

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Ústav primární, preprimární a speciální pedagogiky

**Současné trendy v oblasti trávení volného času u dětí  
v dětských domovech a jejich možná rizika**

Bakalářská práce

Autor: Dominika Kábrtová  
Studijní program: Speciální pedagogika  
Vedoucí práce: Mgr. Martin Kaliba, Ph.D.  
Oponent práce: doc. PhDr. Boris Titzl, Ph.D.



## Zadání bakalářské práce

**Autor:** Dominika Kábrtová

**Studium:** P21P0731

**Studijní program:** B0111A190019 Speciální pedagogika

**Studijní obor:** Speciální pedagogika

**Název bakalářské práce:** **Současné trendy v oblasti trávení volného času u dětí v dětských domovech a jejich možná rizika**

**Název bakalářské práce AJ:** Current trends in children s leisure time in children s homes and their possible risks

### **Cíl, metody, literatura, předpoklady:**

Bakalářská práce se zaměřuje na aktuální formy trávení volného času u dětí v dětských domovech. Cílem teoretické části práce je popsat specifika trávení volného času u současné mladé generace a jeho specifika u cílové skupiny dětí v ústavní výchově. Pozornost bude věnována i možným rizikovým aspektům těchto aktivit a možnostem jejich prevence. Cílem praktické části práce je zjistit, jaké jsou současné trendy rizikového chování dětí v ústavní výchově v kontextu jejich volného času a komparovat je s obecnou populací dětí a mládeže. Z metodologického hlediska bude využito metody dotazování, případně analýzy pedagogické dokumentace.

- HÁJEK, Bedřich. HOFBAUER, Břetislav. PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volné času*. 2. aktualiz. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0030-7.
- KOPECKÝ, Kamil. *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2015. ISBN 978-80-244-4861-9.
- KOPECKÝ, Kamil. SZOTKOWSKI, René. DOBEŠOVÁ, Pavla. *Riziková komunikace a seznamování českých dětí v kyberprostoru*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2021. ISBN 978-80-244-5914-1.
- ŠVAŘÍČEK, Roman. ŠEĐOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.
- VAVRYSOVÁ, Lucie. *Rizikové aktivity, depresivita a vybrané osobnostní rysy u českých adolescentů z dětských domovů se školou a z výchovných ústavů*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2018. ISBN 978-80-244-5426-9.

**Zadávací pracoviště:** Ústav primární, preprimární a speciální pedagogiky,  
Pedagogická fakulta

**Vedoucí práce:** Mgr. Martin Kaliba, Ph.D.

**Oponent:** doc. PhDr. Boris Titzl, Ph.D.

**Datum zadání závěrečné práce:** 20.12.2022

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 17.5.2024

---

Dominika Kábrtová

## **Poděkování**

Ráda bych touto cestou poděkovala vedoucímu mé bakalářské práce panu Mgr. Martinu Kalibovi, Ph.D. za cenné rady, odborné vedení a vstřícný přístup. Také bych ráda poděkovala všem respondentům za vyplnění dotazníku.

## **Anotace**

KÁBRTOVÁ, Dominika. *Současné trendy v oblasti trávení volného času u dětí v dětských domovech a jejich možná rizika*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2024. 66 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce se zabývá problematikou trávení volného času u dětí v dětských domovech a případnými riziky, které vyplývají z uskutečňovaných aktivit volného času. V teoretické části práce je vymezen pojem volný čas a jeho specifika v dětském domově. Dále se práce zaměřuje na volnočasové aktivity v prostředí internetu a informačních a komunikačních technologií společně s riziky jejich realizace. Pozornost je věnována také prevenci a preventivním programům, které se zaměřují na rizika internetu a moderních informačních a komunikačních technologií. V praktické části práce jsou zjišťovány současné rizikové trendy v trávení volného času u dětí v dětských domovech. Tyto trendy jsou současně zkoumány u dětí vyrůstajících v rodinách. Následně jsou výsledky komparovány. Výzkum byl realizován pomocí kvantitativní metody formou online dotazníků. Přičemž jeden dotazník byl rozeslán do dětských domovů. Druhý pak na základní a střední školu.

Klíčová slova: volný čas, dětský domov, rizika, informační a komunikační technologie

## Annotation

KÁBRTOVÁ, Dominika. *Current trends in children's leisure time in children's homes and their possible risks*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2024. 66 pp. Bachelor Thesis.

The bachelor thesis deals with the issue of leisure time of children in children's homes and possible risks that arise from leisure time activities. The theoretical part of the thesis defines the concept of leisure time and its specifics in children's homes. Furthermore, the thesis focuses on leisure activities in the environment of the Internet and information and communication technologies together with the risks of their implementation. Attention is also paid to prevention and prevention programs that focus on the risks of the Internet and modern information and communication technologies. In the practical part of the thesis, current risk trends in leisure time of children in children's homes are identified. These trends are simultaneously examined in children growing up in families. Subsequently, the results are compared. The research was conducted using a quantitative method in the form of online questionnaires. One questionnaire was sent to the children's homes. The second one was sent to primary and secondary schools.

Keywords: leisure time, children's home, risks, information and communication technologies

## Prohlášení

Prohlašuji, že bakalářská práce je uložena v souladu s rektorským výnosem č. 13/2022 (Řád pro nakládání s bakalářskými, diplomovými, rigorózními, dizertačními a habilitačními pracemi na UHK).

Datum: 17.5.2024

Podpis studenta: .....

## Obsah

Úvod.....	9
1 Volný čas .....	10
1.1 Volný čas v dětských domovech .....	12
2 Kyberprostor jako náplň volného času a jeho rizika .....	14
2.1 Netolismus .....	16
2.2 Sexting .....	18
2.3 Kybergrooming .....	20
2.4 Kyberšikana .....	24
2.5 Gaming.....	26
2.6 Challenges.....	29
2.7 Preventivní programy zaměřené na rizikové chování na internetu.....	31
3 Výzkumné šetření.....	36
3.1 Metodologie .....	36
3.2 Výzkumný problém, výzkumné cíle a výzkumné otázky .....	37
3.3 Hypotézy .....	38
3.4 Charakteristika výzkumného vzorku .....	39
3.5 Výsledky výzkumu .....	42
3.6 Vyhodnocení hypotéz.....	55
4 Diskuze.....	57
Závěr .....	59
Seznam použitých zdrojů.....	60
Přílohy.....	66



## Úvod

Tématem bakalářské práce jsou současné trendy v oblasti trávení volného času u dětí v dětských domovech a jejich možná rizika. Vzhledem k rozsahu tématu volný čas a rizikům s ním spojených, se práce zaměřuje na rizika a trávení času v kyberprostoru. Téma bylo zvoleno také z toho důvodu, že děti tráví čím dál více času online a moderní informační a komunikační technologie jsou již neodmyslitelnou součástí jejich životů. V oblasti digitálního světa dochází k neustálému vývoji a objevují se nové fenomény, které mohou být rizikové, a proto je třeba je zkoumat. Zároveň rodiče nebo vychovávající děti nemusejí mít, často ani nemají, přehled o aktivitách, které dítě uskutečňuje ve virtuálním světě. Proto je třeba informovat o této problematice. Jelikož je důležité, aby rodiče a lidé pracující s dětmi věděli, co děti ovlivňuje nejen v reálném světě, ale i ve světě digitálním.

První kapitola práce se zaměřuje na volný čas a jeho specifika u cílové skupiny dětí z dětských domovů. Druhá kapitola je zaměřena na kyberprostor jako prostředí pro využití volného času. Pozornost je věnována zejména rizikům v oblasti internetové komunikace, sociálních sítí a digitálních her. Mezi těmito riziky jsou zařazeny tyto jevy: internetová závislost, sexting, kybergrooming, kyberšikana, závislost na digitálních hrách a nebezpečné výzvy na sociálních sítích. V poslední části jsou uvedeny možnosti prevence rizikových jevů v online prostředí prostřednictvím dostupných preventivních programů.

Cílem práce je zmapovat oblast volného času u dětí z dětských domovů. Zjistit s jakými riziky se tyto děti setkávají ve spojitosti s používáním moderních informačních a komunikačních technologií. Stanovit jaká rizika jsou nejvíce zastoupena. Cílem je také stejným způsobem prozkoumat danou oblast u dětí vyrůstajících v rodinách a následně výsledky komparovat. Určit jaké jsou rozdíly mezi těmito dvěma skupinami. Popřípadě jaká skupina je náchylnější k rizikovému chování. K výzkumu byla zvolena kvantitativní metoda. Data jsou zjišťována pomocí online dotazníků. Jeden z dotazníků byl poskytnut dětem z dětských domovů. Druhý dotazník byl poslán žákům základní školy a studentům střední školy.

# 1 Volný čas

Hofbauer (2004) definuje volný čas jako čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí. Volný čas je čas, který nám zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností. Mezi tři hlavní funkce volného času patří odpočinek, zábava a rozvoj osobnosti. (Hofbauer, 2004)

*„Volný čas je částí lidského života mimo čas pracovní (návštěva školy a pracovní proces) a tzv. čas vázaný, který zahrnuje biofyziologické potřeby člověka (spánek, jídlo, osobní hygienu), chod rodiny, provoz domácnosti, péči o děti, dojíždění za prací a další nutné mimopracovní povinnosti. Volný čas je dobou, kterou má po splnění těchto potřeb a povinností člověk k dispozici pro činnosti sebeurčující a sebevytvářející.“* (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2011, s. 10) Existuje také termín čas polovolný, který označuje činnosti přinášející radost a současně i praktický užitek. Jedná se například o ruční práce, kutilství nebo zahrádkaření. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2011)

Pospíšilová a kol. (2010) charakterizují volný čas jako čas pro odpočinek, zábavu, cestování a získávání nových dovedností a zkušeností. V souvislosti s tím ale dodávají, že volný čas lze trávit i nicneděláním nebo děláním něčeho, co je proti společenským pravidlům. Uvádějí také, že pro některé jedince není volný čas zábavou a možností potkávat se s dalšími lidmi. Naopak jim volný čas přináší negativní pocity, samotu a další možné problémy. Pospíšilová a kol. (2010) chápou efektivní náplň volného času jako prevenci sociálně patologických jevů. Jako odpočinek a možnost pro regeneraci sil pro práci. Dále jako zdroj pozitivních pocitů a zdravých sociálních vztahů. A také jako možnost pro naplňování důležitých hodnot pro život. (Pospíšilová a kol., 2010)

Pojem volný čas se poprvé objevil v řecké kultuře, kde byl označován slovem „scholé“. V té době byl volný čas využíván především ke vzdělávání se a k zapojení se do veřejného života. *„Volný čas představoval do značné míry naplnění řeckého ideálu ve smyslu možnosti uskutečňování svobodné volby lepších věcí.“* (Pospíšil, 2023, s. 40) Pospíšil (2023) se odkazuje na další autory, kteří dokazují, že smysluplně trávený volný čas vytváří společnost, která drží při sobě i v době válečných konfliktů. Dumazedier (1974 in Pospíšil, 2023) objevil čtyři základní vlastnosti, které jsou spojené s každou volnočasovou aktivitou. První vlastností je osvobození, kdy si danou aktivitu vybíráme svobodně bez pracovního, či sociálního tlaku. Druhá vlastnost je nezištnost. To znamená, že volnočasové aktivity nejsou prováděny za účelem zisku. Třetí vlastností je

hédonismus, neboť nám tyto aktivity přinášejí radost. Poslední vlastnost volnočasových aktivit je nazvána jako osobní charakter. Tedy, že si každý určuje činnosti volného času podle vlastních potřeb a preferencí. (Dumazedier, 1974 in Pospíšil, 2023)

Hamřík (2022) přidává skutečnost, že právo na volný čas je zakotveno ve Všeobecné deklaraci lidských práv vydané Organizací spojených národů v roce 1948. Konkrétně volného času se týkají tato práva. Právo na svobodu pohybu a cestování. Právo na odpočinek a volný čas zahrnující rozumné omezení pracovní doby a nárok na pravidelné placené volno. Právo se svobodně účastnit kulturního života společnosti a zapojit se do uměleckých aktivit. Právo na ochranu morálních a materiálních zájmů, které vyplývají z jeho vědecké, literární nebo umělecké tvorby. Aktivity volného času můžeme rozdělit několika způsoby. Jedním z nich je dělení na organizované a neorganizované aktivity. Organizované aktivity jsou vedené, s cílem rozvíjet určitou dovednost. Tyto aktivity jsou dobrovolné, pravidelné a plánované. Mají nastavená pravidla, probíhají pod dohledem dospělé osoby a obvykle se jich účastní více jedinců. Jedná se o individuální a týmové sporty, umělecké aktivity, mládežnické organizace a aktivity nabízené domy dětí a mládeže nebo volnočasovými centry. Naopak neorganizované volnočasové aktivity nemají dohled a strukturu. Jsou ale dobrovolné a vedení závisí na konkrétním samotném jedinci. Do této skupiny patří například četba, hraní her, sledování televize, procházky atd. Hamřík (2022) odkazuje na další autory, kteří tvrdí, že organizované volnočasové aktivity mají pozitivní a preventivní vliv na děti. Tyto děti dosahují lepších výsledků ve škole. Mají lepší sociální dovednosti a vyšší psychickou zralost. U těchto dětí je nižší míra užívání alkoholu, marihuany a tabákových výrobků. Upozorňují však, že záleží na typu aktivity a pohlaví. Studie z roku 2018 ukazuje, že se několikrát za týden venku s přáteli (např. před panelákem, na hřišti, na lavičce) setkává přibližně 55 % chlapců a přibližně 62 % dívek ve věku 11 až 15 let. Ve volném čase chodí do nákupních center necelých 30 % dětí. Nicnedělání, povalování se na gauči a další podobné aktivity uvedlo 38,6 % chlapců a 43 % dívek. (Hamřík, 2022)

Stebbins (2007 in Hamřík, 2022) rozdělil volný čas do tří skupin. První je tvořena aktivitami, které jsou pro daného jedince podstatné, zajímavé a přinášejí mu nové dovednosti a znalosti, které mu pomohou v jeho kariéře. Tato kategorie je nazvána jako vážný volný čas. Druhou kategorií je nevážný volný čas. Sem spadají krátkodobé zájmové aktivity, které nám přinášejí vnitřní uspokojení. Poslední skupina je projektový volný čas.

Což jsou krátkodobé, jednorázové či příležitostné volnočasové aktivity. (Stebbins, 2007 in Hamřík, 2022)

Souvislosti mezi neorganizovanými volnočasovými aktivitami a rizikovým chováním u českých dětí zkoumala studie v roce 2014. Studie se zúčastnilo 6 935 dětí ve věku 13 až 15 let. Byla zaměřena především na poplakování, návštěvu nákupních center za účelem zábavy a setkávání se s přáteli po 20. hodině večerní. Výzkum prokázal, že pokud se dítě zúčastnilo některé z těchto aktivit, je to spojeno s větší pravděpodobností pravidelného kouření, opilosti v poslední době, pohlavního styku a horších studijních výsledků. (Badura et al., 2018)

## 1.1 Volný čas v dětských domovech

Práce pedagogů v dětských domovech probíhá v době mimo vyučování. Na základě toho se odvíjí struktura činností. Mezi činnostmi by měl být dostatečný prostor pro odpočinek, rekreaci, přiměřenou zábavu a především rozvoj žádoucích zájmů. Pokud mají děti možnost, dochází na zájmové činnosti poskytované školou, nebo do dalších zařízení, poskytujících zájmovou činnost, společně s dětmi z rodin. Důležité je naplnit volný čas rozmanitými aktivitami. Velká část volného času dětí v dětských domovech je věnována přípravě na vyučování. Dále se pedagogičtí pracovníci dětských domovů zaměřují na sebeobsluhu, osobní hygienu, péči o osobní věci a další osvojování dovedností nezbytných pro samostatný život. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2011)

Na webových stránkách jednoho z nejstarších dětských domovů ve Valašském Meziříčí uvádějí následující možnosti využití volného času. Největší množství volného času tráví děti v areálu domova, ale i v zájmových kroužcích. Mají možnost zatančit si v tělocvičně nebo si zacvičit v posilovně. Chodí na vycházky, projížděky na kole či kolečkových bruslích a v zimě lyžují. Na zahradě mohou jít do bazénu nebo si na hřišti zahrát fotbal či volejbal. Během prázdnin se děti účastní táborů a společných rekreací. (Dětský domov Valašské Meziříčí, 2024)

Dětský domov Jablonné v Podještědí uvádí tyto volnočasové aktivity. Přímo v dětském domově jsou vedeny zájmové kroužky. Jedná se o kroužek keramický, výtvarný, florbalový, volejbalový, ekologicko-turistický, kroužek vaření, míčových her nebo stolního tenisu. Více je však upřednostňováno využití zájmových aktivit mimo dětský domov. Děti mají možnost docházet do atletického nebo fotbalového oddílu, do

ZUŠ nebo do městské knihovny. Dětský domov má k dispozici také vlastní fotbalové hřiště a tělocvičnu základní školy. Velký důraz klade zařízení také na přípravu dětí do školy. (Dětský domov Jablonné v Podještědí, 2024)

Pro provoz rodinné skupiny v dětském domově z hlediska volného času zajišťuje zřizovatel zařízení materiální podmínky, kterými jsou zejména knihy, hračky, audiovizuální a výpočetní technika, vybavení pro sport a turistiku, pro rekreační činnost a pro cestování. Ve vzorovém vnitřním řádu je pod organizací výchovně vzdělávacích činností v zařízení zmíněna organizace zájmových činností. (Vyhláška č. 438/2006 Sb.)

V zákoně č. 109/2002 Sb. je v souvislosti s volným časem uvedeno následující. Dětem v dětském domově mohou být hrazeny potřeby pro využití volného času a rekreace, náklady na kulturní, uměleckou, sportovní a oddechovou činnost, náklady na soutěžní akce a rekreace.

Dětský domov má za úkol pečovat o děti s nařízenou ústavní výchovou, které nemají závažné poruchy chování. Poskytuje jim péči jinak poskytovanou osobami odpovědnými za výchovu. Jsou zde zpravidla děti od 3 do 18 let. Zároveň zde mohou být nezletilé matky s dětmi. V případě přípravy na budoucí povolání může dětský domov poskytovat péči zletilé osobě, nejdéle však do 26 let. Děti z dětských domovů docházejí do škol, které nejsou součástí dětského domova. Hlavní funkce dětského domova jsou výchovné, vzdělávací a sociální. Základní organizační jednotkou dětského domova je rodinná skupina. V rodinné skupině může být nejméně 6 a nejvíce 8 dětí. V jednom dětském domově mohou být nejméně 2 a nejvíce 6 rodinných skupin. (Zákon č. 109/2002 Sb.)

## 2 Kyberprostor jako náplň volného času a jeho rizika

Roste počet dětí, které ve volném čase tráví u obrazovky 4 a více hodin denně. Dívky tráví více času na sociálních sítích. Chlapci dávají přednost hraní her. Výsledky z roku 2021 ukazují, že 4 a více hodin věnuje hraní her na počítači, či konzoli 26,3 % chlapců. U dívek pak 31,7 % tráví 4 a více hodin na sociálních sítích. (Hamřík, 2022)

Životním stylem českých školáků se zabývá mezinárodní studie HBSC (Health Behaviour in School-aged Children). Výzkum probíhá pod záštitou Světové zdravotnické organizace (WHO) každé čtyři roky. Studie je zaměřena na žáky ve věku 11, 13 a 15 let. Do výzkumu je zapojeno 51 zemí, od roku 1993/94 i Česká republika. Podle této studie narostl počet dětí, u kterých se objevují problematické znaky z hlediska trávení času ve virtuálním světě. Od roku 2018 tento počet narostl o 3 %. V roce 2022 tak činil 8 % dětí s nežádoucími rysy. Problematictí uživatelé nejsou charakterizováni časem tráveným před obrazovkou, ale doprovodnými projevy v chování. Mezi tyto přidružené jevy patří neúspěšné pokusy o omezení času stráveného na sítích, zanedbávání koníčků, lhaní o času stráveném na sítích a kvůli tomu také konflikty s rodiči, nebo kamarády. Dalšími problémy této skupiny dětí jsou častější deprese, vysoká konzumace energetických nápojů, málo spánku, pocity osamělosti a nízká víra ve vlastní schopnosti při dosahování cílů. U těchto dětí je také větší procento těch, kteří mají alespoň jednu zkušenost s kyberšikanou. U problematických uživatelů rovněž častěji dochází k opakované opilosti a pravidelnému kouření cigaret. Také z této studie vyplývá, že dívky jsou o něco více aktivní na sociálních sítích než chlapci. Z výzkumu vyšlo, že se neúspěšně pokusilo omezit svůj čas na sítích přes 40 % dívek a necelých 30 % chlapců. Sociální sítě jako únik před nepříjemnými pocity využívá více než polovina dívek a přibližně 34 % chlapců. (Zdravá generace, 2024)

Rizikovým chováním při používání informačních a komunikačních technologií se zabýval také výzkum zaměřený na adolescenty v Pardubickém a Královéhradeckém kraji. Na dotazníkovém šetření se podílelo 664 žáků a studentů vybraných základních i středních škol. Jako problémové chování na internetu bylo v tomto výzkumu myšleno neadekvátní trávení volného času na sociálních sítích, hraní a sázení na výherních automatech, sázení prostřednictvím internetu, hraní her atd. Těmto činnostem se zřídka věnuje 54,7 % dětí, občas 13,9 %, často 2,1 % a pravidelně pouze 0,3 % respondentů. (Hoferková, Bělík, 2017)

Kyberprostor je neohraničený prostor vytvořený milionem počítačů propojených globální sítí, jako je internet. Zde fyzické prvky zajišťují logický rámec propojení, který umožňuje zpracování, manipulaci, využívání, rozšiřování informací a vzájemnou interakci osob a informací. Kyberprostor lze také popsat jako prostor charakterizovaný lidmi, procesy a technologickými prvky. (Mbanaso, Dandaura, 2015)

Kyberprostor je také označován jako virtuální svět či online prostředí. Je to abstraktní prostor, který je dynamický, jelikož se neustále mění a vyvíjí. Ke změnám a vývoji dochází jak po technické stránce, tak i v chování uživatelů. Tento dynamický růst vede k neopatrnosti z hlediska sdílení osobních informací, které jsou pak často zneužívány. (Szotkowski, Kopecký, Dobešová, 2020)

Existuje psychologie kyberprostoru, která je charakterizována několika prvky. Mezi nimi je omezené a změněné vnímání, psaní textových zpráv, flexibilita identit, rovnost postavení, transcendentální prostor, časová flexibilita, sociální mnohočetnost, možnost záznamu a narušení přenosu. Což znamená, že se člověk může vydávat, za koho chce a může psát komukoliv odkudkoliv a kdykoliv. A ve většině případů k tomu mají všichni rovné příležitosti. Omezené a změněné vnímání je způsobeno zredukovaným množstvím podnětů, kdy je nám ale zároveň poskytnuto něco, co je v reálném světě nemožné a na čem může vzniknout závislost. Právě při přerušení komunikace může dojít k úzkosti a frustraci. Komunikace v kyberprostoru nezahrnuje neverbální složky komunikace. To nám brání poznat skutečné emoce komunikačního partnera. Nevidíme jeho mimiku, pohyb těla, nemůžeme navázat oční kontakt a slyšet jeho hlas. O to těžší je poznat případné negativní úmysly. Absence emocí je do jisté míry nahrazena smajlíky neboli emoji. (Kopecký, Szotkowski, Dobešová, 2021)

S internetovou komunikací je provázán online disinhibiční efekt. Ten se vyznačuje odložením zábran, ztrátou ostychu a nesmělosti, obcházením zákazů a nedodržováním norem. Projevuje se také zvýšenou zvědavostí, pudovým chováním a impulsivním rozhodováním. Často také dochází k odklonu od reality a útěku do fantazie. Následkem toho lidé sdílí osobní informace a stávají se oběťmi rizikové komunikace jako například kybergrooming, kybersíkana apod. Disinhibiční efekt je tvořen šesti faktory, kterými jsou anonymita, neviditelnost, asynchronita, solipsistická introjekce, disociativní představitost a minimalizace autority. Asynchronita znamená, že komunikace nemusí probíhat současně, svou odpověď můžeme poslat až za několik hodin, dnů i týdnů.

Solipsistická introjekce je termín, který označuje chování, při kterém si vytváříme vlastní, často zkreslenou, představu o člověku, kterého známe pouze z online komunikace. Disociativní představivost je spojená s tím, že se jedinec vydává za někoho jiného v online prostředí. Bere to jako hru a za své chování na internetu nechce nést zodpovědnost. Minimalizaci autority vnímáme v tomto případě tak, že v online komunikaci nezáleží na společenské roli a sociálním statusu. (Kopecký, Szotkowski, Krejčí, 2015)

## 2.1 Netolismus

Netolismus je závislost na virtuálních drogách. Mezi virtuální drogy se řadí např. počítačové hry, sociální sítě, televize a další internetové služby. Netolismus má několik druhů – závislost na virtuální sexualitě, závislost na virtuálních vztazích, závislost na počítači, internetová kompulze (nutkání) a přetížení informacemi. Typickým příznakem netolismu je ztráta kontroly nad časem stráveným u dané činnosti na internetu. Jedinec kvůli online aktivitám ponocuje, nebo naopak vstává brzy. Další příznaky se projevují v psychice jedince. Jedná se o pocit prázdnoty ve chvíli, kdy člověk není na počítači nebo mobilu. V takové chvíli také stoupá neklid a nervozita a jedinec nad danou činností často přemýšlí. Závislá osoba zatajuje informace o své závislosti. Trávení času ve virtuálním světě pro ni může být únikem od osobních problémů. Netolismus narušuje vztahy s rodinou a přáteli. Negativní dopad má také na pracovní výkon a prospěch ve škole. (Kohout, Karchňák, 2016)

Netolismus patří mezi nelátkové závislosti. Je označován také jako chorobná závislost na internetu. Mezi příznaky netolismu patří vysoká důležitost dané online činnosti, změna nálady při jejím vykonávání, zvyšující se tolerance a s tím rostoucí čas strávený u dané aktivity. Dále se objevují abstinenční příznaky při omezení činnosti, nebo při neschopnosti ji vykonávat. Kvůli závislosti také dochází ke konfliktům s okolím. V případě vyléčené závislosti se objevuje tzv. relaps, neboli znovuzplanutí, kdy jedinec začne opakovat vzorce závislostního chování. Netolismus má dopad na fyzickou, psychickou i sociální stránku člověka. S časem stráveným ve virtuálním světě je spojen nedostatek pohybu, který způsobuje řadu zdravotních problémů. Může se jednat o obezitu, cukrovku, srdeční a cévní onemocnění, bolesti páteře a kloubů, problémy se zrakem, epilepsii a další. Dále dochází k nepravidelnému stravování, nedostatku spánku a poruchám paměti. Lidé závislí na internetu omezují své další zájmy a koníčky. Následkem všech těchto příznaků dochází k problémům v komunikaci a v mezilidských



vztazích. Nejrizikovější skupinou této závislosti jsou děti a teenageři. V České republice jsou nejvíce ohroženy děti ve věku 12-15 let. V české populaci je na internetu závislých 3,4 % občanů, 3,7 % lidí je touto závislostí ohroženo. (NZIP, 2024)

Digitální závislostí je myšleno zejména nadměrné užívání počítačů, mobilních telefonů nebo obecně užívání internetu. Jedná se o nadměrné trávení času vyhledáváním informací, užíváním sociálních sítí, hraním digitálních her, sledováním filmů a seriálů, sledováním online pornografie či online nakupováním. Jak je zmíněno výše, digitální závislosti se dělí na několik druhů (např. závislost na sociálních sítích, závislost na digitálních hrách či závislost na online pornografii). Se závislostí na sociálních sítích je spojován fenomén s názvem FOMO, z anglického „fear of missing out“. Jedná se o strach z toho, že přijdeme o něco zajímavého během naší nepřítomnosti na sociální síti. U digitálních závislostí se také objevuje závislost na mobilním telefonu, neboli nomofobie. Nomofobie vychází z anglického „no mobile phone phobia“. Tato závislost se projevuje strachem a úzkostí z času stráveného bez mobilního telefonu. (Chomynová, Dvořáková, Černíková a kol., 2023)

FOMO je definován jako druh úzkosti plynoucí z toho, že jedinec nemá možnost podívat se na zajímavé zážitky, které ostatní sdílí na sociálních sítích. Jiná definice jej charakterizuje jako pocit zmeškání života, který ostatní sdílejí na sociálních sítích a který stojí za to vidět. FOMO se objevuje častěji u jedinců, kteří dospívají. U této věkové skupiny dochází k neustálému kontrolování mobilního telefonu, nošení nabíječky u sebe, napodobování činností a aktivit, které jedinec viděl na sociální síti. Tito jedinci se s telefonem probouzejí a usínají a tráví na něm nejméně 7 hodin denně. (Tanhan, Özok, Tayiz, 2022)

FOMO lze rozdělit na nejrůznější druhy podle toho, z čeho má daný člověk strach. Může se jednat o obavu ze ztráty schopnosti být populární, nebo zajímavý. Strach z toho, že člověk přijde o dočasně dostupné informace, nebo že promešká včasnou interakci. Také se může jednat o obavu z toho, že si člověk neudrží sledující na sociálních sítích. Opatřeními proti těmto pocitům může být nastavení automatické odpovědi, statusu, sestavení si seznamu priorit a nastavení si různorodých oznámení (např. podle důležitosti daného sdělení). (Alutaybi et al., 2020)

Nomofobie je fobie z přerušení kontaktu s mobilním telefonem. Lze ji nazvat také jako závislost na mobilním telefonu, při které dochází k nadměrným obavám ve chvíli,

kdy jedinec nemá mobil u sebe. Výzkumu zaměřenému na nomofobii se zúčastnilo 237 dětí ve věku 10-17 let. Hlavním cílem bylo zjistit míru této fobie. Ukázalo se, že 47 % dětí má mírnou, 41 % střední a 10 % těžkou nomofobii. Pouze u 2 % dětí nebyla prokázána. Šetření také ukázalo, že počet hodin strávených na mobilním telefonu souvisí s mírou nomofobie. Zvýšený denní počet hodin na mobilním telefonu znamená i zvýšenou míru závislosti. (Chromá, Španihelová, 2022)

## 2.2 Sexting

Termín sexting vznikl kombinací slov „sex“ a „texting“. Jde o označení jevu, při kterém dochází k šíření sexuálně podnětných textových, fotografických, zvukových či video zpráv prostřednictvím informačních a komunikačních technologií. Posílání takovýchto zpráv v milostném vztahu bývá po jeho ukončení zneužíváno, nebo použito k vydírání druhé strany. (Kohout, Karchňák, 2016)

Nejde ale jen o milostné vztahy, sexting je rizikový, ať už probíhá s kýmkoliv. Jedná se o citlivý materiál, který je snadno zneužitelný. Zároveň se po jeho zveřejnění začíná nekontrolovatelně šířit a nejde zaručit jeho úplné smazání. Takové šíření internetem může způsobit ztrátu zaměstnání, společenského uznání a problémy v sociálních vztazích. Jako možné důvody, proč lidé uskutečňují sexting, uvádí Kopecký, Szotkowski a Krejčí (2015) následující příklady. Jak již bylo zmíněno výše, sexting je často součástí milostných vztahů. Na začátku slouží jako jakási forma flirtování a k upoutání partnerovy pozornosti. Později je chápán jako symbol partnerské důvěry. Zároveň je sexting velkou součástí vztahů, které probíhají na dálku. Dalším důvodem k realizaci sextingu je nuda a její následné potlačení. Tento jev může být zároveň způsoben vlivem sociálního tlaku, např. ze strany partnera nebo spolužáků. Dalším výrazným vlivem je společnost, jelikož je sexualita medializovaná, ať už v reklamách či filmech, tak i od známých osobností. Adolescenti se s ní setkávají od dětství a nemusí tak vnímat zveřejnění svých intimních fotografií jako nebezpečné. Sexting slouží také jako pomsta bývalým partnerům. (Kopecký, Szotkowski, Krejčí, 2015)

Pokud v sextingu figuruje nezletilá osoba, z hlediska trestního zákoníku se jedná o šíření dětské pornografie, a to se trestá odnětím svobody. Odnětí svobody až na dva roky se týká pachatelů, kteří přechovávají fotografické, filmové, počítačové, elektronické nebo jiné pornografické dílo, které zobrazuje nebo jinak využívá dítě. Stejný trest se týká

těch, kteří získají přístup k dětské pornografii prostřednictvím informační nebo komunikační technologie. Výroba a šíření dětské pornografie jsou trestány šesti měsíci až třemi roky odnětí svobody, přinucení dítěte k výrobě pornografie pak jedním až pěti lety. (§ 192-193 zákona č. 40/2009 Sb.)

Wolak a Finkelhor (2011) vypracovali typologii sextingu na základě několika set případů sextingu z let 2008 a 2009. Případy rozdělili do dvou kategorií, na experimentální sexting a sexting s přitěžujícími okolnostmi. Případy s přitěžujícími okolnostmi zahrnovaly další trestnou činnost nebo zneužití. Jednalo se o případy, kdy dospělé osoby vyžadovaly sexuální snímky od nezletilých osob, zneužívaly a vydíraly nezletilé jedince či vytvářely nebo šířily snímky proti jejich vůli. Naopak u experimentálního sextingu mladiství vytvořili a odeslali tyto snímky bez jakýchkoliv těchto prvků. Kromě samotného vytvoření a odeslání nebylo zaznamenáno žádné trestné jednání, zlý úmysl nebo nedobrovolná účast mladistvých, zobrazených na snímcích. U experimentálního sextingu šlo především o zasílání fotografií známým nebo partnerům. Cílem bylo vzbudit romantický zájem a upoutat partnerovu pozornost. (Wolak, Finkelhor, 2011)

Termín sexting byl poprvé použit v roce 2005. V té době šlo o pojem označující dobrovolné zasílání nahých fotografií mezi mobilními telefony. Hudson (2011) rozdělila sexting do čtyř kategorií. První kategorií je konsensuální sexting, ve kterém dochází k výměně materiálu mezi osobami se vzájemným respektem a souhlasem, bez nátlaku nebo šíření mimo sebe navzájem. Druhou kategorií je sextbullying. Sextbullying představuje sdílení a přeposílání sextingového materiálu (neboli sextů) dalším osobám bez vědomí původní osoby. Do třetí kategorie spadá nelegální sexting. Jako nelegální sexting se označuje sexting, který se týká nezletilých osob. Patří sem držení, šíření, vynucování a přijímání sextů nezletilých osob. Čtvrtou kategorií představuje rizikový sexting. K rizikovému sextingu dochází ve chvíli, kdy není nelegální ani není charakterizován jako sextbullying, ale přesto má negativní důsledky. Těmito negativními důsledky může být viktimizace, sexuální vydírání, kyberstalking, ponižování, ztráta zaměstnání nebo rozvod. Samotný sexting někdy bývá kombinací těchto čtyř kategorií. (Hudson, 2011)

Sexting lze rozdělit na dva základní typy: self-sexting a peer-sexting. U self-sextingu se jedná o posílání vlastního sexuálního obsahu. U peer-sextingu jde o posílání sextingového materiálu jiné osoby. Ze self-sextingu se tak často stává peer-sexting. Kdy

se explicitní materiál dostane do rukou někomu, komu nebyl primárně určen. Jedinec, který se stane obětí sextingu, se potýká se strachem a úzkostí. Dojde ke snížení jeho sebeúcty a sebevědomí. Jedinec prožívá pocity viny, hanby a bezmoci. Objevují se u něj deprese, poruchy spánku, poruchy příjmu potravy a další somatické problémy. Dítě začíná mít problémy s navazováním sociálních vztahů. Dochází k problémům ve škole a ke zhoršení prospěchu dítěte. Tyto stavy vedou až k sebepoškozování nebo myšlenkám na sebevraždu. Oběť sextingu je vystavena velké míře stigmatizace ze strany společnosti. Sexting je leckdy spojen s kyberšikanou. Často útoky přechází do reálného světa, kde je oběť vystavena klasické šikaně a sexuálnímu vydírání. Těmto útočníkům jde především o výrobu pornografie a finanční obohacení. V některých případech se tohoto chování dopouštěli spolužáci, spolupracovníci nebo známí oběti. Sexting je často spojen s dalším rizikovým chováním, například s kyberšikanou, kybergroomingem a dalšími jevy. (Szotkowski, Kopecký, Dobešová, 2020) Blíže jsou tyto jevy popsány v dalších kapitolách.

Dle výzkumu realizovaného v roce 2017 provozuje 15,37 % českých dětí sexting, a to posíláním svých vlastních intimních fotografií. Intimní videa posílá 6 % a intimní textové zprávy 24,76 % českých dětí. (Kopecký, Szotkowski, 2017)

Ve výzkumu zaměřeném na dětské domovy bylo zjištěno, že 7,11 % klientů dětského domova provozuje sexting. 12,18 % dotazovaných to udělalo pouze jednou a 70,56 % uvedlo, že nikdy nikomu nic takového neposlali. (Kopecký, Szotkowski, 2022)

## 2.3 Kybergrooming

*„Kybergrooming, někdy také nazýván jako child grooming či online grooming, představuje chování uživatelů virtuálního světa, které má za cíl vyvolat u vyhlédnuté oběti falešnou důvěru a po čase ji přimět k osobnímu setkání. Na něm obvykle dochází k jejímu sexuálnímu zneužití, opakovanému sexuálnímu zneužívání, vydírání, mučení, nucení k prostituci, příp. zabití.“* (Kopecký, Szotkowski, Dobešová, 2021, s. 14) K manipulaci s obětí je často využíván sextingový materiál dané oběti, který útočník (tzv. kybergroomer) využívá k vydírání. Kybergroomerů bývají také označovani jako predátoři, agresori či útočníci. Vzájemně spolupracují a vytvářejí sítě predátorů. V rámci těchto sítí si vyměňují a shromažďují dětskou pornografii. V některých případech se dopouští i únosů obětí. Z těchto důvodů se snaží zajistit vhodné podmínky v podobě poddajnosti

a mlčenlivosti oběti, čímž snižují riziko odhalení. Kybergroomeré jsou heterogenní skupinou. Jedná se o lidi z různých sociálních vrstev. „*Veřejností bývají považováni za pedofily, ve skutečnosti tomu tak ale není, alespoň ne ve většině případů. Kybergroomeré preferují věkovou skupinu dětí starších 13 let, jde tedy o hebefily/efebofily neboli jedince erotosexuálně přitahované dospívajícími dívkami/chlapci ve fázi puberty a adolescence.*“ (Kopecký, Szotkowski, Dobešová, 2021, s. 15) U kybergroomerů často dochází k situaci, že čekají na pozvání na osobní schůzku až do doby, kdy je oběti 15 let. V tomto věku v České republice dosáhne hranice pohlavní dospělosti. (Kopecký, Szotkowski, Dobešová, 2021)

Internetové sexuální útočníky lze rozdělit do několika kategorií. Jednou z nich jsou útočníci situační. Ti jsou často násilnické povahy, vyhledávají pornografii a sex a jsou motivováni ziskem. Jejich chování je nepředvídatelné a krátkodobé. Další jsou útočníci preferenční, u kterých se vyskytuje některý druh parafílie, např. pedofilie, hebefílie, efebofilie, fetišismus, voyerství ad. Do této kategorie také spadají latentní útočníci, kteří svou sexuální preferenci objevili při online komunikaci. Tedy v momentě, kdy se zbavili svých zábran. Poslední kategorií jsou smíšené útočníci. To je různorodá skupina, u které je nepravděpodobné trestné stíhání. Může se jednat o novináře, kteří chtějí získat zajímavý příběh, a tak si skrz dětskou pornografii domlouvají schůzku s útočníky. Nebo to jsou tzv. vtipálci, kteří poníží svou oběť v rámci pranku či zlomyslného žertu. Jedná se také o adolescenty, kteří se snaží navázat vztah s mladší dívkou nebo chlapcem. V neposlední řadě sem patří horliví občané, kteří na vlastní pěst vyšetřují trestnou činnost. (Kopecký, Szotkowski, Dobešová, 2021)

Kybergrooming má několik fází. První fází je příprava na kontakt s obětí. V této fázi si kybergroomer vyhledává svou oběť. Zakládá si falešný profil, který je uzpůsoben tak, aby byl věrohodný pro vybrané oběti jeho zájmu. Druhou fází je samotné kontaktování oběti. To nejčastěji probíhá přes sociální síť nebo video chaty. Následuje další fáze a tou je budování a prohlubování vztahu s obětí. V tomto stádiu se útočník snaží oběti zalíbit tím, že mají stejné záliby, problémy a názory. Tyto informace si o oběti kybergroomer většinou vyhledává předem, aby je poté mohl použít právě v tzv. efektu zrcadlení. Tím získává pozornost dítěte a následně i jeho sympatie. Kybergroomer oběti lichotí a nabízí jí dárky výměnou za osobní informace či fotografie. Vzhledem k většímu počtu obětí si pachatelé vedou profily o svých obětech. Kam si zaznamenávají její veškeré informace a historii komunikace. Čtvrtou fází je příprava na osobní setkání a jeho

následná realizace. Svou manipulací si kybergroomer získá plnou důvěru oběti. Ta se mu začne svěřovat se svými tajemstvími. Přitom se začne uzavírat před svým okolím. To může být také způsobeno náklonností k pachateli nebo tím, že je dítě vydíráno sextingovými materiály. Takové dítě se většinou nikomu nesvěří a nepožádá tak nikoho o pomoc. V případě, že dítě na schůzku dorazí, pachatel svůj věkový rozdíl může vysvětlovat tím, že je otcem fiktivního dítěte, se kterým si oběť dopisuje. Naopak v případě odmítnutí osobní schůzky dochází k vydírání prostřednictvím získaného materiálu a informací. Osobní schůzka může proběhnout zcela nevinně, ale může také dojít k sexuálnímu útoku, zneužití, výrobě dětské pornografie, provozování dětské prostituce, v nejhorším případě i k zabití. Dle výzkumu komunikuje s neznámými lidmi v kyberprostoru 50,50 % českých dětí. Atraktivní protějšek by si mezi své přátele přidalo 31,58 % dotázaných dětí, 22,57 % nezletilých uvedlo, že byly svým internetovým kamarádem požádány o utajení jejich komunikace. To bývá častý požadavek právě ze strany kybergroomerů. Nabídku na osobní setkání obdrželo 31,06 % dětí. Na schůzku by dorazilo 20,41 % z nich. 20,55 % uvedlo, že i ony občas zvou na osobní setkání. (Kopecký, Szotkowski, Dobešová, 2021)

Kohout a Karchňák (2016) charakterizují kybergrooming jako psychickou manipulaci prostřednictvím moderních komunikačních technologií, jejichž cílem je získat důvěru oběti, vylákat ji na osobní schůzku a zpravidla sexuálně zneužít. Obětí kybergroomingu se může stát kdokoliv. Podle Kohouta a Karchňáka (2016) se ale zpravidla jedná o dívky mezi 11. a 17. rokem věku, které často užívají moderní komunikační technologie. Dále uvádí, že tyto dívky trpí nedostatkem sebedůvěry a pocitem osamění. Jsou tedy otevřené manipulaci a neznají rizika internetové komunikace. Kybergroomer je zpravidla sexuální útočník, který k dosažení svého cíle využívá informační a komunikační technologie. Vydává se za jinou osobu, než ve skutečnosti je. Svou roli přizpůsobuje konkrétní oběti. V případě, že chce navázat komunikaci s 12letou dívkou, tak se obvykle vydává za 15letého chlapce. Takovíto útočníci bývají trpěliví a se svou obětí si vydrží psát několik měsíců, jen aby získali její důvěru. (Kohout, Karchňák 2016)

Szotkowski, Kopecký a Krejčí (2013) uvádějí stejné věkové rozmezí obětí kybergroomingu, tedy 11 až 17 let. Ale na rozdíl od Kohouta a Karchňáka (2016) tvrdí, že jsou chlapci zastoupeni ve stejné míře jako dívky. Uvádějí také, jaké skupiny dětí a mládeže jsou náchylnější k útokům kybergroomerů. Jedná se například o děti s nízkou

sebeúctou a nedostatkem sebedůvěry, děti v nouzi nebo s emocionálními problémy a důvěřivé jedince. A v neposlední řadě o teenagery a adolescenty, kteří jsou ve věku, kdy se začínají zajímat o lidskou sexualitu. Jak již bylo zmíněno, útočníci jsou heterogenní skupina. Nezáleží na vzdělání a postavení, ale ani na věku a vzhledu. Jako predátora si většina lidí představí nevzhledného postaršího pána. Ve skutečnosti jím ale může být i 18letý pohledný muž. Ve velkém množství případů se oběť s pachatelem zná. Může to být rodinný známý, strýc apod. Zároveň převažují útočníci, kteří nebyli nikdy trestáni. (Szotkowski, Kopecký, Krejčí, 2013)

Szotkowski, Kopecký a Dobešová (2020) uvádí jako typické chování kybergroomerů komunikaci s několika desítkami, stovkami až tisíci dětmi zároveň. Tím zvyšují svou šanci na navázání komunikace s některou z obětí. Zároveň díky tomu získávají zkušenosti a do budoucna se stávají věrohodnějšími. (Szotkowski, Kopecký, Dobešová, 2020)

Kopecký, Szotkowski a Krejčí (2015) specifikují šest charakteristických rysů kybergroomingu. Jedním z nich je manipulace. Může se jednat o uplácení, lichocení, nabízení dárků nebo peněz, ale také manipulaci silou či vyhrožováním. Formy manipulace závisí na osobnosti kybergroomera i osobnosti dítěte. Dalším rysem je dostupnost obětí, kdy je prostřednictvím internetu velmi snadné odkudkoliv anonymně kontaktovat velké množství dětí. Jako další typický rys je uvedeno budování „vztahu“. V rámci čehož se pachatelé snaží získat u oběti co největší důvěru. Uzpůsobují se chování dítěte a jeho komunikaci. Zjišťují zájmy dítěte nebo se je snaží naučit něčemu novému, právě v rámci vybudování vztahu. Specifickým rysem kybergroomingu je také používání sexuálních témat v komunikaci s dítětem. Tato komunikace může mít formu flirtování, posílání odkazů na pornografické stránky nebo již zmíněný sexting. Tímto chováním chtějí pachatelé mimo jiné docílit toho, že se dítěti sníží zábrany ve vztahu k sexu. Dalším znakem je posuzování rizik. To znamená, že se pachatel snaží najít nejlepší cestu, jak dítě zmanipulovat a sexuálně zneužít, a přitom nebyť odhalen. Toho obvykle dosahují tím, že používají více počítačů, více účtů a mění si IP adresy. Případné osobní schůzky probíhají daleko od místa bydliště dítěte. Posledním uvedeným specifickým rysem kybergroomingu je podvádění. Kybergroomer vystupuje pod falešným profilem, kterým se nejčastěji vydává za jiné dítě. (Kopecký, Szotkowski, Krejčí, 2015)

Dle výzkumu zaměřeného na dětské domovy se 35,53 % klientů dětského domova baví s neznámými lidmi na internetu. 64,47 % tuto skutečnost striktně odmítlo. Více než 62 % klientů by si přidalo neznámého člověka mezi své přátele. 18,27 % bylo požádáno svým internetovým kamarádem o udržení komunikace v tajnosti. 14,21 % by dorazilo na osobní schůzku s neznámým člověkem, kterého znají pouze z internetu. Pozvání na schůzku obdrželo 19,80 %. A na setkání skutečně dorazilo 16,75 % klientů dětského domova. Po schůzce mělo 34,25 % dětí silně nepříjemný pocit. Na tuto otázku však odpovědělo 2x více dětí než těch, které uvedly, že na schůzku skutečně dorazily. Podle autorů to může být dáno tím, že se děti bály, a tak nebyly v dané otázce upřímné. Ve většině případů na schůzku dorazili vrstevníci dětí. U 10,9 % dětí dorazila na schůzku dospělá osoba. (Kopecký, Szotkowski, 2022)

## 2.4 Kyberšikana

Pro kyberšikanu neexistuje obecná definice. Používání odlišných definic má za následek rozdílné výsledky výzkumů. Ty se neshodují převážně v míře výskytu kyberšikany. Pojem kyberšikana se poprvé objevil v roce 1999. Většina definic kyberšikany vychází z definice tradiční šikany. Obě spolu vzájemně souvisí. Ale studie ukazují, že kyberšikana potřebuje samostatné zkoumání, jelikož může způsobovat škodu nad rámec tradiční šikany. Tradiční šikana je charakterizována třemi základními znaky. Těmi jsou úmysl, opakování a nerovnováha sil. V několika studiích byly zjištěny významné souvislosti mezi těmito dvěma jevy. Často je totiž oběť i pachatel obětí i pachatelem v kyberprostoru i v reálném světě. Mnohdy se také znají z reálného světa. Tato zjištění přispívají k tomu, že je na kyberšikanu pohlíženo jako na šikanu odehrávající se v kyberprostoru. Jsou mezi nimi ale značné rozdíly. Prvním rozdílem je, že výše zmíněné charakteristické znaky šikany, jsou zde těžko vyhodnotitelné. Což znamená, že pachatel může, ale nemusí chtít úmyslně ublížit. A ani mu primárně nemusí jít o opakování útoku. Je to dané tím, že v online světě si zveřejněné příspěvky, komentáře či fotografie mnohdy žijí svým životem a jejich autor nad nimi ztrácí kontrolu. Co se týká nevyváženosti sil, tak ty jsou v online světě, na rozdíl od reálného, dané technologickými znalostmi a schopností zůstat v anonymitě. Druhým zásadním rozdílem mezi šikanou a kyberšikanou je v prostředí, ve kterém k ní dochází. Tradiční šikana probíhá nejčastěji ve škole. Zatímco digitální prostředí kyberšikany nedává oběti přílišnou možnost útokům uniknout. Jako třetí a poslední rozdíl autoři uvádí psychickou újmu na oběti. Psychická újma je podle



uvedených studií větší než u klasické šikany. To vede častěji k depresím a užívání návykových látek. (Englander et al., 2017)

Kohout a Karchňák (2016) definuje kyberšikanu jako druh šikany využívající informační a komunikační technologie s cílem ublížit druhému. Kyberšikana probíhá prostřednictvím počítačů, mobilních telefonů, sociálních sítí, mailů apod. Agresor používá techniky vydírání, ztrapňování, obtěžování, vyhrožování ad. Mezi nejčastějšími projevy kyberšikany jsou uvedena tato jednání pachatele. Rozesílání urážlivých a zastrahujících zpráv nebo pomluv. Pořizování audio či video záznamů nebo fotografií a jejich následná úprava a zveřejnění. Tvorba webové stránky, která uráží, pomlouvá nebo ponižuje danou oběť. Dále dochází ke krádeži identity a vystupování pod identitou oběti. Pachatelé také odhalují tajemství oběti. Vydírají, obtěžují anebo pronásledují svou oběť prostřednictvím informačních a komunikačních technologií. (Kohout, Karchňák 2016)

Černá (2013) cituje Price a Dalglish (2010, s. 51) a uvádí: „*Kyberšikana je kolektivní označení forem šikany prostřednictvím elektronických médií, jako je internet a mobilní telefony, které slouží k agresivnímu a záměrnému poškození uživatele těchto médií.*“ (Price, Dalglish, 2010 in Černá, 2013)

Szotkowski, Kopecký a Krejčí (2013) uvádí kyberšikanu jako formu agrese vůči jedinci či skupině za použití informačních a komunikačních technologií. K této agresi dochází opakovaně, a to buď ze strany primárního pachatele, nebo ze stran tzv. sekundárních útočníků. Sekundární útočníci jsou osoby, ke kterým se dostane konkrétní materiál, sloužící ke kyberšikaně, a oni ho dál šíří internetem. Tím se buď vědomě, či nevědomě zapojují do kyberšikany. Sdílení obsahu sekundárními útočníky má mnohdy větší negativní dopad na oběť než samotný útok od primárního útočníka. (Szotkowski, Kopecký, Krejčí, 2013)

Obětí kyberšikany se může stát jakékoliv dítě. Jedná se o děti pasivní, agresivní, hyperaktivní, ale i děti, které nijak nevybočují. Je to dané tím, že internet zastírá fyzické, psychické a sociální rozdíly. Kyberšikana ovlivňuje psychický stav oběti, u které se objevuje strach, stres, poruchy spánku, deprese a neurotické obtíže. Snižuje se frustrační tolerance. Dochází ke změně sebehodnocení, sebevědomí a sebedůvěry. Oběť má zvýšenou míru agrese a suicidální myšlenky. Objevuje se u ní trauma a posttraumatická stresová porucha. Agresoři kyberšikany jsou heterogenní skupina. Jedná se o dívky i chlapce. Děti s vysokým i nízkým sebevědomím a s různými kognitivními schopnostmi.

Není výjimečným jevem to, že v rámci kyberšikany se agresorem stávají děti, které jsou v reálném světě oběťmi. Snaží se tak toto chování agresorům oplatit a zároveň se tím chrání, aby nebyly šikanováni i v online světě. Ve většině případů se oběť s agresorem zná. Navštěvují stejnou školu či třídu. V populaci českých dětí dochází nejčastěji k prolomení hesla k účtu, což uvedlo 34, 80 % dětí. Druhým nejčastějším jevem jsou verbální útoky, které jsou zastoupeny ve 34, 33 %. 17, 84 % dětí uvedlo jako formu kyberšikany vyhrožování a zastrašování. Ve všech sledovaných formách výzkumu se oběti častěji stávají dívky. Naopak chlapci jsou častěji agresory kyberšikany. Jedinou výjimkou jsou verbální útoky, které častěji provozují dívky. Kyberšikana nejčastěji probíhá prostřednictvím sociálních sítí. (Kopecký, Szotkowski, Krejčí, 2015)

Z výzkumu v dětských domovech vyplývá, že 48,19 % dětí dětského domova zažilo slovní útok v online prostředí. Na internetu se 22 % dětí setkala s vyhrožováním, nebo zastrašováním. Prolomení online účtu zažilo 21, 69 %. Většina online útoků trvala méně než týden. 14, 6 % zažilo útok delší než jeden rok. (Kopecký, Szotkowski, 2022)

## 2.5 Gaming

Téměř polovina (48 %) českých chlapců hraje denně počítačové hry. U dívek hraje denně počítačové hry pouze 16 % z nich. U 13 % chlapců a 5 % dívek se objevuje problematické hraní. Problematické hraní je spojeno s větším výskytem depresí, pocitů osamělosti, nízkou vírou ve vlastní schopnosti, horšími spánkovými návyky a nižší vnímanou úrovní sociální opory ze strany vrstevníků. U těchto dětí je také větší riziko kyberšikany. U problematických hráčů je čtyřikrát větší riziko, že budou pravidelně konzumovat energetické nápoje a dvakrát větší riziko konzumace chipsů. Problematické hraní není dáno časem stráveným u dané hry, ale právě výše zmíněnými negativními projevy. (Zdravá generace, 2024)

Internetové hry jsou jednou z nejoblíbenějších online volnočasových aktivit. Hraní přináší hráčům potěšení, pocit úspěchu, sociální interakci a pohlcující zážitek. Nadměrné hraní online her však může mít negativní důsledky, jelikož omezuje zážitky z reálného života. Mezi nejčastěji hrané online hry patří hry na hrdiny pro více hráčů. Hry pro více hráčů jsou také nazývány jako multiplayer hry. Tyto hry nabízí pohlcující virtuální prostředí, ve kterém mohou uživatelé komunikovat mezi sebou, nebo s nehrajícími postavami. Motivace k hraní jsou různé, mezi nejčastěji uváděné patří

sociální interakce, zažití úspěchu, relaxace, objevování, pohlčení hrou, únik z reality a identifikace s herní postavou (tzv. avatarem). Ze všech online aktivit je hraní her nejvíce spojeno s nutkavým užíváním internetu. Závislost na online hrách může být doprovázena problémy se spánkem, jako je nespavost a nekvalitní spánek. Nadměrné užívání online her negativně ovlivňuje psychickou pohodu, zdraví a sociální podporu v reálném světě. Naopak multiplayer hry na hrdiny zvyšují online sociální podporu a tito hráči mají méně negativních psychických příznaků. Přesto tento typ her vykazuje větší výskyt problémů souvisejících s hraním a jejich nadměrným užíváním. (Ko, 2014)

Pojem gaming pochází z angličtiny a označuje hraní elektronických her prostřednictvím herní konzole, počítače, mobilního telefonu nebo jiného zařízení. Dříve byl gaming spíše osamocenou aktivitou, ale online multiplayerové videohry z něj udělaly oblíbenou skupinovou činnost. Digitální hry lze rozdělit podle několika kritérií. Jedním z nich je žánr, podle kterého se hry dělí na hry probíhající ve webovém prohlížeči, střílečky, hry na hrdiny o více hráčích a simulační hry. Kromě negativního dopadu mohou mít hry i pozitivní vliv. Slouží jako zdroj zábavy, odpočinku, uvolnění, úspěchu, přijetí, uplatnění a sociální interakce. Videohry umožňují zapomenout na každodenní starosti a vytvořit lepší svět, kde je umožněno plnit si sny a naplňovat potřeby. Mezi negativní účinky hraní řadí Suchá, Dolejš, Pipová a kol. (2018) různé zdravotní potíže jako například narušený spánek, zhoršení zraku, problémy pohybového aparátu, vadné držení těla, syndrom karpálního tunelu ad. Dále v důsledku přílišného hraní videoher dochází k zhoršení školního prospěchu, zameškávání hodin či pozdním příchodům. V případě zaměstnání se snižuje pracovní výkonnost a může dojít i ke ztrátě zaměstnání. U hráčů také dochází k sociální izolaci a omezení vztahů s blízkými osobami. V důsledku těchto okolností může dojít k depresím, úzkostem, zvýšené agresivitě nebo i k sebevražedným myšlenkám. Větší pravděpodobnost vzniku závislosti na digitálních hrách je u jedinců s ADHD, se sociální fobií, s nízkou sociální inteligencí, s nízkou odolností vůči stresu, depresivních či úzkostných osob, impulzivních či agresivních osob nebo u jedinců s pracovními či školními problémy a u dalších osob podobně oslabených. (Suchá, Dolejš, Pipová a kol., 2018)

Závislost na hraní her je uvedena a definována v 11. revizi Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-11) a to pod číslem 6C51. V českém překladu je nazvána jako „Porucha hraní digitálních her“ a spadá pod poruchy způsobené návykovým chováním. Porucha hraní digitálních her je označena jako přetrvávající a opakující se vzorec herního

chování v podobě hraní digitálních her nebo videoher. Spadá sem hraní probíhající online i offline. Tato porucha je charakterizována zhoršenou kontrolou nad hraním, upřednostňováním hraní před ostatními zájmy a činnostmi a pokračováním a stupňováním herní činnosti navzdory negativním důsledkům. Takové herní chování vede ke stresu a zhoršení osobních, rodinných a sociálních vztahů. Dále vede k problémům v zaměstnání, vzdělávání a v dalších důležitých oblastech života. Porucha hraní digitálních her může být diagnostikována nejméně po 12 měsících, kdy přetrvává problémové herní chování. V případě závažných příznaků a splnění všech diagnostických kritérií může být doba pro stanovení diagnózy zkrácena. V MKN-11 je také uvedeno rizikové hraní digitálních her pod kódem QE22. Tím je myšlen takový způsob hraní, u kterého je zvýšené riziko negativních dopadů na fyzické a duševní zdraví jedince nebo jeho okolí. Zvýšeným rizikem je myšleno například množství času stráveného hraním a jeho frekvence či zanedbávání jiných činností. (ÚZIS ČR, 2024)

Kromě negativních dopadů na hráče se objevují určitá rizika přímo ve hře. Jedním z nich jsou loot boxy. Loot box je obvykle truhla nebo bedna s odměnou, kterou si hráč koupí za skutečné nebo herní peníze. Odměna, kterou hráč dostane, je náhodná a může se jednat o bezvýznamný předmět, nebo pro hru důležitý a konkurenčně výhodný prvek. Jedná se například o zbraň, vylepšený vzhled, tanec či gesto herní postavy. Nakupování loot boxů může u hráčů rozvíjet hazardní chování. Do mechanismu náhodného odměňování je někdy zapojena umělá inteligence. Ta získanou odměnu vyhodnocuje na základě vzorce utrácení konkrétního uživatele, jeho postupu ve hře, úrovně zapojení ad. Cílem loot boxů je zvyšování příjmu a udržování hráčů ve hře. Další riziko digitálních her je nazváno jako kyberagrese. Kyberagresi jsou myšleny takové situace, kdy si hráči navzájem škodí. Jde například o krádeže účtů a jejich následný prodej za reálné, či virtuální peníze, nebo odcizení účtu a jeho následné používání. Při koupi takového účtu může také dojít k situaci, kdy hráč sice zaplatí, ale danou věc již neobdrží. Dále se objevuje ničení toho, co jiný hráč ve hře vybudoval. Také dochází k vyhrožování, nadávání, vydírání a zvýšené agresi mezi hráči, což je často mířeno na mladší nebo nové hráče. Posledním uvedeným rizikem je toxicita hráčů. Toxické chování vychází z frustrujících a stresujících herních zkušeností. Jako takové chování je uvedeno například pomoc nepřátelskému týmu, nevhodné jméno, odmítání komunikace s týmem, opuštění hry apod. (Suchá, Aigelová, Pipová a kol., 2024)

Pojmem digitální hry jsou myšleny elektronické hry, které jsou hrány na počítači, herní konzoli, tabletu, mobilním telefonu nebo internetovém prohlížeči. Mezi nehranější herní žánry patří akční a bojové hry (tzv. střílečky), dobrodružné hry, hry na hrdiny, strategické hry, simulátory a battle royal hry, ve kterých vyhrává poslední přeživší. Velmi populární jsou hry pro více hráčů, u kterých je větší riziko výskytu hráčské poruchy. Herní trh v Evropě hodnotí hry na základě systému PEGI. Ten poskytuje informace o doporučeném věku, zda se ve hře objevují vulgární výrazy, prvky diskriminace, užívání drog, strašidelné či hororové prvky, hazardní hraní, sex a násilí. Také informuje o tom, zda je ve hře možné nakoupit digitální zboží, např. virtuální měnu či lootboxy. Problematikou lootboxů se v roce 2023 zabývalo 20 evropských spotřebitelských organizací ze 17 zemí, včetně české organizace dTest. Poukázaly na to, že v roce 2020 byl zisk z prodeje lootboxů v celosvětovém měřítku více než 15 miliard amerických dolarů. Organizace upozornily také na agresivní marketingové praktiky, neprůhledné algoritmy, matoucí virtuální měny a klamání spotřebitelů ohledně skutečných nákladů na hry zdarma. Dále věnovaly pozornost riziku, při kterém hráči mohou kdykoliv přijít o zakoupený digitální obsah. A varovaly ohledně cílení lootboxů a manipulativních praktik na děti a dospívající. (Chomynová, Dvořáková, Černíková a kol., 2023)

## 2.6 Challenges

Challenges neboli výzvy se vyskytují na internetu a nabádají uživatele k plnění často nebezpečných úkolů. Internetové výzvy často způsobují fyzickou újmu. Může se jednat o poškození rtů, kůže, očí a další poranění. Sdílením těchto výzev dochází k zapojení dalších lidí. Většina výzev zasáhne menší okruh uživatelů. V případě medializace některé challenge dochází k jejímu masivnímu šíření mezi uživateli internetu a tím k většímu negativnímu dopadu. Jednou ze známějších výzev je „Modrá velryba“. Což je hra, při které děti plní různé úkoly a posledním úkolem by měla být sebevražda. Do této hry se děti přihlašují prostřednictvím skupin na sociálních sítích. Tyto skupiny na svých profilech sdílí různé sebevražedné citáty a sebevražedná videa. V tomto případě se i děti mohly stát tím, kdo vymýšlel a zadával úkoly ve hře. Děti zapojené do hry se často setkávaly se zastrašováním a vydíráním. Jak se později ukázalo, tato challenge nebyla zdaleka, tak rozšířená, jak se psalo. Byla pouze medializovaná, což je vždy větší problém, jelikož se dostala k více lidem, než by se pravděpodobně stalo. Další internetovou výzvou je blackout nebo také choking challenge. V tomto případě jde o skupinové, nebo

individuální škrcení až do bezvědomí. Jde o to, aby uživatelé ukázali, že mají odvalu. Výzva upozorňuje na to, že se z bezvědomí rychle probudí, což se v některých případech stát vůbec nemusí. Dalším příkladem internetové výzvy je „Salt and Ice Challenge“. V této výzvě si dítě posype část těla solí a následně na to místo přiloží led. Následkem toho dojde k chemické reakci, která způsobí popáleniny, omrzliny a puchýře. (E-Bezpečí, 2024)

Sociální síť TikTok je klíčovou pro šíření výzev. Je to dáno tím, že funguje trochu jinak než ostatní sociální sítě. TikTok obsahuje přidružený algoritmus doporučení, který uživateli ukazuje obsah na základě toho, co ho zajímá. Obsah zobrazující se uživateli se vytváří na bázi interakce uživatele, jeho zařízení a nastavení účtu. Na rozdíl od jiných sociálních sítí nezáleží na tom, kolik sledujících má uživatel, který video zveřejnil. Každému uživateli se tak zobrazuje jedinečný obsah, dělaný jemu na míru. Algoritmus je navržen tak, aby se neustále zlepšoval a vyhodnocoval zpětnou vazbu uživatelů. Právě tento doporučený obsah je to první, co se uživateli ukáže po otevření TikToku. Jedním z důvodů, proč se challenges šíří více na TikToku je fakt, že jsou zde více rozšířeny. Challenge je internetová „soutěž“, která je označena hashtagem a vyzývá ostatní uživatele, aby se také zapojili. Většina výzev je zábavná a neškodná, vyskytují se ale i nebezpečné a škodlivé formy. Bylo zjištěno, že 7,7 % výzev je nebezpečných. TikTok odstraňuje výzvy hlášené jako nebezpečné. S ohledem na obrovské množství uživatelů a každodenní vytvořené výzvy nelze zabránit jejich výskytu. Nehledě na to, že tvůrci nebezpečných výzev používají triky, které obchází bezpečnostní kontroly této sociální sítě. Jednou z nebezpečných výzev je Blackout challenge, známá také jako Choking challenge. Tato výzva vybízí uživatele, aby zadrželi dech až do bezvědomí, do kterého se dostanou z důvodu nedostatku kyslíku. Pokud mozek není okysličován po dobu tří minut, může dojít k jeho poškození, stav více jak pět minut bez kyslíku může jedince stát život. Několik dětí ve věku 12 a méně let již zemřelo v důsledku této výzvy. Hlavním problémem této výzvy je, že děti nemusí chápat nebezpečí, které jim s touto výzvou hrozí. Účast ve výzvách dodává dospívajícím sebevědomí díky získaným zhlédnutím a lajkům. (Bonifazi, Cecchini, Corradini et al., 2022)

Internetové výzvy lze rozdělit do dvou kategorií, na minimálně škodlivé a škodlivé. Příkladem škodlivé výzvy je např. cinnamon challenge. Tato challenge vyzývá k polknutí jedné lžičky mleté skořice bez pití jakékoliv tekutiny po dobu 60 vteřin. Problém způsobuje to, že se skořice nerozpouští. Polykání velkého množství skořice

může způsobit zánět plic, alergické a dráždivé reakce nebo astmatické záchvaty, které mohou být fatální. I přes nebezpečí vyplývající z této výzvy, se od roku 2013 vyskytuje více než 51 000 videí na YouTube, ve kterých se lidé zúčastňují této challenge. Přičemž některé z těchto videí mají více než 19 milionů zhlédnutí. Naopak minimálně škodlivá výzva je například ice bucket challenge. V této výzvě se lidé polévali kbelíkem studené vody. Cílem této výzvy bylo zvýšit povědomí veřejnosti o amyotrofické laterální skleróze. Zároveň se díky ní podařilo získat více než 115 milionů amerických dolarů na výzkum tohoto onemocnění. (Khasawneh, Madathil, Zinzow et al., 2021)

Výzvy na sociálních sítích mají potenciál šířit rizikové chování. Jedná se například o výzvy, při kterých dochází k nadměrnému požívání látek, jako je sůl, muškátový oříšek, skořice nebo potravinářská barviva. Velké množství z nich je neškodných, např. napodobování krátké taneční choreografie nebo vystoupení, při kterém dochází k synchronizaci rtů s hudbou. Na základě studie, která zkoumala motivaci k účasti v těchto výzvách, bylo zjištěno, že nejčastěji jsou výzvy zdrojem zábavy. Humor také přitahuje další účastníky výzvy. Pohodlí je druhou nejčastěji zmiňovanou motivací k účasti v některé výzvě. Uživatelé si raději vyberou výzvu, která jim přijde snadná a dosažitelná. Dále byla jako motivace uvedena socializace, sociální podpora, vyhledávání nebo šíření informací a únik. Mezi další důvody, proč se lidé zapojují do výzev, se uvádí virálnost a sláva, sebe prezentace nebo uchování vzpomínky na místo, na kterém byla výzva natočena. (Falgoust, Winterlind, Moon et al., 2022)

## **2.7 Preventivní programy zaměřené na rizikové chování na internetu**

Prevence představuje soustavu opatření, která mají za cíl předcházet nějakému nežádoucímu jevu. Nejčastěji se prevence dělí na primární, sekundární a terciární. Primární prevence probíhá prostřednictvím rodiny, školy a volnočasových aktivit. Přičemž nejsilněji by měla působit rodina. Primární prevence cílí na jedince, kteří ještě nejsou ovlivněni určitým nežádoucím jevem. Primární prevence se dále dělí na specifickou a nspecifickou primární prevenci. Specifická primární prevence se zaměřuje na skupiny osob, které by v budoucnu mohly být ohroženy. Tato prevence se snaží zabránit případným sociálně patologickým jevům. U specifické primární prevence dochází k dalšímu dělení, a to na všeobecnou, selektivní a indikovanou primární prevenci. Cílovou skupinou všeobecné primární prevence je skupina osob, u které nedošlo

k zohlednění rizikovějších jedinců. Jde tedy o běžnou populaci. Nejčastěji se jedná o školní třídu. Dělí se tedy pouze podle věku a je zaměřena na větší počet jedinců. Selektivní primární prevence se zaměřuje na skupiny se zvýšeným rizikem vzniku nežádoucího chování. Může se jednat o děti ze sociálně slabších rodin, s poruchami chování apod. Indikovaná primární prevence pracuje s jedinci, u kterých je vysoké riziko vzniku rizikového chování nebo se toto chování již projevilo. Snaží se o snížení výskytu tohoto chování a o zmírnění jeho následků. Pro účely této bakalářské práce je zásadnější nespécifická primární prevence. Ta se týká metod a přístupů, které rozvíjejí osobnost. Patří sem zejména aktivity, které rozvíjejí nadání a zájmy. Primárně tedy volnočasové aktivity. Tento druh prevence není zaměřen na konkrétní cílovou skupinu ani druh rizikového chování. Na základě smysluplně tráveného volného času dochází k osvojování sociálního chování, zdravého životního stylu a rozvoji osobnosti. Všechny tyto aspekty pomáhají předejít vzniku či rozvoji rizikového chování. Sekundární prevence působí na osoby, u kterých je větší pravděpodobnost, že se stanou pachatelé nebo oběťmi trestných činů nebo u nich dojde k sociálně patologickým jevům. Terciární prevence je určena osobám, které již projevily známky patologického chování. Snaží se je navrátit do společnosti a minimalizovat jejich deviantní chování. (Bělík, Hoferková, 2018) Pro lepší přehled dělení prevence je zde uvedena ještě jednou v bodech:

- Primární prevence
  - o Specifická primární prevence
    - Všeobecná primární prevence
    - Selektivní primární prevence
    - Indikovaná primární prevence
  - o Nespécifická primární prevence
- Sekundární prevence
- Terciární prevence

*„Nespécifická primární prevence rizikového chování – veškeré aktivity, které nemají přímou souvislost s konkrétním typem rizikového chování, ale napomáhají snižovat rizika podporou zdravého životního stylu a osvojování pozitivního sociálního chování prostřednictvím smysluplného využívání a organizace volného času, například zájmové, sportovní a volnočasové aktivity a jiné programy, které vedou k dodržování určitých společenských pravidel, zdravého rozvoje osobnosti, k odpovědnosti za sebe a své*



*jednání.*“ (Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019-2027, 2019, s. 5)

### **Bud' safe online**

*„Bud' safe online je nevýdělečný, osvětový program pod záštitou MŠMT, který vzdělává děti na základních školách, jak se na internetu chovat správně a bezpečně. Vznikl v březnu 2018 ve spolupráci technologické společnosti Avast a influencera Jirky Krále, kteří společně pořádali sérii přednášek na školách. V roce 2020 představili na webu Bud' safe online interaktivní online kurz, který pomáhá dětem správně řešit rizikové situace jako je seznamování, agrese nebo podvody na internetu.“* (Avast, 2024) Kurz je sestaven tak, že jím dítě prochází jako „špión“, který sleduje online komunikaci dvou lidí. V jejich komunikaci probírají hry, rande, celebrity nebo třeba nadávky a výhrůžky. V kurzu je dohromady 14 témat. Po úspěšném dokončení kurzu získá dítě zlatý odznak. Časová náročnost kurzu je 45 minut. Kurz byl vytvořen ve spolupráci Jirky Krále, Avastu a E-bezpečí. Program Bud' safe online působí také na sociálních sítích (Instagram, YouTube), kde sdílí nejrůznější tipy a nejnovější hrozby. (Avast, 2024)

### **E-Bezpečí**

*„Projekt E-Bezpečí je celorepublikový certifikovaný projekt zaměřený na prevenci, vzdělávání, výzkum, intervenci a osvětu spojenou rizikovým chováním na internetu a souvisejícími fenomény. Projekt E-Bezpečí je realizován Centrem prevence rizikové virtuální komunikace Pedagogické fakulty Univerzity Palackého ve spolupráci s dalšími organizacemi.“* (Kopecký, 2024) Tento projekt se zabývá zejména těmito tématy: kyberšikana, sexting, kybergrooming, kyberstalking a stalking, rizika sociálních sítí, online závislosti, fake news, hoax, spam ad. E-Bezpečí pořádá přednášky a besedy. Cílovou skupinou nejsou jenom žáci a studenti, ale také učitelé, preventisté sociálně patologických jevů, metodici prevence, policisté, manažeři prevence kriminality, vychovatelé, pracovníci OSPOD a rodiče. Součástí projektu je také online poradna a výzkumná šetření zaměřená na rizikovou komunikaci v online prostředí. Projekt je podporován Ministerstvem vnitra ČR, Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR a Policií ČR. (Kopecký, 2024)

## **Národní centrum bezpečnějšího internetu – Projekt Bezpečně online**

Národní centrum bezpečnějšího internetu (NCBI) je neziskové nevládní sdružení založené v roce 2006. Cílem sdružení je přispět k bezpečnějšímu užívání internetu, moderních informačních a komunikačních technologií a předcházet a snižovat sociální rizika spojená s jejich užíváním. NCIB je členem celoevropské sítě národních osvětových center bezpečnějšího internetu. Sdružení podporuje vzdělávání v této oblasti, zejména u dětí a mládeže. Působí proti šíření ilegálního, hlavně pedofilního a extremistického obsahu na internetu. Ve spolupráci s dalšími partnery pořádá konference, semináře, přednášky a školení. V nich se zaměřuje na bezpečnější užívání internetu a prevenci internetové kriminality. Projekt Bezpečně online je zaměřen na děti a dospívající. Zároveň také poskytuje základní metodickou podporu učitelům a rodičům. Jeho cílem je podporovat bezpečné a sebejisté používání internetu a nových komunikačních technologií. Mezi tématy projektu nalezneme bezpečné používání finančních online služeb, aktivní ochranu soukromých informací před zneužitím a efektivní využívání informačních technologií a internetu. (Národní centrum bezpečnějšího internetu, 2024)

### **Nebud' oběť**

Nebud' oběť je organizace zaměřená na prevenci a osvětu v oblasti rizik internetu a moderních komunikačních technologií. Organizace působí v Moravskoslezském kraji a její primární cílovou skupinou jsou žáci 2. stupně ZŠ a studenti SŠ. Sekundární cílovou skupinu tvoří rodiče a učitelé. Organizace pořádá přednášky, školení, vzdělávací akce, projekty, projektové dny, mediální kampaně a další aktivity. Spolupracuje se školami, knihovnami, policií, městskými úřady, nízkoprahovými centry, středisky volného času a dalšími organizacemi, které pracují s dětmi. Jedním z cílů Nebud' oběť je zavést téma rizik internetu a komunikačních technologií do školních vzdělávacích programů na základních školách. Také chtějí zvýšit zájem veřejnosti, odpovědných ministerstev a dalších institucí o problematiku užívání internetu a komunikačních technologií. Dále se snaží rozšířit povědomí o rizicích internetu do rodin za účelem toho, že rodiče převzou odpovědnost za bezpečí svých dětí i ve virtuálním světě. Své vzdělávací aktivity se organizace snaží vést na principech zážitkové pedagogiky a s prožitím modelových situací. (Nebud' oběť, 2024)

## **Peer program – Osvěta kybernetické bezpečnosti**

Jedná se o projekt Smíchovské střední průmyslové školy a gymnázia, který je založený na předávání zkušeností mezi vrstevníky. Interaktivní program prevence kyberkriminality probíhá v MŠ a ZŠ v Praze. Program je veden proškolenými studenty ze tří pražských středních škol. Cílem je pomoci dětem a dospívajícím vyhnout se nebezpečím internetu, jako je kyberšikana, sexuální obtěžování, vyhrožování a podvody. Program pro MŠ je určen pro děti ve věku 4–6 let a trvá 50 minut. Probíhá formou divadelního představení, během kterého děti diskutují s lektorem o tom, co se v příběhu odehrává a zda se postavy chovají bezpečně. Součástí představení jsou i krátké pohybové aktivity. Program pro ZŠ pomáhá žákům osvojit si dovednosti důležité pro pohyb v online prostředí, jako je asertivní komunikace, kritické myšlení, odmítání nelegálního jednání a odolávání tlaku agresora. *„Interaktivní program obsahuje přednášku doplněnou o prosociální aktivity zaměřené na spolupráci a komunikaci, na podporu pozitivního klimatu třídy a skupinové identity a aktivity na prohloubení probírané látky a upevnění preventivních návyků.“* (Smíchovská střední průmyslová škola a gymnázium, 2024) Program je na 2–4 vyučovací hodiny v závislosti na věku žáků. Mezi tématy programu jsou např. můj nový telefon, kyberšikana, kyberpredátoři, mediální gramotnost, digitální stopa a další. (Smíchovská střední průmyslová škola a gymnázium, 2024)

### 3 Výzkumné šetření

Výzkumné šetření bylo zaměřeno na oblast trávení volného času a jeho současná rizika u dětí. Zejména byla zjišťována zkušenost dětí s riziky v kyberprostoru. Tato problematika byla sledována u dětí v dětských domovech a současně u dětí vyrůstajících v rodinách. Cílem výzkumu je tedy určit, s jakými riziky se ve svém volném čase setkávají děti v dětských domovech a jak se tato zjištění liší od výsledků šetření prováděném u dětí vyrůstajících v rodinách. Zda se s riziky více setkávají děti z dětských domovů nebo z rodin. Výzkum probíhal kvantitativní metodou formou online dotazníků. Byly vytvořeny dva totožné dotazníky, jeden pro dětské domovy a druhý pro děti ze základní a střední školy.

#### 3.1 Metodologie

Výzkumné šetření bylo realizováno kvantitativní metodou. Kvantitativní výzkum pracuje a zpracovává číselné údaje, pomocí kterých se dá zjistit rozsah a míra výskytu zkoumaných jevů. Se získanými výsledky se dá matematicky pracovat, např. vypočítat průměr nebo se vyjadřovat v procentech. U kvantitativního výzkumu lze také porovnávat rozdíly mezi dvěma nebo více výsledky. Výsledky kvantitativního výzkumu lze zevšeobecňovat. Také je možné vysvětlit příčiny a změny jevů a vytvářet předpovědi. Kvantitativní výzkum potvrzuje, nebo vyvrací teorii. (Gavora, 2010)

Ke sběru dat byl použit anonymní online dotazník (Microsoft Forms). Dotazník je nejfrekventovanější metodou sloužící k získávání údajů. Dotazník slouží pro hromadné získávání údajů od velkého počtu respondentů. Jedná se o způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí. (Gavora, 2010) Dotazník byl distribuován e-mailem do dětských domovů, základní školy a střední školy. Instituce byly zároveň kontaktovány telefonicky. Metoda dotazníku byla zvolena z důvodu anonymity a rychlejšího získání většího množství dat. Vzhledem k cíli získat přehled o současných rizicích volného času u dětí, se dotazník jevil jako nejvhodnější metoda. Dotazník se skládal z 11 položek. Přičemž jedna z otázek se týkala pohlaví a jedna otázka věku respondentů. Dotazník obsahoval převážně uzavřené či škálované otázky. Pouze jedna otázka byla polouzavřená a položka ohledně věku byla otevřená. Všechny části dotazníku byly povinné.

## **3.2 Výzkumný problém, výzkumné cíle a výzkumné otázky**

### **Výzkumný problém**

- Současné trendy v oblasti trávení volného času u dětí v dětských domovech a jejich možná rizika.

### **Výzkumný cíl**

- Cílem práce je zjistit, jaké jsou současné trendy rizikového chování u dětí v dětských domovech v kontextu jejich volného času a komparovat je s obecnou populací dětí a mládeže.

### **Dílčí cíle**

- Zjistit, jak tráví volný čas děti v dětských domovech.
- Zjistit, jak tráví volný čas děti vyrůstající v rodinách.
- Zjistit rozdíly v trávení volného času mezi dětmi v dětských domovech a dětmi vyrůstajícími v rodinách.
- Zjistit kolik dětí se setkalo s riziky v oblasti současného trávení volného času.
- Popsat rizikovitost aktuálních trendů trávení volného času.

### **Výzkumná otázka**

- Jakým rizikovým způsobem tráví volný čas současná mladá generace v dětských domovech?

### **Dílčí otázky**

- Jaké jsou současné trendy rizikového chování v oblasti trávení volného času?
- Jak tráví volný čas děti v dětských domovech?
- Jak tráví volný čas děti vyrůstající v rodinách?
- Jak se liší trávení volného času u dětí v dětských domovech a u dětí vyrůstajících v rodinách?
- Kolik dětí se setkalo s riziky spojenými s oblastí trávení volného času?

### 3.3 Hypotézy

**H1: U dětí z dětských domovů je nižší výskyt internetové komunikace s neznámými lidmi než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

Hypotéza vychází ze dvou výzkumů. První výzkum byl realizován v dětských domovech a zkoumal online prostředí. V tomto výzkumu uvedlo komunikaci s neznámými lidmi na internetu 35,53 % dětí dětského domova. (Kopecký, Szotkowski, 2022) Druhý výzkum byl zaměřen na rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru. Z výsledku tohoto výzkumu vyšlo, že s neznámými lidmi na internetu komunikuje 48,59 % českých dětí. (Kopecký, Szotkowski, 2017)

**H2: Počet dětí, které zažily nějakou formu obtěžování na internetu (urážení, posmívání, vyhrožování, ponižování apod.) je vyšší u dětí v dětských domovech než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

Hypotéza je opět stanovena na základě dvou výzkumů. Výzkumná zpráva z dětských domovů uvádí, že 48,19 % dětí z dětského domova zažilo verbální útok na internetu. (Kopecký, Szotkowski, 2022) Oproti tomu 27 % dětí vyrůstajících v rodinách zažilo verbální útok. (Kopecký, Szotkowski, 2019)

**H3: Posílání intimních fotografií či videí probíhá častěji u dětí vyrůstajících v rodinách než u dětí z dětských domovů.**

Hypotéza se opírá o výsledky výzkumu, který se zabýval sextingem u českých dětí. Z tohoto výzkumu vyplývá, že 74 % dětí sdílí své intimní fotografie zřídka a 26 % často. (Szotkowski, Kopecký, Dobešová, 2020) Dále je hypotéza vymezena podle výzkumu z dětských domovů, kde 7,11 % dětí čas od času pošle svou vlastní intimní fotografii. (Kopecký, Szotkowski, 2022)

**H4: Průměrný počet hodin strávených na sociálních sítích je nižší u dětí z dětských domovů než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

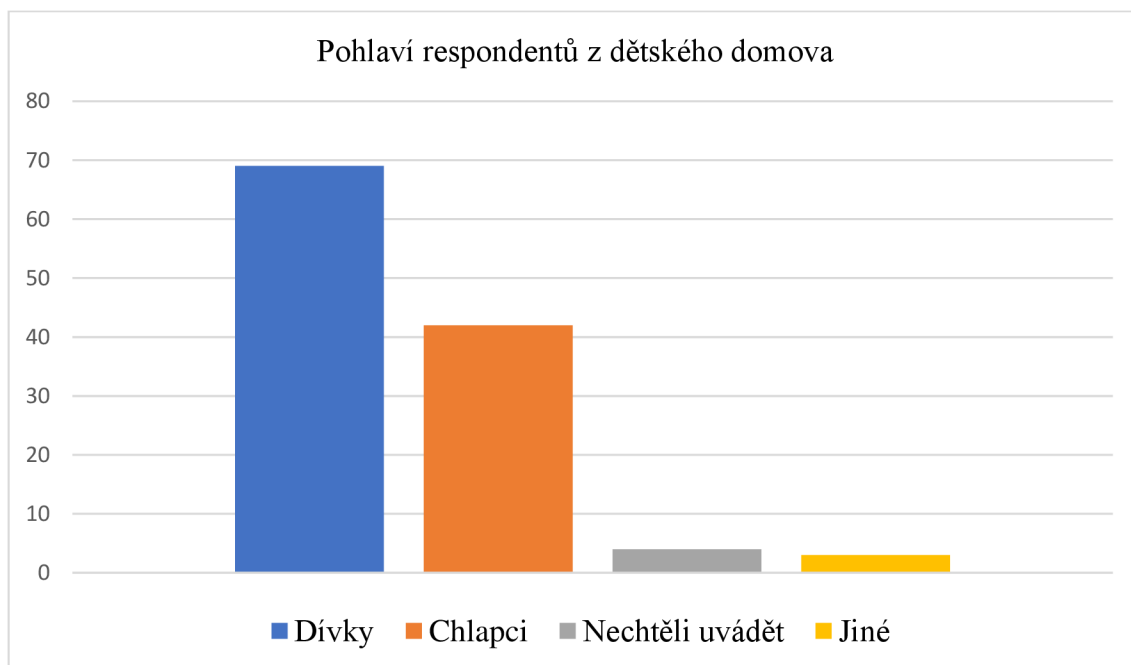
Hypotéza vyplývá opět z výzkumného šetření v dětských domovech. V tomto výzkumu uvedlo 83,13 % pracovníků dětských domovů, že omezují přístup dětí k internetu. Nejčastěji mohou děti na internetu trávit čas v rozmezí 1-3 hodin. O víkendu počet hodin narůstá. (Kopecký, Szotkowski, 2022)

**H5: Průměrný počet hodin strávených hraním her (na počítači, mobilu apod.) je nižší u dětí v dětských domovech než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

Hypotéza je stanovena na stejném podkladě jako hypotéza čtvrtá. Tedy, že většina pracovníků dětských domovů omezuje přístup dětí na internet. Ve výzkumu 78,92 % pracovníků dětských domovů uvedlo, že děti mají omezen přístup k internetu tím, že mají předem určené hodiny. Dále pak 7,23 % pracovníků uvedlo, že děti mají přístup k internetu za odměnu, např. pokud splní své povinnosti. (Kopecký, Szotkowski, 2022)

### 3.4 Charakteristika výzkumného vzorku

Dotazníku určeného dětem z dětských domovů se zúčastnilo 120 respondentů. Dva respondenti nesplnili věkovou hranici, jelikož jim bylo 18 a více let. Jejich odpovědi proto nejsou ve výzkumu započítány. Konečný počet respondentů je tedy 118. Z hlediska pohlaví se výzkumný vzorek skládal z 69 dívek a 42 chlapců, 4 respondenti nechtěli uvádět a 3 respondenti uvedli jiné pohlaví. Věkové rozmezí respondentů bylo od 7 do 17 let. Ve věku 7-11 let bylo zastoupeno 24 dětí (20 %), ve věku 12-14 let 54 dětí (46 %) a ve věku 15-17 let 40 nezletilých (34 %).



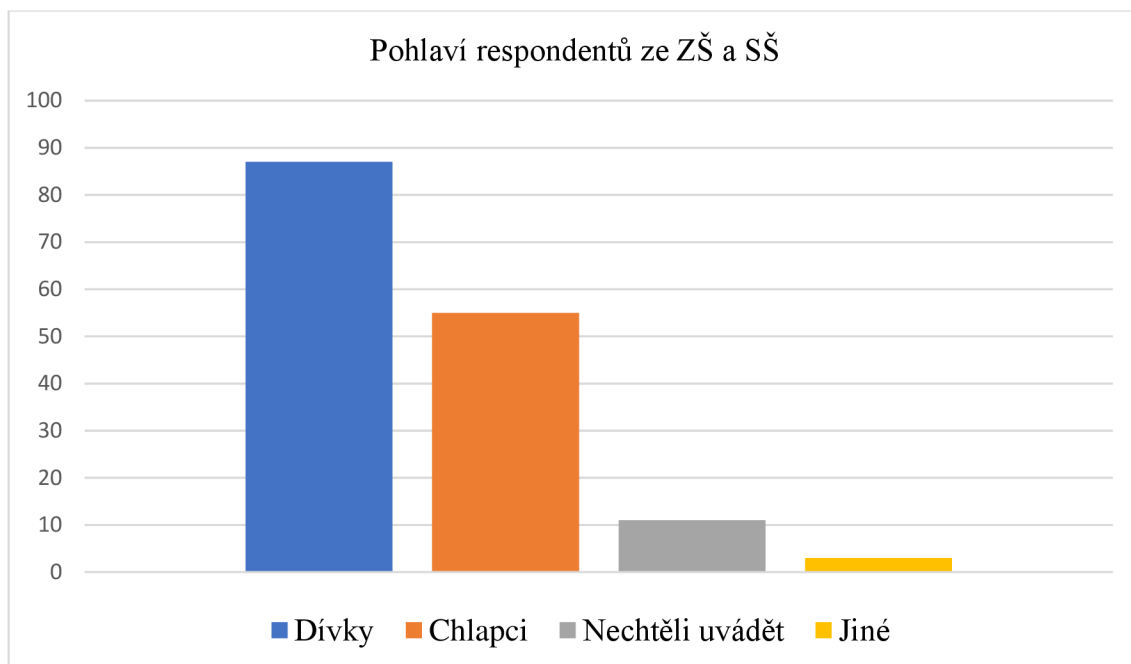
**Graf 1** Pohlaví respondentů z dětského domova

**Tabulka 1** Rozložení výzkumného vzorku z dětského domova podle věku

Věk respondentů	N	%
7 let	1	0,85
8 let	2	1,70
9 let	3	2,54
10 let	10	8,47
11 let	8	6,78
12 let	17	14,41
13 let	19	16,10
14 let	18	15,25
15 let	19	16,10
16 let	13	11,02
17 let	8	6,78

Na dotazník zasláný na základní a střední školu odpovědělo 170 respondentů. Z toho 14 respondentům bylo 18 a více let. Z tohoto důvodu byly jejich odpovědi vyřazeny. Celkový počet respondentů je po jejich odečtení 156. Dotazníku se zúčastnilo 87 dívek, 55 chlapců, 11 respondentů nevedlo pohlaví a 3 uvedli jiné. Věk respondentů byl od 10 do 17 let. Děti ve věku 10-11 let bylo 6 (4 %), ve věku 12-14 let 55 (35 %) a ve věku 15-17 let 95 (61 %).





**Graf 2** Pohlaví respondentů ze ZŠ a SŠ

**Tabulka 2** Rozložení výzkumného vzorku ze ZŠ a SŠ podle věku

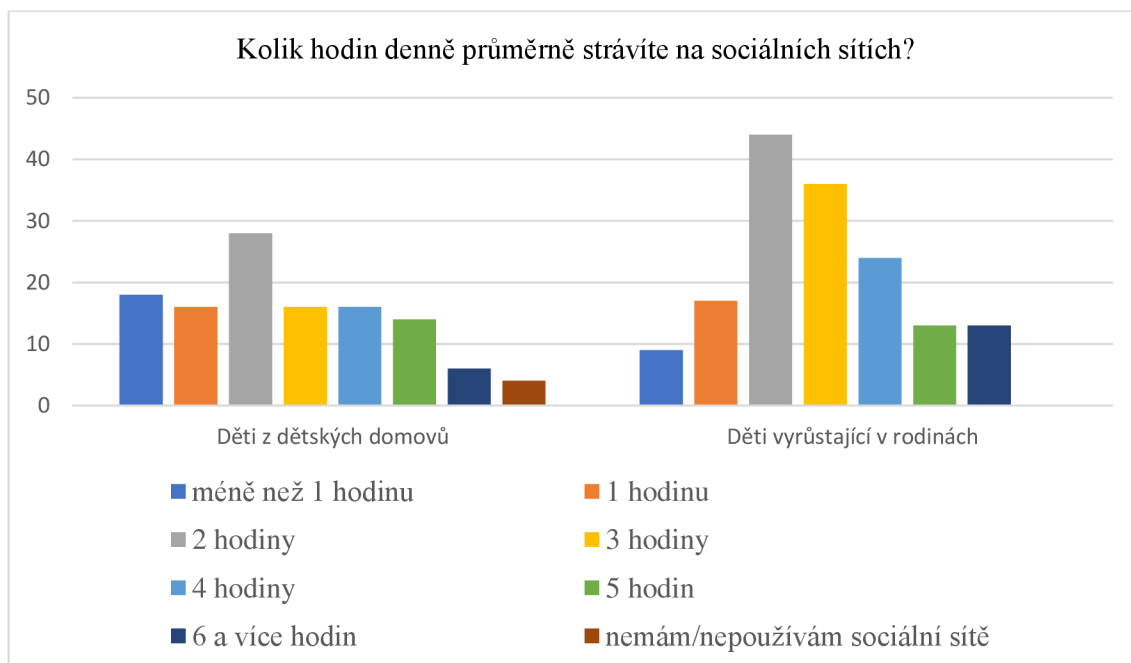
Věk respondentů	N	%
10 let	1	0,64
11 let	5	3,20
12 let	18	11,54
13 let	22	14,10
14 let	15	9,62
15 let	29	18,59
16 let	31	19,87
17 let	35	22,44

### 3.5 Výsledky výzkumu

#### Denní průměr počtu hodin strávených na sociálních sítích

Průměrná doba, kterou děti z dětských domovů tráví denně na sociálních sítích, je přibližně 2,5 hodiny. Méně než jednu hodinu je v průměru denně na sítích 18 dětí (15,2 %). Jednu hodinu na sociálních sítích tráví 16 respondentů (13,6 %). Denně na sítích tráví dvě hodiny 28 dětí z dětských domovů (23,7 %), tři hodiny 16 respondentů (13,6 %) a čtyři hodiny také 16 respondentů (13,6 %). Pět hodin jako průměrnou denní dobu na sociálních sítích uvedlo 14 dotazovaných (11,9 %) a více jak šest hodin tráví na sítích 6 dětí z dětského domova (5 %). Sociální sítě nemají, nebo nepoužívají 4 děti (3,4 %).

Průměrný počet hodin denně, které stráví děti vyrůstající v rodinách na sociálních sítích, je okolo 2,9 hodiny – téměř tedy 3 hodiny. Méně než jednu hodinu je denně na sociálních sítích 9 respondentů (5,8 %). Jednu hodinu denně tráví na sítích 17 dětí (10,9 %), dvě hodiny 44 dětí (28,2 %), tři hodiny 36 respondentů (23,1 %), čtyři hodiny 24 dotazovaných (15,4 %) a pět hodin 13 nezletilých (8,3 %). Více jak šest hodin je denně na sociálních sítích 13 dětí vyrůstajících v rodinách (8,3 %). Žádný z respondentů neuvedl, že nemá či nepoužívá sociální sítě.



**Graf 3** Denní průměr počtu hodin strávených na sociálních sítích

V průměru tráví více času na sociálních sítích děti vyrůstající v rodinách. U obou skupin jsou nejčastěji zastoupeny 2 hodiny. U dětí v rodinách jsou na druhém místě

nejvíce zmíněny 3 hodiny denně na sociálních sítích. Naopak u dětí z dětských domovů je druhá nejčastější odpověď méně než 1 hodina, což je u dětí z rodin téměř nejméně využívaná odpověď. U dětí v dětských domovech jsou ve stejném počtu zastoupeny jedna, tři a čtyři hodiny denně na sociálních sítích. Zatímco 4 hodiny jsou u dětí z rodin jako třetí nejčastější odpověď. Žádné dítě vyrůstající v rodině neuvedlo, že nemá, či nepoužívá sociální síť. V dětských domovech tuto možnost uvedli 4 respondenti. To může být dáno tím, že tato skupina má nižší věkový průměr a šest dětí je mladších 10 let.

### **Rizikové jevy v souvislosti s používáním sociálních sítí**

Tato otázka dotazníku byla zaměřena na rizikové jevy, které se mohou pojít s používáním sociálních sítí. V případě, kdy se u jedince objevuje více těchto jevů, může to znamenat problémový vztah k sociálním sítím, nebo dokonce závislost na nich. Mezi rizikovými jevy byly v dotazníkovém šetření nabízeny tyto možnosti: neúspěšný pokus o omezení času na sociálních sítích, zanedbávání ostatních činností a aktivit, lhaní o množství času stráveném na sociálních sítích, pocit osamělosti, nedostatečný nebo nekvalitní spánek, nízká víra ve vlastní schopnosti, zkušenost s kyberšikanou a užívání energetických nápojů. Všechny tyto projevy byly v dotazníku formulovány v podobě výroků a hodnoceny na škále – ano, spíše ano, spíše ne a ne.

U dětí z dětských domovů je nejvíce zastoupeným rizikovým jevem ve spojitosti se sociálními sítěmi konzumace energetických nápojů. Naopak nejméně se děti z dětských domovů na sociálních sítích setkávají s kyberšikanou. Malý počet je také těch dětí, které pociťují nízkou víru ve vlastní schopnosti při používání sociálních sítí. Malé procento dětí lže o času stráveném na sociálních sítích. V malém počtu jsou také zastoupeny děti, které mají nekvalitní nebo nedostatečný spánek z důvodu používání sociálních sítí. Pocity osamělosti v souvislosti s užíváním sociálních sítí se u dětí z dětských domovů vyskytují také v menší míře.

**Tabulka 3** Výskyt rizikových jevů v souvislosti s používáním sociálních sítí u dětí v dětských domovech

<b>Rizikové jevy a sociální síť</b>	<b>ano</b>		<b>spíše ano</b>		<b>spíše ne</b>		<b>ne</b>	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Pokus o omezení času</b>	18	15,25	21	17,80	36	30,51	43	36,44

<b>Zanedbávání činností</b>	21	17,80	24	20,34	30	25,42	43	36,44
<b>Lhaní o času na sítích</b>	22	18,64	6	5,09	23	19,49	67	56,78
<b>Pocit osamělosti</b>	19	16,10	16	13,56	30	25,42	53	44,92
<b>Problémy se spánkem</b>	25	21,19	9	7,62	25	21,19	59	50,00
<b>Nízká sebedůvěra</b>	13	11,02	12	10,17	34	28,81	59	50,00
<b>Kyberšikana</b>	19	16,10	9	7,62	17	14,41	73	61,87
<b>Energetické nápoje</b>	48	40,68	17	14,41	16	13,56	37	31,35

Nejčastějším rizikovým jevem v souvislosti s používáním sociálních sítí u dětí vyrůstajících v rodinách je nedostatečný, nebo nekvalitní spánek. Nejméně se děti na sociálních sítích setkávají s kyberšikanou. Velký počet dětí nekonzumuje energetické nápoje a nelže o času stráveném na sociálních sítích.

**Tabulka 4** Výskyt rizikových jevů v souvislosti s používáním sociálních sítí u dětí vyrůstajících v rodinách

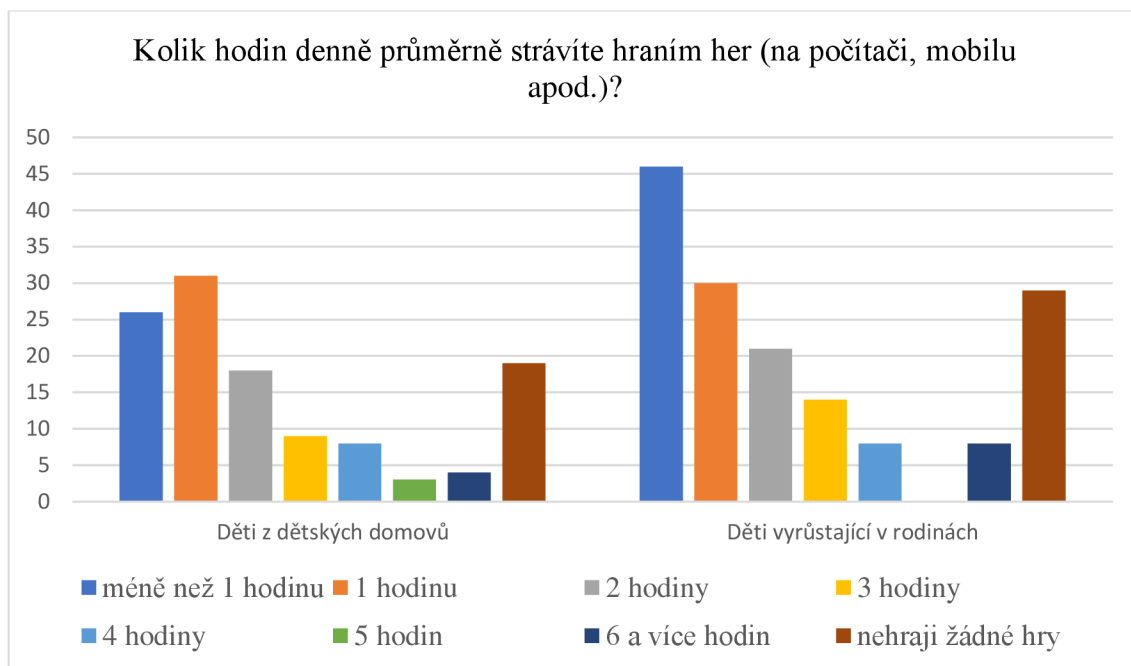
<b>Rizikové jevy a sociální sítě</b>	<b>ano</b>		<b>spíše ano</b>		<b>spíše ne</b>		<b>ne</b>	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Pokus o omezení času</b>	31	19,87	39	25,00	58	37,18	28	17,95
<b>Zanedbávání činností</b>	28	17,95	40	25,64	41	26,28	47	30,13
<b>Lhaní o času na sítích</b>	17	10,90	14	8,98	34	21,79	91	58,33
<b>Pocit osamělosti</b>	37	23,72	30	19,23	33	21,15	56	35,90
<b>Problémy se spánkem</b>	37	23,72	36	23,08	39	25,00	44	28,20
<b>Nízká sebedůvěra</b>	25	16,03	32	20,51	41	26,28	58	37,18
<b>Kyberšikana</b>	8	5,13	5	3,21	21	13,46	122	78,20
<b>Energetické nápoje</b>	34	21,79	9	5,77	17	10,90	96	61,54

Když se porovnají výsledky z dětských domovů a z rodin, tak se neúspěšně pokusilo omezit čas na sociálních sítích více dětí, které vyrůstají v rodinách. Zanedbávání ostatních činností kvůli sociálním sítím je u obou skupin respondentů zastoupeno přibližně ve stejné míře. Lhaní o času stráveném na sociálních sítích je také u obou skupin podobné, ale děti z dětských domovů o tom lžou o něco více. Při používání sociálních sítí se cítí osaměle o něco více děti z rodin. Větší rozdíl je v oblasti spánku, kde děti z rodin mají častěji nedostatečný nebo nekvalitní spánek. Děti vyrůstající v rodinách mají také nižší víru ve vlastní schopnosti v souvislosti s používáním sociálních sítí. Výskyt kyberšikany je u obou skupin na nízké úrovni. Velký rozdíl ve výsledcích je v konzumaci energetických nápojů, děti z dětských domovů konzumují energetické nápoje skoro o polovinu více než děti vyrůstající v rodinách. Celkově jsou k rizikovému chování v souvislosti s používáním sociálních sítí náchylnější děti z rodin. Výjimkou je pouze lhaní o času stráveném na sítích a především konzumace energetických nápojů.

#### **Denní průměr počtu hodin strávených hraním her (na počítači, mobilu apod.)**

Děti z dětských domovů věnují hraní her v průměru 1,5 hodiny denně. Méně než jednu hodinu hraje hry 26 dětí (22,0 %). Průměrně jednu hodinu denně hraje hry 31 dětí (26,3 %), dvě hodiny 18 nezletilých (15,3 %), tři hodiny 9 respondentů (7,6 %), čtyři hodiny uvedlo 8 dětí (6,8 %) a pět hodin 3 děti z dětského domova (2,5 %). Šest a více hodin denně se hraní her věnují 4 respondenti z dětského domova (3,4 %). Hraní her se nevěnuje 19 nezletilých (16,1 %).

Průměrná denní doba, kterou děti vyrůstající v rodinách věnují hraním her je 1,4 hodiny. Děti, které hrají hry méně než jednu hodinu denně, je 46 (29,5 %), jednu hodinu hraje hry 30 dětí (19,2 %), v průměru dvě hodiny se hrám věnuje 21 respondentů (13,5 %), tři hodiny 14 respondentů (9,0 %), čtyři hodiny 8 nezletilých (5,1 %) a pět hodin nevedlo žádné dítě. Více než šest hodin denně hraje hry 8 dotazovaných (5,1 %). Žádné hry nehraje 29 respondentů (18,6 %).



**Graf 4** Denní průměr počtu hodin strávených hraním her

V průměru hrají hry více děti z dětských domovů než děti vyrůstající v rodinách. Rozdíl však není příliš velký, průměr v dětských domovech je 1,5 a u dětí z rodin 1,4 hodiny. Děti z dětských domovů u her nejčastěji tráví 1 hodinu denně, děti vyrůstající v rodinách méně než 1 hodinu denně. Druhým nejčastějším časem je u dětí z dětských domovů méně než 1 hodina, u dětí z rodin je to pak 1 hodina denně. U obou skupin respondentů je třetí nejčastější odpovědí to, že nehrají žádné hry. Vysoký počet respondentů, kteří nehrají hry, může být dán tím, že převažují respondenti ženského pohlaví. Neboť podle dostupných výzkumů hraje hry více chlapců než dívek.

#### **Rizikové jevy v souvislosti s hraním her (na počítači, mobilu apod.)**

Tato otázka byla zaměřena na rizikové jevy, které jsou spojené s hraním digitálních her. Otázka byla koncipována stejně jako otázka zaměřená na rizikové jevy spojené se sociálními sítěmi. Byla tedy škálovaná a se stejnými výroky. Tyto rizikové jevy jsou také spojeny s problémovým hraním, nebo i s poruchou hraní digitálních her.

Nejčastějším rizikem ve spojitosti s hraním digitálních her je u dětí z dětských domovů opět konzumace energetických nápojů. Druhým častým problémovým jevem je neúspěšný pokus o omezení času stráveného hraním. Nejméně se děti z dětských domovů při hraní setkávají s kyberšikanou. Také je málo těch dětí, které lžou o hraném času nebo mají problémy se spánkem či se cítí osaměle.

**Tabulka 5** Výskyt rizikových jevů v souvislosti s hraním her (na počítači, mobilu apod.) u dětí v dětských domovech

Rizikové jevy v souvislosti s hraním her	ano		spíše ano		spíše ne		ne	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Pokus o omezení času</b>	21	17,80	14	11,86	25	21,19	58	49,15
<b>Zanedbávání činností</b>	17	14,41	15	12,71	26	22,03	60	50,85
<b>Lhaní o času u her</b>	9	7,62	9	7,62	25	21,19	75	63,57
<b>Pocit osamělosti</b>	10	8,47	5	4,24	32	27,12	71	60,17
<b>Problémy se spánkem</b>	10	8,47	8	6,78	26	22,03	74	62,72
<b>Nízká sebedůvěra</b>	9	7,62	8	6,78	32	27,12	69	58,48
<b>Kyberšikana</b>	10	8,47	7	5,93	24	20,34	77	65,26
<b>Energetické nápoje</b>	39	33,05	13	11,02	16	13,56	50	42,37

U žádné možnosti není výrazný počet dětí vyrůstajících v rodinách, které by vykazovaly nějaký rizikový jev. Nejmenší výskyt je opět kyberšikany ve hrách. Zhruba stejné procento dětí má shodné zkušenosti s lhaním o času stráveném u her jako s pocitem osamělosti. Zároveň je přibližně stejné množství dětí, které mají shodné odpovědi v oblasti neúspěšného pokusu o omezení herního času a v oblasti zanedbávání ostatních činností a aktivit.

**Tabulka 6** Výskyt rizikových jevů v souvislosti s hraním her (na počítači, mobilu apod.) u dětí vyrůstajících v rodinách

Rizikové jevy v souvislosti s hraním her	ano		spíše ano		spíše ne		ne	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Pokus o omezení času</b>	18	11,54	24	15,39	33	21,15	81	51,92
<b>Zanedbávání činností</b>	17	10,90	24	15,39	34	21,79	81	51,92

<b>Lhaní o času u her</b>	13	8,33	7	4,49	29	18,59	107	68,59
<b>Pocit osamělosti</b>	14	8,98	17	10,90	21	13,46	104	66,66
<b>Problémy se spánkem</b>	21	13,46	19	12,18	23	14,74	93	59,62
<b>Nízká sebedůvěra</b>	4	2,56	17	10,90	32	20,51	103	66,03
<b>Kyberšikana</b>	10	6,41	3	1,92	16	10,26	127	81,41
<b>Energetické nápoje</b>	24	15,38	6	3,85	12	7,69	114	73,08

U dětí z dětských domovů a u dětí z rodin nejsou v oblasti rizikových jevů při hraní digitálních her příliš velké rozdíly. Mírný rozdíl je u nedostatečného a nekvalitního spánku, se kterým mají větší problém děti z rodin. Nepatrný rozdíl je také u sebedůvěry, kterou má v souvislosti s hraním her nižší více dětí z dětských domovů než děti, které vyrůstají v rodinách. Kyberšikana je u obou skupin nejméně uváděnou položkou. Větší rozdíl je opět u konzumace energetických nápojů, které více konzumují děti z dětských domovů.

### **Volnočasové aktivity**

Tato položka dotazníku se zaměřovala na další aktivity, kterým se děti věnují ve svém volném čase, mimo sociálních sítí a her. Mezi možnostmi bylo na výběr sportování, konzumace návykových látek, trávení času s přáteli, chození do nákupních center, nicnedělání a poflakování se, sledování videí či filmů, chození do fastfoodů, hra na hudební nástroj, čtení knih, poslech hudby, malování nebo jiná umělecká činnost. Na tuto položku bylo možné odpovídat na škále podle toho, jak často se dané činnosti dítě věnuje.

U dětí z dětských domovů jsou nejvíce uváděnými aktivitami volného času poslouchání hudby, trávení času s přáteli, sledování videí či filmů a sportování. Naopak nejméně se ve volném čase děti z dětských domovů věnují hře na hudební nástroj, konzumaci návykových látek a nicnedělání.



**Tabulka 7** Volnočasové aktivity u dětí v dětských domovech

Aktivity	Nikdy		Jen jednou		Zřídka kdy		Občas		Pravidelně	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Sport</b>	10	8,47	2	1,69	19	16,10	45	38,14	42	35,60
<b>Návykové látky</b>	70	59,33	16	13,56	9	7,62	10	8,47	13	11,02
<b>Přátelé</b>	0	0	1	0,85	9	7,62	40	33,90	68	57,63
<b>Nákupní centra</b>	11	9,32	1	0,85	35	29,66	55	46,61	16	13,56
<b>Nicnedělání</b>	46	38,99	9	7,62	26	22,03	29	24,58	8	6,78
<b>Sledování videí/filmů</b>	2	1,69	3	2,54	12	10,17	59	50,00	42	35,60
<b>Fastfoody</b>	19	16,10	20	16,95	39	33,05	35	29,66	5	4,24
<b>Hra na hudební nástroj</b>	85	72,04	8	6,78	6	5,09	10	8,47	9	7,62
<b>Knihy</b>	27	22,88	8	6,78	20	16,95	39	33,05	24	20,34
<b>Poslech hudby</b>	3	2,54	1	0,85	7	5,93	34	28,81	73	61,87
<b>Malování/jiná umělecká činnost</b>	28	23,73	3	2,54	28	23,73	32	27,12	27	22,88

Nejvíce se děti vyrůstající v rodinách ve svém volném čase věnují poslechu hudby, sportu, přátelům a sledování videí či filmů. Naopak nejméně tráví svůj volný čas konzumací návykových látek a hraním na hudební nástroj.

**Tabulka 8** Volnočasové aktivity u dětí vyrůstajících v rodinách

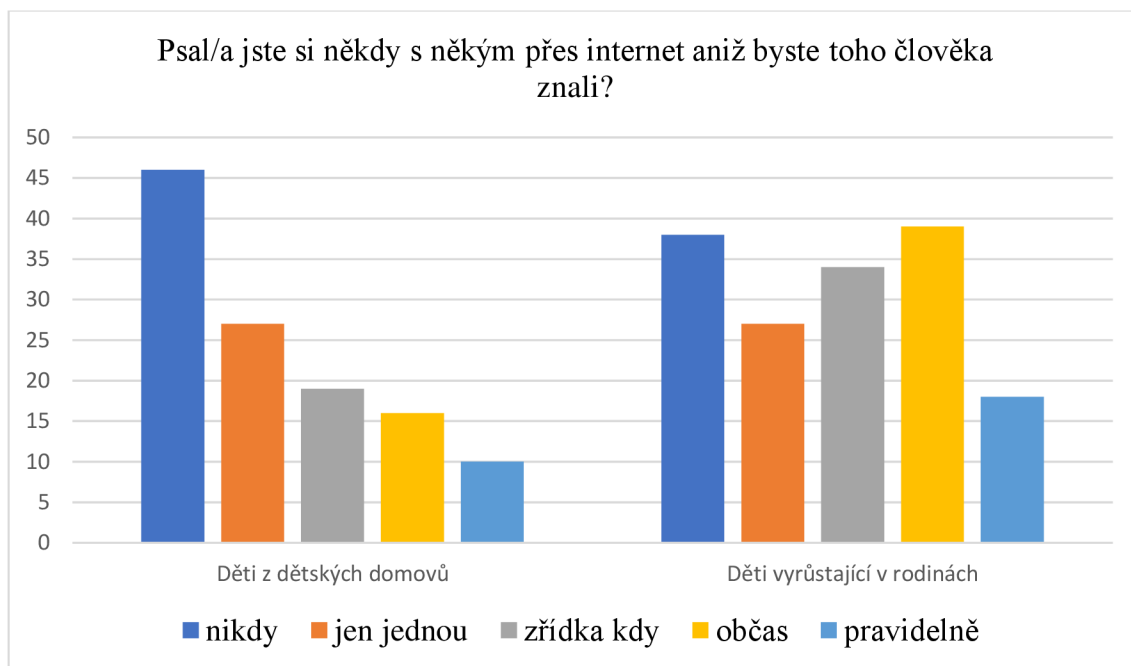
Aktivity	Nikdy		Jen jednou		Zřídka kdy		Občas		Pravidelně	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<b>Sport</b>	12	7,69	4	2,56	12	7,69	36	23,08	92	58,98
<b>Návykové látky</b>	111	71,15	4	2,56	11	7,05	15	9,62	15	9,62
<b>Přátelé</b>	3	1,92	4	2,56	22	14,11	58	37,18	69	44,23
<b>Nákupní centra</b>	14	8,98	11	7,05	51	32,69	65	41,66	15	9,62
<b>Nicnedělání</b>	39	25,00	24	15,38	40	25,64	39	25,00	14	8,98
<b>Sledování videí/filmů</b>	2	1,28	3	1,92	20	12,82	77	49,36	54	34,62
<b>Fastfoody</b>	26	16,67	33	21,15	65	41,66	27	17,31	5	3,21
<b>Hra na hudební nástroj</b>	87	55,76	18	11,54	7	4,49	16	10,26	28	17,95
<b>Knihy</b>	38	24,36	25	16,03	41	26,28	29	18,59	23	14,74
<b>Poslech hudby</b>	6	3,85	4	2,56	10	6,41	28	17,95	108	69,23
<b>Malování/jiná umělecká činnost</b>	29	18,59	27	17,31	33	21,15	38	24,36	29	18,59

Nejvíce a nejméně zastoupené volnočasové aktivity jsou stejné u dětí v dětských domovech jako u dětí vyrůstajících v rodinách, jen jsou v trochu jiném pořadí. Děti z dětských domovů sportují méně pravidelně než děti vyrůstající v rodinách, a naopak více pravidelně konzumují návykové látky. Respondenti z dětských domovů tráví více času se svými přáteli než děti z rodin, což může být dáno tím, že mají své přátele mezi ostatními dětmi dětského domova. Chození do nákupních center věnují obě skupiny přibližně stejné množství času. Nicnedělání a poflakování se je méně časté u dětí z dětských domovů. Sledování filmů či videí a chození do fastfoodů má podobnou frekvenci u obou skupin dětí. Děti z rodin se častěji věnují hře na hudební nástroj. Děti z dětských domovů naopak ve volném čase více čtou. Poslech hudby a čas trávený uměleckou činností či malováním je u obou skupin opět téměř shodný.

### **Komunikace s neznámými lidmi na internetu**

S neznámými lidmi na internetu pravidelně komunikuje 10 dětí z dětského domova (8,5 %), občas s nimi komunikuje 16 dětí (13,5 %), zřídka kdy 19 nezletilých (16,1 %) a alespoň jednou s nimi bylo v kontaktu 27 respondentů (22,9 %). Do kontaktu s neznámými lidmi na internetu nikdy nepřišlo 46 dětí (39,0 %). Lze tedy říci, že 61 % respondentů z dětského domova bylo někdy v kontaktu s neznámou osobou na internetu.

V pravidelné komunikaci s neznámými lidmi na internetu je 18 dětí vyrůstajících v rodinách (11,5 %). Občas s neznámými lidmi přes internet komunikuje 39 respondentů (25,0 %), zřídka kdy 34 respondentů (21,8 %) a pouze jednou s nimi komunikovalo 27 dětí (17,3 %). Nikdy se s neznámými lidmi na internetu nebavilo 38 respondentů (24,4 %). Alespoň jednou s neznámými lidmi na internetu komunikovalo 75,6 % dětí vyrůstajících v rodinách.

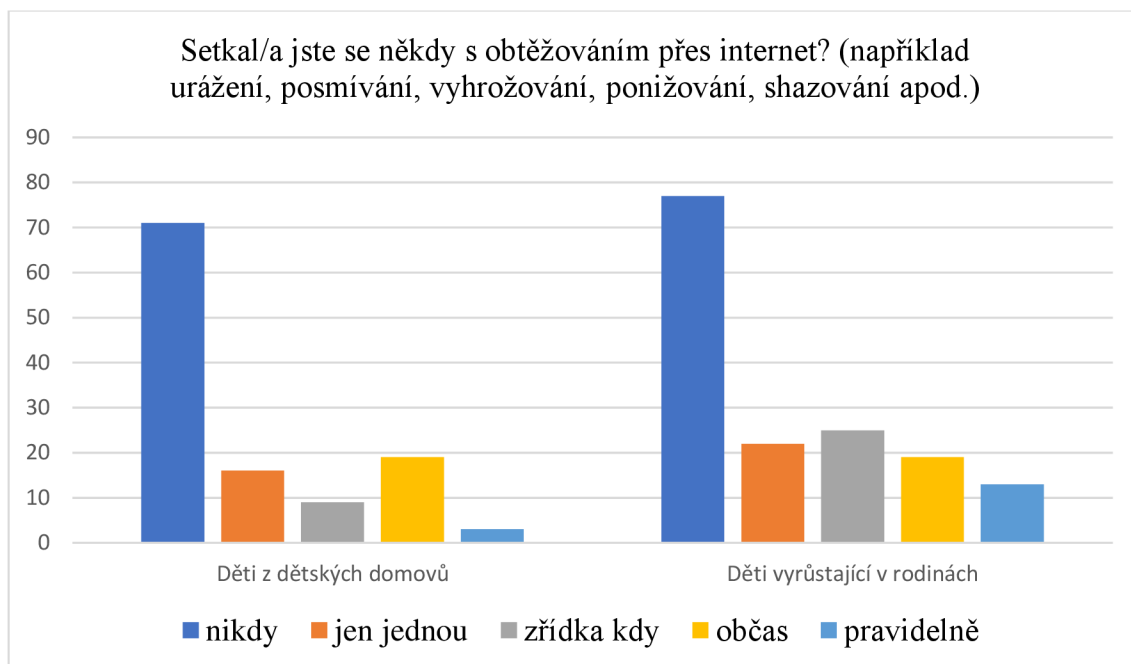


Komunikace s neznámými lidmi přes internet probíhá častěji u dětí, které vyrůstají v rodině než u dětí z dětských domovů. Pokud se vezme nejméně jedna zkušenost s takovouto komunikací, tak je u dětí z rodin vyšší až o 15 %. Děti z rodin převyšují jak v občasné, tak i pravidelné komunikaci s neznámými osobami. Pouze u kategorie s jednou zkušeností mají více procent dětí z dětských domovů.

### **Zkušenosti s obtěžováním na internetu**

Nějakou formu obtěžování na internetu (např. urážení, posmívání, vyhrožování, ponižování, shazování ad.) zažívají pravidelně 3 respondenti z dětských domovů (2,5 %). Občas se s tím setká 19 dětí (16,1 %), zřídka kdy 9 dětí (7,6 %) a pouze jednou obtěžování zažilo 16 nezletilých (13,6 %). Žádný druh internetového obtěžování nezažilo 71 dětí z dětských domovů (60,2 %). Nějakou zkušenost s obtěžováním na internetu má tedy 39,8 % dětí z dětských domovů.

Některou z forem obtěžování přes internet pravidelně zažívá 13 respondentů vyrůstajících v rodině (8,3 %). Občas se s tím setká 19 dětí (12,2 %), zřídka kdy 25 dětí z rodin (16,0 %) a pouze jednou takové obtěžování zažilo 22 nezletilých (14,1 %). Žádnou zkušenost s internetovým obtěžováním nemá 77 dětí vyrůstajících v rodině (49,4 %). Pokud se sečtou všechny děti z rodin, které toto obtěžování zažily, tak to činí 50,6 %.

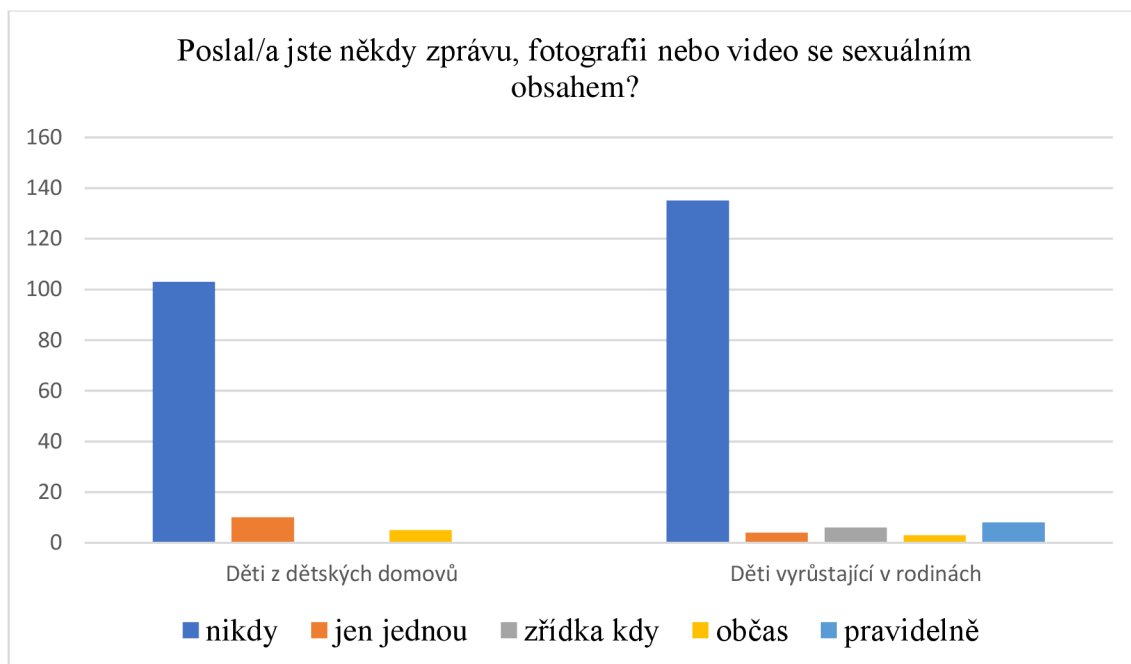


S nějakou formou obtěžování na internetu se setkalo více dětí z rodin než dětí z dětských domovů. Počet těchto dětí je vyšší o 10 %. Pouze u občasně komunikace je více respondentů z dětských domovů než z rodin.

### Posílání intimního materiálu

Občas někomu zašle zprávu, fotografii nebo video se sexuálním obsahem 5 dětí z dětských domovů (4,2 %), pouze jednou to udělalo 10 dětí (8,5 %) a nikdy nic takového neposlalo 103 nezletilých (87,3 %). Možnost zřídka kdy a pravidelně neuvedlo žádné dítě z dětského domova. Celkově má se zaslaným sexuálním obsahem zkušenost 12,7 % dětí z dětských domovů.

Pravidelně posílá sexuální obsah 8 nezletilých vyrůstajících v rodinách (5,1 %), občas něco takového zašlou 3 děti (1,9 %), zřídka kdy 6 respondentů (3,8 %) a pouze jednou to udělali 4 respondenti (2,6 %). Nikdy nic takového neposlalo 135 dětí (86,6 %). Když sečteme jakoukoli zkušenost dětí se zasíláním sexuálního obsahu, dostaneme 13,4 % dětí, které vyrůstají v rodinách.



Celkově má zkušenost se zasíláním sexuálního obsahu více dětí z rodin než dětí z dětských domovů. Rozdíl ale není veliký, jen něco málo pod jedno procento. V kategorii občasného posílání sexuálního materiálu je větší procento dětí z dětských domovů. Také u jediné zkušenosti s tímto jevem je více dětí z dětských domovů než dětí z rodin, a to skoro o 6 %.

### Online challenges

Poslední otázkou v dotazníku bylo, zda se děti zúčastnily některé internetové výzvy. Otázka byla polouzavřená, pokud se tedy dítě nějaké challenge zúčastnilo, mělo napsat její název.

Z dětských domovů se pouze dvě děti účastnily některé internetové challenge. Jedna z nich je challenge s názvem „šílené kombinace jídel“, jak již z názvu vyplývá, jedná se o pozření dvou jídel, které k sobě úplně nepasují a většinou spolu ani nechutnají dobře. Druhá uvedená challenge bylo pití octa.

Čtyři děti z rodin uvedly, že se zúčastnily nějaké online challenge. Dvě z nich se zúčastnily challenge s názvem „zkus se nasmát“, ve které jde o to, aby se člověk nezasmál při sledování vtipných videí. Další zmíněnou challenge byla „cinnamon challenge“, při které se polkne lžička mleté skořice a člověk se může napít až za jednu minutu. Poslední uvedenou výzvou byla „ice bucket challenge“, ve které se lidé polévají kbelíkem studené

vody. Tato výzva sloužila především ke zvýšení povědomí o onemocnění amyotrofická laterální skleróza.

O něco větší výskyt internetových výzev je tedy v populaci dětí vyrůstajících v rodinách než u dětí z dětských domovů. Rozdíl je však pouze necelé 1 %. Celkově je zkušenost s nějakou internetovou výzvou u obou skupin respondentů velmi nízká. Navíc většina z uvedených výzev není příliš nebezpečná.

### **3.6 Vyhodnocení hypotéz**

**H1: U dětí z dětských domovů je nižší výskyt internetové komunikace s neznámými lidmi než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

Z dotazníkového šetření vychází, že s neznámými lidmi na internetu pravidelně komunikuje 8,5 % dětí z dětského domova a 11,5 % dětí z rodin. Občas s nimi komunikuje 13,5 % dětí z dětského domova a 25 % dětí vyrůstajících v rodinách. Zřídka kdy je s nimi v kontaktu 16,1 % dětí z dětského domova a 21,8 % dětí z rodin. Pouze jednou bylo v kontaktu s neznámou osobou na internetu 22,9 % dětí dětského domova a 17,3 % dětí, které vyrůstají v rodině. To znamená, že alespoň jednou bylo v kontaktu s neznámými lidmi 61 % dětí z dětského domova a 75,6 % dětí z rodin. Došlo tedy k potvrzení této hypotézy.

**H2: Počet dětí, které zažily nějakou formu obtěžování na internetu (urážení, posmívání, vyhrožování, ponižování apod.) je vyšší u dětí v dětských domovech než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

Z výzkumného šetření vyplývá, že pravidelné obtěžování na internetu zažívá 2,5 % dětí z dětského domova a 8,3 %. Občasné internetové obtěžování se týká 16,1 % dětí z dětského domova a 12,2 % dětí, které vyrůstají v rodině. Zřídka kdy se s obtěžováním na internetu setká 7,6 % dětí z dětského domova a 16 % dětí z rodin. Pouze jednou nějakou formu internetového obtěžování zažilo 13,6 % dětí z dětského domova a 14,1 % respondentů vyrůstajících v rodině. Alespoň jednu zkušenost s online obtěžováním má 39,8 % respondentů z dětského domova a 50,6 % respondentů z rodin. Vyšší míra výskytu internetového obtěžování je tedy u dětí vyrůstajících v rodinách. Tato hypotéza se tedy nepotvrdila.

**H3: Posílání intimních fotografií či videí probíhá častěji u dětí vyrůstajících v rodinách než u dětí z dětských domovů.**

Z výsledku výzkumu vyšlo, že občas někomu zašle zprávu, fotografii nebo video se sexuálním obsahem 4,2 % dětí z dětských domovů, pouze jednou to udělalo 8,5 %. Celkem je to tedy 12,7 % dětí z dětského domova, které někdy něco takového poslaly. Pravidelně posílá sexuální materiál 5,1 % dětí z rodin, občas 1,9 %, zřídka kdy 3,8 % a pouze jednou něco takového poslalo 2,6 % respondentů vyrůstajících v rodině. Alespoň jednou tedy sexuální materiál rozeslalo 13,4 % dětí z rodin. Můžeme tedy říct, že se tato hypotéza potvrdila.

**H4: Průměrný počet hodin strávených na sociálních sítích je nižší u dětí z dětských domovů než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

Z výsledků výzkumu je patrné, že na sociálních sítích tráví více času děti, které vyrůstají v rodině než děti z dětských domovů. Průměrná doba, kterou děti z rodin tráví na sociálních sítích, je 2,9 hodiny denně. U dětí z dětských domovů je to v průměru 2,5 hodiny denně. Tímto došlo k potvrzení této hypotézy.

**H5: Průměrný počet hodin strávených hraním her (na počítači, mobilu apod.) je nižší u dětí v dětských domovech než u dětí vyrůstajících v rodinách.**

Na základě dotazníkového šetření bylo zjištěno, že děti, které vyrůstají v rodinách, tráví denně hraním her v průměru 1,4 hodiny a děti z dětských domovů 1,5 hodiny. O něco více hrají digitální hry děti z dětských domovů. Tím dochází k vyvrácení této hypotézy. Hypotéza je tedy nepotvrzená.



## 4 Diskuze

V rámci výzkumného šetření bylo formou dotazníku zjišťováno, jak tráví volný čas děti v dětských domovech a jaká rizika při trávení volného času v kyberprostoru jim hrozí. Stejná data byla zjišťována u skupiny dětí vyrůstajících v rodinách. Následně byly výsledky komparovány. V této části bakalářské práce budou výsledky porovnávány s výsledky jiných výzkumů.

Podle výsledků této bakalářské práce se s nějakou formou internetového obtěžování, jako je například urážení, ponižování, posmívání, setkalo 39,8 % respondentů. Ve výzkumu, který mapoval online svět v dětských domovech je toto procento o něco vyšší, konkrétně je to 48,19 % dětí, které se setkaly s urážením na internetu. (Kopecký, Szotkowski, 2022) Se stejnou zkušeností se podle zjištěných výsledků setkalo 50,6 dětí z rodin. Z výzkumu zaměřeného na českou populaci dětí se s ponižováním, urážením a jiným ubližováním na internetu setkalo 27,17 % dětí. (Kopecký, Szotkowski, 2019) Což je naopak o dost méně, než vyplývá z našeho výzkumu. Rozdílný poměr dat může být dán tím, že ve zmíněných výzkumech bylo na výběr z více možností, na základě konkrétní formy ubližování, což mohlo způsobit, že se respondenti rozprostřeli a je jich tudíž méně u této konkrétní možnosti.

Dle našeho výzkumu se s neznámými lidmi na internetu baví 38,1 % dětí z dětských domovů. Podobný výsledek vyšel i z jiného výzkumu zaměřeného na dětské domovy, kde 35,53 % dětí potvrdilo, že se baví s neznámými lidmi na internetu. (Kopecký, Szotkowski, 2022) Počet dětí z rodin, které se na internetu baví s neznámými lidmi je podle našich výsledků 58,3 %. Ve výzkumu na toto téma komunikaci s neznámými lidmi potvrdilo také přes polovinu respondentů, bylo to však o něco méně než v našem výzkumu a to 50,50 %. (Kopecký, Szotkowski, Dobešová, 2021) Celkově však výsledky z obou výzkumů nejsou tolik rozdílné.

Z výsledků této práce vychází, že pouze jednou poslalo nějaký sexuální materiál 8,5 % dětí z dětského domova. Ve srovnání s jiným výzkumem je to o něco méně. V tomto výzkumu je totiž uvedeno, že pouze jednou nějakou formu intimního materiálu zaslalo 12,18 % dětí dětského domova. (Kopecký, Szotkowski, 2022) Nějakou formu takového materiálu posílá 10,8 % respondentů z rodin. Szotkowski, Kopecký a Dobešová (2020) ve svém výzkumu uvádí, že vlastní intimní fotografie posílá 15,68 % českých dětí. V obou případech jsou na tom naše výsledky o něco lépe než výsledky jiných výzkumů.

Mezi limity výzkumu můžeme zařadit malý vzorek respondentů. U obou skupin počet respondentů přesáhl pouze hranici sta odpovědí. Nízký počet respondentů je dán malou návratností, která je způsobena především tím, že byl dotazník distribuován elektronickou poštou přes internetový odkaz. V případě poskytnutí dotazníku osobně by jeho návratnost mohla být vyšší. Zároveň internetové dotazníky více vedou respondenty k tomu, aby si odpovědi více upravovali, což způsobuje, že se výsledky od reality liší více než u osobních dotazníků. Při dotazníku předaném osobně by se například respondenti mohli doptat na případné nejasnosti formulované otázky. Dalším limitem je zastoupení jednotlivých regionů a krajů, ze kterých respondenti jsou. Zatímco dětské domovy byly z různých krajů České republiky, základní a střední škola, do kterých byl dotazník poslán, se nacházejí v Královéhradeckém kraji. Hlavním důvodem tohoto kroku bylo to, že pokud by byl dotazník odeslán na více škol, byl by velký rozdíl v počtu respondentů z rodin a z dětských domovů. Přestože složení respondentů z dětských domovů je pestřejší v rámci krajů, tak některé kraje nejsou zastoupeny vůbec. Výzkumu se nezúčastnil žádný dětský domov z kraje Vysočina a z Libereckého kraje. Malé zastoupení bylo domovů z Olomouckého kraje. Naopak větší počet dětských domovů byl ze Středočeského, Moravskoslezského a Jihočeského kraje. Výzkum limitovalo také to, že ve výzkumném vzorku bylo zastoupeno více dívek než chlapců, a to u obou skupin respondentů. Dalším determinantem, který mohl ovlivnit výsledky výzkumu, je věk respondentů. Děti z dětského domova měly nižší věkový průměr, nejčastěji se jejich věk pohyboval mezi 12. a 15. rokem věku. Zatímco nejčastější věk respondentů vyrůstajících v rodinách byl 15-17 let.

## Závěr

Cílem bakalářské práce bylo zmapovat výskyt rizikových jevů, se kterými se mohou děti z dětských domovů setkat ve svém volném čase. Jelikož v současné době děti tráví hodně času v digitálním světě, zaměřovala se práce převážně na toto prostředí. Současně je tato oblast zmapována i u dětí, které vyrůstají v rodinách. Zjištění z obou kategorií jsou mezi sebou porovnávány.

V teoretické části práce je definován volný čas a jeho specifika v dětském domově. Jsou zde rozděleny volnočasové aktivity na základě jejich záměru. Také je v této části zmíněno, že smysluplně strávený volný čas má pozitivní vliv a snižuje výskyt problémového chování. V další části je popsán samotný kyberprostor, ve kterém se odehrává volný čas. Současně jsou popsána rizika kyberprostoru. Konkrétně jsou přiblíženy jednotlivé rizikové fenomény, se kterými se mohou setkat děti na internetu. Jedna z kapitol se zabývá prevencí a preventivními programy, které jsou zaměřené přímo na oblast internetových rizik. Touto částí byl tedy splněn jeden z dílčích cílů, a to popsat aktuální rizikové trendy.

Výzkumné šetření probíhalo kvantitativní metodou formou online dotazníku. Bylo zaměřeno na skupinu dětí z dětských domovů a na děti, které vyrůstají v rodinách. Z výzkumu vyšlo, že více času na sociálních sítích tráví děti z rodin. Naopak děti z dětských domovů tráví o něco více času hraním digitálních her. Výrazně větší procento dětí, které konzumují energetické nápoje je z dětských domovů. Oproti tomu děti z rodin mají o něco častěji problémy se spánkem. V případě aktivit mimo sociální sítě a hry jsou na tom obě skupiny respondentů velice podobně. Nejčastěji ve volném čase poslouchají hudbu. Paradoxně nejméně často hrají na nějaký hudební nástroj. Velké zastoupení má také trávení času s přáteli, sportování a sledování filmů či videí. V oblastech komunikace s neznámými lidmi, posílání intimního materiálu a zkušeností s obtěžováním na internetu jsou rizikovější skupinou děti vyrůstající v rodinách. Ze stanovených pěti hypotéz došlo k potvrzení třech z nich. Nepotvrdila se hypotéza, ve které bylo tvrzení, že děti z dětských domovů se více setkávají s ubližováním na internetu. Druhou nepotvrzenou hypotézou je, že hraní digitálních her se více věnují děti vyrůstající v rodinách. Cíle bakalářské práce byly splněny. Bylo zjištěno, jak tráví čas obě skupiny respondentů a jaké jsou mezi nimi rozdíly. Zároveň i víme, kolik dětí se setkalo s riziky v oblasti trávení volného času v kyberprostoru.

## Seznam použitých zdrojů

### Tištěné zdroje

BĚLÍK, Václav a HOFERKOVÁ, Stanislava. *Prevence rizikového chování žáků z pohledu pedagogů*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2018, 142 s. ISBN 978-80-7435-726-8.

ČERNÁ, Alena a kol. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada, 2013, 152 s. ISBN 978-80-247-4577-0.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2., rozš. české vyd. Přeložil Vladimír JÚVA, přeložila Vendula HLAVATÁ. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.

HÁJEK, Bedřich. HOFBAUER, Břetislav a PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volné času*. 2. aktualiz. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0030-7.

HAMŘÍK, Zdeněk. *Volný čas dětí a mládeže: zábava, odpočinek a příležitost pro rozvoj*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2022, 86 s. ISBN 978-80-244-6182-3.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-7178-927-5.

KOHOUT, Roman a KARCHŇÁK, Radek. *Bezpečnost v online prostředí*. Karlovy Vary: Biblio, 2016, 68 s. ISBN 978-80260-9543-9.

KOPECKÝ, Kamil. SZOTKOWSKI, René a DOBEŠOVÁ, Pavla. *Riziková komunikace a seznamování českých dětí v kyberprostoru*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2021, 111 s. ISBN 978-80-244-5914-1.

KOPECKÝ, Kamil. SZOTKOWSKI, René a KREJČÍ, Veronika. *Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015, 169 s. ISBN 978-80-244-4861-9.

POSPÍŠIL, Jiří. *Hodnoty a volný čas: nové výzvy pro sociální pedagogiku a pedagogiku volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2023, 538 s. ISBN 978-80-244-6236-3.

POSPÍŠILOVÁ, Helena a kol. *Mládež, hodnoty a volný čas*. Olomouc: Hanex, 2010, 272 s. ISBN 978-80-7409-036-3.

SUCHÁ, Jaroslava. DOLEJŠ, Martin. PIPOVÁ Helena a kol. *Hraní digitálních her českými adolescenty*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2018, 180 s. ISBN 978-80-244-5424-5.

SUCHÁ, Jaroslava. AIGELOVÁ, Eva. PIPOVÁ, Helena a kol. *Užívání internetu, sociálních sítí a digitálních her u adolescentů: teoretická východiska, diagnostika a strategie intervence*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2024, 210 s. ISBN 978-80-244-6436-7.

SZOTKOWSKI, René. KOPECKÝ, Kamil a DOBEŠOVÁ, Pavla. *Sexting u českých dětí*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2020, 264 s. ISBN 978-80-244-5793-2.

SZOTKOWSKI, René. KOPECKÝ, Kamil a KREJČÍ, Veronika. *Nebezpečí internetové komunikace IV*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, 177 s. ISBN 978-80-244-3911-2.

### **Elektronické zdroje**

ALUTAYBI, Aarif, et al. Combating Fear of Missing Out (FoMO) on Social Media: the FoMO-R method. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [online]. 2020, 17(17), [cit. 2024-04-28]. Available from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/17/6128>.

AVAST. *Bud' safe online* [online]. © 1988-2024 [cit. 2024-04-29]. Dostupné z: <https://www.avast.com/cz/besafeonline/>.

BADURA, Petr, et al. Can organized leisure-time activities buffer the negative outcomes of unstructured activities for adolescents' health? *International Journal of Public Health* [online]. 2018, 63(6), [cit. 2024-03-29]. doi: 10.1007/s00038-018-1125-3. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6015610/>.

BONIFAZI, Gianluca. CECCHINI, Silvia. CORRADINI, Enrico et al. Extracting time patterns from the lifespans of TikTok challenges to characterize non-dangerous and dangerous one. *Social Network Analysis and Mining* [online]. 2022, 12(62), [cit. 2024-

04-28]. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s13278-022-00893-w#change-history>.

DĚTSKÝ DOMOV VALAŠSKÉ MEZIRÍČÍ. *Dětský domov Valašské Meziříčí: o nás* [online]. Valašské Meziříčí: Dětský domov Valašské Meziříčí, © 2021. [cit. 2024-05-04]. Dostupné z: <https://www.detskydomovvm.cz/>.

DĚTSKÝ DOMOV JABLONNÉ V PODJEŠTĚDÍ. *Dětský domov Jablonné v Podještědí: současnost* [online]. Jablonné v Podještědí: Dětský domov Jablonné v Podještědí. [cit. 2024-05-04]. Dostupné z: <https://ddjablonnevp.cz/present>.

E-BEZPEČÍ. Co jsou tzv. nebezpečné výzvy (challenges)?. *Centrum prevence rizikové virtuální komunikace* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, © 2008-2023. [cit. 2024-04-15]. ISSN 2571-1679. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/kontakt/71-trivium/1433-co-jsou-nebezpecne-vyzvy>.

ENGLANDER, Elizabeth, et al. Defining Cyberbullying. *Pediatrics* [online]. American Academy of Pediatrics, 2017, 140, s2, pp. 149 [cit. 2024-03-23]. ISSN 1098-4275. Available from: [https://publications.aap.org/pediatrics/article/140/Supplement\\_2/S148/34183/Defining-Cyberbullying?autologincheck=redirected](https://publications.aap.org/pediatrics/article/140/Supplement_2/S148/34183/Defining-Cyberbullying?autologincheck=redirected).

FALGOUST, Grace. WINTERLIND, Emma. MOON, Prachi et al. Applying the uses and gratifications theory to identify motivational factors behind young adult's participation in viral social media challenges on TikTok. *Human Factors in Healthcare* [online]. 2022, [cit. 2024-04-28]. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2772501422000112>.

HOFERKOVÁ, Stanislava a BĚLÍK, Václav. Rizikové chování adolescentů ve východočeském regionu. *Kontakt* [online]. 2017, 19(2), s. 139-145 [cit. 2024-03-31]. ISSN 1804-7122. Dostupné z: <https://kont.zsf.jcu.cz/pdfs/knt/2017/02/09.pdf>.

HUDSON, Heather K. *Factors Affecting Sexting Behaviors Among Selected Undergraduate Students*. [online]. Southern Illinois: University Carbondale, Department of Health Education and Recreation in the Graduate School, 2011. [cit. 2024-03-18]. Available from: [https://ehs.siu.edu/phrp/\\_common/documents/announcements-dissertation/hudson-h.pdf](https://ehs.siu.edu/phrp/_common/documents/announcements-dissertation/hudson-h.pdf).

CHOMYNOVÁ, Pavla. DVOŘÁKOVÁ, Zuzana. ČERNÍKOVÁ, Tereza a kol. *Zpráva o digitálních závislostech v České republice 2023* [online]. Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti. Praha: Úřad vlády České republiky, 2023. [cit. 2024-04-27]. Dostupné z: [https://www.drogy-info.cz/data/obj\\_files/33889/1220/Zprava\\_o\\_digitalnich\\_zavislostech\\_v\\_CR\\_2023.pdf](https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33889/1220/Zprava_o_digitalnich_zavislostech_v_CR_2023.pdf).

CHROMÁ, Jana a ŠPANIHELOVÁ, Nikol. Nomofobie v pediatrické populaci. *Česko-Slovenská pediatrie* [online]. 2022, 77(6), s. 356-361 [cit. 2024-04-28]. Dostupné z: <https://cspediatrie.cz/pdfs/ped/2022/06/06.pdf>.

KHASAWNEH, Amro. MADATHIL, Kapil Chalil. ZINZOW, Heidi et al. Factors Contributing to Adolescents' and Young Adults' Participation in Web-Based Challenges: survey study. *JMIR Pediatrics and Parenting* [online]. 2021, 4(1), [cit. 2024-04-28]. Available from: <https://pediatrics.jmir.org/2021/1/e24988/PDF>.

KO, Chih-Hung. Internet Gaming Disorder. *Curr Addict Rep* [online]. 2014, pp. 177-185 [cit. 2024-04-06]. doi: 10.1007/s40429-014-0030-y. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40429-014-0030-y>.

KOPECKÝ, Kamil a SZOTKOWSKI, René. *České děti v kybersvětě (výzkumná zpráva)* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2019. [cit. 2024-05-06]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-v-kybersvete/file>.

KOPECKÝ, Kamil a SZOTKOWSKI, René. *Online svět v dětských domovech* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2022. [cit. 2024-01-07]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/153-online-svet-v-detskych-domovech-2022-vyzkumna-zprava/file>.

KOPECKÝ, Kamil a SZOTKOWSKI, René. *Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru (výzkumná zpráva)* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2017. [cit. 2024-01-07]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/133-sexting-vyzkumna-zprava-1-6-update/file>.

KOPECKÝ, Kamil. *E-Bezpečí* [online]. Olomouc: Centrum prevence rizikové virtuální komunikace, Pedagogická fakulta Univerzity Palackého, © 2008-2023 [cit. 2024-04-29]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/o-projektu/oprojektu>.

MBANASO, Uche M. and DANDAURA, Emmanuel S. *The Cyberspace: Redefining A New World* [online]. IOSR Journal of Computer Engineering (IOSR-JCE), 2015, 17(3), pp. 17-24 [cit. 2024-03-31]. ISSN 2278-0661. Available from: [https://www.researchgate.net/publication/280101879\\_The\\_Cyberspace\\_Redefining\\_A\\_New\\_World](https://www.researchgate.net/publication/280101879_The_Cyberspace_Redefining_A_New_World).

NÁRODNÍ CENTRUM BEZPEČNĚJŠÍHO INTERNETU. *Bezpečně-online.cz* [online]. Praha. [cit. 2024-05-01]. Dostupné z: <https://bezpecne-online.ncbi.cz/>.

Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019-2027. *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. 2019 [cit. 2024-05-08]. Dostupné z: [https://www.msmt.cz/uploads/narodni\\_strategie\\_primarni\\_prevence\\_2019\\_27.pdf](https://www.msmt.cz/uploads/narodni_strategie_primarni_prevence_2019_27.pdf).

NEBUĎ OBĚŤ. *Nebud' obět': rizika internetu a komunikačních technologií* [online]. © 2010-2024. [cit. 2024-05-01]. Dostupné z: <https://www.nebudobet.cz/>.

NZIP. Národní zdravotnický informační portál [online]. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR a Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2024. [cit. 2024-04-20]. ISSN 2695-0340. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/259-netolismus>.

SMÍCHOVSKÁ STŘEDNÍ PRŮMYSLOVÁ ŠKOLA A GYMNÁZIUM. *Peer program: osvěta kybernetické bezpečnosti* [online]. Praha: Smíchovská střední průmyslová škola a gymnázium, © 2024. [cit. 2024-05-01]. Dostupné z: <https://www.ssps.cz/peer-program-osveta-kyberneticke-bezpecnosti/>.

TANHAN, Fuat. ÖZOK, Halil İbrahim. TAYIZ, Volkan. Fear of Missing Out (FoMO): A Current Review. *Current Approaches in Psychiatry* [online]. 2022, 14(1), pp. 74-85 [cit. 2024-04-27]. Available from: [http://www.cappsy.org/archives/vol14/no1/cap\\_14\\_01\\_09\\_en.pdf](http://www.cappsy.org/archives/vol14/no1/cap_14_01_09_en.pdf).

ÚZIS ČR. Ústav zdravotnických informací a statistiky České republiky. 11. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-11) [online]. 2024 [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/cs>.

Vyhláška č. 438/2006 Sb., vyhláška, kterou se upravují podrobnosti výkonu ústavní výchovy a ochranné výchovy ve školských zařízeních. In: *Zákony pro lidi* [online]. ©



AION CS 2010-2024 [cit. 2024-05-08]. Dostupné z:  
<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-438/zneni-20220601>.

WOLAK, Janis and FINKELHOR, David. *Sexting: A Typology*. [online]. Durham, NH: Crimes against Children Research Center, 2011, 11 pp. [cit. 2024-03-17]. Available from:  
<https://scholars.unh.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1047&context=ccrc>.

Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů. In: *Zákony pro lidi* [online]. © AION CS 2010–2024 [cit. 2024-05-03]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-109>.

Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník. In: *Zákony pro lidi* [online]. © AION CS 2010–2024 [cit. 2024-01-04]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40#f3918312>.

ZDRAVÁ GENERACE. *Roste počet dětí s problematickým užíváním sociálních sítí. 13 % chlapců se potýká s nadměrným hraním: Sociální sítě. Screen time. Gaming* [online]. HBSC. © 2024. [cit. 2024-03-30]. Dostupné z:  
<https://zdravagenerace.cz/reporty/socialni-site-a-gaming/>.

# Přílohy

## Příloha A Dotazník

14.05.24 20:35

Současné trendy v oblasti trávení volného času u dětí v DD a jejich možná rizika

### Současné trendy v oblasti trávení volného času u dětí v DD a jejich možná rizika

Dobrý den, děkuji, že se chystáte vyplnit následující dotazník. Dotazník je anonymní. Je určen pro děti do 18 let. Obsahuje 11 otázek a slouží čistě pro účely zpracování bakalářské práce.

\* Povinné

1. Kolik hodin denně průměrně strávíte na sociálních sítích? \*

- méně než 1 hodinu
- 1 hodinu
- 2 hodiny
- 3 hodiny
- 4 hodiny
- 5 hodin
- 6 a více hodin
- nemám/nepoužívám sociální sítě

## 2. Setkal/a jste se někdy s těmito jevy v souvislosti s používáním sociálních sítí? \*

	Ano	Spíše ano	Spíše ne	Ne
Neúspěšně jsem se pokusil/a omezit čas na sociálních sítích.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Zanedbával/a jsem ostatní činnosti a aktivity.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lhal/a jsem o množství času stráveném na sociálních sítích.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cítil/a jsem se osaměle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Měl/a jsem nedostatečný nebo nekvalitní spánek.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pocitoval/a jsem nízkou věru ve vlastní schopnosti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Setkal/a jsem se s kyberšikanou.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Užíval/a jsem energetické nápoje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 3. Kolik hodin denně průměrně strávíte hraním her (na počítači, mobilu apod.)? \*

- méně než 1 hodinu
- 1 hodinu
- 2 hodiny
- 3 hodiny
- 4 hodiny
- 5 hodin
- 6 a více hodin
- nehrají žádné hry

## 4. Setkal/a jste se někdy s těmito jevy v souvislosti s hraním her (na počítači, mobilu apod.)? \*

	Ano	Spíše ano	Spíše ne	Ne
Neúspěšně jsem se pokusil/a omezit čas strávený u hraní her.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Zanedbával/a jsem ostatní činnosti a aktivity.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lhal/a jsem o množství času stráveném hraním.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cítil/a jsem se osaměle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Měl/a jsem nedostatečný nebo nekvalitní spánek.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pocíval/a jsem nízkou víru ve vlastní schopnosti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Setkal/a jsem se s kyberšikanou.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Užíval/a jsem energetické nápoje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 5. Jakým dalším aktivitám se věnujete ve svém volném čase? (kromě sociálních sítí a hraní her) \*

	Nikdy	Jen jednou	Zřídka kdy	Občas	Pravidelně
Sportuji. (např. běh, hokej, fotbal, tanec, parkour ad.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Konzumuji návykové látky. (alkohol, cigarety, elektronické cigarety, drogy ad.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trávím čas s přáteli.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Chodím do nákupních center.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nic nedělám, poflakuji se.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sleduji videa/filmy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Chodím do fastfoodů (McDonalds, KFC apod.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Věnuji se hře na hudební nástroj.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Čtu knihy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Poslouchám hudbu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Maluji nebo se věnuji jiné umělecké činnosti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 6. Psal/a jste si někdy s někým přes internet aniž byste toho člověka znali? \*

	Nikdy	Jen jednou	Zřídka kdy	Občas	Pravidelně
Vyberte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 7. Setkal/a jste se někdy s obtěžováním přes internet? (například urážení, posmívání, vyhrožování, ponižování, shazování apod.) \*

	Nikdy	Jen jednou	Zřídka kdy	Občas	Pravidelně
Vyberte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Poslal/a jste někdy zprávu, fotografii nebo video se sexuálním obsahem? \*

	Nikdy	Jen jednou	Zřídka kdy	Občas	Pravidelně
Vyberte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Zúčastnil/a jste se někdy některé online challenge? (pokud ano uveďte její název) \*

- Žádné challenge jsem se neúčastnil/a
- Jiné

10. Uveďte pohlaví \*

- Žena
- Muž
- Jiné
- Nechci uvádět

11. Kolik je Vám let? \*

- Jiné

---

Microsoft tento obsah nevytvořil ani neschválil. Data, která odešlete, se pošlou vlastníkovvi formuláře.

 Microsoft Forms