



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

Vliv počítačových her na žáky 2. stupně základní školy

Vypracovala: Monika Miková
Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Jiří Kressa

České Budějovice 2016

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci na téma „Vliv počítačových her na žáky 2. stupně základní školy“ jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne:

.....

Monika Miková

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucímu mé závěrečné práce panu Mgr. et Mgr. Jiřímu Kressovi za jeho odbornou pomoc, trpělivost a rady při konzultačních hodinách. Dále bych také poděkovala všem respondentům za ochotu a výbornou spolupráci, při plnění výzkumné části, panu Ing. Janu Štěbetákovi za cenné připomínky a zejména mé rodině, která mě podporovala v průběhu celého mého studia.

Anotace

Závěrečná práce se zabývá problematikou počítačových her a možnými vlivy, které mohou na žáky druhého stupně základní školy působit. Vhodné hry pomáhají rozvíjet soustředění či logické myšlení, nevhodné mohou naopak přispívat k návyku na hraní či rostoucí agresivitě dítěte. Teoretická část nejprve čtenáře seznámí s počítačem a hraním obecně včetně současného hitu moderní doby – online hraním. V teoretické části jsou dále popsány možné vlivy na děti během hraní a jejich prevence. Praktická část popisuje metodologii výzkumu a analyzuje dotazníková šetření u žáků. Dále jsou ukázány rozdíly v odpovědích mezi dívkami a chlapci. Závěrečná část poskytuje celkové shrnutí výzkumu.

Klíčová slova:

počítačová hra, hraní, návyk, vlivy her, životní styl, prevence

Abstract

The final thesis deals with the computer games as well as their impact influencing of the pupils on the second stage of basic schools. The suitable games can develop concentration and logical thinking in children. On the other hand, the inappropriate games can contribute to gambling addiction and increased aggressiveness. First, the theoretical part introduces computers and gaming in general including description of the current hit of the modern age – online gaming. Then it describes possible impacts on children while playing games, it also discusses prevention of the impacts. The practical part describes the methodology of the research, it also analyzes questionnaires among of the pupils. Then it shows the differences in responses between girls and boys. The last part of the thesis brings the summary of the research.

Keywords:

computer game, playing games, addiction, influence games, lifestyle, prevention

Obsah

ÚVOD	8
1 Počítačová hra v kostce	10
1.1 Historie hraní.....	10
1.2 Současnost.....	12
2 Žánry počítačových her	14
2.1 Dobrodružné.....	14
2.2 Akční.....	15
2.3 Arkády.....	15
2.4 Logické.....	16
2.5 Role playing games	16
2.6 Simulátory	17
2.7 Skokové.....	17
2.8 Strategické.....	18
2.9 Sportovní.....	18
2.10 Scrolling games	19
2.11 Online.....	19
3 Novodobý fenomén – online hry	20
3.1 Výhody online hraní.....	20
3.2 Nevýhody online hraní.....	21
3.3 Nejoblíbenější online hry	22
3.4 MMOG.....	22
3.4.1 Sociální soudržnost	22
3.5 MOBA games	23
3.5.1 Achievements.....	24
3.6 Hry na sociální síti	25
4 Vliv počítačových her na dítě	26

4.1	Pozitivní vlivy	26
4.2	Negativní vlivy.....	28
5	Sociální a osobnostní vlivy	33
5.1	Psychický vývoj dítěte	34
5.2	Osobnost a hraní počítačových her	34
5.3	Životní styl hráče	35
6	Prevence	39
6.1	Primární prevence	39
6.2	Sekundární prevence	40
6.3	Terciární prevence.....	41
7	Metodologie výzkumu	43
7.1	Kvantitativní výzkum.....	43
7.2	Kvalitativní výzkum.....	44
7.3	Metodika vyhodnocení kvantitativních dat	46
7.3.1	Vyhodnocení hypotéz.....	67
7.3.2	Rozbor dotazníkového šetření.....	69
7.4	Metodika vyhodnocení kvalitativních dat	71
7.4.1	Rozbor rozhovorů.....	76
7.5	Shrnutí výzkumu	78
7.5.1	Dotazníkové šetření.....	78
7.5.2	Rozhovory	79
ZÁVĚR.....		81
Použitá literatura		83
Přílohy		87

ÚVOD

Jsme ve světě, kde výpočetní technika a celkově rozmach informační technologie je velmi silný. Každoročně můžeme vidět, jak se vyvíjí, rok od roku je lepší, silnější a výkonnější. Dostupnost internetu nám dává spoustu možností a pro vývojáře her velkou inspiraci, zejména pro tvorbu online her, které jsou dnes tak populární.

Od nejranějšího stádia života se člověk učí hrou. Můžeme pozorovat, jak s její pomocí jedinec zlepšuje své logické myšlení, dostává se do sociálních interakcí s okolím, nebo jen relaxuje. Dnes mají děti již takové možnosti, jaké jsme si ještě před pár desítkami let ani neuměli představit.

Děti ale nejsou jediné, které u počítače a počítačových her tráví svůj volný čas. Také spousta dospělých jedinců se uchyluje k tomuto druhu volnočasové aktivity. Je to tedy aktuální téma přinášející svá rizika a působící vlivy, které nás díky této kratochvíli ovlivňují, ať už psychicky či fyzicky.

Teoretická část této práce poskytuje vhled do herního světa. Nejdříve definujeme hru samotnou a popisujeme vývoj hraní od minulosti do současnosti. Zjistíme, jak vypadaly prvotní hry a jaké možnosti máme dnes. Ve druhé kapitole se věnujeme žánrům samotných her, pro snazší orientaci v herním prostředí. Dále rozebíráme působící vlivy na jedince (hráče), jeho životní styl a moderní hit současné doby – online hraní. V závěrečné části věnujeme pozornost prevenci, zdali je nutná, a jak postupovat v boji proti návyku na počítačových hrách.

Výzkumná část se zabývá metodologií výzkumu, rozboru kvantitativních a kvalitativních výzkumných metod. Dotazováni byli jak žáci základní školy, tak i dospělí, pracující respondenti, kteří si herním obdobím prošli a hrám věnovali značnou část svého dětství a dospívání. Snažili jsme se zjistit, jak hry v současné době ovlivňují žáky a jak oni samotní je vnímají. Zároveň dochází k rozboru zkušeností bývalých – současných hráčů tak,

abychom získali pohled dvou odlišných věkových skupin na problematiku počítačového hraní.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Počítačová hra v kostce

„Touha hrát si je stará jako lidstvo samo. Malé děti dovedou ke svým hrám využít naprosto cokoli a podobně se občas chovají i dospělí. Je úplně jedno, k čemu první počítače vznikaly:“ Člověk si s nimi začal hrát ještě dřív, než vůbec dostaly pořádný obrázkový výstup. “(Sláma D., 2009)

Jedná se o druh interaktivního softwaru, který dává hráči zpětnou vazbu pomocí textu, 2D nebo 3D grafiky a zvuku přes reproduktory nebo sluchátka. Provozuje se na počítači, který ale může mít využití i pro jiné aktivity, anebo specializovaném počítači - herní konzoli, která je určená jen pro hraní her a multimediální zábavu, tam hru nazýváme videohrou. (Dostupné z: www.webopedia.com)

Instaluje se za pomoci určitého nosiče (DVD, CD, aj.), anebo zakoupené internetové licence. Jednotlivé hry také mají odlišné požadavky na procesor počítače, aby je pak následně mohl hráč spustit, musí splnit určité požadavky dané hry, např. nárok na zvukovou kartu, grafickou kartu apod.

1.1 Historie hraní

Za předchůdce her, které jsou dnes známé široké veřejnosti, lze považovat *Tennis for two*. Vytvořil ji v roce 1958 William Higinbotham, kde mu byl nápomocen osciloskop a analogový počítač. Ve hře byl vyobrazen tenisový kurt, síť a míček. Míček byl ovlivňován gravitací a hráč ovládal hru za pomoci krabiček s knoflíkem, pro nastavení trajektorie míčku, a tlačítkem pro odpal. Avšak toto byl pouze náznak první hry. Plnohodnotná počítačová hra vznikla v roce 1962, tedy o pět let později od vzniku *Tennis for two*. Strůjci byli studenti Massachusettského technologického institutu a asi po osmi dnech práce, kdy hru vymysleli a naprogramovali, dostala název *Spacewar*. Byla to hra určená pro dva hráče, kde každý z nich ovládal svojí vesmírnou loď

s úkolem zničit nepřítele, a uprostřed mapy byla hvězda, která ovlivňovala pohyby lodí. Zmiňujeme se tu o historicky první akční hře. (Sláma D., 2009)



Obrázek 1 *Spacewar*, převzato a upraveno (http://cdn.arstechnica.net/wp-content/uploads/2011/10/spacewar_-4ea4ffe-intro.jpg)

V sedmdesátých letech Ralph Baer vytvořil prototyp herní konzole, na které se dalo hrát několik jednoduchých míčových her. Tento prototyp později prodal společnosti Magnavox a ta ho následně vydala pod jménem Odyssey. Stává se tak prvním herním přístrojem tohoto typu na světě. V roce 1978 vydává společnost Taito arkádu *Space Invaders* a tímto začíná ve Spojených státech zlatý věk herních automatů až do konce osmdesátých let. (Dostupné z: cs.wikipedia.org)

Zatímco vývoj videoher se nejvíce odrážel v arkádách a domácích konzolích, rychle se vyvíjející počítače umožňovaly jejich vlastníkům naprogramovat jednoduché hry. Brzy se vytvořily skupiny nadšenců pro nové počítače a nato vznikl i nový herní software. Mnoho takových her bylo distribuováno za pomoci zdrojových kódů, které našli hráči v knihách, časopisech či novinách, ten kód museli přepsat do počítače a přeložit do strojového kódu. U raných osobních počítačů např. od firmy Apple či Commodore bylo mnoho tzv. type-in her. Mezi další distribuce her patřila pošta, prodej disket, kazet a jiných médií. Amatérští programátoři prodávali

své hry v igelitových taškách v regálech místních obchodů nebo je zasílali poštou.

Na počátku osmdesátých let vývoj her zaznamenal první významnější růst. Povětšinou byly hry jen kopiemi již existujících arkád. Postupem času se tyto arkády vylepšovaly a následně v roce 1980 hra *Battlezone* měla již vektorovou grafiku, se kterou byl vytvořen první 3D svět. Počítače byly ale pořád stále výkonově slabé. S postupem času se však začaly rok od roku výrazně vylepšovat a s nimi přicházet i náročnější hry.

U nás, před deseti lety, tvořili hry amatéři, kteří je šířili mezi sebou a zdarma. O pět let později se na trhu začaly objevovat první české hry na prodej, povětšinou od dvou či tří lidí (autorů), kteří působili v amatérských podmínkách. Rázem začaly vznikat nové vývojové a distribuční firmy, které se snažily donutit co nejvíce lidí k nákupu originálních her.

1.2 Současnost

Na počátku o hrách vědělo jen několik tisíc lidí, ale doba velmi pokročila a s ním i vytváření grafiky počítačových her. Během deseti let došlo k velmi razantním změnám. Před pěti lety už byly hry a počítače běžně přístupné, ať už v práci nebo ve škole, a dnes jsou již normální součástí našeho života. Některé hry a postavy v nich vypadají velmi reálně. Dnešní zákazník je náročný, a proto s ním tvůrci her drží krok a mají stále více práce. Propracovaný příběh je převážně postaven na vynikající 3D grafice s realistickým a plně interaktivním okolním prostředím.

Existuje komunita hráčů (profesionálů), kteří se hraním počítačových her živí. Turnaje ve hře *Starcraft*¹ jsou v některých státech na stejné úrovni, např. v Jižní Koreji, jako je u nás národní sport hokej či fotbal. Také plat mají velmi podobný jako sportovci. Každoročně se sjíždějí na turnaje, které se

¹Starcraft 2 – řadíme mezi MOBA hry. Úspěšná strategická hra, která probíhá v reálném čase, od firmy Blizzard Entertainment.

pořádají na různých místech po celé zemi, aby se utkali se svými protivníky buď jako jedinci nebo team. Taková obživa však není pouhou relaxací. Roky tvrdé dřiny, promýšlení strategií a znalost soupeře je jen okrajová část. U nás je jedním z nejlepších hráčů strategie *Starcraft 2* např. Michael Hladík, který obhájil Mistrovství České republiky za rok 2003, 2005 a 2006. (Dostupné z: www.studenta.cz) Turnaje se však pořádají v různých hrách, hlavně od společnosti Intel, jako jsou *Heartstone* a *World of Warcraft*. Přenos turnajů probíhá živě přes internet, a tak se na tuto událost může dívat fanoušek i několik set tisíc kilometrů od místa konání.

Z vědeckého hlediska se o problematice hraní stále vedou spory. Většina psychologů a vědců již ale změnila názor a uznávají, že hra sama o sobě má nejenom negativně narušovat psychiku dítěte, ale může i pozitivně rozvinout logické či prostorové orientace. (Dostupné z: www.denik.cz) *„Jakékoli médium, tedy i počítačová hra, přináší dítěti nějaké informace. V tomto smyslu je také počítačová hra socializačním prostředkem. Dítě totiž na virtuálních postavách předvádí, jak řešit určité situace. Vždy však samozřejmě záleží na výběru herního titulu, a zejména pak na rodině a na výchově, od toho se totiž odvíjí, jakým způsobem si dítě tyto informace přebere.“* (Křehlíková M., 2001)

V současné době jsou u nás firmy zaměřující se na vývoj a distribuci počítačových her, které zaměstnávají stovky lidí po celé České republice. Existují desítky ambiciózních týmů, z nichž se ti nejlepší jedinci dokázali dobře prosadit i v zahraničí. Největší česká počítačová firma Illusion Softworks a hry jako *Operation Flashpoint* sklízí úspěchy po celém světě. Ze zahraničí je nejslavnější firmou Electronic Arts, kterou většina populace zná pod zkráceným názvem „EA games“. Její nejznámější hry jsou série *FIFA*, *NHL*, *The Sims*, *Need for Speed* a mnoho dalších.

2 Žánry počítačových her

Proč mladistvé přitahuje hraní her? Herní dostupnost, zjednodušení světa, jasnost pravidel, nevyžadování fyzických a sociálních schopností ani dovedností. Tedy možnost hrát různé role, ztotožnit se s herní postavou a při trocha úsilí i uspokojení z výhry. Vývoj her pokročil i v intimní oblasti, například v oblasti sexu. V grafických virtuálních světech je možnost tzv. „virtuálního sexu“. Tento směr vývoje umožňuje radikální individualismus a mimo jiné vytváří prostředí pro možný rozvoj různých sociálních či patologických deviací.

Se současnou nabídkou různorodých herních žánrů, grafiky a dobrodružství, nám trh nabízí nepřeberné množství druhů počítačových her. Orientaci v počítačovém světě nám zjednodušuje jejich rozdělení podle zpracování, námětu či zaměření atd.

2.1 Dobrodružné

Jedná se o příběhy, kdy hráč řeší logické úkoly pomocí různých indicií, komunikací s postavami a postupuje tak dějem dál. Zpracování může mít jak textové tak i grafické.



Obrázek 2 *Lara Croft Tomb Rider*, převzato a upraveno
(http://static1.gamespot.com/uploads/screen_kubrick/mig/5/3/2/1/2125321-169_tomb_raider_xbox360_gameplay_022213_pack.jpg)

2.2 Akční

Námětem těchto her je likvidace protivníků (různých nestvůr, strojů nebo jen obyčejných lidí). Pro tento styl her je charakteristické vidění světa očima simulované postavy tedy hlavního hrdiny. Zpravidla je cílem úspěšně projít územím plných nepřátel, které se musí zničit. Většinou bývá nutností nalezení nějakého klíče či kódu pro splnění další úrovně hry.



Obrázek 3 Counter strike, převzato a upraveno
(http://zaci.zsnadrazi.cz/informatika_2010_11/informatika_7b/fanda_kotlar/obrazek4.jpg)

2.3 Arkády

Tento typ je prvním náznakem akčních her, který je jednoduše zpracován, kde cílem je zneškodnit např. všechny nepřátelské rakety.



Obrázek 3 Galaga game, převzato a upraveno (<http://gamefabrique.com/storage/screenshots/nes/galaga-03.png>)

2.4 Logické

Jejich cílem je vyřešit hádanku nebo promyšlený a zapletený úkol. Najít způsob, jak zvládnout problém nebo jak něčeho dosáhnout. Jsou podobné dobrodružným hrám, kde je ale smyslem spíše myšlení a logické uvažování než samotné hraní.



Obrázek 4 Polda, upraveno a převzato (<http://im.tiscali.cz/games/2011/07/29/286590-polda-640x480.jpg>)

2.5 Role playing games

V typu her RPG (rolové hry) hráč hraje za jednu fiktivní postavu, postupuje fantasy světem, bojuje, spřádá intriky, plní úkoly apod. Na rozdíl od MMORPG her (Massively Multiplayer Online Role Playing Games), hraje hráč pouze sám a nemá vliv na utváření světa hry. V obou případech se hra prakticky nedá dohrát.



Obrázek 5 Diablo 3 použito a převzato (<http://megagames.com/sites/default/files/game-content-images/diablo%203%20ss5-hires.jpg>)

2.6 Simulátory

Máme k dispozici různou škálu simulátorů, jako jsou kabiny aut, tanků, ale i vesmírných lodí. Simulovat lze dnes již téměř cokoli, např. prostředí nebo chování člověka.



Obrázek 6 Microsoft Flight Simulator X, převzato a upraveno (<http://i1-news.softpedia-static.com/images/news2/Microsoft-Flight-Simulator-X-Is-Coming-to-Steam-Next-Week-467022-5.jpg>)

2.7 Skokové

Postavou pohybujeme pomocí skoků. Jsou zde důležité rychlé pohyby prstů a dobrý postřeh. Často jsou tyto hry rozčleněny na několik pater s tím, že každé je o něco obtížnější než to předešlé.



Obrázek 7 Donkey Kong, převzato a upraveno (<http://thedoteaters.com/tde/wp-content/uploads/2013/06/fc-donkey-kong-snap-1024x960.png>)

2.8 Strategické

Vyžadují od hráče vytvoření strategie a taktiky, které mu pak umožní řídit a rozvíjet často rozsáhlé prostředí hry. Je na hráči jaký postup si zvolí, pro jaký se rozhodne. Zpravidla cílem hry bývá nepadnout a ubránit se. Mohli bychom je rozdělit na strategie v reálném čase, kdy hráči hrají ve stejnou chvíli a tahové strategie, kdy protivník začíná svůj tah až po skončení tahu oponenta.



Obrázek 8 Starcraft 2, převzato a upraveno (<http://www.e-sportsbetting.org/wp-content/uploads/2013/07/starcraft-2-gameplay.jpg>)

2.9 Sportovní

Různé typy sportovních her z reálného života jako např. fotbal, hokej nebo závody aut. Kopíruje typické závody a sporty, kde je cílem vyhrát jako jednotlivce, nebo se skupinou daný zápas.



Obrázek 9 FIFA, převzato a upraveno (<http://static.sportskeeda.com/wp-content/uploads/2014/08/fifa-14-gameplay-1408111271.jpg>)

2.10 Scrolling games

Slangem bychom je mohli nazvat „rolovačky“. Typické je pro ně rolování prostředí, které je kolem postavy a to horizontálně, vertikálně nebo obousměrně. Nejznámější a nejpopulárnější hrou v této kategorii je *Super Mario*.



Obrázek 10 *Super Mario*, převzato a upraveno (<http://www.bitrebels.com/wp-content/uploads/2011/08/Super-Mario-Portal-Gun-Gameplay-1.jpg>)

2.11 Online

S pokročením vědy a techniky se vylepšil a posílil internet a s tím přišli i první online hry. Podle anglických stránek Gamer decide (2015) je nejhranější hrou roku 2015 *League of Legends*, kterou bychom mohli zařadit mezi online strategické hry v reálném čase. Uvádí, že denně se na tuto hru přihlásilo přes 10 milionu hráčů.



Obrázek 11 *League of Legends*, převzato a upraveno (<http://apollo-na-uploads.s3.amazonaws.com/1423696351602/LeagueofLegendsZedGlitch.jpg>)

3 Novodobý fenomén – online hry

Ještě před deseti lety byli hráči odkázáni na offline hry, a pokud požadovali sociální kontakt a bitvy s přáteli, museli je pozvat a připojit počítače přes LAN² síť, aby si mohli společně zahrát. Zajistili si občerstvení a hrálo se přes celý víkend. To bývalo vrcholem největších herních prožitků s přáteli neboli spoluhráči či soupeři. Dnes to můžeme vidět také, hráči se domluví na další neskonalé dobrodružství ve virtuální realitě, ale většinou pouze přes internet.

Dnešní doba nám nabízí nepřehledné množství možností. Díky internetu si člověk může povídat přes celý svět se svými přáteli i známými. Může nakupovat jídlo i oblečení z pohodlí domova a mnoho dalšího. Ani hry nezůstaly pozadu. Online hry se staly hitem jak u malých dětí, tak i u dospělých. Méně náročným postačí takové, které jsou vytvořené přímo v sociální síti nebo na internetu bez nutnosti instalace. Náročnější si mohou zahrát dnes již velmi dobře graficky zpracované hry. Rekordní návštěvnost online her si udržuje *League of Legends*, kdy tuto hru navštíví denně 12 milionů aktivních hráčů. (Dostupné z: www.games.tiscali.cz)

Respondenti z výzkumu nám potvrdili, že doba výrazně pokročila. Zatímco před několika lety se s kamarády fyzicky scházeli, dnes je tomu dávno jinak, díky internetu.

3.1 Výhody online hraní

Počítačové hry a videohry jsou jednou z nejrychleji rostoucích odvětví na světě pro volný čas a zábavu. Proto nám i nové možnosti přinesly online hry, které si lze zakoupit přes internet. Není divu, že získaly ve velmi krátké době vysokou popularitu. Připojit se ke hře na počítači a hrát s lidmi z celého světa je velmi lákavé a je to i jednou z výhod. Jediněc komunikuje se

² LAN – Local Area Network, známá také jako lokální či místní, označuje počítačovou síť, která pokrývá menší území jako např. v domácnosti nebo malé firmě.

spoluhráči a protivníky z různých států a tím si zlepšuje i své jazykové dovednosti, protože u většiny her je nutná domluva s hráči pro následné vítězství či postup do další úrovně. Tudíž je v sociálním kontaktu s osobami podobných zájmů. Může se spojovat s lidmi po celém světě a vytvářet vztahy, které by tak jinak nikdy nemusely vzniknout.

Velkou výhodou je také dostupnost. Internet nabízí nepřehledné množství různých her, od jednodušších po náročnější a obtížnější. Pokud internet funguje, hráč má neskonale možnosti. Většinu her si může zahrát zadarmo, některé si musí koupit. Záleží na jejich náročnosti, oblíbenosti a parametrech.

Ve hře bývají hráči schováni pod přezdívkou, výhoda anonymity je tedy nesporná. Hráči jsou otevřenější, protože nikdo neví o tom druhém věk či pohlaví, pokud to na sebe neprozradí. Všichni mezi sebou komunikují jako se sobě rovným.

3.2 Nevýhody online hraní

S jejich dostupností, možností navázat vztahy a snaha stát se někým uznávaným v online hře, může však způsobit velmi jednoduše návyk. Ohrožení jsou jedinci, kterým se nedaří ve fyzickém životě a pak se snaží si své nedokonalosti a zklamání vynahradit ve hře. Online hry slouží i jako sociální tmel mezi jednotlivými hráči a tím je ještě více lákají.

Jelikož se jedná o snadno dostupnou zábavu a relaxaci, vedlejší účinky dlouhého sezení a intenzivní sledování monitoru z blízka, viz kapitola 5.3. (Životní styl hráče), často jedinci přehlíží. Větším rizikem jsou pak hry, které mají nekonečné pokračování či otevřený příběh, kdy musí hráč hrát poměrně často a dlouho, aby v dané hře něčeho dosáhnul. Samozřejmě všechno jde následně na úkor volného času a mnohokrát až po skončení hraní si jedinec uvědomí pozdních hodin.

3.3 Nejoblíbenější online hry

S příchodem internetu se staly i online hry nejoblíbenějším relaxačním či sportovním využitím volného času. Převážná většina dětí i dospělých hraje hry typu MMOG a MOBA, popřípadě hry přístupné na některé sociální síti.

3.4 MMOG

Massively Multiplayer Online Game je online hra pro masivní počet hráčů. Jedná se o typ hry, která umožňuje hraní v imaginárním světě více hráčům současně. Bývají k dispozici pro mnoho technických platforem, jako jsou osobní počítače a různé herní konzole. Velmi oblíbeným odvětvím MMOG her je RPG, viz kapitola 2.5. (Role playing games), tedy Massively Multiplayer Online Role Playing game. Převážně to znamená hraní příběhu jedné postavy, kterou si hráč navolí na začátku hraní s tím, že se vyskytuje ve stejném světě, jako jeho spoluhráči i protivníci. Jedná se o velmi oblíbenou formu online her, kde existují také různá společenství (dále jen „guildy“). Tam se sdružují spoluhráči, kteří si navzájem pomáhají, komunikují spolu a někteří z nich se domlouvají i na schůzkách v reálném světě. Mezi velmi oblíbené MMOG hry patří *World of Warcraft*, *Age of Conan*, *The Elder scrolls online* a další.

3.4.1 Sociální soudržnost

Většinou v MMO hrách existují guildy, kde se hráči sdružují a komunikují mezi sebou. Povětšinou je vede jeden hráč a s ním i několik jeho zvolených pomocníků. Pokud se jedná o aktivní společenství s větším počtem hráčů, dala by se jeho struktura a vztahy mezi nařízenými a podřízenými přirovnat ke klasické firmě³. Tak jako podnik je i guilda svým způsobem rozdělená na vedení a podle přidělených hodnot se člení i zbytek komunity. Na základě přidělených pozic se pak od hráče očekává odpovídající aktivita. Takové velké a známé komunity pořádají výběrové řízení, než přijmou

³ Typické pro hru *World of Warcraft*, v menším rozsahu pak ve hře *World of Tanks* apod.

nějakého hráče jako svého druha. Ve většině případů si musí podat přihlášku přes jejich internetové stránky, anebo je hráč vyzkoušen a prověřen někým z vrchních velitelů. Přijetím se pak následně vytvoří závazek, který musí hráč udržovat.

Členství se ale vyplácí. Vůdci guild často pořádají různé akce ve hře, ale i v reálném životě. Někteří se domlouvají na různých schůzkách a schází se tak pravidelně např. jednou do roka. Díky této komunitě má hráč usnadněné hraní už jen díky výhodám, které nabízí. Mohou mezi sebou sdílet různé předměty, herní peníze apod. Ve hře *World of Warcraft* má každá guilda svou herní pověst a strukturu. K dispozici je i vlastní komunikační kanál, který funguje pouze mezi členy. Většina hráčů se proto takto sdružuje už na počátku hraní své postavy (charakteru). Na vyšších úrovních herních postav jsou pak členy už téměř všichni. Jsou tedy součástí společných virtuálních zážitků a sociálních interakcí, které mohou vyvolávat pozitivní pocity (vítězství, pomoc apod.), anebo naopak nepříjemné pocity, když se členové nedohodnou a může dojít až k hádce.

Jsou guildy, pouze o pár hráčích, kteří se znají a hrají převážně ve stejnou dobu. Jsou ale i velmi početné, zaměřené na efektivní činnosti ve hře jako je PvP⁴ a PvE⁵, které můžeme najít v již zmiňované hře *World of Warcraft*.

3.5 MOBA games

Tady hovoříme o Multiplayer Online Battle Arena Game (online bojová hra pro více hráčů). Je známá také jako ARTS, tedy Action Real Time Strategy (strategie v reálném čase). Tady hráč hraje buď sám, anebo spolu se spoluhráčem či spoluhráči a hlavním cílem je zničit nepřátelský tým

⁴PvP – Termín Player versus Player (hráč proti hráči) znamená jakékoli souboje mezi hráči ať už volně v herním světě, či organizovaně v různých bojových arénách.

⁵PvE – Při Player versus Environment (hráč proti potvorám a nástrahám ve hře) se hráči spojí proti nástrahám řízených počítačem a snaží se je překonat či zničit.

za pomoci nejvhodněji zvolené strategie podle situace. Hrají tady všichni ve stejný čas. Hráči mají na výběr různé postavy či klany, které mají své specifické vlastnosti a od nich se pak odvíjí dál zvolené strategie pro následnou hru. Dané schopnosti si hráči během hry vylepšují a tím postupují ve hře buď k vítězství, nebo prohře. Výhodou těchto her je, že všichni začínají na stejném nebo podobném stupni svých znalostí a schopností. Podle vítězství nebo proher pak postupují v žebříčku své celkové úrovně.

Kořeny tohoto žánru patří strategické hře *Herzog Zwei*. Co se týče úspěšnosti her, tak největším průkopníkem byla *DOTA* (Defense Of The Ancients), která vznikla jako modifikace hry *Warcraft 3*. V současnosti nejúspěšnější a nejhranější hrou je *League of Legends*. Díky MOBA hrám začaly vznikat i celosvětové turnaje, které se dnes v některých zemích rovnají národním sportům, viz kapitola 1.2. (Současnost).

3.5.1 Achievements

V těchto hrách jsou zavedené různé achievements⁶, které ale nemají vliv na samotné hraní. Hráč plní různé úkoly, jako porazit protihráče v určitý čas, postupovat ve statistikách výher apod. Díky tomu za nějaký určitý počet těchto úspěchů obdrží hráč odměnu ve formě barevného rámečku kolem jeho profilového obrázku ve hře, nebo si může vybrat jinou barevnost kostýmu na své postavičce, za kterou ve strategii hraje např. v *Heroes of the Storm*. Sice to neovlivní průběh hry, ale ostatní hráči mají možnost vidět, že se liší od ostatních právě touto skutečností a hned ví, že protivník není nováčkem, a již bude mít určité znalosti. Tento fakt může ovlivnit ostatní hráče k jejich zlepšování v samotné hře, aby dostali podobnou či lepší odměnu.

⁶Achievements – „achievementy“ neboli úspěchy, kterých hráč dosáhnul splněním určitých kritérií ve hře.

3.6 Hry na sociální síti

Společnost Facebook nabízí velké spektrum různých her, které si uživatelé mohou zahrát. Mezi jeho nejoblíbenější hry patří *Mafia Wars*. Podobně je na tom i *Farmwille* a *Happy Aquarium*, ty hrají ale spíše ženy a dívky. Spousta uživatelů tráví čas na této sociální síti právě kvůli hrám. Jsou snadné na pochopení, nemusí se instalovat a jsou lehko dostupné. (Dostupné z: www.dsl.cz)

Jsou ale i další firmy jako např. Google, který svým zákazníkům nabízí různou škálu herních aplikací. Některé jsou zdarma, za jiné si musí jedinec zaplatit. Takovými způsoby si chtějí společnosti sociálních sítí udržet uživatele připojené v jejich systému co nejdéle. Díky snadnému přístupu mohou být hry na sociální síti velkým lákadlem pro děti a negativně působit na jejich zdravý životní styl.

4 Vliv počítačových her na dítě

V dnešním světě techniky není zřejmě civilizovaného dítěte, které by neznalo různou škálu herních platforem (počítač, herní konzole, tablet). Např. počítač mají k dispozici doma, ve škole a v knihovně. Nacházíme se tedy v situaci, kdy jsou děti daleko více a lépe informovány o nových technologiích než jejich rodiče nebo učitelé. Jedná se o stále vzrůstající způsob trávení volného času dospívajících. Průzkum NPD Group (2011) ve Spojených státech amerických ukázal, že videohry hraje 91 % dětí ve věku od 2 do 17 let. (Lysý J., 2013) V České republice Český statistický úřad uvedl, že v roce 2005 má každá třetí domácnost osobní počítač a každá pátá je vybavená internetem. Vybavenost domácností osobním počítačem bylo navíc čtenější u rodin s dětmi. (Dostupné z: www.czso.cz)

Děti se učí rychleji než dospělí a říká se, že počítačově gramotné dítě to bude mít ve 21. století snazší. Avšak dětská tvořivost má svá rizika a dětský pohled na počítačové hry může být velmi zkreslený.

Mezi lidmi panují různé názory na hraní her a většinou nezkušení jedinci, kteří nemají dostatek informací o počítačové hře, mají pouze záporný názor, než ti, kteří o problematice něco vědí. Hry jsou, obzvláště v dnešní době, velmi rozmanité a jejich hraní má na jedince nesporně určitý vliv, který je nejen záporný, ale i kladný. Jakým způsobem jedince hra ovlivňuje, záleží na mnoha aspektech, např. na druhu hry, kterou dítě hraje, a na osobnosti samotného dítěte, jež rozebíráme podrobněji v kapitole 5.2. (Osobnost a hraní počítačových her).

4.1 Pozitivní vlivy

Valná většina her na první pohled neklade vyšší ambice než poskytovat zabavení či relaxaci. Některé hry však mohou jedinci pomoci zvládat emoce, naučit soustředění, rozvinout logické myšlení a kognitivní funkce. Velké herní firmy i nezávislí vývojáři přišli na trh také s hrami, které

u dětí podporují pozitivní dovednosti a návyky, např. společnost Jive Health, která působí v pěti státech světa. Přišla s mobilní hrou, která má povzbudit děti, aby jedly více ovoce a zeleniny. Některé hry lze také využít pro léčebné a psychoterapeutické účely.

„Někteří dětské psychologové tak začali ve svých pracovnách využívat videohry jako podpůrný prostředek pro terapii. Různí autoři uvádějí, že hraní her společně s psychologem má pozitivní důsledky pro účinnost psychoterapie. Především usnadňuje navázání vztahu mezi pacientem a psychologem, což je pro úspěch terapie nezbytný faktor.“ (Kšišan A., 2013)

Psychologům mohou hry pomáhat v práci s dětmi, např. často je dítě ve hře lepší než psycholog a dítě, které je pak v mocenském postavení může pomocí reakce na soupeřovu prohru zlepšovat svou empatii. Hraní hry vytváří pro dítě také bezpečné prostředí, které je pak vhodné pro snazší komunikaci. Většinou při hraní hry sedí hráči vedle sebe a tím se usnadní vzájemná komunikace, zejména s adolescenty. Pro psychologa je také cenné pozorovat, jakým způsobem dítě reaguje na případnou prohru a frustraci a jak dosahuje v dané hře úspěchů. Existují ale i počítačové hry, které jsou přímou substituční terapií, např. program Sparx.



Obrázek 7 Sparx převzato a upraveno (http://assets.sbnation.com/assets/1103578/Screen_Shot_2012-05-07_at_19.53.37.png)

Sparx je program, který byl vyvinut týmem psychologů na novozélandské univerzitě a je určen mladým lidem, u kterých jsou zjevné příznaky mírné až střední deprese. Při hraní této hry se stáváte hrdinou ve fantasy prostředí, který má za úkol porazit temnotu, která zachvátila svět. Řeší se různé hádanky založené na principu kognitivně behaviorální terapie. Pacient se postupně učí, že negativní pocity nejsou vyvolány určitou situací, jako spíše její špatné pochopení. Poznává nepříhodné způsoby myšlení a učí se způsobům vhodnějším a pozitivnějším. Účinnost tohoto programu byla testována na 187 adolescentech ve věku od 12 do 19 let, kteří vyhledali odbornou pomoc kvůli depresivním symptomům. Výsledky ukázaly, že tento program dosáhl stejné účinnosti jako běžná psychoterapie. Pomohl snížit depresi, pocit úzkosti a to na dobu minimálně 3 měsíců. Ačkoliv se má stále ve spoustě věcí ještě hodně zdokonalovat, jedná se o nadějný krok kupředu ve vývoji prostředků pro psychologickou pomoc. (Kšišnan A., 2013)

Hraní her pro mnoho lidí znamená již zmíněnou relaxaci. Některé online hry mohou pro jedince znamenat však velké sociální sblížení. Existuje stránka na sociální síti přímo pro hráče jedné nejmenované hry, kde si hráči vyměňují názory a svá přiznání. Mnoho lidí tam uvedlo, že díky této hře si našli přítelkyni a práci. Někteří si tam našli kamarády a pravidelně se s nimi vidají. Hry mohou mít tedy v tomto směru velmi pozitivní vliv i na změnu životního stylu.

Za kladný vliv her respondenti našeho výzkumu považovali také fakt, že díky hraní na počítači nejednají sociálně patologicky a jsou např. doma, místo utrácení peněz za alkohol a pobývání v místních klubech. Samozřejmě záleží na intenzitě hraní a s tím související zanedbávání ostatních aktivit.

4.2 Negativní vlivy

Ohledně působení her na psychiku dítěte se názory různí. Vedou se dlouholeté spory, zdali může hra negativně ovlivnit psychiku dítěte. Někteří

souhlasí s tím, že násilí ve hře či televizi nemá vliv na vývoj člověka a jiní jsou zásadně proti, viz kapitola 5 (Sociální a osobnostní vlivy).

„Chlapce ve věku 16 let vyloučili kvůli nadměrnému věnování se počítačům a související neprospěch z gymnázia. Tyto problémy pokračovaly i na hotelové škole, kam přešel (místo do školy chodil do internetové kavárny, až to přimělo rodinu hledat psychologickou pomoc.“ (Nešpor K., 2011, str. 31)

Za jeden z negativních dopadů hraní považujeme fakt, kdy si dítě vytvoří na hru návyk. Tedy změni svůj životní styl a hře obětuje vše – svůj čas, prospěch, koníčky a zájmy apod. Jedinci vyhledávají počítačové hry, videohry, hraní na síti apod. na úkor svým jiným zájmům a povinnostem. Pořád by se ale nejednalo o hazardní hraní. U patologického hráčství by byl zjevný jasný přerod k rizikovému hraní, kdyby mohl hráč snadno přijít o počítač např. při exekuci. Pro tento druh hraní je charakteristické hraní o peníze či jinou hmotnou odměnu.

Dítě je hrou zaujato natolik, že pro něj přestává existovat čas. Zapomene na přípravu do školy a odmítá odejít ke společné večeři. Když se pokusíme dítěti hraní omezit je podrážděné a vzteklé. Pokud mu ovšem necháme volný průběh, své hraní navyšuje. Ostatní zájmy, které by dítě mohly bavit, ustupují do pozadí. Z blízkosti, ze které sleduje monitor, se mu zhorší zrak a mohou se vyskytnout i jiné zdravotní problémy, např. bolesti zad. Přes všechny problémy však dítě ve hraní pokračuje. V souvislosti s návykem na hraní počítačových her jsou spojeny i jiné duševní problémy, jako je úzkostná porucha např. sociální fobie, bulimie či jiná porucha příjmu potravy, sklon k nezvládnutému hněvu apod. To potvrzuje i jeden z mých respondentů, který ve svém největším hráčském období dokázal hrát hru celý den s minimální nutností jíst, ignorací domácích povinností a zjevnými návaly vzteku při neúspěchu.

„Počítačové hry a jejich rizikovost, zejména pro děti, je evidentní. Patří sem zanedbávání školy, zaostávání v sociálních dovednostech, rizika pro

zdravý tělesný vývoj pohybového systému, prvek násilí a riskování v mnoha počítačových hrách, virtuální nevolnost (poruchy rovnováhy po hře např. na leteckém simulátoru) apod.“ (Nešpor K., 2011, str. 33)

Děti se stále vyvíjí a sedavý způsob života jim může způsobit mnoho onemocnění jako je cukrovka, obezita aj. Díky hrám mají větší tendence riskovat, zhoršují se mezilidské vztahy a nemají sociální dovednosti. Excesivní hraní může také zvyšovat duševní problémy jako poruchy pozornosti nebo hyperaktivitu. Podle výzkumu Lemmense a spol. (2006) množství stráveného u počítače při počítačových hrách souviselo s agresivitou u chlapců. U akčních her zjistili příznaky agrese obou pohlaví. (Nešpor K., 2011, str. 41) Pro vývoj zraku dětí do 7 let jsou nebezpečné prostorové filmy a videohry, pokud jsou jim vystavovány často, mohou pak vznikat poruchy zraku jako šilhání či jiné vážnější problémy.

Grusser a spol. (2005) vytvořili novou diagnostickou kategorii, v Mezinárodní klasifikaci nemocí a americkém DSM-IV, kterou nazvali excesivní hraní počítačových her a videoher. V jejich souboru dětí, které byly ve věku 11 - 14 let se tato porucha vyskytovala v 9,3 %. U postižených dětí pozorovali jiné komunikační vzorce, zhoršenou schopnost soustředění na školní povinnosti a odlišné způsoby pro zvládání negativních emocí. U nás na tento výzkum navázali Csémy a Nešpor (2007), kteří ho provedli u žáků 9. tříd. V roce 2006 udělali průzkum na hraní počítačových her a 52 % chlapců uvedlo, že hraje hry ve všední dny alespoň 2 hodiny, o víkendech to bylo 62 %. U děvčat se intenzivní hraní vyskytovalo v 15 % ve všedních dnech a v 17 % o víkendech. (Nešpor K., 2011, str. 12)

„Vývoj závislosti na hře se neprojevuje nijak výrazně. Nelze také tuto závislost klást na stejnou úroveň jako závislost drogovou. Lze ale nalézat podobnosti v příznacích, které užívání drog doprovázejí.“ (Pokorný V., 2003, str. 127)

Závislost na počítačích v Mezinárodní klasifikaci nemocí sice nenajdeme, ale je velmi podobná, ne-li stejná v diagnostice závislosti na psychoaktivní látce. Stačí si jen místo slovo „látka“ dosadit „počítač“, např. těžko zvládnutelné bažení po počítači, zhoršené sebeovládání vůči počítači, zanedbávání jiných zájmů kvůli počítači atd. Můžeme z toho tedy usuzovat, že i když počítače nevyvolávají závislost jako takovou, chování některých lidí ve vztahu k počítačům má k závislosti na návykových látkách hodně blízko.

S hraním her se mohou vyskytnout i fyzické a duševní potíže. Jelikož převažuje sezení, je zde nápor na páteř, vliv na vývoj svalů, zátěž zraku apod. Jedinec si nemusí uvědomovat realitu času a ovlivňuje tím délku trvání věnovanému hře. Také sociální vývoj jedince je ohrožený. Jeho schopnost navazovat, udržovat a rozvíjet kontakty.

Dalším nebezpečím je agresivita. Dítě, kterému se daří a hře věnuje delší čas, může projevovat silné známky agresivního chování při jejím přerušení tím, že si ublíží, něco zničí, nebo se bude agresivně chovat k ostatním. Při nezdaru si může také vybíjet zlost na svých spoluhráčích zejména v online hrách, avšak zřídka dochází ke kyberšikaně, kdy agresor napadá spoluhráče či protihráče v podobě slovních nadávek, pomluv, ponižování či vyhrožování. Nejvíce diskutovaným tématem v této oblasti je násilí v počítačových hrách (válečné hry a hry s obdobnou tematikou) a jsou situovány jako nevhodné a nemorální. Měly by rozvíjet agresivní chování u hráčů, kteří jsou pak agresivnější na své okolí. (Dostupné z: www.centauris.wz.cz) Podle našeho výzkumu, dopad na dítě, které hraje hry s válečnou či obdobnou tematikou, je velmi individuální.

Násilné videohry preferují spíše chlapci s menší mírou vcítění, se sklonem k násilí a s nižší inteligencí. Konstatuje se i závažnost skutečnosti, že násilné hry mohou vést u dětí a dospívajících ke snížení vstřícného a pomáhajícího chování, protože děti mají tendence napodobovat to, s čím se setkávají. Brady a Matthews (2006) se domnívají, že násilné videohry jsou

nebezpečné pro všechny dospívající a obzvláště rizikové jsou pro ty, kteří vyrůstali v násilně se chovající rodině a prostředí. (Nešpor K., 2011, str. 42)

„Násilné hry si spíše vybírají problémoví jedinci a to jejich adaptaci ještě zhoršuje. Dochází k otupění vůči násilí a oslabuje se soucit.“ (Nešpor K., 2011, str. 42)

Malé děti velmi ovlivňuje jejich samotné okolí, a proto by rodičovská výchova v oblasti mediální gramotnosti neměla být podceňovaná. Pokud se dítě začne ve škole zhoršovat, je nadměrně unavené a často podrážděné, ztrácí zájem o jiné koníčky a izoluje se do samoty, začalo to být vážné. Rodiče by měli zasáhnout a pokusit se dítě naladit na jiný životní styl za pomoci preventivního opatření nebo požádat o pomoc odborníka.

5 Sociální a osobnostní vlivy

V současnosti se nacházíme ve světě, kde rok od roku rapidně vzkvétá technologie, a kde zůstaly některé skutečnosti stejné, jiné se však změnily. Zůstala např. konzumace médií, jako způsob trávení volného času, rodičovské obavy ze sledovaného obsahu z médií a fyzická rizika s tím spjatá, jako je namáhání zraku aj. Změnila se síla působení, nastalo intenzivnější propojení s jinými oblastmi života za pomoci internetu jako je škola a v neposlední řadě i kybersíť. Právě díky současné technické době se stala mediální výchova součástí výchovy běžné, pokud je tedy mediálně vzdělaný rodič, má lepší šanci rozvíjet mediální vzdělanost svých dětí. (Dostupné z: <https://psychologie.cz>)

Záleží také na tom, čím se jedinec zabývá, jak dlouho se tím zabývá a o koho se jedná. Samozřejmě je rozdíl mezi dítětem a dospělým ve vztahu k počítačům či jiným návykům a závislostem, které jsme již rozebírali v předešlé kapitole. Je potřeba upozornit také na odlišnost osobností a těch, kteří jsou k návykům náchylnější. Tedy některé jedince hry pohltí a donutí k patologické činnosti, jiní se k vážnějším incidentům nedostanou. Podle jedné studie v Norsku dospívající, kteří se nadměrně věnovali videohram, často trpěli na poruchy spánku, deprese či zneužívání drog.

Počítač by se neměl stát náhradou za koníčky, přátelé nebo rodinu, přesto se to v určitém věkovém období stát může. V takové době by měl mít dospívající naučené určité základy mediální gramotnosti.

Negativní vlivy, které působí hra na dětskou psychiku, nejsou jednoznačné. Psychologové a vědci již dlouhá léta o této problematice polemizují, také některé závěrečné práce studentů jsou zaměřené na rozbor těchto vlivů. Ovšem je jisté, že někteří lidé se dají snáze ovlivnit a propadnou návyku více a rychleji než jiní. Pokud dítě překročí hranici, pak by mohl nastat problém ve formě excesivního hraní. V neposlední řadě velmi záleží také

na genetické dispozici a prostředí, ve kterém dítě stráví své dětství. Vliv rodiny a rodičů může být totiž klíčový pro jeho budoucí chování a osobnost.

5.1 Psychický vývoj dítěte

„Vývoj různých psychických vlastností a funkcí, jejich běžných i méně obvyklých variant, je závislý na různých faktorech, které nemusí být vždycky stejně významné. Rozvoj dílčích psychických vlastností i celé osobnosti je dán individuálně variabilní dispoziční složkou a komplexem vnějších podnětů je skoro vždycky, i když v různé míře, předurčen genetickými předpoklady.“ (Vágnerová M., 2012, str. 12)

V psychickém vývoji dítěte hraje nesporně důležitou roli dědičnost a také prostředí, v němž dítě vyrůstá. Kvalita a množství získaných zkušeností jeho vývoj nějakým způsobem ovlivní. Pokud tedy dítě, na základě neochoty rodičů věnovat mu čas a vyplňovat jeho život vhodnými aktivitami, získá špatnými návyky a prostředím kladný postoj ke hraní počítačových her, získá i pocit, že je to tak zcela normální. Rodina totiž dítě ovlivňuje biologicky i sociálně.

Čím je dítě starší, tím začne také převládat náklonnost k vrstevnické skupině, kteří jsou pak zdrojem důležitých informací. Dítě se s nimi srovnává a chce být jako oni, je pak tedy ochotné naučit se všemu, co je zde důležité. Pokud tedy vrstevnická skupina hraje hry a baví se o nich, dítě má tendence se jim vyrovnat a začne dohánět svou neznalost. Nahrává tomu také fakt, že hry jsou pro hráče velmi chytlavým odreagováním a nepotřebují k tomu žádné zvláštní schopnosti či nadání.

5.2 Osobnost a hraní počítačových her

„Žádný člověk nepřichází na svět hotový, v definitivně vykrytalizované podobě. Ve svém životě, ať už je jakýkoli, se pak neustále rozvíjí, nepřetržitě dotváří vlastní osobnost.“ (Dostupné z: www.citaty.cz)

Dítě se s hrou seznámí okrajově nebo hlouběji, ale záleží na osobnosti jedince, jak se s tím vypořádá. Mohli bychom si položit několik otázek typu: vyhraje touha po hraní a dlouhém sezení u počítače? Dokáže se ovládnout a svůj čas u počítače ukočírovat? Jak bude reagovat při prohře ve své hře? Kde je hranice? Každý člověk je jiný a každý na dlouhodobé hraní reaguje jinak. Jeden může prosedět hodiny u počítače, ale ve fyzickém světě bychom nepoznali rozdíl. Jeho povaha je klidná, vycentrovaná a nevybízí si zbytečně vztek na ostatních. Z druhé strany máme člověka, který přestává jíst, je neklidný, nervózní. Při hraní hry nevnímá okolní svět a při sebemenším nezdaru se chová velmi agresivně.

„Pro pochopení osobnosti jakéhokoli člověka je důležité vědět, jak se dokáže vyrovnávat s různými výzvami a zátěžemi, s nimiž se v životě setká, protože na základě tohoto zjištění je možné lépe odhadnout riziko vzniku případných problémů či selhání.“ (Vágnerová M., str. 354, 2010)

Tedy dva lidé, kteří hrají stejnou hru, stejně dlouho, za stejných podmínek, se při neúspěchu každý z nich zachová zcela odlišně a každý z nich bude na hraní mít jiné postoje. Zejména v dnešní době internetu, potažmo online hraní, je hranice k vytvoření návyku velmi tenká. Zejména kvůli sociálnímu prostředí, které ve většině z nich panuje.

5.3 Životní styl hráče

„Hodnoty bytí spočívají z velké části v tom, jak vroucně jsme je schopni prožívat. Hodnota našeho člověčího života je závislá na hodnotách, které jsou v nás. Lidé si stvořují svůj lidský svět; je v něm to, co do něho vkládáme.“ (Dostupné z: www.citaty.cz)

„Je mimo pochybnost, že děti a dospívající v průmyslově vyspělých zemích tráví v současnosti mnohem více času sedavým způsobem života, než tomu bylo u minulých generací. To s sebou přináší četná zdravotní rizika např.

onemocnění pohybového systému, obezita, diabetes, kardiovaskulární nemoci.“
(Dostupné z: www.drnespor.eu)

V souvislosti s počítačem, kdy u něj jedinec ve většině případů dlouhé hodiny sedí, bychom se měli zmínit o životním stylu hráče. Dítě, které sedí u počítače více než tři hodiny denně a má minimální či žádné sportovní záliby, si ničí páteř, záda, zrak a může se u něj v budoucnu vyskytnout častější bolení hlavy. Nejvíce však trpí páteř. Zdlouhavý sedavý způsob trávení volného času ji velmi zatěžuje. K již zmíněným anatomickým změnám a na ně navazující patologické procesy u pohybové soustavy však nedochází hned. Důsledky se začnou projevovat přibližně po pěti až sedmi letech hraní, kdy se jedinec věnoval převážně počítači. Proto dítě, které je u počítače většinu svého času, by mělo vykompenzovat stálé sezení jiným pohybem.

„Rozdílné důsledky z hlediska rozsahu potíží, změn a poškození se pak týkají jak dospělého – fyzicky vyvrátého jedince, tak i člověka nedospělého. V tomto ohledu platí pravidlo – čím dříve, z hlediska věku, se člověk začne intenzivně zabývat danou činností, tím dříve se potíže a případné změny u něj projeví a tím širší a hlubší mají důsledky.“ (Pokorný V., 2003, str. 116)

Dopad na zdraví v souvislosti s videohrami může být u každého jiný. Mohou se vyskytnout epileptické záchvaty, kožní alergické reakce a znaky stresu. Drobné, opakované pohyby při ovládání klávesnice a myši, které jsou pro hraní počítačových her nezbytné, způsobují při delším používání také potíže. Zprvu je jedinec může vnímat jako nepříjemný pocit, který později může přerůst v onemocnění. Osobním indikátorem těchto změn je sledování, za jak dlouho jedince při práci s počítačem začne bolet páteř, pocítí kolem páteře chlad či pálení v místě mezi lopatkami a za jak dlouho se objeví pocit napětí v šíjových svalech. Pokud se tyto problémy vyskytují v krátkém časovém úseku při práci s počítačem, přibližně po 30 – 40 minutách, je na místě, věnovat tomu zvýšenou pozornost. Možností nápravy může být

pravidelné cvičení, speciální cvičení, přestávky a pohyb v průběhu práce s počítačem.

Zvláště dítě, které je ve vývoji, potřebuje dostatek pohybu. Nejenže pravidelná pohybová aktivita je preventivním prostředkem většiny civilizačních onemocnění, ale působí i na náladu a duševní výkon.

„Sedavý způsob při činnostech je charakteristický nejen pro velkou část dospělé populace, ale i pro mládež. Narůstající obezita u této věkové kategorie signalizuje, že nedostatek pohybu a nepřiměřený způsob stravování negativně ovlivňuje školní mládež. (Kukačka V., 2009, str. 8)

Spousta hráčů zapomíná také na spánek. Větu „tak ještě těch pět minut“ si říkalo nemálo jedinců a byla i jednou z témat u rozhovorů se staršími respondenty. V opojení hry si hráči pak mnohokrát nevšimnou, že už je pozdní večerní hodina. Nedostatek spánku se pak projevoval zhoršením myšlení, snížením pozornosti a pocitem únavy následující den. Dlouhodobé potíže se spánkem pak mohou vést ke špatné kvalitě života jedince a také ke vzniku závažných duševních onemocnění.

S hraním souvisí i způsob stravování. Problematika výživy dítěte na základní škole by měla být převážně pod kontrolou, díky školním jídelnám a také rodičům, kteří dbají na jeho zdravý vývoj. Špatné návyky stravování se začínají utvářet spíše u studentů na středních školách, kdy již nejsou pod přísným dohledem rodičů, jsou dospělejší a mají větší svobodu.

Velkou roli v hraní počítačových her bude mít zajisté také to, kde dítě žije. Ti, kteří žijí ve městech, jsou ke hrám náchylnější než děti na vesnici. Náš výzkum na základní škole v malém městě ukázal, že převážná většina dětí sice měly k dispozici počítač a potvrzovaly občasné hraní, ale převážná většina měla přesto jiné zájmy a koníčky, povětšinou sportovní aktivity.

„Na počátku adolescence stojí dítě stále do značné míry závislé na rodičích, na jeho konci se od něj očekává, že se promění v dospělého,

autonomního a relativně nezávislého jedince. Adolumenta či adolescentku čeká ne malá řada vývojových úkolů např. nalezení vlastní identity, naučení se schopnosti navazovat a udržovat blízké osobní vztahy či začlenit se do kolektivu.“ (Ševčíková A., 2014, str. 31)

Adolescent pak vlivem nových úkolů, které se od něj očekávají, může změnit postoj k používání počítače a následně i k hraní počítačových her. Velkým ohrožením jsou online hry, které mohou uspokojit potřeby jedince, který v reálném světě v něčem zklamal a následně si to kompenzuje ve virtuálním světě, který je pro něj stejně reálný jako normální život. Pak by se hodilo používat spíše výraz fyzické a digitální světy, jelikož pro hráče pak virtuální svět znamená totéž co reálná realita.

Bylo zjištěno, že pokud navíc hráč kouří, tak kombinace stresující videohry a kouření tabáku zvyšuje krevní tlak více, než by odpovídalo součtu zvýšení tlaku pro samotné kouření. (Dostupné z: www.szu.cz)

6 Prevence

V dnešní době je počítačové problematice a jejím vlivům na zdraví nás i našich dětí věnována stále intenzivnější pozornost. Prevence je proces trvalého získávání zkušeností, hledání a ověřování užitečnosti různých preventivních programů a opatření. Odborníci, kteří se zabývají léčbou závislostí, hraní počítačových her považují za méně nebezpečné než je tomu u patologického hráčství. Navzdory tomu, můžeme pozorovat spoustu podobností, např. gamblerům jejich závislost přináší dluhy, ztrátu rodiny, pracovní problémy apod. Pak se závislí pohybují v bludném kruhu a hraní automatů jim poskytuje únik z bolestné reality a stává se pro ně velmi přitažlivá. Stejně tak i pro hráče počítačových her může být skutečný život z různých důvodů bolestný a virtuální realita se pro něj stává rovněž velmi přitažlivou.

Nadměrné hraní počítačových her řadíme k sociálně patologickým jevům, neboť do této kategorie spadá vše, co se jakýmkoliv způsobem vymyká tzv. běžným normám. Záleží také na míře návyku. Pokud jedinec kvůli hraní není patologický sám vůči sobě či ostatním, dokáže počítač ve vhodnou dobu zapnout i vypnout, práce s počítačem nejde na úkor plnění jeho běžných povinností atd., pak prevence není nutná. Pokud bychom chtěli oddálit či odvrátit nadměrné hraní počítačových her, pak bychom se měli obrátit na primární prevenci.

6.1 Primární prevence

Pokud bychom chtěli aplikovat primární prevenci, je důležité znát, z jakého sociálního prostředí jedinec pochází a s jakými zkušenostmi disponuje. V jakém rozsahu jsou jeho nezdravé formy životního stylu, jaké má aktuální postoje, zájmy a potřeby. Na základě tohoto zjištění totožnosti může vzniknout dlouhodobě plánovaný program, který umožní stanovit optimální postup při preventivním působení. Řadíme do toho veškeré volnočasové

aktivity, které by jedince mohly bavit, díky kterým se má možnost rozvíjet fyzicky či psychicky a je v kontaktu se svou rodinou či okolím. Mluvíme o sportovních zálibách, kreativním tvoření či výletech s rodinou za zábavou nebo kulturou.

Jedinec, který se dostává do každodenní interakce s počítačem, může prevenci aplikovat např. na své zdraví. Nehledě na dodržování správného jídelníčku by si měli lidé, kteří hrají či pracují na počítači dát pozor i na své žíly. Sedavý způsob života může způsobit mimo jiné křečové žíly a obdobné problémy. Pokud je to tedy možné, měl by jedinec prokládat sezení nějakým pohybem, udělat pár kroků či lehké cvičení. Procvičovat nohy v sedu, nasedět se zkříženýma nohama a v neposlední řadě také dodržovat pitný režim.

Pokud rodiče chtějí aplikovat určité postupy v prevenci návyku na hraní počítačových her, pak by měli dítěti stanovit přesná pravidla, která se týkají práce s počítačem i dalších stránek života dítěte. Naučit se s počítačem pracovat a využít pak následně výhod pro rodičovskou kontrolu, jako je např. heslo při vstupu do nějakého programu a jiné výhody. Bývá také prospěšné používat počítač společně, motivovat dítě ke zdravému životnímu stylu, dbát na přiměřený spánek dítěte i dostatek pohybu je velmi důležitý.

6.2 Sekundární prevence

Měli bychom si položit otázku, zdali je prevence vůbec nutná. Mnoho dětí bere trávení u počítače jako kratochvíli, komunikaci s přáteli a relaxační čas. V době, kdy dítě navštěvuje základní školu, má rodičovská kontrola stále velkou váhu a dítě má pořád spoustu jiných venkovních zájmových aktivit. Větší ohroženou skupinou se jeví spíše středoškolská populace, kde už rodiče nemají takovou váhu jako v dětství.

Pokud bychom chtěli předejít nemocem z častého hraní nebo sezení u počítače, pak bychom mohli použít tipy z primární prevence, které se hodí ve všech případech a stupních návyku.

6.3 Terciární prevence

„Ideálním stavem u dospívajících je ve vztahu k tabáku, alkoholu a drogám naprostá abstinence. Ve vztahu k počítačům je to komplikovanější. Mohou být totiž užitečné. To se např. o rakovinotvorných tyčinkách rozhodně říct nedá“. (Nešpor K., 2011, str. 19)

Pokud u jedince nejdou přehlédnout základní znaky návyku na počítači a chtěl by se ho zbavit a radikálně změnit životní styl, může počítač věnovat někomu z rodiny, s kým nebydlí, nebo svému kolegovi v práci, pokud se jedná o dospělou osobu. Následně by ale měl vyhledávat zaměstnání, kde nebude mít kontakt s počítači nebo školu, která nebude se zaměřením na počítačové systémy. Existuje i stupňovitý přístup, kde jedinci pomůže svépomoc. Pokud by mu nepostačil ani jeden z přístupů, pak by se měl obrátit na profesionální pomoc.

Jedinci může velmi pomoci práce s motivací. Uvědomění si rizik, které zahrnuje např. zdlouhavé sezení u počítače a s tím spojené problémy s páteří potažmo krční páteří. Uvědomění si také obětovaného času počítači, který nebyl spojován s prací. Pokud se rozhodne pro změnu, měl by být konkrétní ve spojitosti s časem, tedy jak dlouho bude dnes na počítači a pak ho vypne. Sebeuvědomování je také velmi důležité. Jedinec by měl respektovat své tělesné potřeby jako je jídlo, spánek, tekutiny, čistota apod. Měl by rozpoznat únavu a dopřát tělu odpočinek. Také uvědomění si sebe samého a svého okolí je důležité. Jeden z našich respondentů při hře nereagoval na blízkou osobu, ani když mu nabízela jídlo. Později ani nevěděl, že tam vůbec byla. Organizace času usnadní sebeovládání a plánování aktivit jako procházka, tělesná práce či poslech hudby je také prospěšný.

Jestli má jedinec problémy s bolestmi zad, šíje či rukou kvůli hraní počítačových her, může praktikovat různé masáže či uvolňovací cviky, jenž by měl provádět i člověk, který sice hry nehraje, ale kvůli práci na něm tráví spoustu času. Postačí krátká procházka, změna polohy, masáž rukou či

přiložení teplého obkladu na bolavé místo. Pomůže i aktivní sezení, kdy člověk neseď v jedné poloze dlouhé hodiny, ale „cestuje“ na židli, v určitých intervalech se nadzdvihne apod. (Nešpor K., 2011, str. 26) Také jsou prospěšné cviky, které jsme uvedli v primární prevenci. Ideální však je, když jedinec ví o svém problému a chce ho řešit, čímž má napůl vyhráno. Těžko se nám bude pracovat s člověkem, který s námi odmítá spolupracovat.

PRAKTICKÁ ČÁST

7 Metodologie výzkumu

Pro celkové empirické šetření byly zvoleny dva způsoby sběru dat. U žáků na základní škole v malém městě jsme použili dotazníkové šetření. Následně jsme reflektovali subjektivní názory dospělých jedinců, za pomoci rozhovoru, kteří si herním obdobím skutečně prošli.

Cíl výzkumu

Cílem výzkumu bylo objasnit, kolik žáků na základní škole v současnosti hraje počítačové hry a jestli jako volnočasová aktivita dominují, popřípadě na kolik je hraní dokáže ovlivnit, nebo zdali mají žáci jiné zájmy. Zjistit názory na tuto problematiku a za pomoci rozhovorů se staršími respondenty reflektovat zkušenosti s hraním počítačových her a prošetřit jejich subjektivní názory na věc.

7.1 Kvantitativní výzkum

Pro sběr dat byl zvolen kvantitativní výzkum formou dotazníků. Díky dotazníkovému šetření jsme získali data pro formulaci otázek do strukturovaného rozhovoru, který nám následně umožnil hlubší vhled do problematiky hraní. Zjišťovalo se, kolik žáků počítačové hry hraje, jak často je hrají, a jak je hry ovlivňují.

Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek tvořilo 60 žáků z druhého stupně základní školy v malém městě.

Časový harmonogram

Začátkem března roku 2015 proběhlo dotazníkové šetření u žáků na základní škole. Sběr dat trval 30 – 40 minut v hodinách výuky. Škole bylo

přislíbeno poskytnutí výsledků z dotazníkového šetření, které jsme zaslali koncem března 2015. Celkové zpracování dat proběhlo v lednu 2016.

Zpracování dat

Otázky byly složeny s ohledem na věk dotazovaných. Navíc byly situovány tak, aby nám potvrdily či vyvrátily stanovené hypotézy. Dotazníky byly analyzovány deskriptivní statistikou a následně porovnány výsledky obou pohlaví.

Hypotézy

- ❖ **H1:** *U většiny žáků, počítačové hry s násilnou tematikou, podporují fyzickou agresi.*
- ❖ **H2:** *Většina žáků vnímá počítačové hry jako přínosné a rozvíjející kognitivní procesy.*
- ❖ **H3:** *Většina žáků, hraním počítačové hry, ztrácí schopnost rozlišit virtuální a fyzický svět.*
- ❖ **H4:** *Žáci, kteří hrají počítačové hry, mají problémy s navazováním vztahů ve fyzickém světě.*
- ❖ **H5:** *Většina žáků, trávící svůj volný čas na počítači, je neochotná od něj odejít a vypomocť v domácnosti.*

7.2 Kvalitativní výzkum

Doplňujícím prvkem byla kvalitativní forma výzkumu za pomoci strukturovaných rozhovorů se staršími respondenty, kteří si herním obdobím skutečně prošli. Ukázali nám problematiku hraní v průběhu let, jaký na to mají respondenti současný názor a jaký dopad na ně hraní zanechalo.

Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek pro rozhovory činili 4 dospělí, pracující, kteří se hraním počítačových her věnovali minimálně 5 hod. denně. Někteří z nich se ještě dnes stále intenzivně věnují.

Časový harmonogram

Začátkem ledna proběhly rozhovory, které trvaly u každého z respondentů přibližně 6 – 10 minut.

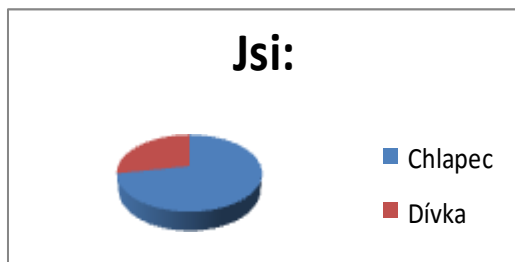
Zpracování dat

Pro starší respondenty byly rozhovory sestaveny tak, aby co nejvíce vystihovaly a reflektovaly dané téma a vnesly nám hlubší pohled do problematiky. Následně jsme je analyzovali pomocí otevřeného a axiálního kódování.

Výzkumné otázky

- ❖ **VO1:** *Jak hraní počítačových her jedince ovlivňovalo?*
- ❖ **VO2:** *Jaká byla motivace jedinců ke hraní počítačových her?*

7.3 Metodika vyhodnocení kvantitativních dat



Graf 1: zdroj vlastní

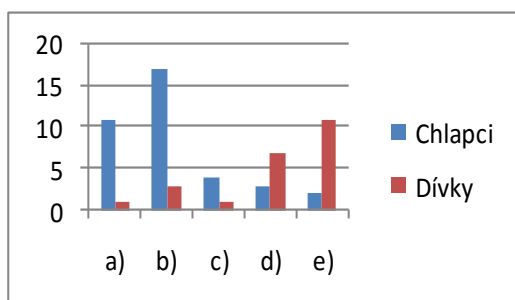
Pozn.: znění odpovědí v tabulce nemusí být úplné. Pro kompletní zobrazení dotazníku viz přílohy.

Otázka č. 2: *Jak často PC hru hraješ?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Každý den, pokud zrovna nemám nějaký zákaz.	12
b) Vícekrát za týden, ale ne každý den.	20
c) Jednou do týdne.	5
d) Méně než jednou týdně.	10
e) Vůbec nehraji.	13

Tabulka 1: zdroj vlastní

Rozdíly v odpovědích mezi chlapci a dívkami můžeme pozorovat v porovnávacích grafech, umístěných přímo pod jednotlivými otázkami.



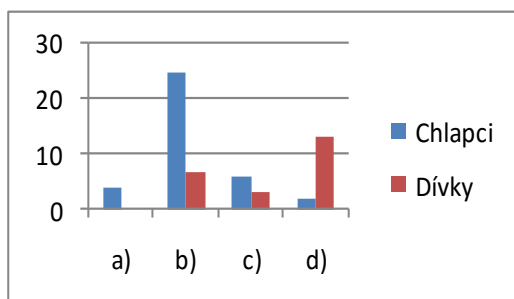
Graf 2: zdroj vlastní

Chtěli jsme zjistit četnost hraní u dnešních žáků na druhém stupni základní školy. Nadpoloviční část žáků v našem dotazníkovém šetření tvořili chlapci a v porovnání s dívkami také nejvíce hráli.

Otázka č. 3: PC hry:

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Hraju tak často, jak jen můžu a ostatní mě baví mnohem méně.	4
b) Baví mě, ale také mě baví jiné věci.	32
c) Sice mě baví, ale raději dělám.	3
d) Mě moc nebaví, mám jiné zájmy.	13

Tabulka 2: zdroj vlastní



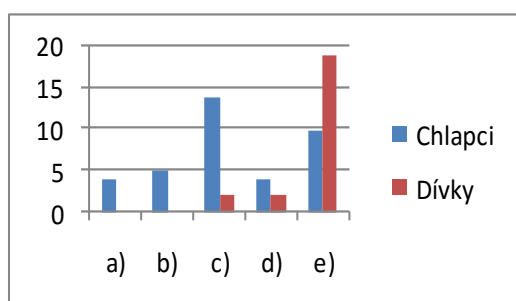
Graf 3: zdroj vlastní

Tato otázka navazuje na předchozí otázku. Rozvíjíme zde myšlenku, zdali převládá počítač, potažmo hra, nad jinými zálibami, které může dítě v tomto věku provozovat. Většina z dotazovaných odpovídala, že sice hrají hry, ale vedle počítače mají i další jiné zájmy např. sportovní kroužky, nebo jen procházky ve městě či přírodě. Můžeme však pozorovat, že převážně chlapci se věnují hrám a pár výjimek je mají jako své jediné koníčky. Dívky uváděly převážně jiné záliby než je hraní na počítači.

Otázka č. 4: *Vzbuzuje v tobě střilečka, bojová hra a jiné takovéto hry zlobu nebo vztek?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano často	4
b) Ano občas.	5
c) Jen výjimečně.	16
d) Stalo se tak pouze jednou.	6
e) Vůbec ne.	29

Tabulka 3: zdroj vlastní



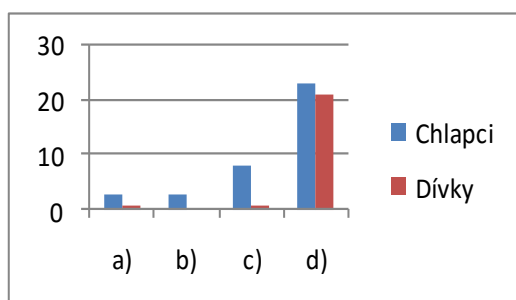
Graf 4: zdroj vlastní

Z velké části hry s agresivním podtextem, u dětí probouzejí agresivitu jen málokdy. Dívky se zmiňovaly, že takové hry nehrají a chlapci uváděli, že se nenechají snadno rozzlobit nebo vyvézt z míry. Jak můžeme vidět z grafu, pouze výjimečně, při jisté situaci, se rozhněvají. V poslední záporné odpovědi převažovalo, že takové hry berou pouze jako odreagování a zbytek uvedla absenci hraní her agresivního typu.

Otázka č. 5: *Už jsi někdy kvůli PC hře něco rozbil/a?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano.	4
b) Jen občas.	3
c) Jednou se mi to povedlo.	9
d) Ne.	44

Tabulka 4: zdroj vlastní



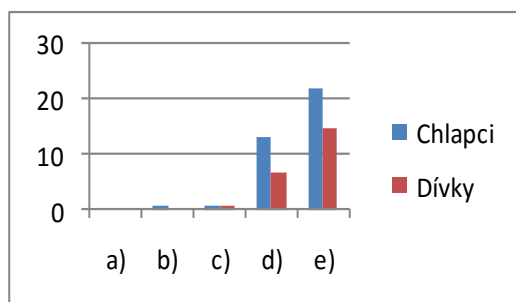
Graf 5: zdroj vlastní

Dívky odpovídaly opět ne, převážně kvůli tomu, že hry nehrají, a když už hrají, tak to neberou tak vážně. Chlapci uvedli zápornou odpověď z podobného důvodu jako u předchozí otázky. Zajímavé byly některé odpovědi typu „*ne, protože nechci mít zákaz*“ nebo „*ne, protože nemám nic po ruce*“.

Otázka č. 6: *Zažíváš vyhrožování či šikanu kvůli neshodám v PC hře, a to buď přímo ve hře, přes internet nebo telefon, apod.?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano často.	0
b) Ano občas.	1
c) Ano, ale jen výjimečně.	2
d) Stalo se tak pouze jednou.	20
e) Vůbec ne.	37

Tabulka 5: zdroj vlastní



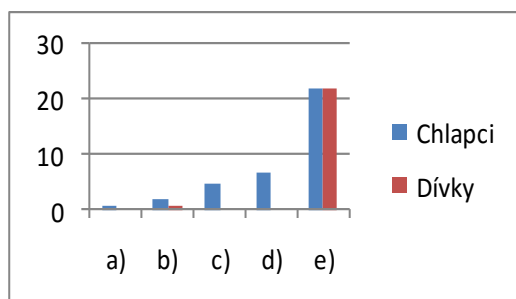
Graf 6: zdroj vlastní

Největší zastoupení měla odpověď „*vůbec ne*“, kde převažovaly dodatky typu hraní hry s kamarády, kde tedy násilné chování vůči ostatním rapidně klesá a celkové nekonfliktnosti jedinců.

Otázka č. 7: *Posíláš výhrůžky kvůli neshodám v PC hře (přímo ve hře, přes internet nebo mobilní telefon, apod.)?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano často.	1
b) Ano občas.	3
c) Jen výjimečně.	5
d) Stalo se tak pouze jednou.	7
e) Vůbec ne.	44

Tabulka 6: zdroj vlastní



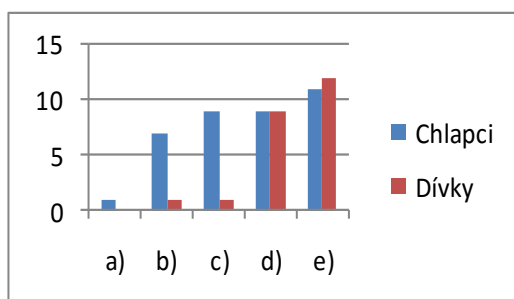
Graf 7: zdroj vlastní

Tato otázka rozvíjí předchozí dotazy ohledně agresivity, kterou může dítě získat z počítačové hry a následně toho využít v neprospěch ostatním hráčům formou různých agresivních nářeků. Převažovala poslední odpověď, jak u chlapců tak i dívek. Žáci uváděli nekonfliktnost a vyrovnanost či žádné hraní, které převládalo opět u holčičího pohlaví. U chlapecké strany však můžeme pozorovat menší odchylky v agresi, kterou hraním získali.

Otázka č. 8: *Už jsi se sžil/a se svojí herní postavou či situací natolik, že jsi zapomněl/a na chvilku na reálný svět?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano stává se mi to pořád.	1
b) Ano občas.	8
c) Jen výjimečně.	10
d) Stalo se tak pouze jednou.	18
e) Vůbec ne.	23

Tabulka 7: zdroj vlastní



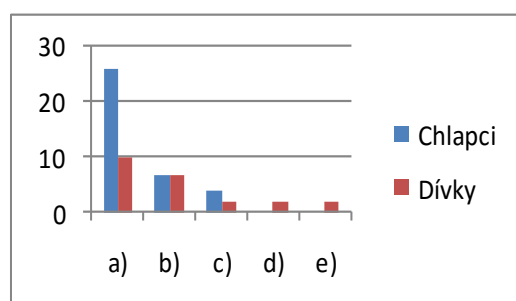
Graf 8: zdroj vlastní

Ze srovnávacího grafu můžeme pozorovat velkou četnost u odpovědí na sžití se svou herní postavou u chlapců. U odpovědí vyvracející tuto otázku se žáci často zmiňovali, že je to pouze hra a nemají potřebu se tomu nějak více věnovat, či se do virtuálního světa hlouběji ponořovat. Dívky uváděly odpovědi „nejsem závislá“, „nehraji“ a „vím, že existuje reálný svět“.

Otázka č. 9: *Považuješ se za člověka, který dokáže rozeznat realitu od smyšleného virtuálního světa?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Určitě ano.	36
b) Asi ano.	14
c) Nedokážu posoudit.	6
d) Asi ne.	2
e) Určitě ne.	2

Tabulka 8: zdroj vlastní



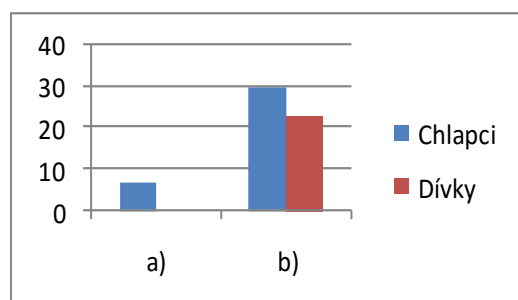
Graf 9: zdroj vlastní

Tato otázka měla potvrdit otázku předešlou a ujistit se, že děti dokáží oddělit fyzický svět od virtuálního. Z grafu můžeme pozorovat, že velká většina žáků na tuto otázku odpověděla kladně.

Otázka č. 10: *Ublížil/a sis někdy nějakým způsobem kvůli počítačové hře?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Bohužel ano.	7
b) Ne, nikdy.	53

Tabulka 9: zdroj vlastní



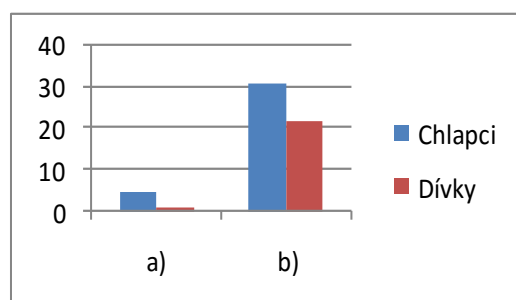
Graf 10: zdroj vlastní

Tímto jsme chtěli navázat na předešlé otázky ohledně rozlišení virtuálního světa a agresivních reakcí na podněty ze hry. Pouze u chlapců vidíme, že si dokázali nějakým způsobem ublížit.

Otázka č. 11: *Máš víc kamarádů v kyberprostoru (např. na internetu nebo ve hře) než v reálném životě?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano.	6
b) Ne.	53

Tabulka 10: zdroj vlastní



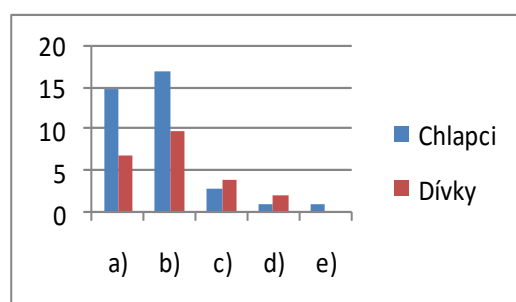
Graf 11: zdroj vlastní

Většina žáků odpověděla, že mají kamarády spíše v reálném světě. Někteří chlapci však uvedli opak. Jejich důvody byly různé „protože se rychleji seznamuje“, „protože tam potkám víc příjemných lidí“, ale i „protože mě nikdo nemá rád“. U dívek, tak odpověděla pouze jedna slečna a důvodem bylo psaní si s velkým počtem lidí.

Otázka č. 12: *Myslíš si, že PC hra dokáže člověka pozitivně ovlivnit např. naučit se cizí jazyk?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Určitě ano.	22
b) Asi ano.	27
c) Nedokážu posoudit.	7
d) Asi ne.	3
e) Určitě ne.	1

Tabulka 11: zdroj vlastní



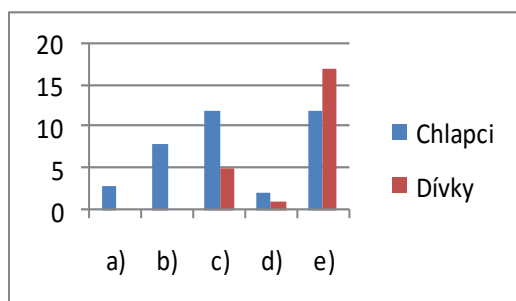
Graf 12: zdroj vlastní

Na tuto otázku odpověděla většina „asi ano“. U první odpovědi měli také možnost k vyjádření a převážná většina uváděla, že jedinec musí často používat cizí řeči, aby ve hře mohl postupovat dál, tudíž jako výhodu viděli naučení se cizímu jazyku, zejména angličtině.

Otázka č. 13: *Hrál/a jsi někdy PC hru kvůli vybití si vzteku např. z nevydařené práce?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano pořád.	3
b) Ano občas.	8
c) Jen výjimečně.	17
d) Pouze jednou to tak bylo.	3
e) Vůbec ne.	29

Tabulka 12: zdroj vlastní



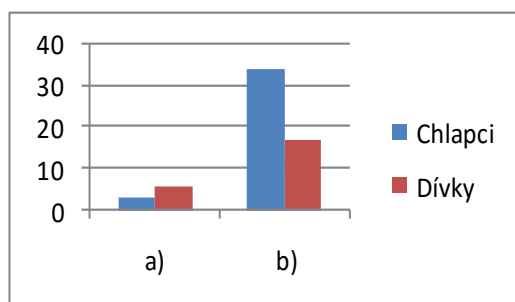
Graf 13: zdroj vlastní

Zde můžeme sledovat pozitivní reakce hlavně u chlapců, u dívek převažuje odpověď „vůbec ne“.

Otázka č. 14: „Čas strávený u počítače ze mě udělal stydlina“. Ztotožňuješ se s tímto výrokem?

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano.	9
b) Ne.	51

Tabulka 13: zdroj vlastní



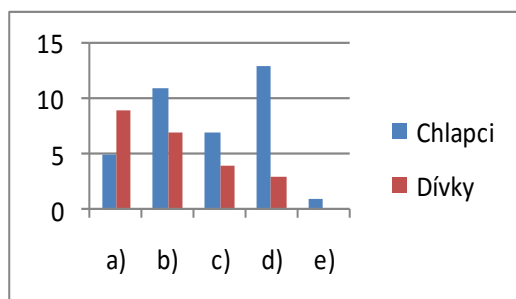
Graf 14: zdroj vlastní

U odpovědi „ano“ můžeme sledovat překvapivě častější odpověď u dívek. Menší četnost pak u chlapců, kteří se ve valné většině přiklonili k názoru „ne“.

Otázka č. 15: *Myslíš si, že navazováním kontaktů pouze přes internet by ti mohlo způsobit problémy v komunikaci s lidmi mimo kyberprostor?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Určitě ano.	14
b) Asi ano.	18
c) Nedokážu posoudit.	11
d) Asi ne.	16
e) Určitě ne.	1

Tabulka 14: zdroj vlastní



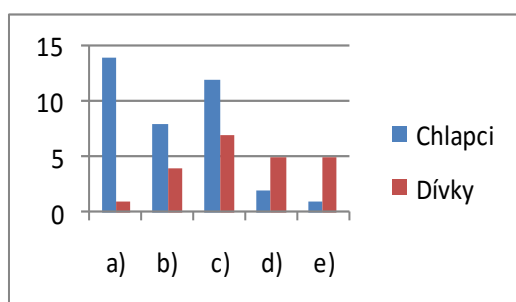
Graf 15: zdroj vlastní

Celkově žáci odpověděli v nejčtenějším počtu na odpověď b) tedy „asi ano“. Ovšem většina chlapců se domnívá, že pokud by komunikovali pouze přes internet, v reálném životě by jim nedělalo problém navázat vztah. Otázkou však je, jestli si uvědomili pocitu bezpečí, který člověk má, pokud hovoří s lidmi pouze přes internet a hlavně anonymita, která v internetovém prostředí panuje. Dívky se nejvíce zaměřily na odpovědi, které tento výrok potvrzují.

Otázka č. 16: *Trávení volného času u PC je pro tebe přínosné a zábavné?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Určitě ano.	15
b) Asi ano.	12
c) Nedokážu posoudit.	19
d) Asi ne.	7
e) Určitě ne.	6

Tabulka 15: zdroj vlastní



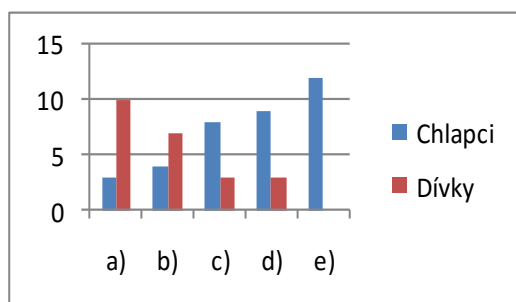
Graf 16: zdroj vlastní

Chlapci nejčastěji odpovídali, že je to baví, proto berou volný čas strávený u počítače za přínosný. Poukázali i na sociální kontakt, který díky němu mají. Jedna slečna uvedla, že tento čas je přínosný kvůli internetu a informacím, které si může díky němu vyhledat.

Otázka č. 17: *Myslíš si, že jsou PC hry jen ztráta času?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Určitě ano.	13
b) Asi ano.	11
c) Nedokážu posoudit.	11
d) Asi ne.	12
e) Určitě ne.	12

Tabulka 16: zdroj vlastní



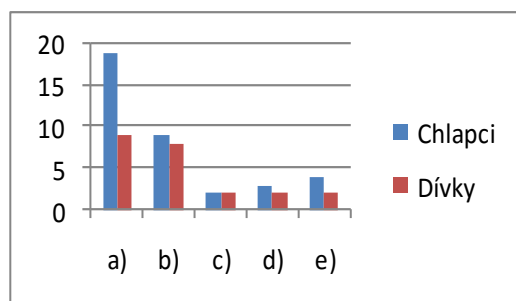
Graf 17: zdroj vlastní

Názory jsou zde odlišné a zrcadlově obrácené. Chlapci se nejvíce domnívali, že počítačové hry nejsou ztrátou času a dívky zase naopak, tedy že jsou. Tato otázka měla reflektovat přínos hry jako takové. Jestli dokáží hry být pro člověka užitečné či nikoli. Ačkoli u předchozí otázky děti odpovídaly na přínos hry pro člověka v kladných názorech, zde se odpovědi různily, zejména u ženského pohlaví.

Otázka č. 18: *Vnímáš hraní logických/strategických her (např. Sudoku nebo Starcraft) za přínosné např. pro rozvoj logického myšlení?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Určitě ano.	28
b) Asi ano.	17
c) Nedokážu posoudit.	4
d) Asi ne.	5
e) Určitě ne.	6

Tabulka 17: zdroj vlastní



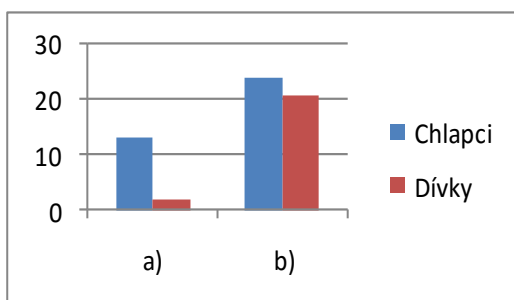
Graf 18: zdroj vlastní

Tato otázka navazuje na předchozí otázku č. 17 a hlouběji prověřuje názory na přínos hry pro člověka. Podle grafu můžeme vidět, že se většina žáků domnívá pozitivního přínosu pro rozvoj logického myšlení.

Otázka č. 19: *Trávíš více než 3 hodiny denně svého volného času u počítače?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano.	15
b) Ne.	45

Tabulka 18: zdroj vlastní



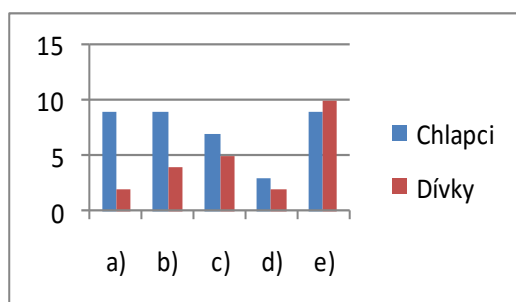
Graf 19: zdroj vlastní

Zde jsme chtěli zjistit četnost hraní u žáků či jen sezení u počítače kvůli jiné aktivitě. Důležité bylo, jestli jsou převážně u počítače nebo tráví svůj volný čas i jiným způsobem. Podle odpovědí vyšlo najevo, že jen malá část dívek a polovina chlapců stráví více jak 3 hodiny denně u počítače.

Otázka č. 20: *Když jsi zrovna u PC, dělá ti problém činnost, kterou na něm děláš přerušit a pomoci v domácnosti např. s vynesemím koše?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano, dělá mi to problém.	11
b) Ano občas.	13
c) Jen výjimečně.	12
d) Pouze jednou jsem s tím měl/a problém.	5
e) Vůbec ne.	19

Tabulka 19: zdroj vlastní



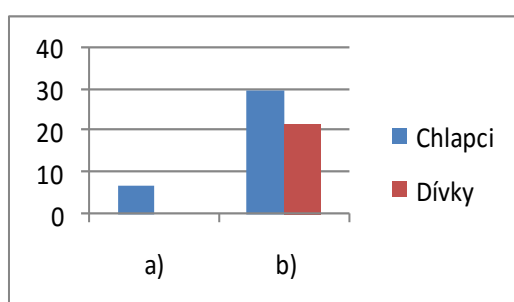
Graf 20: zdroj vlastní

V této otázce jsme chtěli prohloubit možnou pasivitu dětí, která by mohla být způsobená nadměrným sezením u počítače. Propojili jsme proto domácí povinnost a ochotu žáka v její pomoci. První tři odpovědi v sobě mají nádechy neochoty a tudíž většina žáků s tím problém má. Větší zastoupení můžeme pozorovat u chlapeckého zastoupení.

Otázka č. 21: *Dal/a by přednost činnosti na PC (např. hrám přes LAN síť či internet) než podniknout sportovní či jinou aktivitu? (Obojí myšleno s kamarády)*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano.	7
b) Ne.	52

Tabulka 20: zdroj vlastní



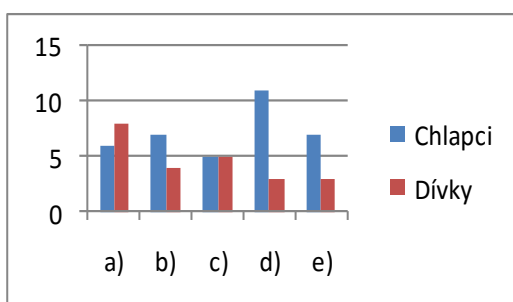
Graf 21: zdroj vlastní

Zde jsme chtěli rozvinout názor dotazovaného na jeho chůci ke hraní. Pokud by dítě mělo možnost a svobodnou volbu si vybrat mezi počítačem a sportovní aktivitou, čemu by dalo přednost? Rozvíjeli jsme také předešlé otázky ohledně hraní a počtu kamarádů ve virtuálním a fyzickém světě. Žáci odpovídali především na větší počet kamarádů ve světě fyzickém a valná většina by dala přednost sportovní či obdobné aktivitě před hraním na počítači.

Otázka č. 22: *Dohlíží tvoji rodiče nad časem, který strávíš u počítače?*

Odpovědi:	Počet žáků:
a) Ano pořád.	14
b) Převážně ano.	11
c) Ano občas.	10
d) Jen výjimečně.	14
e) Vůbec ne.	10

Tabulka 21: zdroj vlastní



Graf 22: zdroj vlastní

Touto otázkou jsme chtěli zjistit, jak moc rodiče kontrolují čas, který žáci stráví u počítače. Podle odpovědí to bylo celkově nerozhodně. Někteří rodičovskou kontrolu mají, jiní zase ne. Zjevně záleží na prioritách rodin a jejich životním stylu. Také musíme zohlednit odpovědi na první otázky, které se týkaly samotného hraní. V souvislosti s tím, že počítačovou hru hráli převážně chlapci a ne intenzivně, se odráží zjevně i v této otázce. Rodiče nemusejí mít takovou obavu, když jejich dítě celkově nestráví mnoho času u počítače.

7.3.1 Vyhodnocení hypotéz

Hypotéza H1: *U většiny žáků, počítačové hry s násilnou tematikou, podporují fyzickou agresi.*

Touto hypotézou se zabývalo několik otázek v dotazníku, kde jsme zjišťovali, jestli v dítěti vzbuzuje hra s agresivním podtextem hněv a jestli je pak na své okolí a k sobě agresivní. Převážná většina chlapců potvrdila, že se tak stane výjimečně a někteří uvedli odpověď kladnou. U dívek převažovala záporná odpověď, ale hlavně kvůli tomu, že hry tolik nehrají.

Tato hypotéza je tedy potvrzena.

Hypotéza H2: *Většina žáků vnímá počítačové hry jako přínosné a rozvíjející kognitivní procesy.*

Touto problematikou se zabývaly převážně 4 otázky v dotazníku (otázka č. 12, č. 16, č. 17 a č. 18). Pokud vezmeme v potaz chlapce, kteří tvoří převážnou část naší hráčské skupiny, na tyto otázky odpovídali kladně a nejčastější odpovědí bylo zdokonalení se v cizím jazyce. Avšak i dívky souhlasily, že logické hry a jim podobné mohou člověku pomoci v rozvoji myšlení.

Další podobné otázky č. 16 a 17 byly doplňující. Podle odpovědí jsme mohli zjistit, že chlapci hrají počítačové hry s radostí a zábavou.

Hypotéza je tak potvrzena.

Hypotéza H3: *Většina žáků, hraním počítačové hry, ztrácí schopnost rozlišit virtuální a fyzický svět.*

Pokud dítě zaujatě hraje počítačové hry a baví ho to, mohlo by dojít k chtěnému nevnímání reality a ztrátou schopnosti rozlišit virtuální a fyzický svět. Tímto se zabývaly otázky č. 8, a č. 9. U většiny chlapců se objevily odpovědi (ohledně sžití se svou herní postavou), „ano občas“ a „jen výjimečně“. Avšak z další otázky, zdali se považuje žák za člověka, který

dokáže rozeznat fyzický a virtuální svět, bylo zjevné, že většině nedělá problém rozlišit tuto skutečnost.

Téma rozvíjely další otázky č. 11, č. 14 a č. 21. U obou pohlaví vyšlo najevo, že jen malá hrstka dětí by kybernetický svět upřednostnila, už jen kvůli kamarádům, které přes počítače mají. Většina se přiklání spíše ke světu reálnému.

Tato hypotéza je tedy vyvrácená.

Hypotéza H4: *Žáci, kteří hrají počítačové hry, mají problémy s navazováním vztahů ve fyzickém světě.*

Člověk, pokud intenzivně hraje, může hrát v přítomnosti jiných osob, avšak pozornost bude věnovat výhradně dané hře. Vystala tu tedy otázka: když jedinec stráví tolik času u počítače a bude komunikovat tedy jen přes něj, nebude mít pak následně problémy v reálném životě? Jelikož komunikace přes internet nabízí nepřehledné možnosti a hlavně anonymitu, zavedli jsme tuto problematiku do dotazníkového šetření.

Děti sice počítačové hry hrají, ale podle všeho mají pořád ještě jiné zájmové aktivity mimo kyberprostor, tudíž si sociální kontakty udržují i ve fyzickém světě. Jen malá část dotazovaných odpověděla, že jim počítač způsobil jisté problémy s navazováním vztahů v klasickém životě.

Tato hypotéza je vyvrácená.

Hypotéza H5: *Většina žáků, trávící svůj volný čas na počítači, je neochotná od něj odejít a vypomoci v domácnosti.*

Poslední hypotézou byl nepříjemný fakt, který se týkal a týká všech hráčů, a sice plnění domácích povinností. Na otázku ochoty zvednout se od počítače a pomoci s domácími povinnostmi odpověděli nejčastěji chlapci „ano, dělá mi to problém“, „ano, občas“ a „vůbec ne“. Dívky odpovídaly „jen výjimečně“ a „ano, občas“. Převažovali tedy pozitivní odpovědi.

Tato hypotéza je potvrzena.

7.3.2 Rozbor dotazníkového šetření

Dotazníková forma výzkumu, její provedení a analýza, byla časově náročná, ale poskytla nám cenné poznatky od samotných žáků. Škola poskytla jeden den, kdy nám umožnila podrobit výzkumné části všechny třídy na druhém stupni. Žáci se snažili danou otázku zodpovědět co nejpřesněji, někteří připojovali i doplňující poznámky. Ti, kteří nevěděli jakýkoliv význam slov nebo smysl otázek, se doptávali. Nevýhodou však mohl být velký počet žáků v každé třídě a možný strach z nahlížení do odpovědí přisedícím spolužákem. Dále také lokalitou. Výzkum se konal na základní škole v malém městě, výsledky se tedy mohou lišit od větších a velkých měst.

V celkovém počtu žáků převažovali chlapci, kteří se přikláněli k odpovědím aktivního hraní. Ovšem i s touto zálibou přiznali spoustu jiných zájmových aktivit.

Na agresivitu vyvolanou hraním počítačových her jsme se také zaměřili. Takové hry hrají spíše chlapci a ti také přiznali nárůst vzteku, který získali tímto hraním. Někteří se i přiznali, že si ublížili a to nejen chlapci. Následně díky získanému vzteku si pak vybíjejí zlost i na jiných lidech v rámci hry např. formou výhružek. Ovšem někteří si vztek, který nezískali ve hře, hrou vybíjejí. Podle odpovědí to praktikují někteří chlapci, ale i dívky, byť jen výjimečně.

Většina žáků souhlasila s tím, že vidí přínos některých her pro člověka např. v logickém uvažování či zlepšení se v cizím jazyce. Dále také uvedli, že někteří se svou herní postavou sžijí i během běžného dne. Potvrdili nám však, že převážná většina z nich, kteří se věnují hrám, nebo k nim jen občas přisednou, rozpoznají virtuální a fyzický svět.

Pasivitu spojenou s používáním počítače nám výzkumná část také potvrdila. Malá část chlapců uvedla, že tráví na počítači více jak tři hodiny

denně a přesto se našla většina, které by dělalo problém, přerušit činnost na počítači a pomoci v domácnosti.

7.4 Metodika vyhodnocení kvalitativních dat

Subjektivní názory na výsledky dotazníkového šetření

Na začátku rozhovorů byli respondenti dotázáni, na základě předložených výsledků z dotazníkového šetření, zdali počítače ovlivňují děti na základní škole. „Podle odpovědí to vypadá, že už moc hráči nejsou. Že už je to spíš jen takové posezení u počítače nebo spíš u mobilu v poslední době.“ (Respondent 1) „Je vidět, že hry ovlivňují žáky základních škol. Jsou celosvětově přítomny v domácnostech, ale z dotazníku je vidět, že ty děti nejsou tak závislé. Najdou se výjimky, které tam tráví víc jak tři hodiny denně, ale je jich jen pár. Mají jiné aktivity a většinou je hlídají rodiče, kteří jim nedovolí hrát déle, než určitou vymezenou dobu.“ (Respondent 2) Rodičovská kontrola byla klíčová. Na základní škole, kde je rodič pro dítě stále silnou autoritou, se přílišné hraní velmi limituje a děti mají stále mnoho venkovních aktivit či kroužků, na které rády dochází. „Myslím si, že nejsou na počítačových hrách závislé a mají navíc rodičovskou kontrolu, jak jsou ještě malými dětmi. Ale zahrají si rády a nemyslím si, že by si navzájem ubližovaly, kvůli tomu, že jim to zrovna nejde.“ (Respondent 3) Rozdíl na vnímání hraní počítačových her bude znatelný pochopitelně také mezi vesnicí a městem, kde je svět trochu rychlejší, uspěchanější a celkově životní styl se liší. „Asi je to ovlivněné také tím, že výzkum probíhal na vesnici, ve městě by odpovědi byli malinko jiné. Taky záleží na věku, protože když jsou pak jedinci na střední škole, tak se ty priority trochu změň.“ (Respondent 4)

Reflexe vlastního hraní

Další oblastí výzkumu byla reflexe hraní každého z respondentů. Podstatou otázek bylo zjistit, jestli hraním něco ztratili či naopak získali. Všichni shodně odpověděli, že rozmach počítačových her zažívali spíše na střední škole, kde už měli i komunitu spolužáků, se kterými hry mohli navzájem probírat vyjma jednoho, který s hraním začal od svých deseti let. „V zásadě od té doby, co jsem dostal počítač, tak jsem začal i hrát. A to už je tedy

asi dvacet let.“ (Respondent 1) Otázkou je, jestli samotným hraním hráči něco ztratili, jelikož z objektivního pohledu musí sedět u počítače a tudíž to mohlo jít i na úkor jiným aktivitám nebo věcem. *„Počítačovými hrami určitě ne, protože nejsem jen u něj, ale dělám i jiné věci.“* (Respondent 3) *„Jediný, co jsem tím ztratil, byl kontakt s ostatními, ale v okolí jsem stejně nikoho neměl, tak se to nabízelo, tak nějak samo.“* (Respondent 1) *„Něco ztratíte, něco získáte. Já si myslím, že záleží, jak se na to člověk dívá. Z mého pohledu jsem nic neztratil.“* (Respondent 4). Zajímavé také je, jaké hry hráči preferovali, kterým dávali přednost. Hra má spoustu možností a nabídek. Můžeme se v nějaké části své osobnosti či myšlení zdokonalovat nebo si jen odpočinout. *„Hrál jsem strategie, závodní hry a poté jsem inklinoval k WoW jeden čas.“* (Respondent 2) *„Střílečky mi vydržely dlouho, na odreagování je to ideální stav. Člověk u toho nemusí moc přemýšlet, stačí, když má co zabít ve velkém počtu.“* (Respondent 1) *„MMORPG.“* (Respondent 3) *„Za mě MMORPG hry nebyly, tak jsem hrál s kamarádem Heroes, tahovou strategii, a na střední jsme pak hráli Starcraft a pak WoW, který tenkrát byl jako novinka.“* (Respondent 4) Postoje na hraní počítačových her se moc nelišily. Všichni se shodli, že hraní je pro ně zábavou a odreagováním.

Schopnost sebekontroly

Většina hráčů jistě zná větu *„ještě pět minut hraní a potom už to vypnu“*. Ptali jsme se, jestli to tak měli i naši respondenti. *„Samozřejmě, minimálně těch pět minut, ještě ne, ještě chvilíčku.“* (Respondent 1) *„Jak kdy, převládalo ale to odkládání.“* (Respondent 2) *„Jak kdy. Někdy mě to vyloženě štválo, tak jsem to vypínal furt, ale někdy, když jsem potřeboval něco dokončit, tak jsem si to prodlužoval. Jsem člověk, který má rád věci udělané. Takže když si vytyčíte nějaký cíl, tak je potřeba ho splnit.“* (Respondent 4) Předposlední respondent odpověděl jednoduše a rázně: *„ano“*.

Hraní na počítači zejména u malého dítěte korigují z velké části rodiče. Někteří rodiče s tím pochopení mají, jiní i přesto, že je to pro dítě jen

relaxace, odmítají. „Rodina ta byla proti tomu, protože tomu nerozuměli a viděli jen, že sedíš u počítače, tak byli naštvaní. Je ale zajímavé, že když jsem seděl u televize, což je skoro to samé, tak to jim nevadilo. Ale nevadilo mi to, neřešil jsem to.“ (Respondent 4) „Já jsem nehrál tak moc, aby to naše znepokojovalo, akorát někdy, když bylo volno, prázdniny na střední, tak jsem u toho proseděl celý den a to už se našim nelíbilo.“ (Respondent 2) „Lepší, že hraje na počítači, než když sedí v hospodě. Aspoň je doma, říkali moji rodiče.“ (Respondent 1) „Rodina k tomu měla neutrální názor, prostě dělej si, co chceš.“ (Respondent 3)

Někteří ke hraní mají větší náklonnost, jiní menší. Některé to ovlivňuje více, jiné méně. Za pomoci specifické otázky jsme se pokusili respondenty přesvědčit o skutečnosti, ve které by se ocitli ve svém tehdejší oblíbeném herním období. Došlo tam však k odstávce proudu a neměli by tudíž přístup k počítači, potažmo hraní. Následně jsme se ptali, zdali by se chtěli vrátit zpět či nikoli. „Vytvořil bych si něco v dílně, zabavil bych se manuální prací jako třeba kopání děr, výkopů apod. A do herního období bych se vrátil rád. Proč ne? Člověk nemusel nic řešit.“ (Respondent 1) „Našel bych si jinou činnost, mám rád kreslení, nebo hraní na klávesy. Do herního období bych se nevracel. Zahrál jsem si, bavilo mě to, ale nevracel bych se, čas jde dál.“ (Respondent 3) „Nakoupil bych si hodně baterek do notebooku. A pro návrat do herního období není důvod.“ (Respondent 2) „To by bylo vtipné. Sestavil bych si kalendář, škrtal si čárky a čekal, až ten půlrok uplyne. Do hracího období bych se ale vrátit nechtěl, co bylo, bylo.“ (Respondent 4)

Postoje hráčů na agresivní hry

Velmi diskutované téma, zda jsou agresivní hry špatné pro dítě či nikoli, bylo vyjasněno v teoretické části. Za pomoci rozhovorů jsme zjistili subjektivní názory samotných hráčů. „Podle mě je to hodně individuální. Jsou děti, které to neovlivní a žijí si svůj život dál a jsou samozřejmě i děti, které to ovlivnit může a že jsou pak agresivní. (Respondent 2) „Myslím si, že ne. Člověk

si může ulevit ve hře, když někoho rozcupuje, a má klid. Když je třeba na někoho naštvaný, tak si zapne hru a vybije se v ní, takové odreagování.“ (Respondent 1) *Záleží na dítěti. Na mě takové hry stopu nezanechaly, alespoň myslím.“* (Respondent 4) *„Asi ano. Nějaký určitý pocit, který si dítě ze hry odnese, může mít negativní dopad.“* (Respondent 3) Jedna z otázek se také týkala problematiky případů, kdy si dítě kvůli hře ublížilo. *„Záleží na tom, jak moc si ublížil, jestli to bylo klasické třísknutí do stolu nebo klávesnice, tak to je ještě v mezích - když to nejde, tak to hold nejde.“* (Respondent 1) *„Je to špatné, když se někomu ve hře něco nepovede a dokáže ublížit sám sobě nebo jiným, tak to je hodně špatný.“* (Respondent 3) *„Je to velký problém, a pokud se tak stane, tak by měli rodiče zakročit a podle mého názoru to projednat s příslušným odborníkem.“* (Respondent 2) *„Jsou to blázni. Měli by oddělovat co je ve hře, a co skutečnost.“* (Respondent 4)

Sociální aspekt

Hraní na počítači pomyslně „odsuzuje“ hráče k izolaci před okolním světem a hraní o samotě. Hru může hrát v přítomnosti jedné nebo několik osob, ale vzhledem k zaujetí pro herní činnost se hráč věnuje výhradně jen samotné hře. *„Jelikož kolem mě nebylo moc lidí stejného věku, se kterými by šlo něco hrát, tak jsem takové aktivity neměl, spíš nějaké manuální práce v dílně. Jinak převažovaly právě hry.“* (Respondent 1) *„Skloubilo se to. Chodili jsme s kluky ven, ale když nebylo nic domluvené, tak se sedlo k počítači a hrálo se.“* (Respondent 2) *„Vždycky jsem si dokázal najít čas na jiné aktivity.“* (Respondent 3) *„Na základce jsme stavěli bunkry, stříleli s kuličkovou pistolí, ale pak to člověk už přestane dělat a na střední mě víc bavily počítače.“* (Respondent 4) S tím úzce souvisí i kontakt s přáteli a blízkým okolím. *„Vždycky když byla nějaká akce, tak jsem určitě jel, nechtěl jsem být doma jen u počítače.“* (Respondent 3) *„Na škole jsme se vídali denně, byli to mí spolužáci. Později už bylo méně času, tak míň, ale nebylo to kvůli hrám.“* (Respondent 2) *„Dříve jsem moc přátel neměl, takže jsem se neměl s kým*

vídat. “ (Respondent 1) „Vídali jsme se ve škole. Měl jsem všechny kamarády na škole a ze střední se s nimi vídám pořád. “ (Respondent 4)

V současné době díky online hrám můžeme být v kontaktu s různými lidmi odlišných národů, pořád to ale nenahradí osobní kontakt. Zejména před několika lety, kdy online hry ještě nebývaly, respondenti potvrzovali problémy při navozování vztahů a sociálními interakcemi obecně.

Také jsme zjišťovali ochotu při plnění domácích povinností. Ze značné míry v dětském období se potvrdil vliv a kontrola rodičů, tudíž moc prostoru na odpor neměli. Vyskytla se ale výjimka, kdy jeden respondent z rozhovoru považoval běžné domácí povinnosti za přítěž a dělalo mu problém v rodině pomoci. *„Samozřejmě s tím byl vždycky problém. Když jsem měl něco rozehraného, tak jsem se nemohl jen tak zvednout a v průběhu hry jít dělat něco jiného, to bylo nepřijatelné. “ (Respondent 1)* Zbytek respondentů problémy s plnění svých domácích povinností však neměli. *„Nedělalo mi problém plnit si domácí povinnosti nebo domácí úkoly“ (Respondent 2)* *„Vůbec mi nedělalo problémy. Vždycky, když s něčím rodiče potřebovali pomoci, tak jsem to udělal. “ (Respondent 3)* *„Nedělalo mi to problém, ale když jsem měl něco rozehraného a mamka mi řekla: pojď, tak musela chvíli počkat, než jsem doběhnu do nějakého uložení, abych o to nepřišel, a pak jsem šel. “ (Respondent 4)*

Současná situace hráčů

Všichni respondenti si prošli velmi intenzivním obdobím hraní počítačových her v období dospívání. Zajímala nás skutečnost, jak to vypadá s jejich hraním v současnosti. Výjimkou je jeden z respondentů, který s hraním her začal spíše až v období, které následovalo po škole. *„Na základní a střední škole jsem moc nehrál, začal jsem hodně až po škole a to mi drží dodnes. “ (Respondent 3)* *„Ano hraji, ale moc často ne. Třikrát týdně pár hodin. “ (Respondent 2)* *„Čas od času si zahraji, ale už to není tak časté,*

i když nárazové vlny hraní samozřejmě jsou.“ (Respondent 1) „Určitě, hraji Starcraft 2.“ (Respondent 4)

7.4.1 Rozbor rozhovorů

Komunikace se staršími respondenty proběhla ve vyhraněném času a prostoru, aby bylo dosaženo důvěrného prostředí pro jejich zpovědi. Respondenti měli možnost nahlédnout do otázek, na které budou následně odpovídat. Spolupráce s nimi měla rychlý spád. Věděli, jaký mají názor na řešenou problematiku a jak argumentovat. Celkově rozhovory proběhly v pořádku a daly nám velmi zajímavé subjektivní poznatky.

Vliv her

Čas žáka na základní škole strávený u počítače z velké části pořád ještě hlídají rodiče. Rozmach počítačového hraní tedy vzkvétá spíše až s příchodem střední školy a to zejména u chlapců. Většina respondentů se dále shodla, že hraním počítačových her neztratili nic, co by je mohlo trápit nebo omezit. Hraní pro ně bylo zábavné a často oddychové trávení volného času.

Zajímavý byl fakt, že respondenti nepociťovali odloučení či samotu kvůli času, který věnovali hraním na počítači. Někteří tvrdili, že se svými spoluhráči vidali ve hře i fyzickém světě, nejčastěji ve škole. Ovšem díky hraní a již zmiňovanému sociálnímu odloučení, někteří respondenti přiznali problémy, při navazování nových vztahů ve fyzickém světě.

S domácími povinnostmi problémy neměli. Potvrzovali, že když rodina něco potřebovala, nebyl problém úkol splnit. Pouze jeden odpověděl negativně a zdůraznil, že bylo nepřípustné zvednout se uprostřed hry a začít dělat něco jiného. Velkou roli zde hrála osobnost jedince a míra ochoty každého z nich.

Postoje hráčů na agresivní hry

Agresivní hry a jejich možný dopad na dítě, ovlivní jedince individuálně. Na každého může agresivní hra zapůsobit jinak, může si jí vyložit jiným způsobem, a pak na to odlišně reagovat, nežli by zareagoval např. kamarád daného dítěte. Respondenti se shodli navíc, že dítě, které si ublíží kvůli počítačové hře, má problém se sebeovládáním a v některých případech by mělo vyhledat pomoc. Pokud si jedinec tedy kvůli hře ublíží nebo ublíží svému okolí, není to zcela normální.

Motivace ke hraní a současná situace hráčů

Jak již bylo zmíněno, jedinci vyhledávali počítačové hry zejména kvůli zábavě, kterou jim daná hra přinášela. Doposud někteří stále ještě hry hrají. Každý z nich má spoustu povinností, práci, rodinu, různé zájmy, a přesto si najdou čas na zahrání své oblíbené hry. Uvedli, že už tomu není tak, jako dříve, ale hry je baví, dokáží odreagovat a uvolnit se. Zajímavý je fakt, kdy se jeden jedinec přiznal, že by se do herního období rád vrátil. Většina z respondentů, i přesto, že měli hry velmi rádi, by se však do svého hracího období nevrátili. Rádi na tu dobu vzpomínají, ale žijí současným životem, který jim přinesl mnoho jiného, nového a nemají proto důvod pro návrat do minulosti.

7.5 Shrnutí výzkumu

Výzkum byl rozdělen na dvě části pro dosažení hlubšího vhledu do problematiky počítačových her. Nejprve bylo provedeno dotazníkové šetření a to zejména kvůli časové tísní. Poté následovaly rozhovory s dospělými jedinci, kteří mají bohaté zkušenosti s počítačovými hrami a byli ochotní se s nimi podělit.

7.5.1 Dotazníkové šetření

Dotazníkové šetření bylo časově náročné pro výsledné zpracování, ale poskytlo nám vhled do současné situace žáků na základní škole a jejich postoji k problematice počítačových her. Zjistili jsme, že většina žáků, zejména chlapců, počítačové hry hrají, ale mají ještě spoustu jiných zájmových aktivit ve světě fyzickém.

Také se ukázalo, že u většiny chlapců agresivní hry dokáží vyvolat vztek, ale jen malá hrstka z nich si kvůli nim nějakým způsobem ublížila. Velká většina chlapců si občas svůj vztek ve hře vybíjí. K psychické agresi, ve formě výhružek, se dokázalo uchýlit ale jen malé procento žáků. Žáci se také častokrát vžijí do své herní postavy nebo herní situace, ale pořád dokáží rozeznat představy od fyzického světa.

Dalším zajímavým objevem byla délka trávení času žáků u počítače. Někteří chlapci a pár dívek uvedlo, že tráví více jak 3 hodiny u počítače každý den. Malá část chlapců by navíc dala přednost hraní počítačových her s kamarády, než s nimi provozovat jinou zájmovou aktivitu. Velká část dotázaných se také shodla, že by jim dělalo problém ukončit práci na počítači a vypomoci v domácnosti.

Nevýhodou dotazníkového šetření byla převážná část chlapců a výzkum provádění pouze na jedné základní škole v malém městě, což mohlo vést ke zkreslení výsledků hraní a postojů k počítačovým hrám obecně.

Pro přesnější údaje by bylo nutné provést obdobný výzkum na základní škole ve velkém městě a výsledky pro přesnější údaje porovnat.

Všechny vytyčené cíle výzkumu však byly splněny. Zmapovali jsme, kolik žáků hraje počítačové hry a do jaké míry je tyto hry ovlivňují. Zjistili jsme jejich postoje a vnímání na samotné hraní.

7.5.2 Rozhovory

Spolupráce s dospělými jedinci byla rychlá a velmi přínosná. Poskytli nám cenné poznatky z dob, kdy počítačové hry byly teprve v rozkvětu a efektivně reflektovali vlastní hraní. Díky tomu jsme získali konkrétnější informace a mohli porovnat názory s žáky z dotazníkového šetření.

Vyšlo najevo, že děti, zejména chlapci, se dostanou k počítačovému hraní spíše až na střední škole, kde už není tak velký nátlak rodičovské kontroly. Většina respondentů potvrdila přínos počítačových her pro ně samotné. Nevníмали herní období za ztrátu nebo negativní trávení volného času.

Dalším zajímavým poznatkem bylo, jak se respondenti postavili k dotazu, zdali by se chtěli do svého herního období vrátit. Kromě jednoho z nich všichni uvedli, že nemají důvod chtít návrat do minulosti. Bylo to pro ně hezké období, ale současnost, která jim přinesla jiné a nové věci, by neměnili.

Také postoje hráčů na agresivní hry byli zajímavé. Uvedli, že jde hodně o individualitu, kde agresivní hra na každého jedince může zapůsobit odlišným způsobem a záleží na jedinci a jeho sebekontrole, jak se s tím vypořádá. Pokud dítě záměrně ublíží sobě či svému okolí, mělo by vyhledat odbornou pomoc.

Výzkum a jeho cíle byly splněny. Získali jsme výpovědi starších jedinců, kteří nám poskytli pohled na problematiku ze strany hráče počítačových her. Měli jsme tedy možnost se na tento jev podívat přímo od zdroje. Jedná se však o subjektivní odpovědi a vnímání. V době, ve které

hráli naši respondenti, měli jiný přístup a možnosti hraní než je tomu dnes. Jednalo se tedy pouze o hypotetický konstrukt podobnosti, který mohl být mezi bývalými hráči a žáky.

ZÁVĚR

Bakalářská práce vnáší hlubší pohled do vlivů počítačových her, které mohou působit na žáky druhého stupně základní školy. Zjistili jsme, že žáci (převážně chlapci) sice hrají počítačové hry, ale stále mají spoustu jiných zájmových aktivit, které provozují mimo svůj počítač. U agresivních her se žáci také zmiňovali o vzrůstajícím násilném popudu, získaným danou hrou, avšak velká většina přiznala sebekontrolu a fyzickou agresi popřeli. Důležitým faktem je také přítomnost rodičovské kontroly u dětí.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část popisuje hru jako takovou, její historii, současnost a žánry. Následně definuje působící vlivy her, jak pozitivní, negativní, tak i sociální a osobnostní. Uveden je i životní styl samotného hráče. Tato část je zakončena rozborem možných aplikovatelných prevencí. Praktická část se věnuje metodologii výzkumu a jeho jednotlivých částí, kde přibližuje problematiku ze strany žáka, ale i dospělého, pracujícího člověka, který herním obdobím skutečně prošel.

Ve výzkumné části jsme se snažili porovnat dva odlišné vzorky. Na jedné straně žáci dnešní základní školy a na straně druhé dospělí jedinci. Šlo pouze o hypotetický konstrukt podobnosti. Ukázalo se, že u žáků počítačové hry nejsou prioritní a stále mají spoustu jiných volnočasových zájmů. Rozhovory nám zároveň poskytly hlubší pohled do hráčského nitra a subjektivních zpovědí.

K častému hraní se jedinec dostává z velké části až na střední škole, kdy pomine kontrola rodičů. Se samotnou počítačovou hrou však přijde do styku dříve. Ve většině případů již na základní škole, kde však volný čas dítěte pořád ještě z velké části korigují rodiče. Jelikož s příchodem střední školy tato kontrola slábne, jak jsme již zmínili výše, bylo by potřeba zavést do preventivního programu základních škol hry, zejména s agresivním obsahem, a celkově mediální gramotnost. Díky tomu by žáci nabyli povědomí

o možných rizikách s tím spojených. Takový preventivní program by mohl do budoucna zajistit, aby nebyl narušen zdravý vývoj dítěte.

Použitá literatura

HULANOVÁ L., *Internetová kriminalita páchaná na dětech*. Praha: Triton 2012. ISBN 978-80-7387-545-9.

KUKAČKA V., *Zdravý životní styl*. České Budějovice: Jihočeská univerzita 2008. ISBN 978-80-7394-105-5.

NEŠPOR K., *Jak přežít počítač?* Prostějov: Computer media s.r.o. 2011. ISBN 978-80-7402-069-8.

NEŠPOR K., *Návykové chování a závislost*. Praha: Portál 2011. ISBN 978-80-7367-908-8.

POKORNÝ V.; TELCOVÁ J.; TOMKO A., *Prevence sociálně patologických jevů*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r.s. 2003. ISBN 80-86568-04-0.

ŠEVČÍKOVÁ A., *Děti a dospívající online*. Praha: Grada Publishing, a.s. 2014. ISBN 978-80-247-5010-1.

VÁGNEROVÁ M., *Psychologie osobnosti*. Praha: Karolinum 2010. ISBN 978-80-246-1832-6.

VÁGNEROVÁ M., *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

Internetové zdroje

1. Historie počítačových her. In: *Živě* [online]. Brno: Živě, 2009 [cit. 2009-07-06]. Dostupné z: <http://www.zive.cz/clanky/chleb-a-hry-historie-pocitacovych-her/sc-3-a-147762/>
2. Personal computer game. In: *Webopedia* [online]. Foster City: Webopedia. Dostupné z: http://www.webopedia.com/TERM/P/personal_computer_game.html
3. Počítačová hra. In: *Wikipedie* [online]. San Francisco: Wikipedie, 2016 [cit. 2016-02-17]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Počítačová_hra
4. Dějiny počítačových her a videoher. In: *Wikipedie* [online]. San Francisco: Wikipedie, 2016 [cit. 2016-02-25]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Dějiny_počítačových_her_a_videoher
5. Zdravotní rizika počítačových her a videoher. In: *Počítače, internet, videohry* [online]. Praha: Nešpor, s. 6. Dostupné z: <http://www.drnespor.eu/Pomoc.html>
6. Vliv PC her na náš organizmus. *Centauris* [online]. Centauris, 2006 [cit. 2006-12-01]. Dostupné z: <http://www.centauris.wz.cz/clanky/123-vliv-pc-her-na-nas-organizmus>
7. Výsledky šetření o využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci. *Český statistický úřad* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2006 [cit. 2006-06-30]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/82004f2680>

8. Profesionální hráči PC her: V České republice je vydělat si dřina. *Studenta.cz* [online]. Praha: Studenta media, 2011 [cit. 2011-11-28]. Dostupné z: <http://www.studenta.cz/profesionalni-hraci-pc-her-v-ceske-republice-je-vydelat-si-drina/magazin/article/774>
9. www.citaty.cz
10. The Psychological Effects of Violent Media on Children. *AllPsych* [online]. AllPsych, 2003 [cit. 2003-12-14]. Dostupné z: <http://allpsych.com/journal/violentmedia/>
11. Nejlepší hry na Facebooku. *DSL.cz* [online]. Beroun: DSL, 2010 [cit. 2010-11-03]. Dostupné z: <http://www.dsl.cz/clanky/1655-nejlepsi-hry-na-facebooku>
12. Nejhranější hra na světě? League of Legends. *Games.cz* [online]. Games, 2012 [cit. 2012-12-10]. Dostupné z: <http://games.tiscali.cz/tema/nejhranejsi-hra-na-svete-league-of-legends-60959>
13. Když "paření" pomáhá. *Psychologie.cz* [online]. Psychologie, 2012 [cit. 2013-09-03]. Dostupné z: <http://psychologie.cz/kdyz-pareni-pomaha/>
14. Počítače a internet v domácnostech 2014. *Český statistický úřad* [online]. Brno: Český statistický úřad, 2015 [cit. 2015-11-30]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/xb/pocitace-a-internet-v-domacnostech-2014>
15. Vědci zkoumají pozitivní aspekty počítačových her. *Deník.cz* [online]. Deník, 2013 [cit. 2013-03-17]. Dostupné z: http://www.denik.cz/ze_sveta/vedci-zkoumaji-pozitivni-aspekty-pocitacovych-her-20130317.html
16. *Zpravodaj drogového informačního centra* [online]. In: Praha: Informační centrum OSN, 2007 [cit. 2007-06-25]. Dostupné z:

[http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/zavislosti/drogy/DICcerven07.
pdf](http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/zavislosti/drogy/DICcerven07.pdf)

Přílohy

Příloha č. 1: Otázky pro rozhovory

Příloha č. 2: Dotazník

Příloha č. 1: otázky pro rozhovory

Otázky pro rozhovory:

- 1) Co si myslíte o odpovědích žáků v dotazníku?
- 2) Jak dlouho jste strávil hraním počítačových her?
- 3) Myslíte si, že jste tím něco ztratil?
- 4) Co si myslíte o agresivních PC hrách? Zanechá to na dítěti nějakou stopu?
- 5) Jakou PC hru jste preferoval? (podle odpovědi – strategie/akční/MMORPG) hrál jste (...) PC hru, myslíte, že vám něco přinesla?
- 6) Jaké pro vás bylo hraní PC hry?
- 7) Jsou případy, kdy si dítě ublíží kvůli hře. Co si o tom myslíte?
- 8) Jak jste to měl s hraním PC her a klasickými volnočasovými aktivitami např. fotbal?
- 9) Vyhledával jste PC hry kvůli nějakému určitému záměru?
- 10) Jak často jste se vídal s přáteli?
- 11) Měl jste přátele jen přes počítače?
- 12) Hry jste hrál hodně dlouho, jak jste na tom byl s domácími povinnostmi? (Např. dělalo vám problém pomoci rodičům v nějaké domácí aktivitě?)
- 13) Dokázal jste hru za hodinu vypnout nebo jste si říkal: „tak ještě těch pět minut... „?
- 14) Jaký jste měl důvod pro hraní PC her?
- 15) Co říkala na vaše hraní rodina a jaká byla vaše reakce?
- 16) Představte si, že jste se dokázal vrátit do dob, kdy pro vás hraní bylo životem. Co byste dělal, kdyby ČR oznámila, že od zítřka na půl roku bude odstávka elektrického proudu, tudíž byste neměl ke hrám dlouhodobý přístup? (Na obživu apod. by to nemělo vliv)
- 17) Kdybyste měl tu možnost, chtěl byste se vrátit do svého největšího hracího období? Pokud ano, tak proč?
- 18) Hrajete ještě dnes nějaké hry?

Příloha č. 2: dotazník

Milí žáci ZŠ v Ledenicích,

jsem studentkou Jihočeské univerzity, Pedagogické fakulty, a tímto bych Vás chtěla požádat o vyplnění tohoto dotazníku, který bude využit výhradně jen pro účely mé bakalářské práce.

Jedná se o práci Vliv počítačových her na žáky 2. stupně ZŠ. Dotazník je zcela anonymní, nemusíte se tedy bát, že vaše jména a spojitosti budou někde zveřejněny.

Prosím vyplňujte u každé otázky pouze jednu odpověď, která je vám osobně nejbližší. U odpovědí, kde je k dispozici volný řádek, prosím o vyplnění vašeho názoru / důvodu pro danou otázku. Pokud byste některým výrazům nerozuměli, nebo měli jiné otázky k tématu, ráda je zodpovím. Dotazník nepodepisujte!

Pokud budete mít zájem o výsledky tohoto průzkumu, mohu zaslat e-mailem vyhotovenou analýzu.

Děkuji za pomoc a spolupráci,

Monika Miková

1) Jsi:

- a) Dívka
 - b) Chlapec
-

2) Jak často PC hru hraješ?

- a) Každý den, pokud zrovna nemám nějaký zákaz;
- b) Víckrát za týden, ale ne každý den;
- c) Jednou do týdne;

- d) Méně než jednou týdně;
 - e) Vůbec nehraji.
-

3) PC hry:

- a) Hraji tak často, jak jen můžu a ostatní (chození ven, kroužky, apod.) mě baví mnohem méně;
 - b) Baví mě, ale také mě baví i jiné věci, např. _____ (doplň, co rád děláš ve volném čase);
 - c) Sice mě baví, ale raději dělám _____ (doplň, co děláš raději);
 - d) Mě moc nebaví, mám jiné zájmy, např. _____ (doplň, co ve volném čase děláš).
-

4) Vzbuzuje v tobě střelečka, bojová hra a jiné takovéto hry zlobu nebo vztek?

- a) Ano často;
 - b) Ano občas;
 - c) Jen výjimečně;
 - d) Stalo se tak jen jednou;
 - e) Vůbec ne, protože _____ (doplň důvod).
-

5) Už jsi někdy kvůli PC hře něco rozbil/a?

- a) Ano, vždy když hraji _____ (doplň název hry) něco zničím/poškodím;

- b) Jen občas se mi povede něco rozbít/poškodit, kvůli _____ (doplň název hry);
- c) Jednou se mi to povedlo, a to kvůli _____ (doplň název hry);
- d) Ne, protože _____ (doplň důvod).
-

6) Zažíváš vyhrožování či šikanu kvůli neshodám v PC hře a to buď přímo ve hře, přes internet nebo telefon, apod.?

- a) Ano často;
- b) Ano občas;
- c) Ano, ale jen výjimečně;
- d) Stalo se mi to jen jednou;
- e) Vůbec ne, protože _____ (doplň důvod).
-

7) Posíláš výhružky kvůli neshodám v PC hře (přímo ve hře, přes internet nebo telefon, apod.) ?

- a) Ano často;
- b) Ano občas pošlu;
- c) Jen výjimečně;
- d) Poslal/a jsem pouze jednou;
- e) Vůbec ne, protože _____ (doplň důvod).
-

8) **Už jsi se sžil/a se svojí herní postavou či situací natolik, že jsi zapomněl/a na chvíli na reálný svět?**

- a) Ano, stává se mi to pořád;
 - b) Ano občas;
 - c) Jen výjimečně;
 - d) Pouze jednou se tak stalo;
 - e) Vůbec ne, protože _____ (doplň důvod).
-

9) **Považuješ se za člověka, který dokáže rozeznat realitu od smyšleného virtuálního světa?**

- a) Určitě ano;
 - b) Asi ano;
 - c) Nedokážu posoudit;
 - d) Asi ne;
 - e) Určitě ne.
-

10) **Ublížil/a sis někdy nějakým způsobem kvůli počítačové hře?**

- a) Bohužel ano;
 - b) Ne, nikdy.
-

11) **Máš víc kamarádů v kyberprostoru (např. na internetu nebo ve hře) než v reálném životě?**

- a) Ano, protože _____ (doplň důvod);

b) Ne.

12) Myslíš si, že PC hra dokáže člověka pozitivně ovlivnit např. naučit se cizí jazyk?

- a) Určitě ano, myslím si, že _____ (doplň tvůj názor);
- b) Asi ano;
- c) Nedokážu posoudit;
- d) Asi ne;
- e) Určitě ne, protože _____ (doplň tvůj názor).

13) Hrál/a jsi někdy PC hru kvůli vybití si vzteku např. z nevydařené práce?

- a) Ano pořád;
- b) Ano občas;
- c) Jen výjimečně;
- d) Pouze jednou to tak bylo;
- e) Vůbec ne.

14) "Čas strávený u počítače ze mě udělal stydlína". Ztotožňuješ se s tímto výrokem?

- a) Ano;
- b) Ne, protože _____ (doplň důvod).

15) Myslíš si, že navazování kontaktů pouze přes internet by ti mohlo způsobit problémy v komunikaci s lidmi mimo kyberprostor?

- a) Určitě ano;
 - b) Asi ano;
 - c) Nedokážu posoudit;
 - d) Asi ne;
 - e) Určitě ne, protože _____ (doplň důvod).
-

16) Trávení volného času u PC je pro tebe přínosné a zábavné?

- a) Určitě ano, protože _____ (doplň důvod);
 - b) Asi ano;
 - c) Nedokážu posoudit;
 - d) Asi ne;
 - e) Určitě ne, protože _____ (doplň důvod).
-

17) Myslíš si, že jsou PC hry jen ztráta času?

- a) Určitě ano;
- b) Asi ano;
- c) Nedokážu posoudit;
- d) Asi ne;
- e) Určitě ne.

18) Vnímáš hraní logických/strategických her (např. Sudoku nebo Starcraft) za přínosné např. pro rozvoj logického myšlení?

- a) Určitě ano;
 - b) Asi ano;
 - c) Nedokážu posoudit;
 - d) Asi ne;
 - e) Určitě ne.
-

19) Trávíš více jak 3 hodiny denně svého volného času u počítače?

- a) Ano, protože _____ (doplň důvod);
 - b) Ne, protože _____ (doplň důvod).
-

20) Když jsi zrovna u PC, dělá ti problém činnost, kterou na něm děláš přerušit a pomoci v domácnosti např. s vynesemím koše?

- a) Ano, dělá mi to problém;
- b) Ano občas;
- c) Jen výjimečně;
- d) Pouze jednou jsem s tím měl/a problém;
- e) Vůbec ne.

21) Dal/a bys přednost činnosti na PC (např. hrám přes LAN síť či internet), než podniknout sportovní či jinou aktivitu? (Obojí myšleno s kamarády).

a) Ano, protože _____ (doplň důvod);

b) Ne, protože _____ (doplň důvod).

22) Dohlíží tvoji rodiče nad časem, který trávíš u počítače?

a) Ano pořád;

b) Převážně ano;

c) Ano občas;

d) Jen výjimečně;

e) Vůbec ne.

f)