování, vyhrožování nebo vydírání prostřednictvím internetu, tzv kyberšikany, což je velmi závažný patologický jev související s internetem. Zaměřuje se jak na vlastní zkušenost, tak i na setkání s kyberšikanou ve svém okolí, tzn. u někoho, koho respondenti znají. Nemusí se týkat výhradně školního prostředí, protože internet jako takový není omezen hranicemi žádného místa nebo lokality, stejně tak není omezen žádným časovým rámcem, tak jako „obyčejná“ šikana. Vzhledem k tomu před ní takřka není úniku vyjma izolace od virtuálního prostředí. Kyberšikanu dle získaných

odpovědí zažilo osobně 21 studentů (13,5 %). Je znepokojující, že 68 studentů (44 %) zná ve svém okolí někoho, kdo se stal obětí kyberšikan. 71 studentů pak uvedlo (46 %), že se s kyberšikanou nesetkalo. Získané hodnoty jsou prezentovány v grafech č. 16 a č. 17.



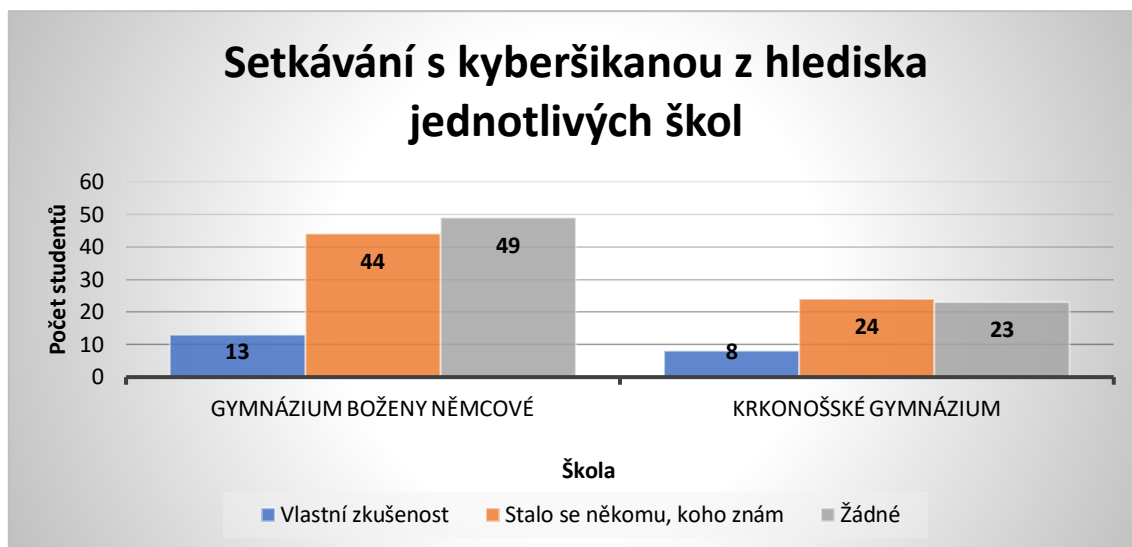
Graf č. 16: Setkání s kyberšikanou u dívek



Graf č. 17: Setkání s kyberšikanou u chlapců

Co se týče pohlaví, dívky se s kyberšikanou setkávají častěji než chlapci. Konkrétně 14 dívek (15 %) má vlastní zkušenost, u chlapců je tomu tak v 7 případech (11 %). Dívky jsou tedy kyberšikanou ohroženy o něco více než chlapci. Více dívek také zná někoho, kdo se obětí kyberšikan stal (43 dívek – 47 %), nicméně u chlapců je tato hodnota také vysoká (26 chlapců, 41 %). Kyberšikanou jsou ohroženy všechny věkové kategorie respondentů, avšak u skupiny 19letých (dívky i chlapci) je toto riziko přece jen o trochu menší.

Vzhledem k možnému zaměření na aktuální problémy ve školách a ke zvyšování kvality prevence je zde ještě uveden rozdíl mezi oběma gymnázii, co se týče setkávání s kyberšikanou. Je znázorněn v grafu č. 18.



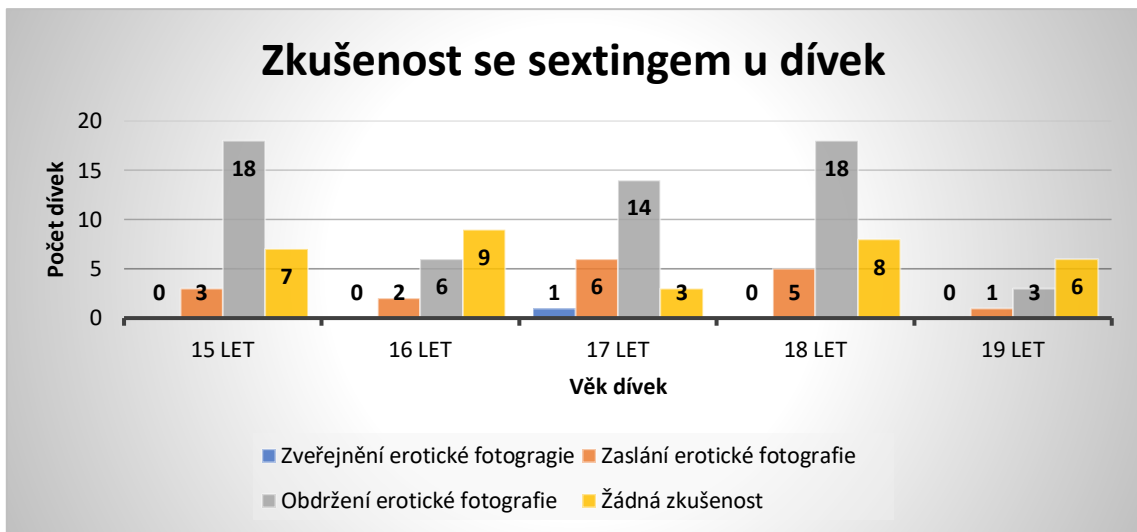
Graf č. 18: Setkávání s kyberšikanou z hlediska jednotlivých škol

Z uvedených hodnot vyplývá, že na Gymnáziu Boženy Němcové se s kyberšikanou nesetkalo 49 studentů (48 %), z čehož vyplývá, že 52 % studentů se s ní setkalo, přičemž 13 studentů (13,5 %) má dokonce vlastní zkušenost. Na Krkonošském gymnáziu se s kyberšikanou nesetkalo 23 studentů (44 %), což znamená, že 56 % studentů se s ní setkalo, přičemž 8 studentů (15 %) má také vlastní zkušenost. Neznamená to nutně, že kyberšikana musí probíhat právě na půdě školy, jelikož otázka byla položena obecně.

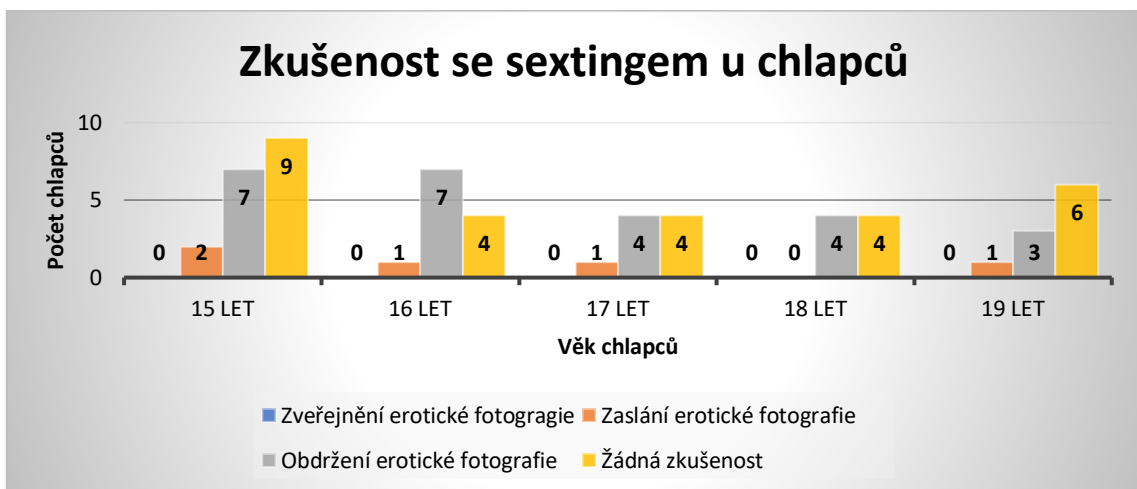
Tyto vysoké hodnoty nemusí nutně znamenat vysoké počty jednotlivých případů, protože např. v rámci jednoho třídního kolektivu může o jednom incidentu vědět větší množství studentů. Poukazují však na nutnost zvýšení preventivních činností zaměřených na problematiku kyberšikany.

Sexting jako další forma rizikového chování spojeného s internetovým prostředím může být příčinou mnoha problémů, které se se sdílením citlivých informací, konkrétně fotografií nebo videí s intimním obsahem, pojí. Proto se na zkušenosti se sextingem zaměřuje **otázka č. 11**. Jedná se o velmi rozšířenou formu rizikového chování mladistvých, což bohužel dokládají i získaná data. Svou erotickou fotografii veřejně sdílela pouze jedna studentka, co se však týče zasílání erotických fotografií prostřednictvím soukromé komunikace, jsou tato čísla již podstatně vyšší. 27 studentů (17 %) své intimní fotografie někomu odeslalo, celých 93 studentů (60 %) však od někoho

jiného intimní fotografii obdrželo, což vypovídá i o následném přeposílání takových fotografií třetím osobám. 62 studentů (40 %) pak uvedlo, že se sextingem nemají žádnou zkušenost. Rozdílnost zkušeností z hlediska věku a pohlaví nabízí grafy č. 19 a č. 20.



Graf č. 19: Zkušenost se sextingem u dívek



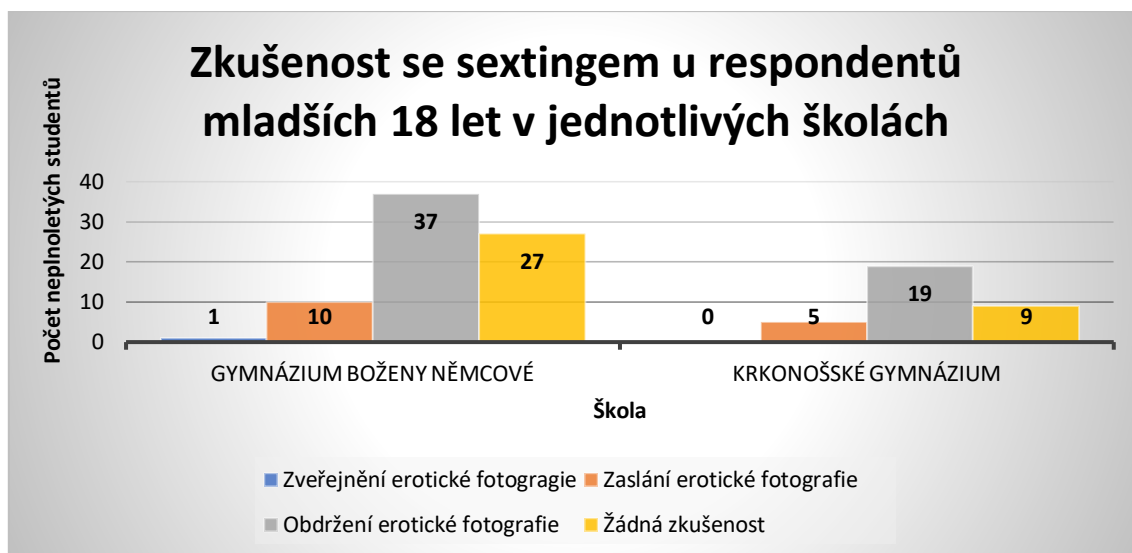
Graf č. 20: Zkušenost se sextingem u chlapců

Jelikož jsou osoby, které dovršily 18. rok věku plnoleté, nebudeme se jim v případě posílání erotických fotografií nijak výrazně věnovat. Je potřeba obrátit pozornost na respondenty mladší 18 let, protože jakoukoliv manipulací s erotickou fotografií (držením, pořizováním, zasíláním), která zobrazuje neploletou osobu, se dopouštějí trestného činu dle § 192 trestního zákoníku, tj. výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií. Neploleté dívky poslaly někomu jsou erotickou fotografii v 11 případech (19 %), u chlapců je to méně, konkrétně 4 případy (11 %). U fotografií obdržených se prakticky nedá zjistit, zdali zobrazuje osobu mladší nebo starší 18 let. Co se týče neploletých dívek, takovou



fotografii obdrželo 38 z nich (67 %), u nepnoletých chlapců je toto číslo opět menší, konkrétně takovou fotografií obdrželo 18 chlapců (51 %). V celkovém součtu pak svou erotickou fotografií někomu zaslalo 22 dívek (24 %) a 5 chlapců (8 %). Zkušenost s obdržením takové fotografie pak má celkově 59 dívek (64 %) a 25 chlapců (40 %).

Vzhledem k trestněprávní rovině sextingu u osob mladších 18 let je také v grafu č. 21 znázorněna četnost tohoto chování v jednotlivých školách.



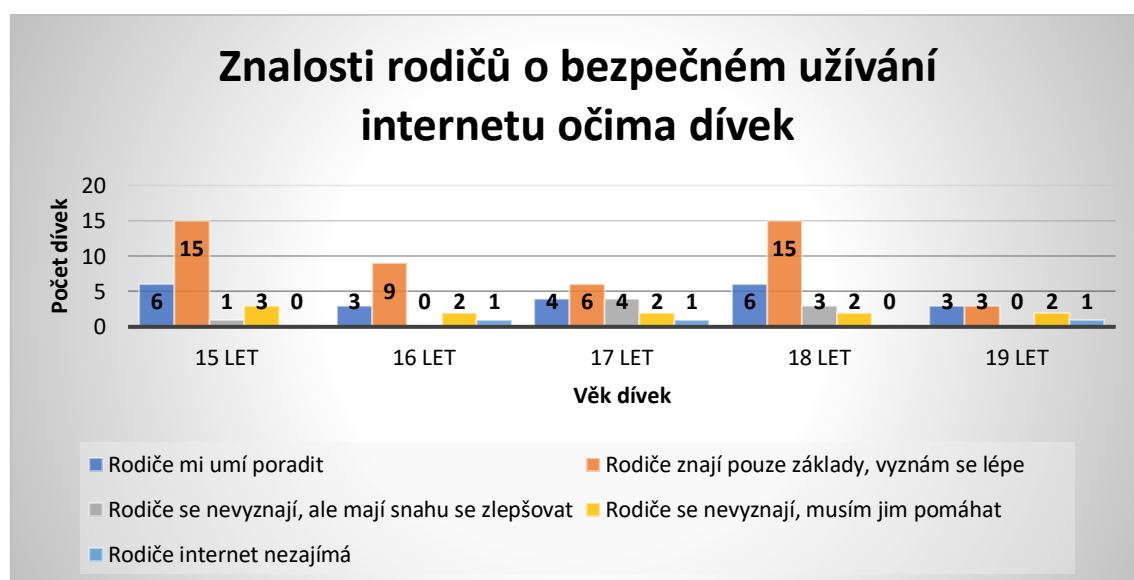
Graf č. 21: Zkušenost se sextingem u respondentů mladších 18 let v jednotlivých školách

V případě Gymnázia Boženy Němcové se jedná o 64 studentů mladších 18 let. 10 z nich (16 %) má zkušenost s odesláním erotické fotografie, přičemž dalších 37 studentů (58 %) má zkušenost také s obdržením takové fotografie. V Krkonošském gymnáziu bylo mezi nepnoletými respondenty 28 studentů, přičemž 5 z nich (18 %) má zkušenost s odesláním erotické fotografie a 19 studentů (68 %) takovou fotografií od někoho obdrželo.

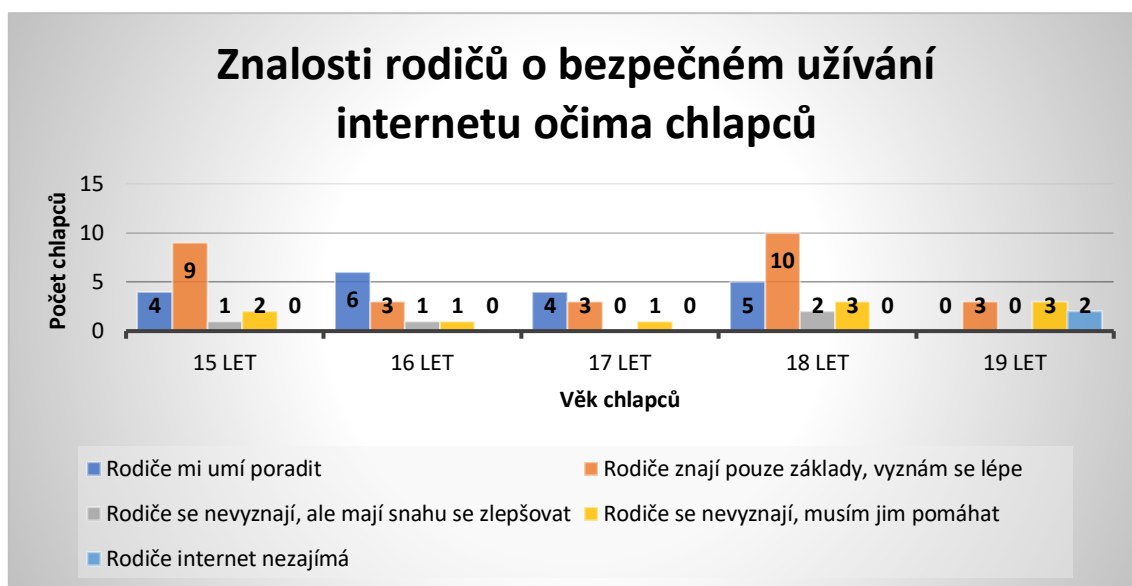
Nelze tvrdit, že k tomuto rizikovému chování dochází na půdě jednotlivých gymnázií, protože otázka není zaměřena na konkrétní prostředí. Vzhledem ke značným zkušenostem se sextingem u studentů mladších 18 let by však bylo žádoucí realizovat více preventivních činností zaměřených na eliminaci tohoto rizikového chování a na podporu bezpečného užívání digitálních technologií.

Jak již bylo zmíněno výše, rodiče hrají v oblasti prevence rizikových jevů hlavní roli, nejinak je tomu i v případě rodičovské mediace. **Otázka č. 12** se zaměřuje na subjektivní vnímání studentů, co se týče rodičů jako rádců, kteří by měli pomáhat s osvětou

související právě s bezpečným užíváním internetu. Odpovědi respondentů však z rodičů příliš vzdělané rádce nedělají. Pouze 41 respondentů (26 %) uvedlo, že jim rodiče s problematikou bezpečného užívání internetu dokážou poradit, v ostatních případech znalosti studentů znalosti jejich rodičů předčí. V 76 případech (49 %) mají rodiče základní znalosti, avšak studenti se v oblasti bezpečného užívání internetu vyznají lépe. Ve 33 případech (21 %) se rodiče dle výpovědí studentů v této problematice nevyznají; 12 studentů (8 %) uvedlo, že jejich rodiče mají snahu se zdokonalovat, 21 studentů (13 %) svým rodičům musí s bezpečným užíváním internetu pomáhat. 5 studentů (4 %) pak uvedlo, že se jejich rodiče o internet vůbec nezajímají. Rozdíl mezi znalostmi rodičů o bezpečném užívání internetu mezi dívkami a chlapci je vyobrazen v grafech č. 22 a č. 23.



Graf č. 22: Znalosti rodičů o bezpečném užívání internetu očima dívek



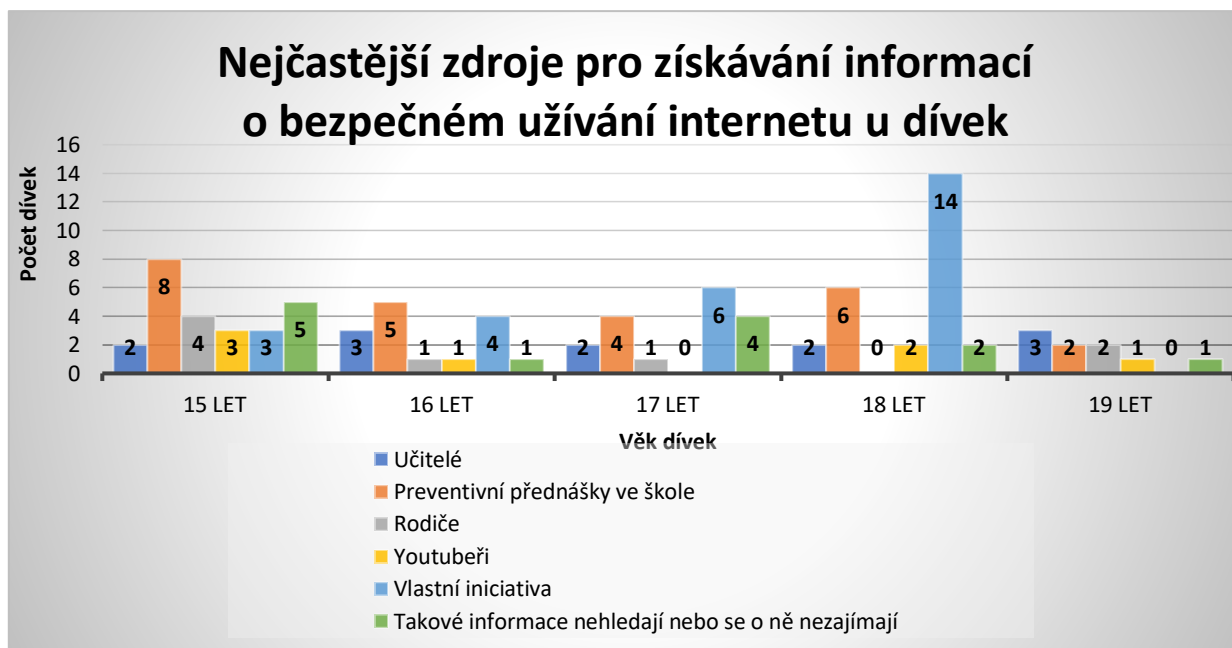
Graf č. 23: Znalosti rodičů o bezpečném užívání internetu očima chlapců

Až na dvě výjimky u 16letých a 17letých chlapců, kdy rodiče mají znalosti a umí poradit, lze konstatovat, že nehledě na věk nebo pohlaví se studenti v oblasti bezpečného užívání internetu vyznají lépe než jejich rodiče. Rodiče umí poradit 22 dívkám (24 %), v případě chlapců rodiče umí poradit v 19 případech (30 %). Rodiče se očima dívek v oblasti bezpečného užívání internetu nevyznají v 22 případech (24 %), přičemž pouze 7 z nich má snahu se zdokonalovat a ve 3 případech internet rodiče ani nezajímá. V očích chlapců se v této problematice nevyznají rodiče v 17 případech (27 %) a pouze 4 z nich mají snahu se zdokonalovat. V očích chlapců se pak o internet rodiče nezajímají ve svou případech.

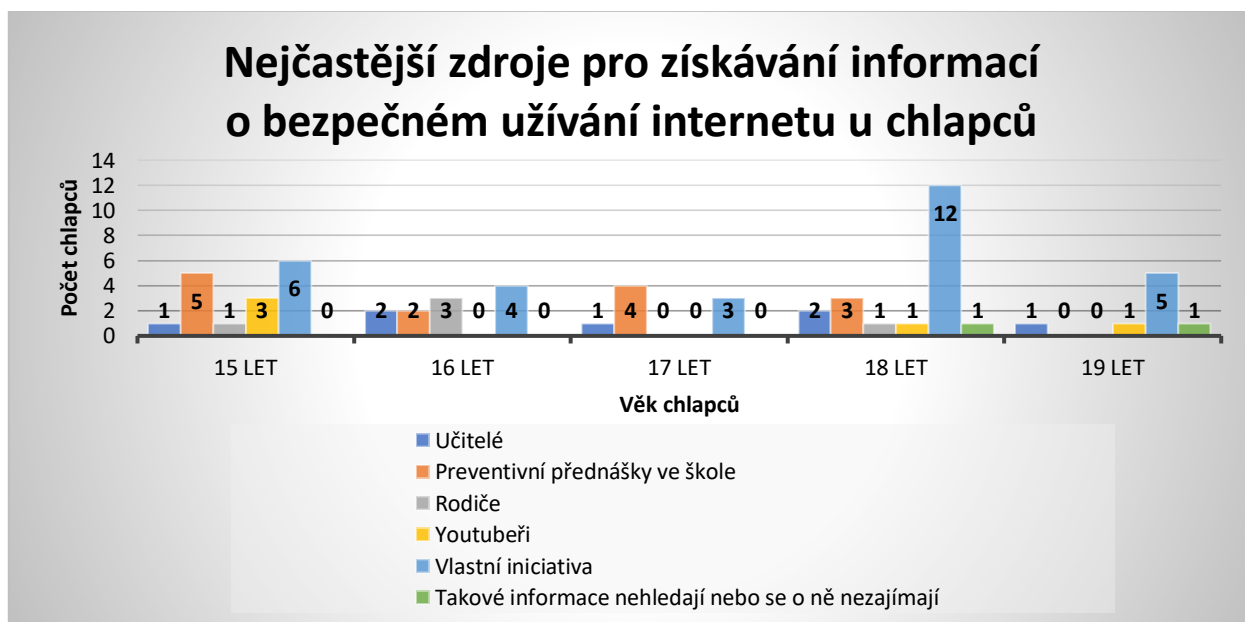
Ze získaných odpovědí jasně vyplývá, že je nutné, aby rodiče věnovali zvýšenou pozornost prohlubování svých znalostí o bezpečném užívání internetu, protože svou rolí v rámci primární socializace mohou výrazně eliminovat rizika, která se s užíváním internetu pojí. Nízké zastoupení erudovaných rodičů je také impulsem pro preventisty, aby se na tuto cílovou skupinu do budoucna více zaměřili.

**Otázka č. 13** byla do dotazníku zařazena za účelem zjistit, jakým způsobem získávají studenti nejvíce informací o bezpečném užívání internetu, což má význam v oblasti mapování účinnosti prevence z různých zdrojů. Iniciativa ze strany školy hraje v prevenci, jak uvedlo 58 studentů (37 %), největší roli; z tohoto počtu pak konkrétně 39 studentů (25 %) uvedlo preventivní přednášky ve škole, ale pouze pro 19 studentů (12 %) jsou to samotní učitelé. Téměř stejnou měrou se na prevenci u studentů podílejí youtubeři a rodiče (8 %). Velký počet – 55 studentů (35 %), hledá informace o prevenci vlastní

iniciativou. Tři studenti pak získávají takové informace jiným způsobem a 15 studentů (10 %) tyto informace nehledá nebo se o ně nezajímá. Preventivní působení na dívky a chlapce a jejich rozdílnost je znázorněna v grafech č. 24 a č. 25.



Graf č. 24: Nejčastější zdroje pro získávání informací o bezpečném užívání internetu u dívek



Graf č. 25: Nejčastější zdroje pro získávání informací o bezpečném užívání internetu u chlapců

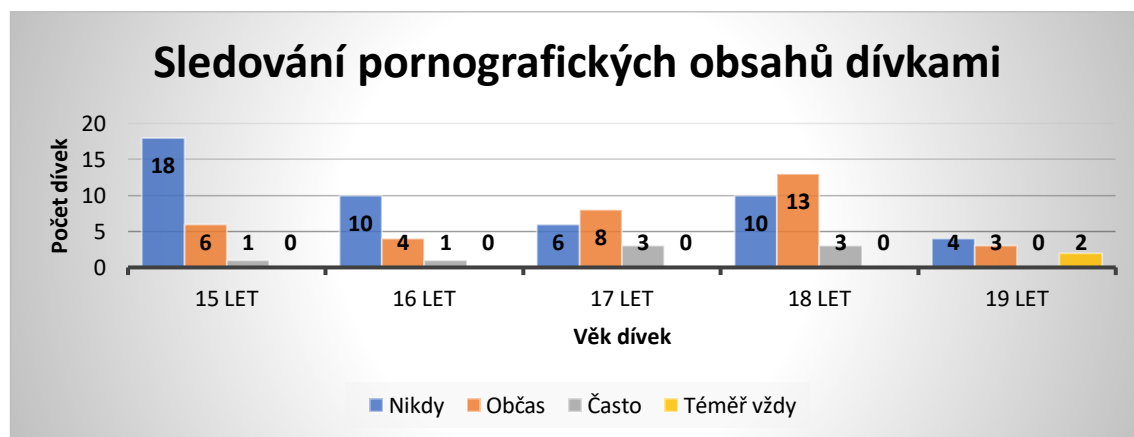
Učitelé jsou pro dívky (13 %) i chlapce (11 %) pouze okrajovým zdrojem informací. Lépe jsou na tom preventivní přednášky, jež jsou nejčastějším zdrojem informací o bezpečném

užívání internetu pro zhruba čtvrtinu respondentů (u dívek 27 %, u chlapců 22 %). Vzhledem k malým hodnotám času, který spolu studenti a rodiče tráví, společně s nízkou úrovní znalostí rodičů v oblasti bezpečného užívání internetu, není překvapující, že rodiče tvoří jen malou část zdrojů, od kterých studenti získávají informace o bezpečném užívání internetu. Celkem překvapivé je, že u studentů 15letých, 18letých a 19letých se pak na získávání informací o bezpečném užívání internetu podílejí youtubeři v absolutních počtech stejnou, nebo dokonce i vyšší měrou než samotní rodiče.

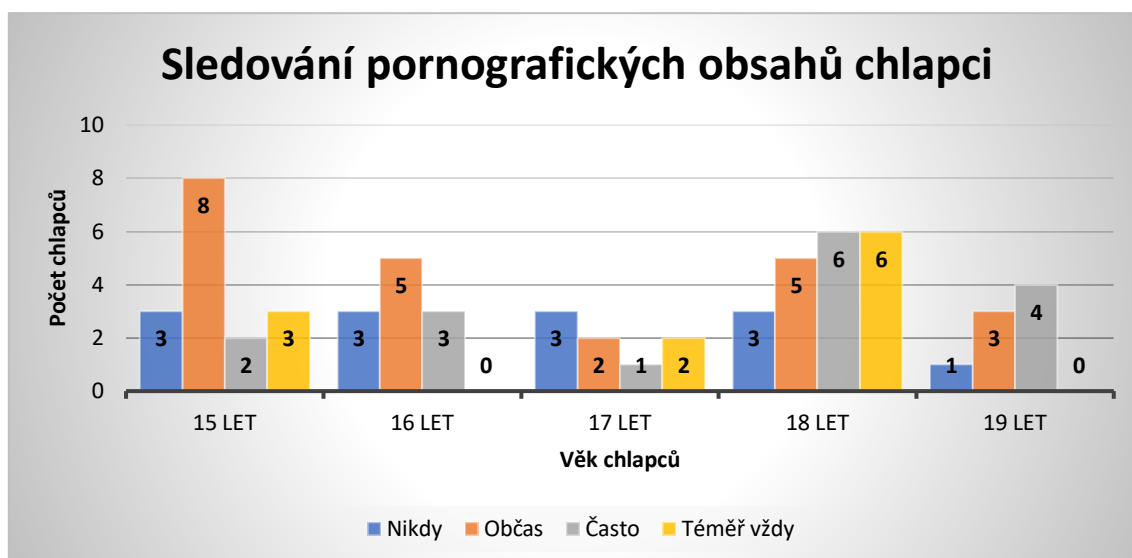
Znatelné rozdíly z hlediska pohlaví lze zaznamenat ve dvou odpovědích. Vlastní iniciativou hledá takové informace 27 dívek (29 %), oproti tomu takovou variantu volí mnohem více chlapců, konkrétně 30 z nich (48 %). Výrazný rozdíl je také v zájmu o informace týkající se bezpečného užívání internetu. Zatímco takové informace nehledá nebo se o ně nezajímá 13 dívek (14 %), u chlapců to byly pouze 2 případy (3 %).

Nízká erudovanost rodičů se přímo odráží i v tom, že pro jsou pro studenty zdrojem takových informací pouze ve 12 případech. Naopak je poměrně překvapující, že i youtubeři, kteří byli označeni ve 13 případech, hrají v oblasti vzdělávání stejnou, ba i o něco větší roli. Školní prostředí je sice nejčastěji zvolenou odpovědí, avšak je zde znatelný prostor k intenzivnějšímu zařazení preventivních programů do výuky.

Poslední otázka, tj. **otázka č. 14**, se týká oblasti spojené se sexualitou, respektive sledování pornografie. Tato otázka souvisí s erotizací mediálních obsahů, kvůli kterým se sex stává pouze jednou z komodit, kterou lze distribuovat pomocí internetu. Tato otázka byla zodpovídana pomocí škály nikdy (nesleduje) – občas (několikrát měsíčně) – často (několikrát týdně) – téměř vždy (každý den). Rozdíly z hlediska pohlaví i věku jsou poměrně velké a jsou prezentovány ve dvou grafech – grafu č. 26 a grafu č. 27.



Graf č. 26: Sledování pornografických obsahů dívkami



Graf č. 27: Sledování pornografických obsahů chlapci

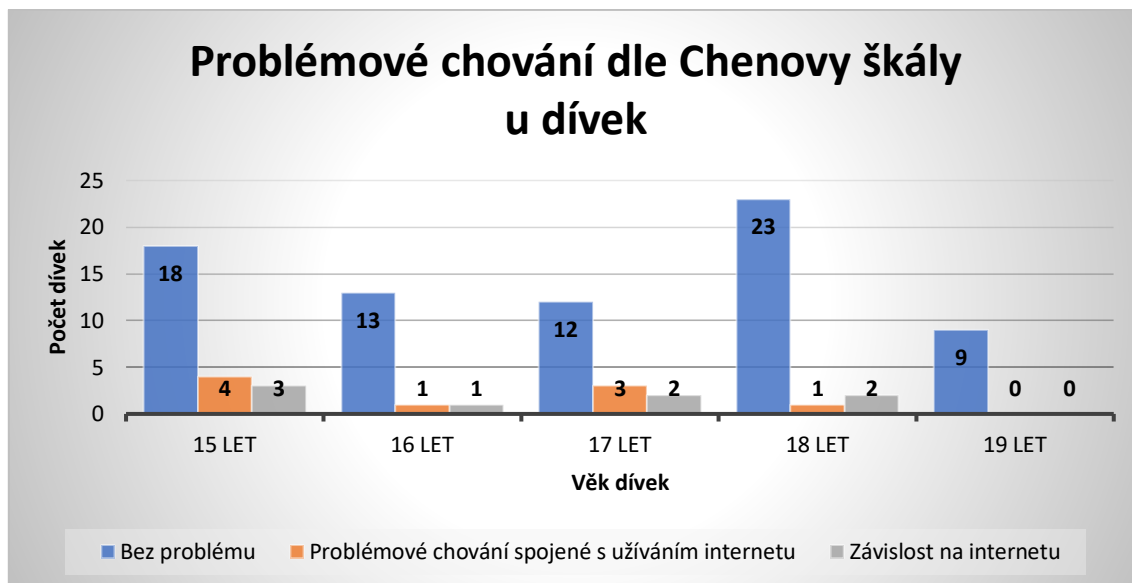
Dívky nesledují porno v 48 případech (52 %), několikrát měsíčně ho pak sleduje 34 dívek (37 %), několikrát týdně 8 dívek (9 %) a každý den pouze 2 dívky (2 %). Ačkoliv tomu získané hodnoty naprosto přesně neodpovídají, přesto by se u dívek dalo s trochou nadsázky hovořit o přímé úměrnosti věku a intenzity sledování. Navíc je sledování pornografie hojně zastoupeno až ve vyšších věkových kategoriích.

U chlapců jsou tyto hodnoty značně odlišné; 13 z nich porno nesleduje vůbec (21 %), 23 chlapců ho pak sleduje několikrát měsíčně (37 %), 16 chlapců několikrát týdně (25 %) a 11 chlapců každý den (17 %). Navíc je časté sledování pornografie zastoupeno ve všech věkových kategoriích, včetně nejmladších, 15letých chlapců.

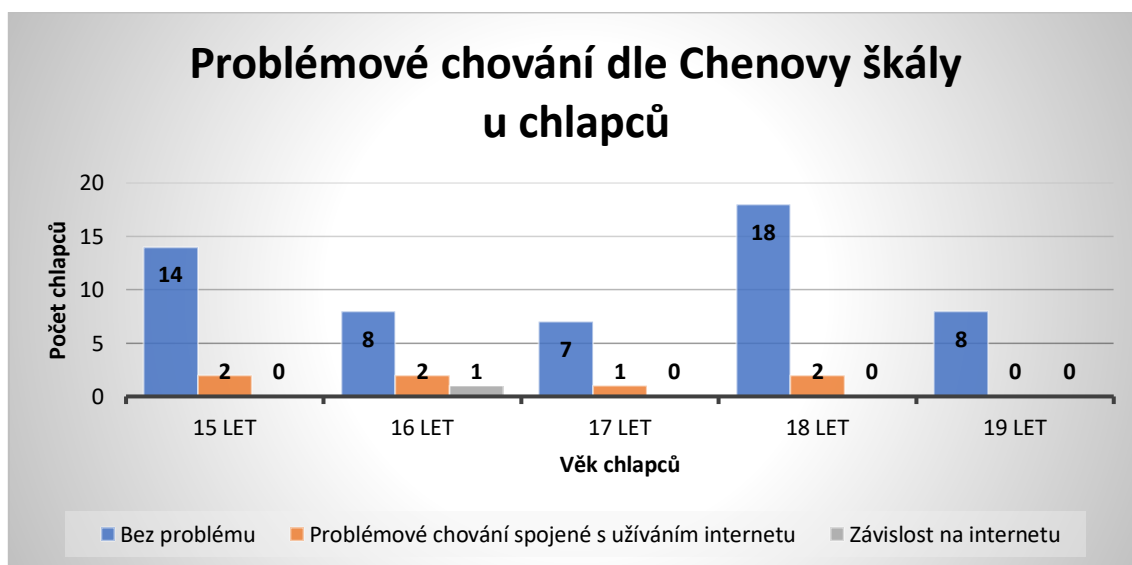
Část 2.:

Jak již bylo zmíněno výše, druhá část dotazníku se skládala z 26 otázek, jež byly obsaženy v Chenově škále závislosti na internetu, která má za úkol odhalit subjektivní hodnocení sebe sama a určit, zdali se chování daného respondenta pohybuje v normě, v rovině problémového chování nebo zdali se dá hovořit přímo o závislosti. K zodpovídání dotazů byla použita opět škála nikdy – občas – často – téměř vždy. Celé znění dotazníku je uvedeno v příloze. Chování 155 respondentů bylo vyhodnoceno následovně: 130 studentů (84 %) odpovídá normě čili jejich chování je bez problému, u 16 studentů (10 %) bylo zjištěno podezření na problém čili určité negativní důsledky používání internetu a 9 studentů (6 %) vykazuje přímo známky závislosti na internetu. Rozdíly mezi chlapci

a dívkami, stejně jako rozdíly, co se týče věku, jsou opět znázorněny ve dvou následujících grafech, a to v grafu č. 28 a grafu č. 29.



Graf č. 28: Problémové chování dle Chenovy škály u dívek

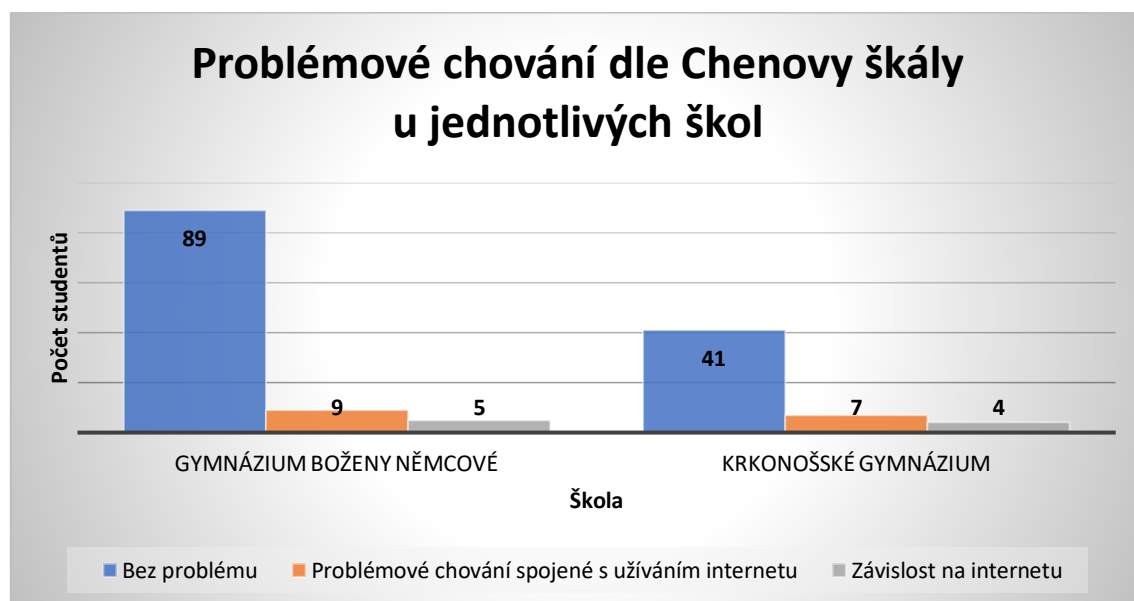


Graf č. 29: Problémové chování dle Chenovy škály u chlapců

Výsledky výzkumného šetření zjistily z celkového počtu 155 studentů problém u 25 studentů, přičemž se jednalo o 16 případů problémového chování a 9 případů závislosti. Z hlediska pohlaví jsou na tom z těchto 25 studentů dívky podstatně hůře než chlapci; zatímco u chlapců se jednalo o 7 případů problémového chování (44 %) a 1 případ závislosti (11 %), u dívek byl tento podíl daleko vyšší, a to 9 případů problémového chování (56 %) a 8 případů závislosti (88 %). Nejohroženější skupinou

z hlediska věku jsou dle výsledků 15leté a 17leté dívky, naopak u chlapců to jsou 16letí studenti. Skupinou, která se jeví jako resistantní vůči problémům s užíváním internetu, jsou 19letí studenti (dívky i chlapci), u nichž se nevyskytl žádný problém. Z výsledků pak nelze vyvodit obecnou souvislost týkající se věku, avšak jednoznačně lze tvrdit, že pravděpodobnost rizikového chování, jakožto i vzniku závislosti, je mnohem vyšší u dívek.

Pro porovnání obou škol je zde ještě uveden graf č. 30, který znázorňuje zastoupení rizikového chování v obou gymnáziích.



Graf č. 30: Problémové chování dle Chenovy škály u jednotlivých škol

Co se týče procentuálního srovnání obou gymnázií ohledně rizikového chování, výsledky jsou podobné – na Gymnáziu Boženy Němcové v Hradci Králové bylo zjištěno 9 případů problémového chování (56 %), na Krkonošském gymnáziu v Hostinném se jednalo o 7 případů (44 %). Závislostní chování se vyskytlo na obou školách opět velmi podobně, v pěti případech na Gymnáziu Boženy Němcové a ve čtyřech případech na Krkonošském gymnáziu. Vzhledem k tomu, že studentů hradeckého gymnázia se dotazníku účastnilo téměř dvakrát více, v celkovém součtu si tak oproti gymnáziu v Hostinném stojí z tohoto pohledu lépe. Vyjadřují to následující hodnoty: na Gymnáziu Boženy Němcové bylo bez problému 86 % studentů, 9 % studentů vykazovalo známky problémového chování a 5 % studentů známky závislosti na internetu; na Krkonošském gymnáziu bylo bez problému 79 % studentů, 13 % studentů vykazovalo známky problémového chování a 7 % studentů vykazovalo známky závislosti na internetu.



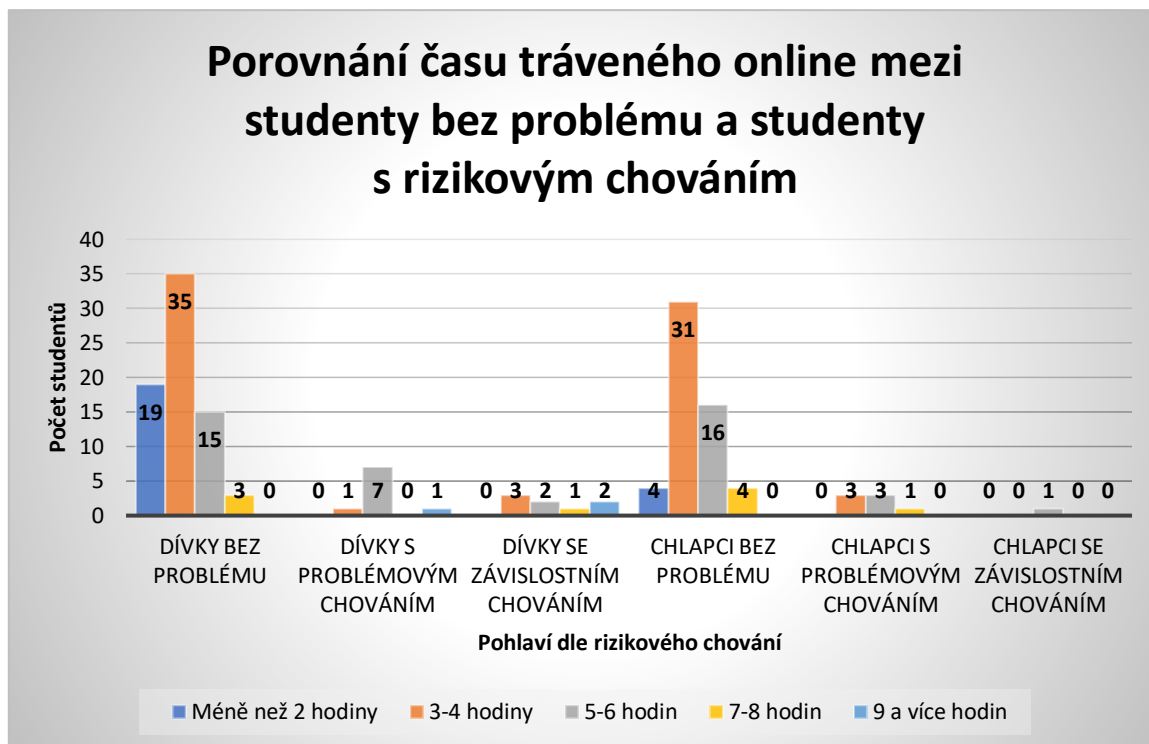
Za zmínku ještě stojí fakt, že co se týče času tráveného denně online, průměr se pohybuje okolo 4,2 hodiny, což není malá hodnota. 56 studentů (38 %) pak na internetu tráví 5 a více hodin denně, což by byla i v případě, že ho užívají ke studijním účelům (což je velmi naivní představa), hranice, kterou lze považovat za problematickou z hlediska rizika vzniku problémového nebo závislostního chování na internetu.

Pro ověření toho, zdali se studenti vykazující bezproblémové chování a studenti vykazující problémové a závislostní chování spojené s internetem liší, jsem vybral několik proměnných, jež byly součástí dotazníku a následně je mezi sebou porovnal. Jedná se o množství času tráveného online, internetu jako zdroje konfliktu, setkání s kyberšikanou a zkušenosti se sextingem. Hlavním předpokladem této závěrečné části vyhodnocení výsledků je zjistit, zdali se s problémovým a závislostním chováním spojeným s internetem zvyšuje pravděpodobnost negativního vlivu na mezilidské vztahy nebo zvýšení setkání s rizikovými jevy. Pro přehled je zde uvedena tabulka týkající se studentů, u nichž bylo zjištěno problémové nebo závislostní chování spojené s internetem.

Tab. č. 3: Studenti s problémovým a závislostním chováním podle Chenovy škály

Výzkumný soubor			
	Dívky	Chlapci	Celkem
Chování bez problému	75	55	130
Problémové chování	9	7	16
Závislostní chování	8	1	9
Celkem	92	63	155

Co se týče množství tráveného času online, vyskytovaly se zde pouze odpovědi 3-4 hodiny (7x – 28 %), 5-6 hodin (13x – 52 %), 7-8 hodin (2x – 8 %) a 9 a více hodin (3x – 12 %). Tyto hodnoty jsou z hlediska pohlaví a obou druhů rizikového chování zobrazeny v následujícím grafu č. 32.



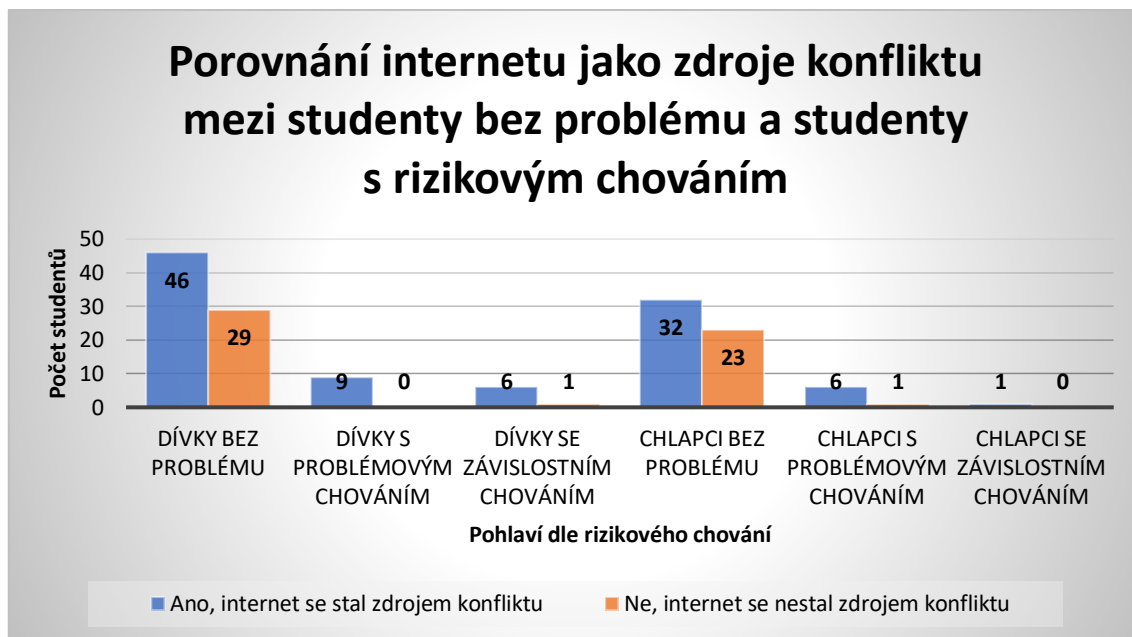
Graf č. 31: Porovnání času tráveného online mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním

Z uvedeného grafu lze vyčíst, že studenti se zjištěným rizikovým chováním tráví denně na internetu skutečně v průměru větší množství času. Dívky, u kterých nebyl zjištěn žádný problém tráví denně na internetu přibližně 3,4 hodiny, u bezproblémových chlapců je to pak 4,2 hodiny. U dívek s problémovým chováním tato hodnota činí 5,7 hodiny, u chlapců s problémovým chováním 4,9 hodiny. V případě závislostního chování pak tato hodnota dosahuje u dívek 5,6 hodiny a u chlapce (pouze jeden) 5,5 hodiny.

Tito studenti tedy tráví poměrně velkou část dne užíváním internetu, což se následně musí promítat i do oblasti mezilidských vztahů, na jejichž udržování a prohlubování jim jednoduše nezbyvá čas. Pokud bychom pak kalkulovali s osmihodinovými denními cykly (spánek, škola, volný čas), omezuje se trávení volného času z velké části právě pouze na užívání internetu.

Zajímavé jsou z hlediska mezilidských vztahů také výsledky ohledně internetu jako zdroje konfliktů. Pro manifestaci rozdílů lze použít odpověď, kdy se internet zdrojem konfliktů nestal. Zatímco u bezproblémových dívek se tato odpověď objevila v 29 případech (39 %), u bezproblémových chlapců takto odpovědělo 23 z nich (42 %). V případě dívek se zjištěným rizikovým chováním na internetu takto odpověděla pouze

jedna z nich (6%), u stejné kategorie chlapců se internet nestal zdrojem konfliktu také pouze v jednom případě (12,5 %). Pro přehled tyto hodnoty znázorňuje graf č. 33.

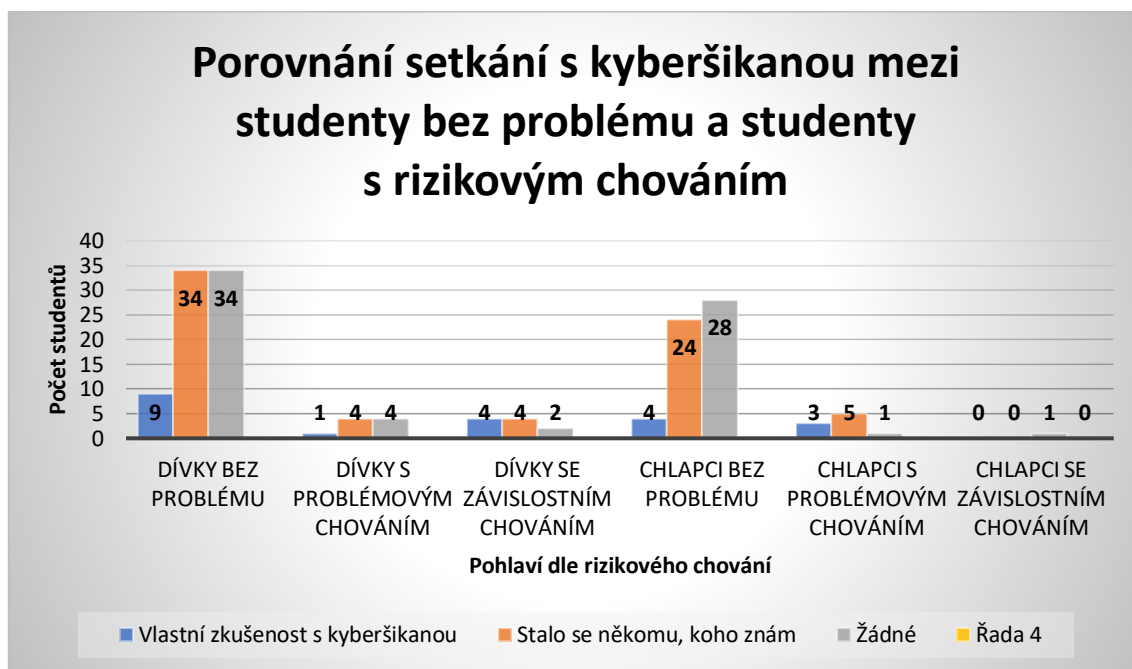


Graf č. 32: Porovnání internetu jako zdroje konfliktu mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním

Na těchto odpovědích lze demonstrovat značné rozdíly mezi studenty bez problémů a studenty, u nichž bylo zjištěno rizikové chování. Zatímco u první skupiny se konflikt neobjevil u 52 ze 130 studentů (40 %), u skupiny druhé jsou to pouze 2 z 25 studentů (8 %). Tyto výsledky u výzkumného souboru studentů potvrzují teorii, že s větším množstvím času tráveného online se zvyšuje riziko vzniku konfliktu v mezilidských vztazích. Jinak řečeno, nadměrné užívání internetu má na mezilidské vztahy negativní vliv.

V případě kyberšikany jsou získaná data následující: u bezproblémových dívek má vlastní zkušenost 9 dívek (12 %), v okolí se s ní setkala 34 dívek (45 %) a vůbec se s ní neseťkalo 34 dívek (45 %); u bezproblémových chlapců mají vlastní zkušenost 4 chlapci (7 %), v okolí se s ní setkala 24 chlapců (43 %) a vůbec se s ní neseťkalo 28 chlapců (51 %). U dívek s problémovým chováním má 1 vlastní zkušenost (11 %), 4 se s ní setkaly v okolí (44 %) a 4 se s ní neseťkaly vůbec (44 %). U chlapců s problémovým chováním mají pak vlastní zkušenost 3 ze 7 chlapců (43 %), v okolí se s ní setkala 5 chlapců (71 %) a pouze jeden uvedl, že se s ní doposud neseťkal. U dívek se závislostním chováním jsou hodnoty vyšší, respektive 4 z 8 dívek (50 %) mají vlastní zkušenost, 4 dívky se s ní také

setkaly v okolí (50 %) a dvě dívky (25 %) se s ní doposud nesetkaly. Jeden chlapec se závislostním chování se s kyberšikanou nesetkal. Pro vysvětlení, proč jsou některé hodnoty v součtu vyšší než 100 % uvádím, že u některých odpovědí bylo označeno v souladu se zadáním více odpovědí, tj. byla zjištěna jak vlastní zkušenost, tak setkání s kyberšikanou v okolí. Pro grafický přehled uvádím tato data v grafu č. 34.



Graf č. 33: Porovnání setkání s kyberšikanou mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním

Z výsledných dat lze usoudit, že u výzkumného souboru studentů jsou, co se týče kyberšikan, nejohroženější skupinou dívky se závislostním chováním na internetu a následně chlapci s problémovým chováním na internetu. Procentuální zastoupení setkání s kyberšikanou u bezproblémových dívek a dívek s problémovým chováním je téměř stejné (cca 56 %), navíc se i u chlapců s bezproblémovým chováním setkání s kyberšikanou vyskytuje poměrně často (51 %). I přesto, že s větší mírou tráveného času online může být riziko setkání s kyberšikanou větší, neznamená to, že se bezproblémovým studentům vyhýbá. S kyberšikanou se tak mohou studenti setkat bez ohledu na to, kolik času v online prostředí tráví a bez ohledu na to, zdali jsou ohroženi problémovým nebo závislostním chováním na internetu.

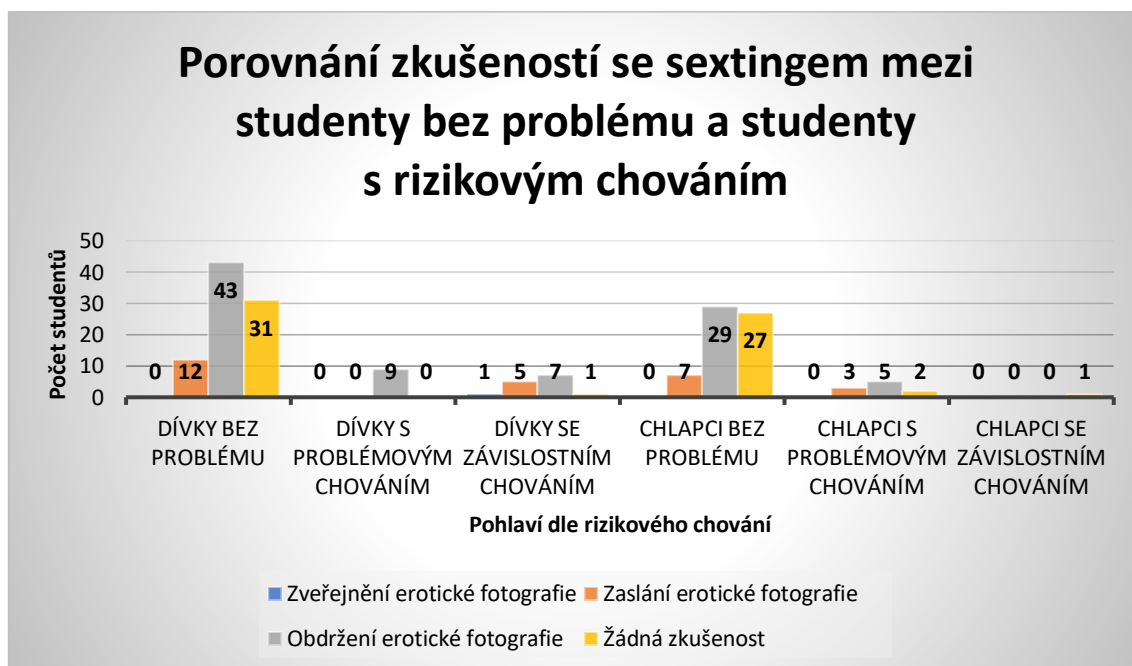
Posledním sledovaným problémem, co se týče srovnávání bezproblémových studentů a studentů, kteří vykazují problémové a závislostní chování, je sexting. U bezproblémových dívek má zkušenost se zasláním erotické fotky 12 dívek (16 %),

zkušenost s obdržením takové fotky 43 dívek (57 %) a žádnou zkušenost nemá 31 dívek (41 %). U bezproblémových chlapců jsou tyto hodnoty následující: 7 chlapců (13 %) má zkušenost s odesláním, 29 chlapců (53 %) s obdržením a 27 chlapců (49 %) žádnou zkušenost nemá.

Dívky s problémovým chováním sice žádnou takovou fotku neodeslaly, všech 9 dívek (100 %) má však zkušenost s jejich obdržením. Z 8 dívek se závislostním chováním na internetu má zkušenost s odesláním erotické fotky 5 z nich (62,5 %), s obdržením 7 z nich (87,5 %), a jedna dívka (12,5 %) dokonce takovou fotografií zveřejnila. Pouze jedna dívka (12,5 %) nemá se sextingem žádnou zkušenost.

U chlapců s problémovým chováním byla erotická fotka odeslána ve třech případech (43 %), obdržena v 5 případech (71 %) a pouze dva ze sedmi chlapců (29 %) nemají se sextingem zkušenost. Chlapec, který vykazoval známky závislostního chování se sextingem nemá žádnou zkušenost.

Tato data opět jsou opět znázorněna graficky, a to v grafu č. 35.



Graf č. 34: Porovnání zkušeností se sextingem mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním

Rozdíl četnosti výskytu sextingu lze opět demonstrovat v průměrných hodnotách především na absenci zkušenosti s tímto rizikovým chováním. U bezproblémových studentů nemá žádnou zkušenost 58 studentů ze 130 (45 %), u studentů vykazující

problémové nebo závislostní chování jsou to pouze 3 studenti z 25 (12 %). S výskytem problémového nebo závislostního chování spojeného s internetem tedy stoupá také zkušenost se sextingem.

Obecně lze tedy konstatovat, že se zvyšujícím se časem, který studenti tráví na internetu, se zvyšuje riziko vzniku problémového nebo závislostního chování spojeného s internetem, možnost setkání s rizikovými jevy jako kyberšikana nebo sexting a pravděpodobnost toho, že se internet stane zdrojem konfliktu v mezilidských vztazích.

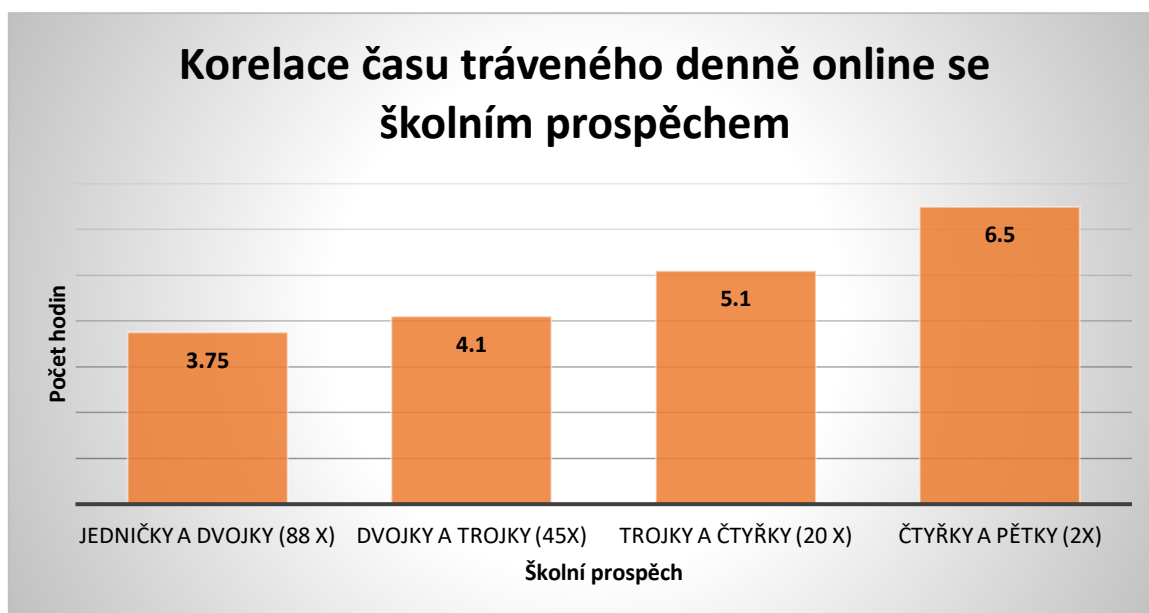
#### 4.6 Ověřování a vyhodnocení hypotéz

**Hypotéza č. 1:** Alespoň 50 % respondentů vykazuje známky minimálně problémového chování spojeného s internetem.

Ze získaných odpovědí z druhé části dotazníku, tj. Chenovy škály závislosti na internetu, jež se skládá z 26 otázek, vyplynulo, že ze 155 respondentů vykazuje známky minimálně problémového chování 25 z nich, což tvoří necelou pětinu respondentů. I přestože se problémové chování spojené s užíváním internetu neobjevilo v očekávané míře, je nutné zdůraznit, že 25 studentů, tedy 16 % z celkového počtu, není zanedbatelné číslo. Problém s rizikovým užíváním internetu tak byl z hlediska Chenovy škály odhalen přibližně u každého šestého studenta. Hypotéza č. 1 se tedy nepotvrdila.

**Hypotéza č. 2:** Mezi intenzitou užívání internetu a studijním prospěchem panuje přímá úměrnost ve smyslu čím intenzivnější užívání internetu, tím horší prospěch.

Pro ověření této hypotézy byla použita data získaná z odpovědí na otázku č. 3 a otázku č. 4. Na obou gymnáziích studenti s lepším prospěchem trávili na internetu denně průměrně méně času, přičemž se zhoršujícím prospěchem se průměrná doba trávená denně online skutečně zvyšovala. Vzhledem k nízkému počtu zastoupených škol i studentů nelze hovořit o kauzalitě, nicméně se mezi intenzitou času tráveného v online prostředí a školním prospěchem objevila zjevná korelace. Tuto korelaci v absolutních průměrných počtech všech studentů bez ohledu na věk nebo pohlaví znázorňuje graf č. 31. Hypotéze č. 2 tak byla potvrzena.



Graf č. 31: Korelace času tráveného denně online se školním prospěchem

**Hypotéza č. 3:** Studenti navštěvující gymnázium v krajském městě jsou z hlediska času intenzivnějšími uživateli než studenti gymnázia v malém městě.

Pro ověření třetí hypotézy byla použita získaná data z otázky č. 4, přičemž průměrné výsledné hodnoty byly následně porovnány z hlediska obou gymnázií. Tato hypotéza vychází z předpokladu, že v krajském městě, coby lokalitě s větším počtem obyvatel, je prvek anonymity výraznější, a tudíž budou mít studenti v tomto městě větší tendenci uchylovat se do virtuálního prostředí. Zatímco studenti hradeckého gymnázia tráví denně na internetu v průměru 4 hodiny, u studentů hostinského gymnázia tento údaj činí 4,7 hodiny, což je zhruba o 45 minut více. Tímto se tedy hypotéza č. 3 nepotvrdila.

**Hypotéza č. 4:** Alespoň 50 % respondentů se ve svém okolí setkala s kyberšikanou.

Odpovědi týkající se kyberšikan byly získány prostřednictvím otázky č. 10 a pro ověření hypotézy č. 4 jsou důležité tyto údaje: 41 dívek (45 %) se s kyberšikanou neseťkalo, což znamená, že 55 % ano; 32 chlapců (51 %) se s kyberšikanou neseťkalo, což znamená, že 49 % ano. Jednoduchým průměrem tak lze zjistit, že 52 % respondentů se s kyberšikanou již setkala. Z těchto hodnot lze konstatovat, že hypotéza č. 4 se potvrdila.

**Hypotéza č. 5:** Alespoň 50 % respondentů má nějakou zkušenost se sextingem.

Pro ověření hypotézy č. 5 byly použity odpovědi na otázku č. 11, přičemž důležitá data jsou následující: 33 dívek (36 %) nemá se sextingem žádnou zkušenost, což znamená, že 64 % dívek tuto zkušenost má. Dále pak 27 chlapců (43 %) nemá se sextingem žádnou

zkušenost, z čehož vyplývá, že 57 % chlapců nějakou zkušenost má. Průměrná hodnota zkušenosti se sextingem u všech respondentů tak dosahuje hodnoty necelých 61 %. Hypotéza č. 5 tedy byla potvrzena.

#### 4.7 Diskuse

Vzhledem k tomu, že práce je pojata obecně, výsledky výzkumného šetření mohou být v praxi použity pouze v omezené míře. Přesto však nabízí jistou sondu do populace studentů gymnázií a poznatky ke zvýšení efektivity preventivních činností.

Vondráčková s odkazem na zahraniční studie uvádí, že obecně se týká problém závislostního chování 3-6 % uživatelů internetu; konkrétně u České republiky tato hodnota dosahuje 3,4 %, přičemž dalších 3,7 % populace je takovým chováním ohroženo. Nejrizikovější skupinou, do které spadá i cílová skupina tohoto výzkumného orientačního šetření, jsou osoby ve věku 12-19 let, u nichž prevalence závislosti na internetu i problémového chování spojeného s internetem dosahuje hodnoty téměř 8 % (Vondráčková, 2011). Pokud bychom s těmito hodnotami porovnali výsledky získané při výzkumu, tzn. o 8 let později, pak lze konstatovat, že její tvrzení potvrzují. Více než 6 % respondentů vykazuje znaky závislosti na internetu a téměř 10 % respondentů je takovým chováním ohroženo. V celkovém součtu se tak tedy tyto hodnoty víceméně shodují.

Rozdíly mezi částí populace, jež je závislostním chováním ohrožena, respektive rozdíl hodnot Vondráčkové z roku 2011 a hodnot tohoto výzkumu o 8 let později, činí pouhá 2 %. Kdybychom však tento rozdíl aplikovali na celou populaci mladistvých, jedná se o tisíce nových případů, tisíce mladých životů, které jsou ohroženy vznikem závislostního chování na internetu. Navíc se výzkumné orientační zaměřuje pouze na malý vzorek respondentů ve věkovém rozmezí 15-19 let u velmi specifické cílové skupiny, studentů gymnázií, kdežto Vondráčková pracuje s obecnou populací ve věku 12-19 let. Vzhledem ke korelaci věku a času tráveného online, která má charakter nepřímé úměrnosti, stejně jako s mnohem větší dostupností, variabilitou a frekvencí užívání digitálních technologií, se dá předpokládat, že by tyto hodnoty v populaci osob ve věku 12-19 let mohly být ještě vyšší.

Vždy, když se objevila nová technologie, ozývaly se kritické hlasy, které varovaly před jejími negativními dopady. Nejinak tomu bylo i v případě jiných médií a následně digitálních technologií – tisku či televize. Tyto obavy se s dalšími roky ukázaly jako přehnané. Může se zdát, že kritika internetu je jen další takovou obavou, která se



v následujících letech ukáže jako neopodstatněná. Internet je však už svou podstatou naprosto jiný než všechna předchozí média a jeho komplexnost, co se týče jak aktivit, které umožňuje, tak rizik, které do všech takových oblastí vnáší, nemá obdoby. Internet má skutečný potenciál, a to nejen konstruktivní, ale i destruktivní. Svědčí o tom nejen publikace Spitzera či Zimbarda, ale také tvrzení Vondráčkové, že se s fenoménem závislostního chování na internetu v posledních několika letech stále více setkávají kliničtí psychiatři a psychologové v praxi (Vondráčková Holcnerová, Vacek, Košatecká, 2009).

To, že internet má vliv na mezilidské vztahy dokazuje i fakt, že nezapříčinil žádný konflikt pouze u 35 % respondentů. Celých 65 % respondentů, což jsou téměř dvě třetiny, má však zkušenost s tím, že se internet stal zdrojem konfliktu nebo hádky, přičemž nejčastěji se tento konflikt odehrál přímo s rodiči (39 % všech respondentů). Svědčí to o tom, že internet vytváří či spíše ještě více znásobuje generační propast mezi studenty a rodiči. V souvislosti s velkým rozdílem času tráveného online a času tráveného s rodiči (4,2 hodiny online a 1,65 hodiny s rodiči) pak z toho vyplývá jediné: internet od sebe studenty a jejich rodiče oddaluje, což jejich vzájemné vztahy zákonitě oslabuje.

Výsledky týkající se korelace školního prospěchu a intenzity užívání internetu se shodují nejen s výzkumy uvedenými ve Spitzerově Digitální demenci a Kybernemoci, odpovídají také výsledkům mezinárodního měření PISA, které ve studii „Students, Computers and Learning: Making the Connection“ vydalo OECD (OECD, 2015), přičemž Česká republika se této studii neúčastnila. Studie sledovala výsledky čtení a matematických schopností v souvislosti s intenzitou užívání digitálních technologií, přičemž žáci, kteří je používali intenzivněji, měli horší výsledky než ti, kteří je používají v menší míře. S tímto závěrem se shodují i výsledky výzkumného šetření v této práci. Lze pak diskutovat o tom, zdali jsou digitální technologie ve školách skutečně přínosem nebo zdali jde o neúčelné plýtvání peněz, které naopak studijní dovednosti žáků paradoxně ještě více snižuje.

Co se týče rizikového chování, konkrétně kyberšikany, při porovnání obou gymnázií, výsledky jsou takřka totožné (na Gymnáziu Boženy Němcové má zkušenost 52 % studentů, v Krkonošském gymnáziu v Hostinném je to 55 % studentů). Z hlediska pohlaví jsou častějšími oběťmi kyberšikany dívky (17 % z nich uvedlo, že mají vlastní zkušenost, u chlapců je to pouze 8 %). Nejvíce ohroženou skupinou jsou z respondentů 15letí

studenti (dívky i chlapci), se zvyšujícím se věkem zkušenosti s kyberšikanou mírně ubývají, avšak nemizí. Zkušenosti s kyberšikanou se tedy vyskytují u všech respondentů napříč pohlavím či věkem. Sexting, tedy elektronická korespondence, jejíž obsahem byla erotická fotografie, je mezi respondenty zastoupen ještě v mnohem hojnější míře. V porovnání obou gymnázií je na tom pak hůře hostinnské gymnázium, kde má se sextingem zkušenost 71 % studentů, v případě hradeckého gymnázia jde o 54 % studentů. Pohlaví se v tomto případě nejeví jako rozhodující faktor, v případě dívek, stejně tak i chlapců, téměř dvě třetiny z nich uvedly, že fotku s erotickým obsahem od někoho obdržely a pětina z nich se přiznala, že takovou fotografii někomu poslala.

Vzhledem k citlivé povaze intimních fotografií jde o velmi vysoké hodnoty. Příčiny tak vysokých hodnot lze spatřovat nejen v samotném věku studentů, kdy je zájem o sexualitu a experimentování v této oblasti zásluhou sexuálního dospívání spojeného s působením hormonů, ale také v uvolnění společenských konvencí ohledně zobrazování erotických a sexuálních obsahů v médiích. Téměř dvě třetiny respondentů (63 %) také v nějaké míře vyhledávají na internetu pornografické obsahy, což také může vést ke zvyšování zájmu o sexting.

S tvrzením Zimbarda o intenzivní konzumaci pornografických obsahů muži se shodují výsledky v otázce č. 14. Z nich vyplývá, že se na porno dívá 79 % respondentů mužského pohlaví, přičemž 42 % chlapců se na porno dívá několikrát týdně. Časté sledování pornografie je zastoupeno ve všech věkových kategoriích, včetně nejmladších, 15letých chlapců.

Průměrná hodnota času, který tráví studenti denně online je 4,2 hodiny, se svými rodiči pak studenti tráví v průměru 1,65 hodiny denně, což je 2,5x méně. Během tohoto společného času se pak věnují nejčastěji konverzaci a sledování televize. Je však pozitivním zjištěním, že téměř dvě třetiny studentů (63 %) se společně alespoň jednou denně stravují u jednoho stolu. Ačkoliv rodiče pro více než polovinu studentů (58 %) představují jejich vzor, pouze čtvrtina studentů (26 %) se jim svěřuje se svými problémy. Rodiče tak pro své děti ve většině případů ve skutečnosti nejsou tou nejbližší osobou. Důvodem pak může být právě malé množství času, které tráví společně.

Rodiče, stejně jako učitelé v oblasti prevence rizikových jevů spojených s internetem, výrazně zaostávají za svým potenciálem. Zčásti je tomu tak proto, že jejich kompetence nedosahují potřebných kvalit a na rozdíl od studentů netráví ve virtuálním prostředí tak

velké množství svého času. Je to vlastně poprvé v historii, kdy studenti mají větší zkušenosti a kompetence než jejich rodiče a učitelé, kteří s dynamickou dobou v rychlém tempu nestíhají držet krok a jsou tak oproti studentům v těchto zkušenostech výrazně pozadu. Jejich autorita tak slábne ve prospěch mediálních vzorů, což dokazuje i nemalý podíl youtuberů, kteří se dle odpovědí na prevenci podílejí. Možná i proto tak dosahují zkušenosti s rizikovým chováním v internetovém prostředí tak velkých hodnot. Je zde tedy poměrně velký prostor především v sebezdokonalování dospělých, kteří se na preventivních činnostech jako součásti socializace podílí. Při absenci tohoto sebezvzdělávání bude vliv rodičů a učitelů jako preventivních činitelů stále klesat.

## Závěr

V bakalářské práci se podařilo popsat roli digitálních technologií v současné společnosti a zmapovat jejich vliv na jednotlivá prostředí – rodinu, školu a partnerské vztahy. Co se týče problematiky prevence, byly zde zmíněny nejen aktuální programy, které se zaměřují na předcházení problémů ve virtuálním prostředí, ale i možnosti, jak efektivitu prevence zvýšit. Vzhledem z datům, jež byly získány pomocí výzkumného orientačního šetření, je možné v oblasti bezpečného užívání digitálních technologií cílit na rizikové chování a konkrétní problémy, jež se aktuálně mezi mladistvými vyskytují a také zaměřit se na nedostatky, jejichž odstraněním by se efektivita prevence značně zvýšila. Ve výzkumném orientačním šetření se pak podařilo splnit vytyčené hlavní i dílčí cíle a pomocí získaných dat ověřit stanovené hypotézy.

Digitální technologie jsou dnes nejen prostředkem, který umožňuje její faktické fungování v hávu 21. století, ale i významným faktorem, jenž ovlivňuje myšlení, interpersonální vztahy, životní styl a jenž s sebou nese také nová rizika v podobě nežádoucích a patologických jevů. Děti, které v dnešní společnosti vyrůstají, jsou digitálními technologiemi doslova obklopeny již od narození. Považují je za samozřejmost a jen těžko si lze představit, že by se jich ony nebo příští generace vzdaly, protože se již dnes se staly nezbytnou součástí života.

Svět digitálních technologií je rychlý, líbivý a zvládne uspokojit téměř každou poptávku, na jakou si lze vzpomenout. Ekonomické ukazatele pak nadále predikují do budoucích let spíše růstový potenciál oblíbenosti i spotřeby. Rozvoj technologií a s nimi spojených aplikací, stejně jako produkce a reklama v oblasti ICT, nejsou opatřeny žádnou legislativní regulací. Dostupnost a všudypřítomnost internetu dosáhly globálního trendu a stále mají do budoucna velký potenciál. Za padesát let můžeme být high-tech vyspělou společností užívající internet jako síť pro zjednodušení byrokracie, pro podporu vzdělávání a jako možnost okamžité komunikace. Můžeme však také být společností, která se svým nezodpovědným a neuváženým chováním nechá pohltit virtuálním světem; ztratí zájem o udržování mezilidských vztahů, statistickou normalitou bude povrchní způsob zábavy a trávení volného času s obrazovkou, spolu s rostoucím vlivem reklamního průmyslu, globalizace a konvergence pozbydeme originalitu a fantazii.

Metaforicky lze pak virtuální svět přirovnat k paralele s Platónovou jeskyní. Virtuální svět, ke kterému jsou dnešní lidé již odmala připoutáni, je pouze stínem, odrazem

skutečného světa. Je jejich jediným spojením se světem, stává se tak jejich realitou. Skutečnému světu, který ten virtuální nemůže nikdy nahradit, proto rozumí čím dál méně. I přesto se však do virtuálního světa uchylujeme stále častěji. Lidé, kteří nežijí svůj druhý virtuální život, jsou marginalizováni, považováni přinejmenším za podivíny a jejich snahy vymanit ostatní z područí „falešného světa“ digitálních technologií a ukázat jim krásy světa skutečného často přichází vniveč, protože se setkávají s nepochopením a odporem těch, kteří už si na virtuální svět příliš zvykli, a proto z něho „vysvobodit“ ani nechtějí.

Svět, ve kterém žijeme, se mění tak rychle, že již není možné předvídat budoucnost v řádek desítek let. Budoucnost svoji i budoucnost celé společnosti však tvoříme právě nyní. Naším každodenním chováním a přístupem k fenoménu ICT, naším jednáním při interakci s jinými lidmi, řešením skutečných problémů ve společnosti; tím vším již dnes utváříme malou část budoucích zítřků. Je jen na nás, jak digitální technologie a internet uchopíme, zdali zodpovědně a využijeme je ku prospěchu lidstva a naší společnosti nebo zdali dovolíme rizikovým faktorům zastínit ty pozitivní. Je proto potřeba se neustále věnovat osvětě a vzdělávání, abychom takovým rizikům mohli úspěšně předejít. Ačkoliv možnosti a prožitky virtuálních realit už pomalu začínají hraničit s realitou skutečnou, se kterou se vzájemně prolínají, neměli bychom zapomínat, že jen naše skutečné životy mají své opravdové krásy, které je potřeba prožívat a skutečné hodnoty, které je pro přežití společnosti nutné chránit a zachovat. A že takový virtuální svět může vmžiku zmizet ve chvíli, kdy „vypadne proud“.

## Seznam zdrojů

BALADA, Jan a kol. Rámcový vzdělávací program pro gymnázia: RVP G. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007, 104 s. ISBN 978-80-87000-11-3. Dostupné také z: <http://www.nuv.cz/file/159>

BĚLÍK, Václav, Stanislava HOFERKOVÁ a Blahoslav KRAUS a kol. Slovník sociální patologie. Praha: Grada, 2017, 120 s. ISBN 978-80-271-0599-1.

BLINKA, Lukas a kol. Online závislosti. Praha: Grada, 2015, 200 s. ISBN 978-80-247-5311-9.

BORUP, J., WEST, R.E., & GRAHAM, C.R. Improving online social interaction through asynchronous video. *Internet and Higher Education*. [online], 2012, 15(3) s. 195-203. Dostupné

z: [https://www.researchgate.net/profile/Charles\\_Graham2/publication/257496454\\_Improving\\_online\\_social\\_presence\\_through\\_asynchronous\\_video/links/5b0ed3e2aca2725783f3f9a8/Improving-online-social-presence-through-asynchronous-video.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Charles_Graham2/publication/257496454_Improving_online_social_presence_through_asynchronous_video/links/5b0ed3e2aca2725783f3f9a8/Improving-online-social-presence-through-asynchronous-video.pdf)

BRDLIČKA, Bořivoj. Proč mobily ve škole zakazovat. Metodický portál RVP [online]. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, 2019 [cit. 2019-03-30]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/21948/proc-mobily-ve-skole-zakazovat.html>

CARR, Nicholas. Nebezpečná mělčina: Jak internet mění náš mozek. Praha: Dauphin, 2017, 320 s. ISBN 978-80-7272-780-3.

CZÉMY, Ladislav a NEŠPOR Karel. Zdravotní rizika počítačových her a videoher. *Česká a slovenská psychiatrie: časopis Psychiatrické společnosti* [online], 2007, 103(5), s. 246-250. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1212-0383. Dostupné také z: <https://docplayer.cz/1328386-Zdravotni-rizika-pocitacovych-her-a-videoher.html>

Český statistický úřad [online]. Praha: ČSÚ, 2018 [cit. 2018-11-18]. Dostupné z: [https://www.czso.cz/documents/10180/61601892/061004-18\\_B.pdf/7095613a-8000-40d8-a8f9-a00a0369a442?version=1.0](https://www.czso.cz/documents/10180/61601892/061004-18_B.pdf/7095613a-8000-40d8-a8f9-a00a0369a442?version=1.0)

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. Forenzní psychologie. Plzeň: Aleš Čeněk, 2013, 431 s. ISBN 80-86473-86-4.

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. Újma ve virtuálním světě bolí stejně jako v tom reálném, upozorňuje policejní psycholožka Ludmila Čírtková. Učitelské noviny: týdeník pro učitele a přátele školy [online], 2014, 117(8), s. 8-9. [cit. 2019-01-25]. ISSN 0139-5718. Dostupné také z: <http://ucitelskenoviny.cz/?archiv&clanek=7806>

E-bezpečí [online]. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, 2018 [cit. 2019-03-29]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/o-projektu/oprojektu>

ECKERTOVÁ, Lenka. Hustej internet. Prchal Petr, 2014, 88 s. ISBN 978-80-87003-39-8.

FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA. Sociální patologie. Praha: Grada, 2014, 232 s. ISBN 978-80-247-5046-0.

FOBEROVÁ, Libuše. Facebook?. Bulletin SKIP: Spolek knihovníků a informačních pracovníků ČR [online], 2011, 20(3), s. 10-12. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1210-0927. Dostupné také z: [http://skip.nkp.cz/Bulletin/Bull11\\_307.htm#ti](http://skip.nkp.cz/Bulletin/Bull11_307.htm#ti).

FRYČ, Jindřich. Nepůjde o projekt Tablety do škol: na co se mohou učitelé těšit v zamýšlených digitálních šablonách?. Učitelské noviny: týdeník pro učitele a přátele školy [online], 2013, 116(40), s. 4-6. [cit. 2019-01-25]. ISSN 0139-5718. Dostupné také z: <http://ucitelskenoviny.cz/?archiv&clanek=7632>.

GAVORA, Peter. Úvod do pedagogického výzkumu. 2. vyd. Brno: Paido, 2010, 262 s. ISBN 978-80-7315-185-0.

GIDDENS, Anthony. Sociologie. Praha: Argo, 1999, 596 s. ISBN 80-7203-124-4.

GILES, David. Psychologie médií. Praha: Grada, 2010, 192 s. ISBN 978-80-247-3921-2.

GROUP, Edward. 10 Shocking Facts about the Health Dangers of Wi-Fi. Global Healing Center: Live healthy [online]. Houston: Global Healing Center, 2015 [cit. 2018-02-18]. Dostupné z <https://www.globalhealingcenter.com/natural-health/10-shocking-facts-health-dangers-wifi/>

HARSA, Pavel et al. Současné projevy agrese. Psychiatrie pro praxi [online], 2012, 13(1), s. 15-18. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1213-0508. Dostupné také z: <http://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2012/01/05.pdf>.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. Velký psychologický slovník. 4. Praha: Portál, 2010, 776 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

HENDL, Jan. Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.

HOLÍKOVÁ, Klára. Mezi učitelstvím a youtuberstvím: profesní sebepojetí učitelů publikujících vzdělávací videa na YouTube. Pedagogická orientace: vědecký časopis České pedagogické společnosti [online], 2018, 28(1), s. 46-71. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1211-4669. Dostupné také z: <https://journals.muni.cz/pedor/article/view/9162/8631>

CHEN S. H., WENG L. C., SU Y. J., et al. (2003). Development of Chinese Internet Addiction Scale and its psychometric study. *Chin J Psychol*, 45, 279–94.

ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. ICD-11: International Classification of Diseases 11th Revision [online]. Geneva: WHO, 2018 [cit. 2019-03-29]. Dostupné z: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f1448597234>

JIRÁK, Jan a Barbara KÖPPLOVÁ. Masová média. 2. Praha: Portál, 2015, 392 s. ISBN 978-80-262-0743-6.

JUVIN, Hervé a Gilles LIPOVETSKY. Globalizovaný Západ: polemika o planetární kultuře. Praha: Prostor, 2012, 232 s. ISBN 978-80-7260-265-0.

KO, C. H., YEN, J. Y., YEN, C. F., CHEN, C. C., YEN, C. N., & Chen, S. H. (2005). Screening for internet addiction: an empirical study on cut-off points for the Chen Internet Addiction Scale. *Kaohsiung J Med Sci*, 21(12), 545-551.

KOHOUT, Roman. Internetem bezpečně. Karlovy Vary: Biblio Karlovy Vary, 2017, 32 s. ISBN 978-80-270-1148-3.

KOHOUT, Roman a Radek KARCHŇÁK. Bezpečnost v online prostředí. Karlovy Vary: Biblio Karlovy Vary, 2016. 72 s. ISBN 978-80-260-9543-9.

KOPECKÝ, Kamil, SZOTKOWSKI, René a GIBADULIN, Denis. Kyberšikana, sexting a rizikové seznamování českých dětí v prostředí internetu. *Komenský: časopis pro učitele základní školy* [online], 2014/2015, 139(2), s. 10-16. [cit. 2019-01-25]. ISSN 0323-0449. Dostupné také z: [https://katedry.ped.muni.cz/pedagogika/wp-content/uploads/sites/17/2015/03/komensky\\_02\\_139\\_final.pdf](https://katedry.ped.muni.cz/pedagogika/wp-content/uploads/sites/17/2015/03/komensky_02_139_final.pdf).



- KOUBALÍKOVÁ, Sylvie a ŠMAHEL, David. Fenomén lhaní v prostředí internetu. *Československá psychologie: časopis pro psychologickou teorii a praxi* [online], 2008, 52(3), s. 289-301. [cit. 2019-01-25]. ISSN 0009-062X. Dostupné také z: <https://kramerius.lib.cas.cz/client/handle/uuid:5e1d7dc8-2eb7-43d5-b23d-27ed925cf158>.
- KRAUS, Blahoslav. *Sociální deviace v transformaci společnosti*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-575-2.
- LIPOVETSKY. *Éra prázdnoty*. Praha: Prostor, 2003, 312 s. ISBN 80-7260-085-0.
- LIPOVETSKY, Gilles. *Hypermoderní doba: Od požitku k úzkosti*. Praha: PROSTOR, 2013, 148 s. ISBN 978-80-7260-283-4.
- LISTER, Martin. *New Media: a critical introduction* [online]. 2. Abingdon: Taylor & Francis e-Library, 2009, 463 s. [cit. 2018-11-17]. ISBN 0-203-88482-5. Dostupné z: [http://www.philol.msu.ru/~discours/images/stories/speckurs/New\\_media.pdf](http://www.philol.msu.ru/~discours/images/stories/speckurs/New_media.pdf)
- MAJER, Jiří. *Za bezpečnější internet, hlavně pro děti*. Archa: zpravodaj o výchově a využití volného času dětí a mládeže [online], 2008, 2008(2), s. 4-5. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1212-5016. Dostupné také z: <http://crdm.cz/wp-content/uploads/archa-2008-2.pdf>.
- MEYROWITZ, Joshua. *Všude a nikde: Vliv elektronických médií na sociální chování*. Praha: Karolinum, 2006, 344 s. ISBN 80-246-0905-3.
- MKN-10: *Mezinárodní klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů* [online]. 10. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2018, 876 s. ISBN 978-80-7472-168-7.
- MUŽÍK, Jaroslav. *Andragogická didaktika*. Praha: CODEX Bohemia, 1998, 272 s. ISBN 80-85963-52-3.
- National Institute of Population and Social Security Research [online]. Tokyo: IPSS, 2017 [cit. 2019-02-24]. Dostupné z: <http://www.ipss.go.jp/>
- NEUMAJER, Ondřej. *I digitalizace českého školství má některé výborné výsledky. Řízení školy: odborný měsíčník pro ředitele škol* [online], 2017, 14(9), s. 25-27. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1214-8679. Dostupné také z: <https://www.rizeniskoly.cz/cz/casopis/rizeni-skoly/i-digitalizace-ceskeho-skolstvi-ma-nektere-vyborne-vysledky.m-3624.html>

OECD iLibrary [online]. OECD, 2018 [cit. 2018-11-02]. Dostupné z: [https://www.oecd-ilibrary.org/economics/country-statistical-profile-czech-republic-2018-4\\_csp-cze-table-2018-4-en](https://www.oecd-ilibrary.org/economics/country-statistical-profile-czech-republic-2018-4_csp-cze-table-2018-4-en)

OECD iLibrary [online]. PISA, OECD Publishing, 2015 [cit. 2018-11-02]. Students, Computers and Learning: Making the Connection. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.1787/9789264239555-en>

PALIHAPITIYA, Chamath. Beware Social Media. Stanford GSB [online]. Stanford, 2017 [cit. 2018-02-17]. Dostupné z: <https://www.gsb.stanford.edu/insights/chamath-palihapitiya-why-failing-fast-fails>

PANÁČEK, Michal a ŽIAKOVÁ, Eva. Kyberšikana: závažný sociálně patologický jev v současné populaci dospívajících v České republice a na Slovensku = Cyberbullying – a Serious Social Pathology in the Present Population of Adolescents in Czech and Slovak Republics. Sociální práce/Sociálna práca: odborná revue pro sociální práci [online], 2014, 14(1), s. 79-97. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1213-6204. Dostupné také z: [http://www.socialniproace.cz/soubory/sp1\\_2014\\_web-151202114855.pdf](http://www.socialniproace.cz/soubory/sp1_2014_web-151202114855.pdf)

PAVLOVSKÁ, Amálie. Chenova škála závislosti na internetu (Chen Internet Addiction Scale, CIAS). Klinika adiktologie [online]. Praha: Univerzita Karlova, 2012 [cit. 2019-03-31]. Dostupné z: <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/586/3612/Chenova-skala-zavislosti-na-internetu-Chen-Internet-Addiction-Scale-CIAS->

PEGI: Pan European Game Information [online]. Brussels, 2013 [cit. 2018-02-17]. Dostupné z: <https://pegi.info/what-do-the-labels-mean>

Policie České republiky [online]. Hradec Králové: PČR, 2019 [cit. 2019-03-29]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/prednasky-2018.aspx>

POŠVANCOVÁ, Jana. Děti a internet. Knihovnický zpravodaj Vysočina [online], 2004, 4(1). [cit. 2019-01-25]. ISSN 1213-8231. Dostupné z: <http://kzv2.kkvysociny.cz/archiv.aspx?id=403&idr=2&idci=6>.

Safer internet [online]. Praha: NCBI, 2019 [cit. 2019-03-29]. Dostupné z: <https://www.saferinternet.cz/info-o-n%C3%A1s/o-n%C3%A1s.html>

SKLENÁK, Vilém. Informační gramotnost uživatelů vs. vyhledávací nástroje nové generace. ProInflow: časopis pro informační vědy [online], 2010, 2(2). [cit. 2019-01-27]. ISSN 1804-2406. Dostupné z: <http://hdl.handle.net/11222.digilib/133686>.

SPITZER, Manfred. Digitální demence. Brno: Host, 2014, 343 s. ISBN 978-80-7294-872-7.

SPITZER, Manfred. Kybernemoc!: Jak nám digitalizovaný život mění zdraví. Brno: Host, 2016, 391 s. ISBN 978-80-7491-792-9.

STRNADOVÁ, Věra. Interpersonální komunikace. Hradec Králové: Gaudeamus, 2011, 544 s. ISBN 978-80-7435-157-0.

Summary of the Survey Results on Married Couples/ Singles. National Institute of Population and Social Security Research [online]. Tokyo: IPSS, 2015 [cit. 2019-02-24]. Dostupné z: <http://www.ipss.go.jp/>

Šance dětem [online]. Praha: Sirius, 2016 [cit. 2019-03-30]. Dostupné z: <https://www.sancedetem.cz/srv/www/content/pub/cs/clanky/travi-dite-pet-az-sest-hodin-denne-na-internetu-pozor-na-vznik-zavislosti-168.html>

ŠEVČÍKOVÁ, Anna a kol. Děti a dospívající online: Vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada, 2014, 184 s. ISBN 978-80-247-5010-1.

TOMÁNEK, Pavol. Kyberšikana ako aktuálny problém v súčasnej rodinnej výchove = Cyber bullying as a current problem in contemporary family education. Lifelong learning = Celoživotní vzdělávání [online], 2012, 2(1), s. 30-43. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1804-526X. Dostupné také z: <http://lifelonglearning.mendelu.cz/wcd/w-rek-lifelong/111201/fulltext.pdf>

VONDRÁČKOVÁ, Petra. Závislostní chování na internetu - případová studie. Česká a slovenská psychiatrie: časopis Psychiatrické společnosti [online], 2011, 107(5), s. 301-306. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1212-0383. Dostupné také z: <http://www.cspsychiatr.cz/detail.php?stat=738>.

VONDRÁČKOVÁ HOLCNEROVÁ, Petra, VACEK, J. a KOŠATECKÁ, Z. Závislostní chování na internetu a jeho léčba. Česká a slovenská psychiatrie: časopis Psychiatrické společnosti [online], 2009, 105(6), s. 281-289. [cit. 2019-01-25]. ISSN 1212-0383. Dostupné také z: <http://www.cspsychiatr.cz/detail.php?stat=610>.

WorldOMeters [online]. London: Worldometers.info, 2018 [cit. 2018-11-17]. Dostupné z: <http://www.worldometers.info/cz>

Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů. Zakonyprolidi.cz [online]. © AION CS, s.r.o. 2018 [cit. 2018-12-30]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40#cast1>

ZIMBARDO, Philip. Odpojený muž. Praha: Grada, 2017, 280 s. ISBN 978-80-247-5797-1.

ZONKOVÁ, Marta. Kyberbezpečnost ve školním prostředí, aneb, Co vše se může na internetu stát. Inflow: information journal [online], 2018, říjen. [cit. 2019-01-28]. ISSN 1802-9736. Dostupné z: <http://www.inflow.cz/kyberbezpecnost-ve-skolnim-prostredi-aneb-co-vse-se-muze-na-internetu-stat>.

## Seznam tabulek a grafů

Tabulka č. 1: Výzkumný soubor respondentů.....	47
Tabulka č. 2: Věkové zastoupení respondentů v jednotlivých gymnáziích.....	47
Tabulka č. 3: Studenti s problémovým a závislostním chováním podle Chenovy škály...	73
Graf č. 1: Rozdělení respondentů dle pohlaví a věku .....	50
Graf č. 2: Nejčastější známky u dívek.....	51
Graf č. 3: Nejčastější známky u chlapců .....	51
Graf č. 4: Čas trávený denně užíváním internetu u dívek .....	52
Graf č. 5: Čas trávený denně užíváním internetu u chlapců .....	53
Graf č. 6: Čas trávený denně aktivně s rodiči u dívek.....	54
Graf č. 7: Čas trávený denně aktivně s rodiči u chlapců .....	54
Graf č. 8: Rodiče jako vzor u dívek .....	55
Graf č. 9: Rodiče jako vzor u chlapců .....	56
Graf č. 10: Internet jako zdroj konfliktu u dívek .....	57
Graf č. 11: Internet jako zdroj konfliktu u chlapců .....	57
Graf č. 12: Každodenní aktivity s rodiči u dívek .....	58
Graf č. 13: Každodenní aktivity s rodiči u chlapců.....	59
Graf č. 14: Svěřování se s problémy u dívek .....	60
Graf č. 15: Svěřování se s problémy u chlapců .....	61
Graf č. 16: Setkání s kyberšikanou u dívek .....	62
Graf č. 17: Setkání s kyberšikanou u chlapců.....	62
Graf č. 18: Setkávání s kyberšikanou z hlediska jednotlivých škol.....	63
Graf č. 19: Zkušenost se sextingem u dívek .....	64
Graf č. 20: Zkušenost se sextingem u chlapců.....	64
Graf č. 21: Zkušenost se sextingem u respondentů mladších 18 let v jednotlivých školách.....	65
Graf č. 22: Znalosti rodičů o bezpečném užívání internetu očima dívek .....	66

Graf č. 23: Znalosti rodičů o bezpečném užívání internetu očima chlapců .....	67
Graf č. 24: Nejčastější zdroje pro získávání informací o bezpečném užívání internetu u dívek.....	68
Graf č. 25: Nejčastější zdroje pro získávání informací o bezpečném užívání internetu u chlapců.....	68
Graf č. 26: Sledování pornografických obsahů dívkami .....	69
Graf č. 27: Sledování pornografických obsahů chlapci.....	70
Graf č. 28: Problémové chování dle Chenovy škály u dívek .....	71
Graf č. 29: Problémové chování dle Chenovy škály u chlapců .....	71
Graf č. 30: Problémové chování dle Chenovy škály u jednotlivých škol .....	72
Graf č. 31: Porovnání času tráveného online mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním .....	74
Graf č. 32: Porovnání internetu jako zdroje konfliktu mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním.....	75
Graf č. 33: Porovnání setkání s kyberšikanou mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním .....	76
Graf č. 34: Porovnání zkušeností se sextingem mezi studenty bez problému a studenty s rizikovým chováním .....	77
Graf č. 35: Korelace času tráveného denně online se školním prospěchem.....	79

## Seznam příloh

Příloha 1: Použitý dotazník

# Dotazník

## Vliv digitálních technologií na mezilidské vztahy

Vážení respondenti a respondentky,

mé jméno je Martin Klug a jsem studentem 3. ročníku UHK, konkrétně oboru Sociální patologie a prevence. Tento dotazník se týká výzkumného orientačního šetření, které se zaměřuje na vliv digitálních technologií na mezilidské vztahy a na přístup studentů gymnázií v Královéhradeckém kraji k internetu. Obsahuje 40 otázek.

Je součástí výzkumné části bakalářské práce a je zcela anonymní, nikdo se nedozví, jak jste právě Vy odpovídal/a. Výsledky výzkumného šetření budou použity pouze pro účely bakalářské práce.

Při odpovídání se prosím zaměřte na posledních 6 měsíců.

Žádná z Vašich odpovědí není špatná nebo chybná. Prosím Vás tedy o pravdivé a upřímné zodpovídání dotazů podle Vašich zkušeností a podle toho, jak to Vy sami cítíte.

V dotazníku se objevují otázky, které nabízejí odpovědi na škále od "nikdy" po "téměř vždy".

Znamenají:

"nikdy" = nikdy nebo zcela nesouhlasím

"občas" = několikrát za měsíc nebo spíše nesouhlasím

"často" = několikrát za týden nebo spíše souhlasím

"téměř vždy" = každý den nebo zcela souhlasím

Rád bych poděkoval vedení školy za to, že umožní realizaci výzkumu na své škole, a také Vám – studentům.

S pozdravem Martin Klug



- 1) Pohlaví:
  - a) Muž            b) Žena
- 2) Věk:
  - a) 15    b) 16    c) 17    d) 18    e) 19
- 3) Jaké známky dostáváte nejčastěji?
  - a) Jedničky a dvojky    b) Dvojky a trojky    c) Trojky a čtyřky    d) Čtyřky a pětky
- 4) Kolik hodin denně jste aktivně online na internetu?
  - a) Méně než 2 h    b) 3-4 h    c) 5-6 h    d) 7-8 h    e) 9 a více h
  - f) Internet denně nepoužívám
- 5) Kolik hodin denně trávíte s rodičem či oběma rodiči aktivní činností, např. společnou aktivitou nebo povídáním?
  - a) Méně než 1 h    b) 1-2 h    c) 2-3 h    d) 3-4 h    e) 4-6 h    f) 6 h a více
  - g) S rodiči denně nic nepodnikáme
- 6) Vnímáte své rodiče jako Váš vzor?
  - a) Ano, oba jsou mi vzorem    b) Ano, matka    c) Ano, otec    d) Ne, rodiče mi nejsou vzorem
- 7) Stalo se u Vás užívání internetu zdrojem konfliktu nebo hádky? (Ize označit více odpovědí)
  - a) Ano, s rodiči    b) Ano, se sourozenci    c) Ano, s učitelem    d) Ano, se spolužáky/kamarády
  - e) Ano, v partnerském vztahu    f) Ano s někým jiným: .....    g) Ne
- 8) Jaké aktivity podnikáte denně s rodiči ? (Ize označit více odpovědí)
  - a) Stolování (snídaně, oběd či večeře u jednoho stolu)    b) Domácí práce a jiné podobné činnosti
  - c) Sledování televize    d) Sledování pořadů online    e) Povídání    f) Hraní společenských her
  - g) Jiné: .....    h) S rodiči denně nic nepodnikám
- 9) Komu se nejčastěji svěřujete se svými problémy?
  - a) Rodičům    b) Prarodičům    c) Sourozcům    d) Jinému členovi rodiny
  - e) Spolužákům/kamarádům    f) Učitelům    g) Anonymně online    h) Nesvěřuji se
  - i) Problémy nemám
- 10) Stal/a se někdy Vy spolužák/spolužačka či kamarád/kamarádka obětí posměchu, ztrapňování, urážek, vyhrožování nebo vydírání prostřednictvím internetu, tzv. kyberšikany? (Ize označit více odpovědí)
  - a) Ano, mám vlastní zkušenost    b) Ano, stalo se to někomu, koho znám    c) Ne

- 11) Máte zkušenost s posíláním erotických fotografií prostřednictvím internetu? (Ize označit více odpovědí)
- a) Ano, takovou fotografii jsem přidal na svůj profil    b) Ano, takovou fotografii jsem někomu poslal/a  
c) Ano, takovou fotografii jsem od někoho obdržel/a    d) Ne
- 12) Mají Vaši rodiče znalosti, co se týče bezpečného užívání internetu?
- a) Ano, vyznají se a umí poradit i mně    b) Ano, znají základy, ale já se vyznám lépe  
c) Ne, ale mají snahu se zdokonalovat    d) Ne, já musím pomáham jim    e) Ne, internet je nezajímá
- 13) Odkud se dovídáte nejvíce informací o bezpečném užívání internetu?
- a) Od učitelů    b) Z preventivních přednášek ve škole    c) Od rodičů    d) Od youtuberů  
e) Z vlastní iniciativy hledáním na internetu    f) Jiným způsobem .....  
g) Takové informace nehledám nebo mě nezajímají
- 14) Navštěvuje internetové stránky s pornografickým obsahem?
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 15) Bylo mi vícekrát než jednou řečeno, že na internetu trávím příliš mnoho času.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 16) Po surfování na internetu mě bolívá v zádech nebo mám jiné fyzické potíže (bolest očí, bolest hlavy atd.).
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 17) Jsem raději na internetu, než abych trávil čas s kamarády.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 18) Připojení na internet je první věc, která mě ráno hned po probuzení napadne.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 19) Když nejsem online, mám chuť se co nejdříve připojit.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 20) Více než jednou se mi stalo, že jsem kvůli internetu spal/a méně než čtyři hodiny.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 21) Surfování na internetu se negativně projevuje na mém tělesném zdraví.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 22) Trávím na internetu stejné množství času, i když se tím zhoršují vztahy s ostatními lidmi (s rodiči, učiteli, kamarády).
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 23) Když jsem nějakou dobu bez internetu, mám pocit, že mi něco chybí.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy
- 24) Kvůli internetu trávím méně času s rodinou.
- a) nikdy    b) občas    c) často    d) téměř vždy

25) Svůj volný čas trávím surfování na internetu.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

26) Cítím se smutný/á a sklесlý/á, když na nějakou dobu přestanu internet užívat.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

27) Doba, kterou trávím na internetu, se za posledních 6 měsíců výrazně zvýšila.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

28) Trávení času na internetu má negativní dopad na mé výsledky ve škole.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

29) Poté, co jsem se odhlásil/a z internetu, abych mohl/a dělat nějakou jinou činnost (např. úkoly), nevydržím dlouho offline a po chvíli se opět přihlásím.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

30) Kdyby neexistoval internet, neměl/a bych v životě mnoho radosti.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

31) Snažím se trávit na internetu méně času, ale nejde to.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

32) Zůstávám online po delší dobu, i když jsem měl/a původně v plánu jen se na něco rychle podívat.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

33) Jakmile se dostanu na internet, přejde mě únava a cítím v sobě novou energii.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

34) Během dne se cítím unavený/á, protože dlouho do noci surfuji na internetu.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

35) Kvůli užívání internetu nepravidelně jím.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

36) Musím na internetu trávit stále více času, abych se podíval/a na všechno, co mě zajímá.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

37) Zvykám si méně spát, abych mohl/a trávit více času na internetu.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

38) Jsem neklidný/á nebo našťvaný/a, když připojení na internet nefunguje nebo když nemám možnost se připojit.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

39) Zdá se mi, že trávím na internetu stále více času.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy

40) Když po určitou dobu nechodím na internet, začnu se cítit nesvůj/nesvá.

- a) nikdy      b) občas      c) často      d) téměř vždy