

# **UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**

Pedagogická fakulta

Katedra českého jazyka a literatury

**Bc. PAVLA SEKNIČKOVÁ**

I. ročník magisterského studia – prezenční studium

Obor: Učitelství českého jazyka pro 2. stupeň základních škol a učitelství základu společenských věd a občanské výchovy pro střední školy a 2. stupeň základních škol

**Závislostní chování na internetu u dětí 2. stupně ZŠ**

**Diplomová práce**

Vedoucí práce: Mgr. Kamil Kopecký, Ph.D.

Olomouc 2012

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci dne 22. 2. 2012

.....  
Vlastnoruční podpis

Děkuji Mgr. Kamilu Kopeckému, Ph.D. za odborné vedení bakalářské práce, poskytování rad a materiálůvých podkladů k práci. Děkuji také všem, kteří se ochotně zúčastnili výzkumu k praktické části této práce.

## OBSAH

<b>ÚVOD .....</b>	<b>5</b>
<b>1. ZÁVISLOST .....</b>	<b>7</b>
<b>1. 1 Druhy závislosti .....</b>	<b>8</b>
<b>2. Internet.....</b>	<b>9</b>
<b>2. 1 Jazyk internetu .....</b>	<b>10</b>
<b>2. 2 Rizika spojená s internetem .....</b>	<b>11</b>
<b>2. 3 Specifika virtuálního světa .....</b>	<b>13</b>
<b>2. 3. „Závislost na internetu?“ .....</b>	<b>17</b>
2. 3. 1 Závislostní chování na on-line hrách .....	26
2. 3. 2 Závislostní chování na on-line komunikaci .....	29
2. 3. 3 Závislostní chování na cybersexu .....	32
<b>3. VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ .....</b>	<b>36</b>
<b>3. 1 Stanovení výzkumného problému .....</b>	<b>36</b>
<b>3. 2 Metody.....</b>	<b>36</b>
<b>3. 3 Stanovení hypotéz a jejich operacionalizace .....</b>	<b>37</b>
3. 3. 1    Základní teoretická hypotéza: .....	37
3. 3. 2    Vedlejší výzkumné otázky a formulace pracovních hypotéz.....	37
<b>3. 4 Charakteristika výzkumného vzorku.....</b>	<b>37</b>
<b>3. 5 Posuzování vlastností měření .....</b>	<b>38</b>
<b>ZÁVĚR.....</b>	<b>65</b>
<b>Seznam použité literatury.....</b>	<b>67</b>
<b>PŘÍLOHY .....</b>	<b>72</b>
<b>ANOTACE .....</b>	<b>80</b>

## ÚVOD

Pro svou diplomovou práci jsem si vybrala téma, které navazuje na mou bakalářskou práci s názvem *Vliv médií na osobnost dítěte*. Bakalářskou práci jsem napsala a obhájila v roce 2010. Zabývala jsem se podstatou médií a především jejich vlivem na děti. Zaměřila jsem se jak na pozitivní, tak na negativní vliv médií na dítě (vliv internetu, PC, TV, rozhlasu, tisku). V okamžiku, kdy jsem se měla rozhodnout, jaké téma diplomové práce si zvolím, tak jsem věděla, že budu pokračovat v témže duchu.

Vliv médií je velice široké a v dnešní době aktuální. Pokud se podrobněji zamyslíme, jaké z médií je doménou dnešní doby, tak se snad všichni shodneme, že je jím internet. Těžko bychom hledali někoho, kdo s internetem nepřijde vůbec do styku. Můžeme říci, že internet již patří k základnímu vybavení každé domácnosti, školy i kanceláře. Internetem jsou nejvíce pohlceny děti, které již od útlého věku „*vyrůstají u počítačové klávesnice*.“ Vzhledem k těmto skutečnostem se ve své diplomové práci zabývám závislostním chováním na internetu u žáků druhého stupně ZŠ.

Internet pro dítě představuje řadu pozitiv (např. hledání potřebných informací do školy, zjišťování aktuálního dění u nás i ve světě atd.), ale i negativ. Za negativum můžeme považovat právě „*závislost na internetu*“. Závislost si většina z nás spojuje spíše s alkoholem, cigaretami a drogami. Jen málokdo si dokáže přiznat, že by snad právě on mohl být „*závislý na internetu*“. „*Závislost na internetu*“ představuje v současné společnosti velký problém. Jak vysvětlíte, že někteří z nás nedokážou být bez internetu pouhou jednu hodinu? Jak vysvětlíte nutkavé pocity, které máte v případě, když nevíte, co se právě děje ve vašem virtuálním světě? Máte kvůli internetu problémy s plněním školních (či jiných) povinností? Přestali jste se kvůli internetu věnovat některému ze svých koníčků reálného světa? Omezujete kvůli internetu osobní kontakt se svými známými? Cítíte se lépe ve virtuálním světě než ve světě reálném? Těmito otázkami (a mnohými dalšími) se vám snažím nastínit možnou posedlost virtuálním světem.

Při psaní své diplomové práce jsem se snažila myslet především na děti, které mají problém se „*závislostí na internetu*“. Snažila jsem se nezapomenout na rodiče, kteří mají doma dítě, které má problém s užíváním internetu a PC a neví, jak se těchto problémů zbavit. V tomto případě by si právě rodiče měli uvědomit, jak je pro děti důležité rodinné zázemí a „*živá komunikace*“ v rodině. Má diplomová práce je určena pro všechny, kteří se zabývají problematikou závislostního chování na internetu blíže. Mohu říci, že je vhodná pro širokou veřejnost, protože fenomén internetu se týká každého z nás.

Na následujících stránkách se dozvíte, co si představit pod pojmem závislost, jaké známe druhy závislosti. Dále se zde dočtete specifika a rizika internetu a pokusím se vám přiblížit, již zmiňovanou, „*závislost na internetu*“. V následujících kapitolách objevíte jak teorii, týkající se této problematiky, tak praxi, kterou jsem rozkryla pomocí dotazníkového šetření.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. ZÁVISLOST

Latinský termín pro závislost je „*addictus*“. Tento termín znamenal původně předávání zboží mezi obchodníky – buď prodejem, nebo soudním rozhodnutím. U soudu tak např. dlužníci vraceli svým věřitelům. Odtud se význam tohoto slova přenesl k předávání i jiných látek. Vyznačoval se tak ovšem vždy vztah věřitele a dlužníka.

V současné době znamená závislost být něčím tak posedlý, že to člověka zotročí, zbaví ho vnitřní svobody a nakonec třeba i osobní bezúhonnosti. Závislost tak znamená „*být lapen*“, chycen, zajat a pak pomalu zničen. Začátek závislosti není příliš dramatický. Je jím např. první sklenka, první cigareta, první dávka drogy.<sup>1</sup>

**Definice závislosti podle 10. revize Mezinárodní klasifikace nemoci** je: skupina fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. Definitivní diagnóza závislosti by se obvykle měla stanovit pouze tehdy, jestliže během jednoho roku došlo ke třem nebo více z následujících jevů: silná touha nebo pocit puzení, potíže v sebeovládání, tělesný odvykací stav, průkaz k účinku látky, postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů, pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků.<sup>2</sup>

Obecně lze závislost vymezit na základě přítomnosti těchto symptomů:

- **Důležitost** – příslušná aktivita (např. popíjení alkoholického nápoje nebo „*brouzdání*“ po internetu) se stává nejdůležitější v životě, dominuje myšlení, pocitům, chování. A pokud se právě své závislosti závislý nevěnuje, přemýšlí alespoň, kdy se oné činnosti bude příště věnovat.
- **Změna nálady** – pokud činnost, na níž jsme závislí, právě nevykonáváme, mění se nám nálada – nejsme schopni se řádně soustředit atp.

---

<sup>1</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 3. vyd. Praha: Nakladatelství Portál, s. r. o., 2009. s. 203-204. ISBN 978-80-7367-568-4.

<sup>2</sup> NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*. 2. vyd. Praha: Nakladatelství Portál, s. r. o., 2003. s. 14. ISBN 807178-831-7.

- **Změna tolerance** – tolerance na určitou dávku látky nebo činnosti se zvyšuje, to znamená, že musíme hrát počítačové hry či fetovat čím dál víc, aby nás to těšilo a dostavil se příslušný efekt.
- **Abstinenční příznaky** – po přerušení činnosti, na níž jsme závislí, se dostávají nepříjemné psychické či fyzické pocity.
- **Konflikt** – dochází ke konfliktu mezi naší závislostí a okolním světem – rodinou, zájmy, prací, školou apod.
- **Recidivy** – recidivami se rozumí opětovné návraty do dřívějších stavů vyvolaných činnostmi, na níž jsme závislí, to znamená, že se při dalším kontaktu s předmětem naší závislosti dostaneme do již jednou zažívaného stavu podstatně rychleji než při prvním kontaktu.<sup>3</sup>

## 1. 1 Druhy závislosti

Můžeme rozlišovat: **substanční závislost a závislost procesuální**. Substanční závislost je závislost na přijímaných látkách – drogy, alkohol, nikotin, káva apod. Závislost na přijímaných látkách navozuje změnu emocionálního stavu, kognitivní (poznávací) i konativní činnosti (vůle). Procesuální závislost je závislost na určitém druhu činnosti – např. na hazardních hrách, na práci (tzv. workoholismus) apod.<sup>4</sup> Dále bychom se mohli zmínit o **fyzické a psychické závislosti**. Při psychické závislosti pocítujeme neodolatelnou touhu po stavu (pocitech), který nám látka či činnost přináší, zatímco při fyzické závislosti se po vysazení objevují abstinenční příznaky fyzického rázu. Další dělení závislosti je na **pasivní závislost** (např. sledování televize) a **aktivní závislost** (např. workoholismus). Pokud bychom připustili existenci „závislosti na internetu“, mohli bychom říci, že se jedná o závislost procesuální, psychickou a aktivní.

---

<sup>3</sup> ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet, děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Nakladatelství TRITON s. r. o., 2003. s. 141-142. ISBN 80-7254-360-1.

<sup>4</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 3 vyd. Praha: Nakladatelství Portál, s. r. o., 2009. s. 203-204. ISBN 978-80-7367-568-4.



## 2. INTERNET

Internet se stal v poslední době médiem, které je pro většinu lidí důležitější než televize. Už bychom marně hledali domácnost, ve které internet chybí. Převaha internetu je díky tomu, že ve srovnání s televizí se práce s internetem jeví jako aktivita.

Internet bude stále většímu počtu lidí sloužit nejenom jako zdroj informací a zábavy, ale v mnohem větší míře také jako prostředek vzdělávání, pracovní nástroj, poskytovatel nejrůznějších služeb a v neposlední řadě jako komunikační médium.<sup>5</sup> Internet je nejrychleji se rozvíjející elektronické médium, které se stává v řadě ohledů nejvýznamnějším nástrojem mezilidské komunikace. Je schopen plnit všechny funkce klasických i elektronických médií a zdokonalovat je zejména nabídkou interaktivity, hypertextových odkazů a funkcí databáze. Zároveň představuje nástroj, umožňující jednotlivcům nabídnout své sdělení zájemcům v celosvětovém měřítku. Zároveň však internet přináší řadu specifických mediálních rizik (viz kapitola rizika spojená s internetem).<sup>6</sup>

Internet je nejen technicky (v dlouhodobějším historickém kontextu) zcela nové médium, ale navíc se od všech dosavadních médií podstatně liší. Není „masovým médiem“ v dosavadním smyslu, protože umožňuje každému uživateli individuální a relativně svobodný výběr z nepřeberného množství zdrojů. Internet byl původně vytvořen a určen pro výměnu informací. Jak se postupně užívání internetu stávalo záležitostí široké veřejnosti, přistupovaly další funkce. V současnosti lze říci, že internet plní v zásadě shodně funkce jako klasická elektronická média s tou podstatnou modifikací, že většina těchto funkcí je realizována interaktivním způsobem. Neúplně interaktivní jsou pouze internetové verze rádia a televize.

Na internetové síti lze nalézt informace všeho druhu: je zde dostupné vše, co se kdekoliv ze stamilionů uživatelů sítě rozhodl zpřístupnit. Řada informací není určena k pouze pasivní recepci, nýbrž umožňuje aktivní práci (typické srovnávání s jinými daty) nebo přímo stimuluje nějakou akci.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 9. ISBN 80-7254-636-8.

<sup>6</sup> MUSIL, J. *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vyd. Praha: Univerzita J.A. Komenského, 2008. s. 41. ISBN 978-80-86723-44-0.

<sup>7</sup> MUSIL, J. *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vyd. Praha: Univerzita J. A. Komenského, 2008. s. 34-35. ISBN 978-80-86723-44-0.

Milióny dětí i dospělých na celém světě využívají internet a mobilní telefony, vyhledávají data, vytvářejí online komunity, obchodují, baví se, hrají hry, stahují filmy a hudbu. Jednoduše každodenně vstupují do světa neomezených možností a způsobů seberealizace. Díky ohromnému množství uživatelů se také stále více dostávají do kontaktu s různými osobnostmi, lidmi s různými názory, různými problémy, různými emocemi apod.<sup>8</sup>

## 2. 1 Jazyk internetu

Hlavním jazykem internetu je **angličtina**, což je pochopitelné. Webové stránky najdeme ovšem i v národních jazycích. Ve všech jazycích (v angličtině nejvíce) se vyvinula forma vnitřního internetového jazyka. Naprostému laikovi se internetový slang může zdát plný neuvěřitelných a nerozluštitelných zkratk. Některé z těchto akronymů se vztahují k technologiím a službám (např. ICQ), jiné uživatelům šetří čas (mmt = moment). Na českém chatu je také časté nahrazování skupiny hlásek „ks“ písmenem „x“ např. ve spojení „*jaxe máš?*“.<sup>9</sup>

**Lingvisté zjistili**, že používání jazyka v konkrétních sociálních kontextech je výrazně ovlivněno sociálními normami, konvencí a také médii, které komunikaci zprostředkovává.<sup>10</sup> Internet toto tvrzení dokládá. Vybíral (2000) uvádí, že jazyk je v elektronické komunikaci poznamenán po stránce syntaktické, sémantické, kompoziční i stylové. Příčiny spatřuje ve snaze o časovou úsporu, zrychlení výměny informací a komunikační utilitárnost (osvojení společně sdíleného jazyka s často omezenou a nekultivovanou slovní zásobou).<sup>11</sup> Komunikační odezva probíhá často bez rozmyšlení a bez následné korekce.

**Dalším specifikem internetového vyjadřování** jsou takzvané emotikony (hovorově smajlíci), které se snaží kompenzovat omezení neverbálních projevů v textové komunikaci. K jejich vytváření se používají písmena a znaky, které mají různým skládáním vyjadřovat výraz obličejů. Používání emotikonů předpokládá zaměření se na sebe a na své emoce (popř. mimiku).<sup>12</sup>

---

<sup>8</sup> KOPECKÝ, K. *Proč vlastně E-bezpečí?* [online]. [cit. 10. 12. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/57/54/lang,czech/>>.

<sup>9</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 23-24. ISBN 80-7254-636-8.

<sup>10</sup> WALACE, P. M. *The psychology of the Internet*. Cambridge: Cambridge University Press, 1999. 254 p. ISBN 0-521-79709-8.

<sup>11</sup> VYBÍRAL, Z. *Psychologie lidské komunikace*. Praha: Portál, 2000. 189 s. ISBN 80-7178-219-2.

<sup>12</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 24. ISBN 80-7254-636-8.

## 2. 2 Rizika spojená s internetem

*„Informační společnost, do které jsme ve třetím tisíciletí naplno vstoupili, přináší rozvoj nových technologií, které – ostatně jako tomu bylo v lidské historii vždy – přináší kromě pokroku, který je mimochodem pro naše děti velmi lákavý, také jistá rizika a ohrožení.“<sup>13</sup>*

Michal Kocáb

Internet je zneužitelný jako každá lidská aktivita. V 90. letech se ukázalo, že široké komerční využívání celosvětových počítačových sítí není bez rizika a internet není tak nezranitelný, jak se původně předpokládalo. Ve dnech 17. a 18. 8. 1997 došlo v důsledku pirátské akce k výpadku 13 světových uzlových serverů spol. NetworkSolutions (Boston), takže v provozu byly pouze 2 armádní servery a nedoručeno zůstalo několik desítek zpráv. Tato událost sehrála v hodnocení rizik internetu podobnou roli jako 11. září 2001 v boji proti terorismu. Internet je přinejmenším od té doby považován za možný objekt kriminálních útoků a také za potenciální nástroj kriminality jako každá jiná lidská činnost a vytvářejí se speciálně obranné mechanismy.

Internet nemá definovaného a definovatelného „*provozovatele*“, jinak řečeno tvůrcem či dodavatelem obsahu může být každý a nelze ho snadno identifikovat. Už z tohoto základního pohledu je jasné, že specifickým rysem „*svobody internetu*“ je anonymita. Anonymita je neoddelitelným rysem takto chápaného svobodného chování absence zodpovědnosti vůči komukoliv jinému kromě sebe. To platí v plném rozsahu o zodpovědnosti morální a také eventuálně zodpovědnosti právní do té míry, do jaké je obtížné identifikovat osobu právně zodpovědnou za obsah a eventuálně účinek internetové stránky.<sup>14</sup>

V této souvislosti se zmíníme o pojmu **autorských práv**. Autorská práva a práva související s právem autorským upravuje zákon 121/2000 SB., Sb, autorský zákon. Autorské právo je souborem zvláštních soukromoprávních oprávnění a zákazů, přičemž částečně též zasahuje do veřejnoprávních vztahů. Autorské právo upravuje práva autora k jeho dílu. Autorská práva jsou speciálními osobnostními právy, jejichž nositelem není každá osoba, ale pouze osoba, která se na základě výsledků své tvůrčí duševní činnosti stala autorem. Tady

---

<sup>13</sup>ONLINE SAFETY INSTITUTE Z.S.P.O. *Užitečné internetové tipy*. Praha: Úřad vlády v rámci kampaně STOP násilí na dětech, 2009. 14 s. ISBN 978-80-7440-009-4.

<sup>14</sup> MUSIL, J. *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vyd. Praha: Univerzita J.A. Komenského, 2008. s. 37-38. ISBN 978-80-86723-44-0.

jsme si vymezili právo dodavatele obsahu (v našem případě na internetu), ale jaká práva mají ti, o kterých se dotyčný zmiňuje? Jaká práva mají ti, o kterých dotyčný zveřejňuje soukromé informace? Už v Listině základních práv a svobod je zakotveno právo na ochranu osobnosti. Dalším právem, které může být na internetu porušeno, je právo na čest a důstojnost. Vzhledem k absolutní odpovědnosti za svůj obsah mohou média (tedy i internet) do občanské cti a důstojnosti fyzické osoby neoprávněně zasáhnout zveřejněním difamujících skutkových tvrzení týkajících se fyzické osoby či publikací nepřipustných hodnotících úsudků o této osobě. Dalším důležitým právem je právo na osobní soukromí, které je právem rozhodnout se, zda a v jakém rozsahu mohou být skutečnosti tvořící osobní soukromí fyzické osoby zveřejněny a právo bránit se neoprávněným zásahům do soukromí.<sup>15</sup> To je pouze výčet některých práv, která mohou být skrze internet porušována. Především jde o to, uvědomit si, že práva, která máme v reálném životě, se ve většině případů přesouvají i do „světa internetu“ a na to bychom neměli zapomínat.<sup>16</sup>

Blíže se teď zaměříme na jednotlivé **nebezpečné komunikační praktiky provozované na internetu**. Nyní se přesuneme k jednotlivým pojmům, které trestní zákon nezná, ale jsou pod nimi zahrnuty různé trestné činy, kterých se pachatelé dopouští. Pro trestný zákon je kyberšikana (= šikanování osoby za použití internetu), kybergrooming (= termín, který označuje chování uživatelů internetu, které má v dítěti vyvolat falešnou důvěru a připravit ho na schůzku, jejímž cílem je nezletilou/zletilou oběť pohlavně zneužít, útočníci jsou tedy často pedofilové), sexting (= elektronické rozesílání textových zpráv, fotografií či videa se sexuálním obsahem) apod. neznámý pojem, ale pachatel se i přesto tímto jednáním může dopustit trestného činu. Pro představu si uvedeme případ kyberšikany. Pachatel se v případě kyberšikany může dopustit: ublížení na zdraví, omezování osobní svobody, vydírání, pomluvy, krádež, podvod, nebezpečné vyhrožování, nebezpečné pronásledování, násilí proti skupině obyvatel a jednotlivci, poškozování cizí věci. Takto bychom mohli pokračovat i u dalších nebezpečných komunikačních praktik po internetu. V případě sextingu může dojít k znásilnění, omezování osobní svobody, pohlavní zneužití, výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií, zneužití dítěte k výrobě pornografie, ohrožování výchovy dítěte, nebezpečné pronásledování. O výši trestu ve všech případech

---

<sup>15</sup> ROZEHNAL, A. *Mediální právo*. Plzeň: Nakladatelství Aleš Čeněk, s. r. o., 2004. s. 183 – 202. ISBN 80-86473-79-1.

<sup>16</sup> ROZEHNAL, A. *Mediální právo*. Plzeň: Nakladatelství Aleš Čeněk, s. r. o., 2004. s. 223-225. ISBN 80-86473-79-1.

rozhoduje soud, ale je zřejmé, že jedno z velkých rizik jsou právě nebezpečné komunikační praktiky, díky kterým se můžeme dostat před soud a následně i do vězení.<sup>17</sup>

Rizik spojených s internetem je celá řada. Já bych poukázala na riziko závislosti, některá specifická zdravotní rizika (špatné držení těla, jednostranná námaha zraku atd.) a také fakt, že internet je médium nejzamořenější pornografií (v roce 2004 už existovalo celosvětově 46 milionů jasných pornostránek, stránek s rizikovými slovy pak cca 85 milionů). Riziko vzniku závislosti na internetu, ale i počítačových hrách a dokonce na mobilním telefonování a posílání SMS, je jedním z nových rizik. Podle zahraničních výzkumů se vyvine závislost na počítačích u 1 – 5 % uživatelů internetu. Existují odhady, podle nichž je v ČR na cestě k závislosti několik desítek tisíc dětí a mládeže (Jaroslav Vacek z Centra adiktologie UK).<sup>18</sup>

Zaujetí člověka internetem může být zdravé, patologicky závislé nebo se pohybovat někde mezi těmito póly. Na internetu existují různá prostředí, jež některé uživatele přitahují v takové míře, že v nich chtějí trávit více a více času, někdy na úkor reálného života. Sami uživatelé si nemusí být úplně jisti tím, proč jsou internetem tak zaujati. Neví, že on-line aktivita působí na některou z jejich potřeb.<sup>19</sup>

Je zřejmé, že internet bývá různými způsoby zneužíván. Takové zneužití poznáme podle toho, že se nějakým způsobem dotýká ostatních uživatelů, ať už je omezuje, poškozuje nebo nějakým nechtěným způsobem ovlivňuje. Můžeme si uvést příklad kyberstalkingu (= akt pronásledování, pozorování v on-line prostředí), kybergroomingu, kyberšikany, flamingu (= termín, označující nepřátelské chování uživatelů na internetu, viz nadávky, urážky apod.), dětské pornografie, znásilnění v kyberprostoru, sebevražda on-line a mnohé další.

### 2. 3 Specifika virtuálního světa

Vývoj lidské civilizace je spojen s objevováním stále nových způsobů komunikace od mimoslovní komunikace pomocí gest a mimiky přes ústní podání, obraz, písemný projev, tisk a rozhlas až k televizi a internetu. V naznačené řadě narůstá masový charakter komunikace. Zároveň se mění i model vzdělance od antického rétora přes vědce s knihou k expertovi s počítačovou databází. Není důvod se domnívat, že vývoj je ukončen. Forma komunikace ovlivňuje druh obsahu, který může přenášet. Narůstající podíl nepřímé

---

<sup>17</sup> KOPECKÝ, K. *Trestná činnost spojená s internetovou kriminalitou*. [online]. [cit. 27. 12. 2011]. Dostupné na Internetu: < <http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/226/6/lang,czech/> >.

<sup>18</sup> MUSIL, J. *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vyd. Praha: Univerzita J.A. Komenského, 2008. 123 s. ISBN 978-80-86723-44-0.

<sup>19</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 68. ISBN 80-7254-636-8.

komunikace vedl již v minulosti k zavedení pojmu média. Jeho obsah se měnil v závislosti na významu jednotlivých hromadných sdělovacích prostředků.<sup>20</sup>

Internet je charakteristický tím, že je „*prostředím bez zábran*“. **Fenomén prostředí bez zábran** má jak pozitivní, tak negativní důsledky pro prostředí reálného života, výuku, výzkum a komerci na internetu a je pravděpodobně nejznámějším a nejčastěji popisovaným jevem ve virtuálním světě. Jisté je, že ve virtuálním světě mají lidé méně zábran než v reálném životě, což dokazuje i můj výzkum (viz praktická část). Lidé neprožívají úzkost ze sociálních situací ani strach z odhalení sebe sama. Na internetu lidem obecně méně záleží na mínění druhých lidí, potřeba seberealizace je zde často omezená. Klasická omezení, pravidla a normy reálné komunikace tady nemusí v řadě případů platit.<sup>21</sup>

Z výzkumu, který se zabýval otevřeností respondentů při vyplňování dotazníků, vyplynulo, že respondenti byli prostřednictvím internetu podstatně méně úzkostliví než při psaní na papír.<sup>22</sup> Tento jev ale nastal pouze při dodržení anonymity. Má-li uživatel internetu důvěru ve svou anonymitu, a tudíž i bezpečí, chová se jinak než v případě, že tuto důvěru nemá. David Šmahel se, ve své knize *Psychologie a Internet*, zaměřuje i na fenomén bez zábran právě u dospívajících. V rámci svého výzkumu identifikoval následující znaky, poukazující na **fenomén prostředí bez zábran**:

- **větší otevřenost** – v internetu mizí bariéry, dospívající se označují jako odvažnější, výřečnější,

*„Vyhovuje mi ...taková otevřenost. Tam v podstatě můžu co chci, a nikdo mi za to nemůže nic udělat.“* (Lola, 16 let)

- **redukce úzkosti** – v prostředí internetu mizí bariéry, komplexy, strach,

*„...na netu se lidé chovají jinak. Mizí tady různé bariéry, které jinak v opravdovém životě jsou. Člověk dokáže být otevřenější a taky zranitelnější.“* (Dephie, 19 let)

---

<sup>20</sup> MUSIL, J. *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vyd. Praha: Univerzita J.A. Komenského, 2008. s. 21. ISBN 978-80-86723-44-0.

<sup>21</sup> ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet, děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Nakladatelství TRITON s. r. o., 2003. s. 13. ISBN 80-7254-360-1.

<sup>22</sup> JOINSON, A. *Causes and Implications of Disinhibited Behavior on the Internet*. San Diego: Academic Press, 1998. ISBN 0-12-271950-6.

- **absence sankcí** – „... že se miň bojí, nepříjde nějaká sankce...Na netu si můžeš dovolit kdeco všechno, tam se spakovat a jít si vylít duši k někomu jinému...“ (Marie, 25 let)
- **sexuální narážky** – častější u dívek, dívky je většinou necítí negativně, „Myslím si, že plno kluků by se ve skutečnosti holky nezeptalo, jestli by se s ním vyspala, přes net to hodně kluků využívá.“ (Carmen, 15 let)
- **možnost lži a přetvářky** – přes internet je snadné lhát, přetvářovat se atd. „Na netu si můžu cokoliv vymyslet, je to tam jenom napsaný, v (reálném) kontaktu to vyplyne úplně jinak“. (Marek, 14 let)
- **pocit fyzického bezpečí** - „mluvení z bezpečí klávesnice“. (Tobegan, 21 let)
- **absence sebe sama jako fyzického objektu** – „Vzhledem k tomu, že jsem strašně paranoidní na to jak vypadám, tak na netu si s tím nemusím dělat hlavu. Takže je to tímhle snadnější.“ (Marie, 25 let)
- **možnost ukončení kontaktu** - „...naštěstí od normální komunikace (z očí do očí) je tu lehká pomoc, stačí se odpojit.“ (Sexdrogyarock, 16 let)
- **anonymita** – „je to lepší, že mě nikdo nezná a můžu dělat cokoliv“. (Marek, 14 let)<sup>23</sup>

Prostředí internetu je také vnímáno jako prostředí odreagování a zábavy, prostředí bez závazků, prostředí štěstí (viz pocit sounáležitosti s ostatními), vytváření virtuální identity, prostředí virtuálních sexuálních zkušeností (tzv. cybersex) atd.

Veškerá specifika virtuálního světa, která jsme si tady zmínili (i některá další) mohou vést k „závislosti na internetu“. **Suler uvádí:** „Zamysleme se nad základními potřebami a motivy adolescentů. Právě tyto dobře známé principy mohou být velmi užitečným nástrojem k pochopení toho, proč adolescenti dělají to, co dělají, v té zdánlivě exotické a zvláštní zemi jménem „cyberspace“.“ **Suler popisuje tyto potřeby a motivy dospívajících:**

---

<sup>23</sup> ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet, děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Nakladatelství TRITON s. r. o., 2003. s. 23-33. ISBN 80-7254-360-1.

- ✓ hledání a experimentování s identitou,
- ✓ intimita a pocit začlenění,
- ✓ separace od rodičů a rodiny,
- ✓ odreagování frustrací,
- ✓ sociální učení,
- ✓ sexuální aktivity.<sup>24</sup>

Pokud jste si pozorně přečetli potřeby a motivy, které uvádí Suler, je vám jistě jasné, jak velké „*lákadlo*“ je pro dospívající internet. Dospívající (a nejen dospívající) skrze internet uspokojují potřeby, které v danou chvíli mají. Internet se tedy v daný okamžik může zdát tím nejlepším prostředníkem ke splnění svých tužeb. Pokud se pozorněji zamyslíme nad potřebami adolescentů, které jsou zde zmíněny, tak v nich lze spatřit **základní lidské potřeby**. A jak jednoduché je jejich naplnění, stačí být on-line.

Internet tak představuje „*nový svět*“ k uspokojení lidských potřeb, které v roce 1943 formuloval **Abraham Maslow**. Lidské potřeby seřadil hierarchicky podle důležitosti od těch nejnaléhavějších až po nejméně naléhavé.

### Pyramida potřeb od A. Maslowa



Internet pro děti představuje místo, kde mohou okamžitě a bez velké námahy uspokojit své potřeby. Pojďme se na to podívat podrobněji.

<sup>24</sup> ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet, děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Nakladatelství TRITON s. r. o., 2003. s. 50-52. ISBN 80-7254-360-1.



- ✓ **Potřeba seberealizace** → hledání a experimentování s identitou, sociální učení → otázky vlastní identity → Kdo jsem? Co chci dělat? Čemu věřím? → otázky, na které se dospívající mohou pokusit odpovědět ve virtuálním prostředí, kde se cítí více v bezpečí.
- ✓ **Potřeba uznání** → intimita a pocit začlenění, potřeba uznání ve skupině (ICQ, Facebook) → na internetu je možné najít všechny typy lidí se všemi druhy zájmů.
- ✓ **Společenské potřeby** → náklonnost, sounáležitost, separace od rodičů a rodiny → „lásky on-line“ → „virtuální blízkost“.
- ✓ **Potřeba bezpečnosti** → odbourávání strachu, odreagování frustrací (období „bouří a vzdoru“ – „*Sturm und Drang*“), bezpečné prostředí domova → chybí fyzická přítomnost daných osob → „komunikace z bezpečí klávesnice“ (toto spojení uvádí David Šmahel, Psychologie a internet)
- ✓ **Fyziologické potřeby** → sexuální aktivity → „cybersex“ → sexuální experimentování skrze internet

**Uspokojování lidských potřeb skrze internet** je jednodušší než v reálném životě. Dospívající jsou ve virtuálním světě schopni splnit svůj největší vývojový úkol – vytvoření pocitu vlastní identity, vytvoření vlastních hodnot i vytvoření heterosexuálních vztahů, a to vše z pohodlí domova. Právě zde číhá nebezpečí „závislosti na internetu“.

### 2. 3. „Závislost na internetu?“

„Definovat závislost je spíš jako byste definovali horu nebo strom. Celek je v podstatě snadněji rozpoznatelný než jednotlivé části.“<sup>25</sup>

Griffiths, 1998

---

<sup>25</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 70. ISBN 80-7254-636-8.

„Dá se říci, že neexistuje závislost na internetu jako taková, ale internet může provázet různé psychické poruchy, např. workoholismus, gamblerství či některé poruchy osobnosti atd. Neodvažoval bych se tvrdit, že internet je původcem těchto problémů, ba naopak je ještě „dobrým“ vybitím (lépe je zbavovat se hněvu v internetových fórech než v rodině). U PC herního gamblerství teenagerů je situace poněkud odlišná, jak nás upozorňují smutné případy vraždících studentů ve školách po vzoru hry Doom – internet jako takový nemá s podobnými případy nic společného.“ (Martin Pírko, 2005)<sup>26</sup>

Jak by reagovali na toto tvrzení v Číně, v nejlidnatější zemi světa, kde se provádí léčba závislosti na internetu elektrošoky? Léčba probíhá u mladistvých na klinice v provincii Shandong, u léčby jsou často přítomni i rodiče. I přesto, že zvolené metody nejsou příliš humánní, má klinika nadprůměrné výsledky. Jak se k problému „závislosti na internetu“ staví odborníci u nás v ČR?

Odborníci se shodují, že pojem internetová závislost není příliš přesný. „**Internet přece jen není to samé co tvrdé drogy,**“ upozorňuje psycholog Lukáš Blinka z brněnského Institutu výzkumu dětí, mládeže a rodiny.<sup>27</sup> „**Lépe je hovořit o závislém chování.**“ Psychiatr Kamil Kalina podává následující vysvětlení: „Je třeba si uvědomit, že v případě internetu se nejedná o látku, která přichází z vnějšku, závislost se vytváří v mozku. Počítá se mezi nutkavé poruchy. Mezi klasickou závislostí na látce a touto poruchou jsou však mnohé podobnosti. Například chybí schopnost přestat, ačkoli již jsou patrné známky tělesného, psychického či sociálního poškození.“<sup>28</sup>

Je zajímavé, že i když není „internetová závislost“ definovaná jako nemoc, je možné najít na internetu řadu dotazníků, abychom si mohli ověřit, zda jsme „závislí na internetu“ či nikoliv. Pro ukázkou si zde můžeme uvést dotazník od **Kimberly Youngové** z Centra pro on-line závislost.

(Tyto otázky představují výzvu k zamyšlení, nikoliv nějaké měřítko.)

- Cítíte se často zamyšlen do on-line záležitostí, i když jste zrovna off-line?
- Cítíte, že potřebujete trávit víc a víc času on-line, abyste mohli dosáhnout úspěchů?
- Nejste schopni kontrolovat své využívání internetu?

<sup>26</sup> PÍRKO, M. HTML – *Závislost na internetu – bluf či realita?* [online]. [cit. 10. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.lupa.cz/clanky/zavislost-na-internetu-bluf-ci-realita/>>.

<sup>27</sup> JANDOVÁ, L. HTML – *Závislost na internetu může život obrátit vzhůru nohama* [online]. [cit. 22. 8. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.novinky.cz/internet-a-pc/146969-zavislost-na-internetu-muze-obratit-zivot-vzhuru-nohama.html>>.

<sup>28</sup> tamtéž

- Cítíte se nespokojný a rozrušený, když se máte odpojit od internetu?
- Utíkáte k internetu od životních problémů nebo od pocitů jako vina, bezmoc, deprese?
- Lžete své rodině a přátelům o tom, jak často a jak dlouho jste on-line?
- Riskujete ztrátu vztahů, práce či kariéry kvůli využívání internetu?
- Vracíte se hned na internet i po ohromné útratě za internetové služby?
- Nedokážete projít off-line skrz zátěžové citové situace, potlačujete je?
- Zůstáváte on-line déle, než jste původně zamýšleli?<sup>29</sup>

Někteří z autorů však ve svých publikacích již charakterizují „závislost na internetu“ jako nemoc. Jako příklad si můžeme uvést Josefa Musila a jeho publikaci Úvod do sociální a masové komunikace, kde uvádí: „*Závislost na internetu je nemoc stejně jako závislost na drogách, s níž bývá nejčastěji srovnávána. Rovněž dopady na psychiku a život závislého jsou obdobné: ztráta smyslu pro realitu, anonymita internetu jen zrychluje rozpad sociálních vazeb závislého, projevuje se ztráta norem chování, rozpad rodiny, izolovanost a deprese. Internet je sice levnější než droga, ale stojí přinejmenším čas a nevyhnutelné zdravotní důsledky vedou nakonec ke ztrátě práce a následně ke kriminalitě stejně jako u drogové závislosti. Analogie s drogou je i v tom, že surfař se subjektivně pokládá za člena specifického internetového společenství – stejně náhražkového, jako jsou party narkomanů.*“<sup>30</sup>

„*Pokud začíná internet poskytovat pouze uspokojení a neplní funkci pracovní ani žádnou jinou, začíná to být na pováženou,*“ vysvětluje národní protidrogový koordinátor, psychiatr a psycholog Kamil Kalina. „*Když člověk není schopen emočního a sociálního kontaktu mimo počítačový svět, a fungování ve světě přirozeném, který všichni sdílíme, se vyhýbá, tehdy se může začít jednat o počínající závislost.*“ Odhaduje však, že skutečně závislých není v české populaci více než jedno promile uživatelů. „*Všude jinde se jedná spíš o zlozvyk,*“ říká.<sup>31</sup> Předmětem závislosti se může stát používání internetu jako takové – nejčastěji náhodné surfování – anebo některá specifická internetová aktivita. Pokud se zamyslíme nad dopady „závislosti na internetu“, mohli bychom zmínit: ztráta smyslu pro realitu, izolovanost, deprese, ztráta norem chování, rozpad rodiny, ztráta přátel, ztráta koníčků apod. Asi bychom jich našli daleko více.

<sup>29</sup> PÍRKO, M. HTML – *Závislost na internetu – bluf či realita?* [online]. [cit. 10. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.lupa.cz/clanky/zavislost-na-internetu-bluf-ci-realita/>>.

<sup>30</sup> MUSIL, J. *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vyd. Praha: Univerzita J.A. Komenského, 2008. s. 40-41. ISBN 978-80-86723-44-0.

<sup>31</sup> JANDOVÁ, L. HTML – *Závislost na internetu může život obrátit vzhůru nohama* [online]. [cit. 22. 8. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.novinky.cz/internet-a-pc/146969-zavislost-na-internetu-muze-obratit-zivot-vzhuru-nohama.html>>.

**Podle Centra adiktologie Psychiatrické kliniky 1. Lékařské fakulty a VFN Univerzity Karlovy v Praze** bychom „závislost na internetu“ charakterizovali jako nadměrné používání internetu, která s sebou přináší do života jedince psychologické, sociální, pracovní nebo školní komplikace.<sup>32</sup> **Podle Frouzové** stimulují elektronické informace mozek sice jemněji, zvnějšku (v porovnání s vnitřním působením chemických impulzů u drog), zato ale pravidelně, takže potřeba stimulace těmito podněty velmi rychle roste, až se tato činnost může stát pro jedince závislostí.<sup>33</sup>

V současnosti existují dva široce zavedené systémy, které klasifikují duševní poruchy: Mezinárodní klasifikace nemocí ustanovené Světovou zdravotnickou organizací (WHO) a Diagnostický a statistický manuál duševních poruch, které vytváří Americká psychiatrická asociace. Závislostní chování na internetu (nebo-li patologické používání počítače) je podle Americké psychiatrické asociace - **WHO** (hlavní profesní uspořádání psychiatrů ve Spojených státech) definováno jako nadměrné používání počítače, které zasahuje do každodenního života.<sup>34</sup>

**Psychiatr N. Shapira se svým týmem** studoval skupinu 14 osob, jimž působilo obrovské problémy to, že se nadměrně věnovaly internetu. Jedna 31letá žena trávila na internetu více jak 100 hodin týdně a zanedbávala rodinu i přátele, 21letý muž ze sledovaného souboru přestal kvůli své náruživosti navštěvovat vysokou školu a byl z ní vyhozen poté, co se kamsi tajemně ztratil a byl nalezen v univerzitní počítačové pracovně, kde strávil týden nepřetržitě připojen k internetu. Zmíněný odborník řadí patologický vztah k počítačům mezi návykové a impulzivní poruchy (tedy do stejné skupiny jako patologické hráčství, kleptomanie nebo patologické nakupování). Upozorňuje však na okolnost, že ve skupině osob, které sledoval, byl zjištěn vysoký výskyt jiných duševních problémů. Jednalo se zejména o bipolární afektivní poruchu, úzkostnou poruchu (např. sociální fobii), bulimii nebo jinou poruchu příjmu potravy, patologické nakupování apod. Podle jiných výzkumů může nadměrné věnování se internetu souviset i s nezvládaným manželským konfliktem nebo syndromem vyhoření (tedy chronickým pracovním stresem).<sup>35</sup>

---

<sup>32</sup> *Závislost na internetu* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/>>.

<sup>33</sup> FROUZOVÁ, M. *Úvod do problematiky specifické klientely a „nových závislostí*. Praha: Úřad vlády ČR, 2003. s. 229-231.

<sup>34</sup> *WHO - Závislostní chování na internetu* [online]. [cit. 11. 11. 2011]. Dostupné na Internetu: <[http://www.who.int/mental\\_health/evidence/en/](http://www.who.int/mental_health/evidence/en/)>.

<sup>35</sup> NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*. 2 vyd. Praha: Nakladatelství Portál, s. r. o., 2003. s. 35. ISBN 807178-831-7.

Pokud bychom charakteristiku „závislosti na internetu“ chtěli převést na dítě či dospívajícího jedince, zněla by asi takto: „*Závislost na internetu u dětí nastává v případě, kdy počítač a internet natolik zasahuje do všedního dne dítěte, že už mu nezbývá energie ani čas na koníčky a školu.*“ Jak se závislosti ubránit? Co může pomoci? Jak se ze závislosti dostat?

### **Jak se dostat ze závislostního chování na internetu?**

**Podle Kamila Kaliny** (psychiatr) jde hlavně u dětí o to, aby v rodině existovalo lidské zázemí a živá komunikace, ke které by ta virtuální byla pouhým doplňkem. „*Pokud to tak není a rodina je dysfunkční, je větší pravděpodobnost, že z ní vyjde jedinec s diagnózou.*“ Rodiče by dětem měli nabídnout jiné lákavé alternativy pro trávení volného času. Měli by dětem ukázat smysluplné používání počítače a internetu, např. vyhledávání potřebných informací pro přípravu do školy. Samotní rodiče by měli jít dětem příkladem. „*Když si uvědomíme, jak každé dítě vehementně napodobuje své rodiče, zdá se výchovný koncept velmi jednoduchý. Měli bychom jenom zkoumat, jestli jsme takovým vzorem, který lze následovat. Co svým životem dítěti vlastně ukazujeme? Co mu předvádíme svou vzájemnou komunikací? Když zjistíme ve svém chování nějakou chybu, musíme ji – pokud možno rychle – napravit, i kdyby se jednalo o nepodstatnou maličkost. Pater Josef Kentenich, zakladatel schönstattského obrodného hnutí uvnitř katolické církve a velký pedagog, zavedl pojem „vychovaného vychovatele.“ Aby se dítě naučilo zacházet s úskalími, musí se umět orientovat podle rodičovského vzoru.*“<sup>36</sup> (Prekopová, 2010) Zde si můžeme uvést příklad pro virtuální svět. „*Otec, který od rána do večera sedí u PC a chatuje, nemůže po svém synovi požadovat, aby se raději věnoval školním povinnostem než surfování po internetu.*“

V našich televizích můžeme nyní zhlédnout **kampaň Vaše dítě, vaše televize, vaše zodpovědnost**. Pod tímto názvem běží v televizích od 1. září 2011 tři emotivní klipy (Půlnoc, Metro a Oslava), které mají u rodičů posílit pocit zodpovědnosti za to, na co se děti dívají v televizi. Jako příklad si můžeme přiblížit klip Oslava, kde malé dítě začne na oslavě bodat nožem do dortu a následně nůž zapíchne do svého plyšového medvídky. Tyto varovné klipy vyvolaly řadu diskuzí, ale je jen otázkou času, kdy bude podobná kampaň vybudována i pro užívání internetu. Stačí se podívat na některé současné pořady (Soukromé pasti, Expozitura) a vidíme, že se problematika spojená s internetem začíná objevovat čím dál častěji a je čím dál větší hrozbou.

---

<sup>36</sup> PREKOPOVÁ, J. *I rodiče by měli dělat chyby*. 1. vyd. Praha: Portál s. r. o., 2010. s. 33. ISBN 978-807367-766-4.

Pokud je situace natolik vážná, že ani rodiče nepomohou, můžeme doporučit obrátit se přímo na profesionála – tedy psychologa, kterému situaci dítěte vyličíme. Obecně se odborníci shodují, že hlavním léčebnou metodou by měla být **psychoterapie**, která může být v případě závažnějšího stavu doplněná farmakoterapií, zejména antidepresivy. Většina odborníků se shoduje na tom, že není reálné si v rámci terapeutických intervencí klást za cíl být po zbytek života off-line, protože internet se stal neodmyslitelnou součástí života moderní společnosti. Místo toho doporučují **kontrolované užívání internetu**. Cílem je tedy spíše přerušování používání problematických internetových aplikací, jako jsou on-line hry, pornografické stránky či chatování, a zároveň pokračování v používání méně ohrožujících aplikací, které jsou potřebné pro běžné fungování (například emailová pošta nebo vyhledávání informací).<sup>37</sup>

**Kimberley Young (americká klinická psychologka) doporučuje šest tipů, jak omezit závislost na internetu:**

- a) **změna struktury dne** - zde by si měl závislý na část dne, kdy byl zvyklý být on-line, naplánovat různé jiné off-line aktivity,
- b) **stanovení určitého počtu hodin a přesné vymezení doby on-line** - tato rada spočívá v tom, aby si závislý stanovil určitý počet hodin, kdy bude on-line, a dále přesně vymezil i dobu, ve kterou se na internet připojí, v naplánovaném časovém rozvrhu se doporučuje, aby strávená doba na internetu byla kratší, ale zato častější,
- c) **použití externích upozornění** - externí upozornění pomohou připomenout, že čas vymezený k používání internetu již vypršel,
- d) **abstinence od používání problémové internetové aplikace** - člověk nebývá závislý na internetu obecně, ale spíše na určitých aplikacích, mezi které patří zejména hraní on-line her, navštěvování pornografických stránek a využívání komunikačních aplikací, v souladu s tímto tvrzením se doporučuje v případě, kdy se nedaří omezit používání problémové aplikace, ji přestat používat,

---

<sup>37</sup> *Závislost na internetu* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/>>.

- e) **upomínkové karty** - upomínkové karty mají mít na jedné straně napsáno 5 hlavních problémů, které konkrétnímu jedinci „závislost na internetu“ způsobuje, a na druhé straně 5 hlavních pozitiv, které s sebou přinese omezení užívání specifických problémových aplikací,
- f) **zmapování činností** - každý závislý by si měl zmapovat, jaké činnosti v souvislosti se „závislostí na internetu“ zanedbává a pokusit se znovu obnovit ty aktivity, které jsou pro něj zdrojem příjemných pocitů a které nahradí ztracené příjemné zážitky spojené s užíváním internetu.<sup>38</sup>

**Jako prevenci závislostního chování na internetu** bych zmínila dostatečnou informovanost, kterou by měli poskytovat nejen rodiče, ale i **pedagogové**. Právě učitelé jsou ti, kteří mohou žákům ze závislostního chování na internetu pomoci nebo mu dokonce předcházet.

Pokud nahlédneme do **RVP pro základní vzdělávání** nalezneme zde průřezová témata, do kterých lze zahrnout i problematiku médií. Smyslem průřezových témat není jen doplňovat vzdělávací obsah vyučovacích předmětů, ale otevřít žákům další perspektivy poznání a umožnit jim získat zkušenosti, které využijí v každodenním životě. Poskytují příležitosti pro individuální rozvoj a uplatnění žáků i pro jejich vzájemnou komunikaci a spolupráci. Mohou působit na celkovou atmosféru školy a na utváření vzájemných vztahů.<sup>39</sup> Celkem je do RVP ZV zařazeno **šest průřezových témat**: Osobnostní a sociální výchova, Výchova demokratického občana, Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech, Multikulturní výchova, Environmentální výchova, Mediální výchova. Jak můžete sami vidět jedno z průřezových témat se přímo nazývá **Mediální výchova**. Právě do tohoto tématu spadá i problematika závislostního chování na internetu. Záleží jen na učitelích, jak velkou pozornost mu ve své výuce budou věnovat. „*Dnešní svět si bez masových médií lze představit jen velmi obtížně. S jistotou - ale jen velmi mírnou – nadsázkou je možné říci, že to, co o světě víme, zprostředkovala nám právě média*“, uvádí ve svém článku Jan Jiráček (mediální expert).<sup>40</sup>

<sup>38</sup> Závislost na internetu [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/>>.

<sup>39</sup> RVP [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/1950/hodnoceni-prurezovych-temat.html/>>.

<sup>40</sup> RVP – Proč potřebujeme mediální výchovu [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://clanky.rvp.cz/clanek/s/Z/540/PROC-POTREBUJEME-MEDIALNI-VYCHOVU.html/>>.

Problematika závislostního chování na internetu se dá zařadit i do Osobnostní a sociální výchovy, která reflektuje osobnost žáka, jeho individuální potřeby i zvláštnosti. Jeho smyslem je pomáhat každému žákovi utvářet praktické životní dovednosti. Specifikou Osobnostní a sociální výchovy je, že se učivem stává sám žák, stává se jím konkrétní žákovská skupina a stávají se jím více či méně běžné situace každodenního života. Pomáhá každému žákovi hledat vlastní cestu k životní spokojenosti založené na dobrých vztazích k sobě samému i k dalším lidem a světu.<sup>41</sup> Závislostní chování na internetu bychom mohli zařadit i do vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět i Člověk a společnost. Jak vidíme, tak možností je mnoho. Je potřeba je jen využít.

### **Jaké mohou být následky závislostního chování na internetu?**

Novinových článků o škodlivých účincích internetu na psychický a sociální život jedince, zvláště pak dětí a dospívajících, by se našla celá řada. **Škodlivé účinky internetu** jsou jasné: stres, deprese, agresivita, zdravotní problémy, omezení fyzické aktivity, zhoršující se komunikační schopnosti, slábnoucí sociální vazby v rodině i mimo ni, zanedbávání školních, pracovních a rodinných povinností. To je pouze výčet několika z nich. Společně se na ně podíváme blíže.<sup>42</sup>

Negativním následkem je **narušení časového rámce běžného dne**, které se pak odráží v poruchách spánku nebo ve zvýšené únavě. Nadměrné trávení času u počítače může také způsobit **somatické problémy**, jako je například zhoršený zrak či bolesti zad (Young, 1998). Ve většině případů se začnou objevovat **problémy ve škole** v podobě pozdních příchodů do výuky, zhoršeného prospěchu a dokonce vyloučení ze školy. Poněkud sporný **vliv má užívání internetu na sociální vztahy** (Stevens, Morris, 2007). Zatímco někteří odborníci tvrdí, že nadměrné užívání internetu vede k izolaci od rodiny a přátel a k tomu, že uživatelé jsou v kontaktu pouze s přáteli přes internet. Jiné studie ukazují, že sami uživatelé internetu vnímají jeho pozitivní vliv na sociální vztahy jak s vrstevníky, rodiči, tak i s pedagogy (Chou, Hsiao, 2000).

Kraut se svými kolegy (2002) tuto skutečnost shrnuje tvrzením, že pozitivní efekty internetu udávali více extroverti než introverti, protože extroverti se díky internetu

---

<sup>41</sup> *RVP pro ZV* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu:

<[http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV\\_2007-07.pdf](http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf)>.

<sup>42</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 63. ISBN 80-7254-636-8.



do komunity více zapojovali, zatímco u introvertů vedlo užívání internetu k větší izolaci.<sup>43</sup> Kraut a kolektiv se také zabývali tím, jaký má **sociální a psychický dopad** na jednotlivce, pokud je v rodině počítač připojený na internet. Objevili, že velmi časté používání počítače – zejména vysedávání u internetu – statisticky významně souvisí s poklesem uživatelské komunikace s ostatními členy rodiny a se snížením počtu lidí, kteří aktuálně patří do jeho (fyzického) sociálního okruhu. Dále byl prokázán nárůst depresivních pocitů a prožitků osamělosti.<sup>44</sup>

Tím nejtragičtějším následkem závislostního chování na internetu může být i smrt. Vzpomeňme si například na 24letého chlapce z Jižní Koreje, který zemřel po 86 hodinách nepřetržitého hraní počítačových her. Je velmi zajímavé, že následkem smrti není nedostatek jídla či dehydratace, ale nejčastější příčinou bývá krevní sraženina, která je způsobena nehybným sezením u počítače. Krevní sraženina se odtrhne a cestuje k srdci či mozku. (*zdroj: Skutečný život virtuálních světů 2006, francouzský dokument odvysílaný na ČT 1*)

Závislostní chování na internetu se v Jižní Koreji natolik rozšířilo, že jsou zřizovány preventivní kampaně pro děti a dospívající. Konzultace jsou poskytovány pro celou rodinu. V případě, že je u jedince zjištěno závislostní chování na internetu, tak bývá častá léčba u celé rodiny. (*zdroj: Skutečný život virtuálních světů 2006*)

**Problematika bezpečného internetu** se v posledních letech stala velmi diskutovanou zejména v souvislosti s evropskými a českými výzkumy výskytu nebezpečných komunikačních praktik u dětí (kyberšikana, kybergrooming, sexting apod.). Existenci a nárůst rizikového chování potvrzují výzkumy např. Pedagogické fakulty UP v Olomouci (projekt E-Bezpečí), společnosti AISIS (Minimalizace šikany), Národního centra bezpečnějšího internetu (Saferinternet) či Fakulty sociálních studií MU v Brně (výzkumy prováděné v rámci projektu EUKids). Čím více české děti využívají IT (Česká republika patří mezi evropskou špičku v užívání internetu), tím více se setkávají s nebezpečnými komunikačními jevy.<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup> *Problémové užívání PC a internetu* [online]. [cit. 4. 10. 2011]. Dostupné na Internetu:

<<http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/72/1368/Problemove-uzivani-PC-a-internetu>>.

<sup>44</sup> VYBÍRAL, Z. *Mění se lidská psychika v éře internetu? Psychologie dnes*. Praha: Portál, 2001. vol. 7, no. 3, s. 16-19.

<sup>45</sup> KOPECKÝ, K. *Stručný úvod do problematiky bezpečného internetu* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/9673/strucny-uvod-do-problematiky-bezpecneho-internetu.html>>.

### 2. 3. 1 Závislostní chování na on-line hrách

Výrazným fenoménem dneška jsou hromadné **on-line hry (MMOG)**, které umožňují hrát společně s desítkami, stovkami i tisíci jiných zájemců připojených přes internet. Hráči mohou vcházet vzájemně do kontaktu a sdílejí jeden virtuální prostor. Ve Francii a v Německu je podle odborníků mezi milovníky počítačových her jedno až dvě procenta těch, kteří se k on-line hrám připojují chorobně často, což má špatný vliv na jejich sociální vztahy. Podle odhadů stráví notoričtí hráči ve virtuálním světě 35 až 40 hodin týdně.<sup>46</sup>

Největší riziko vzniku nutkové potřeby hrát, podle Vénisseho, nevyvolávají akční ani strategické hry, nýbrž takzvané **MMORPG** - masové internetové hry "*na hrdiny*", kde se zúčastnění vžívají do různých rolí. Hra se vyvíjí, i když účastník není právě připojen. Účastník hry pak může trpět pocitem, že v případě, kdy není připojen, ho ostatní hráči vyřadili ze středu dění.<sup>47</sup>

Za on-line hru nejčastěji vyvolávající závislost je považován **World of Warcraft**.<sup>48</sup> World of Warcraft mohli hráči poprvé oficiálně zhlédnout 26. 12. 2004 (vydání v ČR se datuje na 15. 2. 2005) a jen velmi krátká doba stačila na to, aby se tento nový kousek Blizzardu stal zřejmě nejúspěšnější hrou ve své kategorii.<sup>49</sup> Po celém světě ji má předplaceno 12 milionů hráčů (údaje k červnu 2011), další milióny hráčů tuto hru hrají na tzv. privátních serverech (kde hráči neplatí žádné poplatky).<sup>50</sup> „*Vlastně to ani není hra, ale droga,*“ podotýká jeden z hráčů WoW. (z francouzského dokumentu Skutečný život virtuálních světů)

V případě, že se vrátím k uspokojování potřeb (viz Abraham Maslow), tak můžeme říci, že MMORPG kombinaci s dalšími internetovými službami jsou schopny uspokojit téměř beze zbytku veškeré lidské potřeby. A v případě, že z principu nemůže k uspokojení potřeby dojít (např. u fyziologických potřeb), jednoduše hráč potřebu potlačí. Uspokojení potřeb je v prostředí virtuálních on-line her ve srovnání s reálným nevirtuálním světem poměrně snadné – neúspěch můžete prostým opakováním změnit v úspěch.<sup>51</sup>

---

<sup>46</sup> *Závislost na počítačových hromadných online hrách* [online]. [cit. 12. 11. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://psychologie.doktorka.cz/zavislost-na-pocitacovych-hromadnych-online-hrach/>>.

<sup>47</sup> tamtéž

<sup>48</sup> *Závislost na počítačových hromadných online hrách* [online]. [cit. 12. 11. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://psychologie.doktorka.cz/zavislost-na-pocitacovych-hromadnych-online-hrach/>>.

<sup>49</sup> *World of Warcraft* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.worldofwarcrafts.cz/index.php?hra=cataclysm&menu=info>>.

<sup>50</sup> KOPECKÝ, K. *Úvod do netolismu*. Internetový portál E-Bezpečí. Centrum PRVoK PdF UP: Olomouc, 2011. On-line na: <<http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/331-uvod-do-problematiky-netolismu>>.

<sup>51</sup> tamtéž

Více zblízka se také podíváme na násilí, které už nechybí téměř v žádné počítačové hře. Jak bych tak řekla, tak násilí je již pro mladistvé neodmyslitelnou součástí počítačových her. Jak se na tuto problematiku dívá psycholog Petr Růžička (člen České psychologické společnosti, Společnosti pro návykové nemoci, Společnosti pro rodinnou terapii (SOFT), Asociace klinických psychologů)? Na otázku, jak moc může násilí zobrazované v počítačových hrách ovlivnit psychiku dítěte, odpověděl následovně: „*Jeden z psychologických směrů říká, že si každý z nás utváří svůj vlastní svět. Každý si ten svůj svět utváříme podle vlastních zkušeností, a když jsem tedy v mládí hojně vystavován vlivu násilí v televizi, hrách, nebo třeba i drastickým pohádkám, tak je tím můj svět nějak ovlivněn, takzvaně si „nastavuji kontext“. Začnu to brát jako určitou normu. A naučím-li se například ve svém virtuálním světě - tedy například v počítačovém světě – uvolňovat svou agresi tím, že budu střílet po ostatních, nějak se to podepíše i na mé běžné normě chování. Rizikové pro dítě je i to, že když v počítačové hře někoho rozstřílí a pak si hru pustí znovu, postava „vstane z mrtvých“, jako by se nic nestalo. V souvislosti s tím, jak „počítačový svět“ může ovlivnit prožívání reálného světa, si vzpomínám na jednoho svého klienta, mladého počítačového odborníka, který uvažoval o sebevraždě jako o způsobu řešení své tíživé osobní situace, ovšem měl představu toho, že by se jenom „resetoval“, to znamená, že by se neodpojil ze zdroje, HD by se stále točil a jen by vymazal vše z operační paměti. To v realitě pochopitelně není možné.“<sup>52</sup>*

Dospívající, kteří masovým internetovým simulátorům propadli, mají sklon k neúspěchu ve škole, nedostatku sebevědomí a dalším problémům. Můžeme si však uvést i příklad, kdy nejen děti a dospívající propadají počítačovým hrám. „*Důkazem může být i čtyřiaadvacetiletá podnikatelka Susie Hamptonová, která propadla před lety hře World of Warcraft natolik, že u ní byla schopná strávit i 18 hodin denně. Nejen, že byla stále nevyspaná, ale také zanedbávala svého přítele. Navíc za tři měsíce přibrala neuvěřitelných 25 kilogramů.“<sup>53</sup>*

Dle názoru Zdeňka Martínka (autor publikace Agresivita a kriminalita školní mládeže) nemůžeme přijmout za normalitu hry, kdy se dítě dostane do dalšího kola pouze za předpokladu, že padesáti policistům „ustřelí“ hlavu. V těchto případech se často identifikuje s agresorem, násilí začne brát jako společenskou normu – agresi začne považovat

---

<sup>52</sup> MODSCHEIN, P. *Vliv her* [online]. [cit. 8. 9. 2011]. Dostupné na Internetu:

< <http://www.aktip.cz/cs/publikace/z-tisku/zavislost-na-pocitacich-ocima-odbornika.html>>.

<sup>53</sup> PLECHÁČOVÁ, D. HTML – *Britka přibrala 25 kilo za tři měsíce kvůli závislosti na počítačové hře* [online]. [cit. 5. 7. 2011]. Dostupné na Internetu: < <http://www.novinky.cz/koktejl/227884-britka-pribrala-25-kilo-za-tri-mesice-ke-vuli-zavislosti-na-pocitacove-hre.html>>.

za přirození způsob **sebeprosazení**. Je zřejmé, že mediální násilí přispívá k růstu **agrese jedince**, vždy je však nutné počítat i s jinými faktory, které se u dané osoby na její míře podílely – ať je to rodina, širší společenské prostředí či negativní zážitky, kterými takový jedinec prošel v průběhu svého vývoje.<sup>54</sup>

Mezi rizika spojená se závislostním chováním na on-line hrách můžeme zařadit tělesná rizika (např. bolesti šíje, očí, zad, cukrovka, obezita apod.), psychologická a sociální rizika (nepravidelnost v jídle, poruchy paměti, špatná organizace času apod.).

**Pedagogicko-psychologická poradna v Brně** doporučuje, jak předcházet závislostnímu chování na počítačových hrách, uvádí **následující rady**:

- Sledujte, jaké hry děti hrají.
- Uvědomte si, že hry mají i kladné stránky, některé umožňují rozvíjet logiku, postřeh, schopnost orientace ve složité situaci, koordinaci očí a rukou, koncentraci, plánování, řešení problémů a další schopnosti. **Důležitý je výběr her.**
- Hrajte hry spolu s dítětem, následně si o nich povídejte - **rozlišení fikce a reality.**
- Stanovte striktní limity, kdy může dítě hrát a kdy ne.
- Dávejte pozor, aby dítě nehrálo hry u kamarádů.
- Zjistěte, zda dítě hraním počítačových her neutíká od nějakých problémů.
- V průběhu hraní ved'te dítě k tomu, aby si po určité době (např. po hodině) udělalo přestávku. Během přestávky s dítětem o dané hře mluvte.
- Podporujte dítě v jiných zájmech.
- Předcházejte tomu, aby se dítě nudilo.
- Posilujte zdravé sebevědomí dítěte.<sup>55</sup>

**On-line hraní** v principu není nebezpečné, pokud jej jako hru vnímáte a dokážete mu vyhradit jasně dané meze a pravidla. K těm patří i stanovení začátku a konce. V principu **není důležité, jak dlouho hru hrajete, pokud to nemá přímý vliv na váš reálný život.**<sup>56</sup>

---

<sup>54</sup> MARTÍNEK, Z. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 1 vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2009. s. 80. ISBN 978-80-247-2310-5.

<sup>55</sup> *Závislost na počítačích a počítačových hrách* [online]. [cit. 26. 10. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.poradenskecentrum.cz/pocitacova-zavislost.php>>.

<sup>56</sup> KOPECKÝ, K. *Úvod do netolismu*. Internetový portál E-Bezpečí. Centrum PRVoK PdF UP: Olomouc, 2011. On-line na: <<http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/331-uvod-do-problematiky-netolismu>>.

### 2. 3. 2 Závislostní chování na on-line komunikaci

Mezi trendy posledních let patří komunikace realizovaná bez přímé účasti komunikantů realizovaná v **on-line prostředích**. Tato on-line prostředí představují různé typy internetových portálů, zejména některé typy on-line chatů (webchatů, IRC, messenger), portály zaměřené na tvorbu sociálních sítí (*Facebook, MySpace, YouTube*), 3D virtuální prostředí (*Second Life, Active Worlds, Moove*) apod.<sup>57</sup>

V souvislost s on-line komunikací používáme přívlastky synchronní a asynchronní. **Asynchronní komunikace** je taková, která se neodehrává v jednom čase, ale existuje mezi ní časová prodleva. Typickým příkladem takové komunikace je e-mail. Za **synchronní komunikaci**, tedy bezprostřední komunikaci, považujeme na internetu například chat. Ale i zde má člověk k dispozici sekundy či minuty na to, aby zareagoval. Pokud se zamyslíme, tak je patrné, že i když čas na internetu běží rychleji, komunikující mají více prostoru pro reflexi než v reálném světě.<sup>58</sup>

Těžko bychom v dnešní době hledali někoho, kdo nemá založený **Facebook**, kdo nekomunikuje přes ICQ, Skype apod. Pro upřesnění si uvedeme jejich krátkou charakteristiku. Facebook je rozsáhlý společenský webový systém sloužící hlavně k tvorbě sociálních sítí, komunikaci mezi uživateli, sdílení multimediálních dat, udržování vztahů a zábavě. Je plně přeložen do šedesáti pěti jazyků sociálních sítí.<sup>59</sup> Na Facebooku a podobných sítích vystavujeme mnoho informací, které jsou určeny pouze „*přátelům*“. Ne těm virtuálním, ale skutečným. Jsou to osobní informace, fotografie, poznámky, ale také tzv. „*statuty*“. To jsou krátké textové informace, odpovědi na otázky typu „*co zrovna děláte?*“ nebo „*co si zrovna myslíte*“, které představují základní prostředek komunikace uvnitř sociální sítě. Mnoho z nich má ve skutečnosti hluboce osobní charakter.<sup>60</sup> Pro představu si můžeme uvést počet aktivních uživatelů Facebooku, který se v roce 2011 pohybuje kolem 800 miliónů. Průměr počtu nových uživatelů za den je 250 000.<sup>61</sup>

---

<sup>57</sup> KOPECKÝ, K. *Manipulativní komunikace jako fenomén online komunikačních prostředí* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/121/6/lang,czech/>>.

<sup>58</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 28. ISBN 80-7254-636-8.

<sup>59</sup> *Facebook* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.facebook-com.biz/cs/>>.

<sup>60</sup> BEDNÁŘ, V. *Zajímá Facebook vaše bezpečí* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/302/6/lang,czech/>>.

<sup>61</sup> *Facebook - Statistika* [online]. [cit. 26. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.facebook.com/press/info.php?statistics>>.

**ICQ** (= I Seek you) je komunikační program, který byl založen v roce 1996 a využívá ho přes 150 milionů uživatelů ve 250 státech.<sup>62</sup> **Skype** je software umožňující posílání zpráv a souborů. Jeho hlavní funkcí je telefonování. Telefonování mezi uživateli Skype je neomezené a zdarma kdekoliv na světě. Jedinou podmínkou je, aby oba volající měli nainstalován Skype.<sup>63</sup>

On-line prostředí jsou velmi oblíbená (zejména díky anonymitě, vizuální atraktivnosti, komunikaci nezávislé na čase a prostoru apod.) a využívaná dětmi i dospělými. Díky vysokému stupni anonymity uživatelů však tato prostředí nejsou vždy bezpečná, do prostředí vstupují anonymní uživatelé, kteří využívají různé typy nebezpečných komunikačních technik (*phishing, pharming, grooming, metody sociálního inženýrství*).<sup>64</sup>

Mezi oběti manipulace spojené s on-line komunikačními prostředími patří velmi často mládí uživatelé internetu – **žáci základních škol**. Tato cílová skupina obětí totiž dosud postrádá vysoký stupeň mediální gramotnosti spojený s absencí či nedostatkem schopnosti kriticky přehodnocovat informace. Tyto základní předpoklady umožní manipulátorovi snadněji přesvědčit manipulovaného a přimět ho k prozrazení důvěrných dat.<sup>65</sup>

Většina z nás bere **on-line komunikaci** jako běžnou součást života. Už si možná ani neuvědomujeme, že tak, jak je pro nás rutinou ranní čištění zubů, tak se jím stává i komunikace přes Facebook, ICQ apod. Pojďme se společně podívat více pod povrch on-line komunikace právě u těch, které zasáhla nejvíce – tedy mladistvé.

Šestnáctiletá Zuzana má zkažené léto. Na konci roku nedostala vysvědčení. Má před sebou přezkoušení z fyziky. Podle jejích rodičů je důvodem právě internet. „*Když sedí za počítačem, vůbec nevnímá čas. Kdybych ji nehnala spát, seděla by u něj do noci. Nejčastěji má otevřenou tu svoji zelenou kytku,*“ rozčiluje se její matka. (Zelená květinka je symbolem ICQ – oblíbená on-line komunikace.) Právě mladí lidé u ní tráví i několik hodin denně. Když začala Zuzana vyluxovat u počítače, zhoršil se jí nejen prospěch ve škole, ale dostavily se i poruchy spánku a přibrála na váze. „*Nejedla třeba celý den, a pak vyluxovala ledničku,*“ stěžuje si její matka.<sup>66</sup>

---

<sup>62</sup> ICQ [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://icq.czechian.net/>>.

<sup>63</sup> Skype [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.slunecnice.cz/sw/skype/>>.

<sup>64</sup> Manipulativní komunikace jako fenomén online komunikačních prostředí [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/121/6/lang,czech/>>.

<sup>65</sup> Manipulativní komunikace jako fenomén online komunikačních prostředí [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/121/6/lang,czech/>>.

<sup>66</sup> JANDOVÁ, L. HTML – Závislost na internetu může život obrátit vzhůru nohama [online]. [cit. 22. 8. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.novinky.cz/internet-a-pc/146969-zavislost-na-internetu-muze-obratit-zivot-vzhuru-nohama.html>>.

Tady spatřujeme některé z projevů závislosti na on-line komunikaci, pojdme se podívat na příběh Dáši. „*Ty ještě nemáš Facebook?*“ dotázala se mě spolužačka. A tak jsem si ten všemi tolik oblíbený, profil založila. Od té doby na něm trávím hodiny času a s přáteli komentujeme fotky, zakládáme skupiny, chatujeme, hrajeme mafiánské války a venčíme virtuální mazlíčky. Ale není něco špatně? Odpovím za vás, je. Do života nám totiž zasáhla virtualita. (Daša, 19 let)<sup>67</sup> Na tomto příběhu je patrné, že si Dáša uvědomuje, že ji Facebook její život narušuje. Dokázat tento fakt změnit už tak jednoduché není, proč?

Každý z nás někdy chatoval a poznal pocit, jaké to je lehce se seznámit „*skrze obrazovku počítače*“. Nevíte, kdo se skrývá na druhé straně, což vás může i přitahovat, případné handicapy jsou zde odbourány. Nejste příliš komunikativní? Špatně se seznamujete? Neradi chodíte do společnosti? To vše zůstane ukryto, a přesto můžete komunikovat s kýmkoliv na téhle zemi. Každý z nás ze sebe může udělat člověka, kterým vždy chtěl být. Bez velké námahy si změni svou dosavadní identitu.

John Suler uvádí **šest faktorů**, které se podílí na **on-line komunikaci**:

- ✓ anonymita (druhý neví, kdo jsem, já tedy mohu skrýt svou identitu),
- ✓ neviditelnost (druhý nemůže vidět, jak vypadám, jak se tvářím),
- ✓ asynchronicita komunikace (reakci si mohu promyslet, protože ji mohu odložit, není nutné reagovat ihned),
- ✓ solipsistické introjekce (vše je v podstatě v mé hlavě, vytvářím si fantazie o tom, jak druhý vypadá, jak zní jeho hlas, vytvářím si fantazijní či nereálný svět),
- ✓ neutralizace statusu (stává se vedlejším a nepodstatným, jaké postavení v reálném světě má on-line komunikující),
- ✓ a konečně další účinky samotné interakce.<sup>68</sup>

Cooper, který se zaměřuje na **on-line vztahy**, považuje elektronickou komunikaci za nejjednodušší a nejpřístupnější způsob potkávání nových potenciálních partnerů. V roce 1998 přišel s teorií, nazvanou **Triple A Engine**, kde tvrdil, že:

- ✓ přístupnost (Accessibility),

---

<sup>67</sup> ANDĚLOVÁ, D. *Závislost jménem Facebook* [online]. [cit. 19. 8. 2011].

Dostupné na Internetu: < <http://www.stredniskoly.cz/student/zavislost-jmenem-facebook.html>>.

<sup>68</sup> SULER, J. *The Psychology of Cyberspace* [online]. [cit. 4. 11. 2011]. Dostupné na Internetu: < <http://www-usr.rider.edu/~suler/psyber/psyber.html>>.

- ✓ dostupnost (Afordability),
- ✓ anonymita (Anonymity) jsou faktory, které se významně podílejí na nárůstu **on-line sexuality** (viz kapitola závislostní chování na cybersexu).<sup>69</sup>

### 2. 3. 3 Závislost na cybersexu

Definice cybersexu je mnoho. Lze říci, že se tak označuje komunikace skrze internet, jejímž účelem je sexuální vzrušení. Často se za cybersex považuje zjednodušeně řečeno i vzájemné posílání zpráv sexuálního charakteru. Do této kategorie můžeme zařadit i „pouhé“ flirtování v chatovacích místnostech nebo pomocí programů typu ICQ, Skype, Windows Live Messenger a dalších, využívané převážně mladými lidmi.<sup>70</sup>

Zatímco u chatové závislosti typického uživatele nenajdete, u internetové pornografie, cybersexu a internetových seznamek **jednoznačně dominují muži** mezi 30 až 50 lety. „*Tento druh závislosti má podle mého názoru jeden z nejhorších dopadů,*“ myslí si psycholog Lukáš Blinka. *Může to vést k rozvratu rodiny, diskutuje se ale i o boomu pohlavních chorob pod vlivem virtuálních experimentů, které se pak přenášejí do reality.*“<sup>71</sup> Výzkumy a názory se ovšem různí. Young a kolektiv tvrdí, že **ženy preferují cybersex**, neboť z nich snímá sociální předsudek, že ženy by si sex neměly užívat. Umožňuje jim tak bezpečný způsob jak se koncentrovat na svou sexualitu novými způsoby. Muži pak prý upřednostňují cybersex proto, že z nich snímá úzkost z výkonu, která může být hlavní příčinou předčasné ejakulace nebo impotence.<sup>72</sup>

*„Cybersex nebo také počítačový sex je virtuální sexuální setkání dvou či více lidí spojených na dálku přes počítačovou síť, kdy si tyto lidé vzájemně posílají nesporně sexuální zprávy popisující erotické zkušenosti a fantazie. Je to forma RPG (,divadýlka‘), ve kterém účastníci předstírají skutečný pohlavní styk pomocí popisování svého jednání a odpovídání*

<sup>69</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 33-34. ISBN 80-7254-636-8.

<sup>70</sup> *Kybersex* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpecni.cz/content/view/67/6/lang,czech/>>.

<sup>71</sup> JANDOVÁ, L. HTML – *Závislost na internetu může život obrátit vzhůru nohama* [online]. [cit. 22. 8. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.novinky.cz/internet-a-pc/146969-zavislost-na-internetu-muze-obratit-zivot-vzhuru-nohama.html>>.

<sup>72</sup> GRIFFITHS, M. D. *Internet addiction: Does it really exist?* San Diego: Academic Press, 2001. s. 61-75. ISBN 0-12271950-6.



partnerovi, přičemž využívají hlavně psaného projevu sestaveného tak, aby stimuloval vzájemné sexuální pocity a fantazie.“ (Pírko, 2005)<sup>73</sup> Závislostní chování na kybersexu má až katastrofické dopady. Narušuje partnerské soužití a závislost na něm vzniká jako „mávnutím kouzelného proutku“.

Za škodlivý můžeme označit kybersex tehdy, když je jednomu z partnerů v komunikaci nepříjemný, např. svou hanlivostí a vulgaritou. **Škodlivý kybersex** může zahrnovat některou nebo všechny z následujících činností, kdy jednotlivec se kterým si píšete:

- ✓ se snaží o zahájení obzvlášť sexuálně explicitní (otevřené a přímé) konverzace,
- ✓ posílá vám pornografické obrázky a navrhuje, abyste mu poslali své fotografie,
- ✓ je sprostý,
- ✓ vyhrožuje vám,
- ✓ zesměšňuje vás,
- ✓ jinak vás obtěžuje (proto, aby se ujistil, že uděláte to, co říká).<sup>74</sup>

Nejlepší obranou a zároveň jistým druhem **prevence** před zastrašováním, vyhrožováním a vydíráním vaší osoby, je vůbec se těchto vulgárních a sexuálně zaměřených konverzací neúčastnit. Pokud už se ale této zdánlivě nevinné konverzace účastníte, je dobré se z počátku při prvním rozhovoru držet stranou a pokusit se toho člověka na druhé straně, co možná nejlépe poznat. Často se stane, že začne právě díky vaší pasivitě mluvit s někým jiným.<sup>75</sup>

Podle sexuologů suplování reálných sexuálních styků virtuálními zvyšuje frustraci lidí. „Každý má potřebu být milován a oceňován jako individualita. Aby byla tato přirozená potřeba dlouhodobě uspokojována, musí si najít partnera, který mu tento pocit poskytne. Snadná a rychlá dostupnost sexuálních aktivit snižuje obecně touhu hledat partnera se všemi riziky odmítnutí, hádek, rozchodů, zklamání apod.“, vysvětlují odborníci na serveru Sexuálně.cz.<sup>76</sup>

Cooper přichází s modelem **sexuálního chování on-line**, kde rozlišuje čtyři dimenze.

---

<sup>73</sup> PÍRKO, M. HTML – *Cybersex – svůdné možnosti internetu* [online]. [cit. 12. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.lupa.cz/clanky/cybersex-svudne-moznosti-internetu/>>.

<sup>74</sup> *Kybersex* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/67/6/lang,czech/>>.

<sup>75</sup> *Kybersex* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/67/6/lang,czech/>>.

<sup>76</sup> *Sex po internetu*. [online]. [cit. 26. 10. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.sexualne.cz/novinky/sex-po-internetu-pozor-na-skryte-pasti-442>>.

- a) Akce – jde o úroveň přímé aktivity (stahování materiálů, komunikován atd.).
- b) Reflexe – jde o kognitivní zapojení.
- c) Vzrušení – je úroveň vzrušení, nadšení a uspokojení z on-line aktivit.
- d) Sexuální vzrušení – zážitek často spojen s pocity viny z on-line aktivit.<sup>77</sup>

V první řadě je nutné si uvědomit, že závislostní chování na kybersexu může pramenit i z jiné závislosti, v tomto případě ze závislosti na sexu. Také podle Young a kolektiv jsou lidé, kteří trpí prvotní sexuální závislostí náchylnější k rozvinutí závislosti na kybersexu. Mezi řadou odborníků se vedou neustále diskuze, zda závislost na kybersexu skutečně existuje a zda se nejedná právě o závislost na sexu či na internetu. Young vytvořila seznam tzv. „**varovných signálů**“ kybersexuální závislosti, který vypadá následovně:

- pravidelné trávení významného množství času v chatových místnostech a vysílání soukromých vzkazů s jediným záměrem – najít kybersex,
- pocity zaneprázdnění používáním internetu k hledání on-line sexuálních partnerů,
- pravidelné používání anonymní komunikace k zapojení se do sexuálních fantazií, které v reálném životě nejsou obvykle odhalovány,
- očekávání nalezení sexuálního vzrušení nebo uspokojení při další on-line seanci,
- častý přechod od kybersexu k sexu po telefonu (nebo dokonce k osobnímu setkání),
- ukrývání on-line interakcí před blízkými lidmi,
- pocity viny nebo studu kvůli používání internetu,
- zprvu náhodné sexuální vzrušení kybersexem a nyní jeho aktivní vyhledávání, když je člověk on-line,
- masturbování zatímco se účastní erotického chatu,
- snížení zájmu o sexuálního partnera v reálném životě a preferování kybersexu jako primární formy sexuálního uspokojení.<sup>78</sup>

---

<sup>77</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 103-104. ISBN 80-7254-636-8.

<sup>78</sup> GRIFFITHS, M. D. *Internet addiction: Does it really exist?* San Diego: Academic Press, 2001 s. 61-75. ISBN 0-12271950-6.

Young a kolektiv také uvádějí, že lidé, kteří trpí nízkým sebevědomím, vážným zkreslením své tělesné představy, neléčenými sexuálními dysfunkcemi apod., jsou náchylnější k rozvinutí **kybersexuální závislosti**.

Představa, že mohou hovořit bez zábrán o čemkoliv, mohou být otevření a prosti všech masek, je pro mnohé uživatele přitažlivá. V reálném životě má člověk často pocit, že nemůže být sám sebou. Obavy s odmítnutí či odsouzení okolím nás nutí chovat se konformním způsobem. V oblasti sexuality jako by to platilo dvojnásob. **Sexuální normy** určují chování, jež je v daném kulturním a společenském kontextu považováno za normální. Sexuální normy se neustále vyvíjejí, jak patrně např. na přístupu k masturbaci, k homosexualitě apod.<sup>79</sup>

V souvislosti s fenoménem kybersexu se můžeme zmínit o pojmu **sexting**. Sextingem je myšleno elektronické rozesílání textových zpráv, fotografií či videí se sexuálním obsahem. Tyto záznamy (fotografie, video) jsou pak často zveřejněny na internetu. První případy sextingu byly zdokumentovány v roce 2005. Sexting podporuje šíření pornografie mladistvých a dětí, které je celosvětově zakázáno. V České republice již byla zaznamenána řada případů sextingu, řadu z nich lze posuzovat právě jako šíření dětské pornografie.<sup>80</sup>

Můžeme si připomenout případ dívky z USA z roku 2008 (Jessie Logan), která nafotila své intimní snímky pro svého přítele. Po rozchodu se fotografie dostaly ke spolužákům, kteří se dívce začali vysmívat. Jessie dokonce vystoupila v televizi a prosila své spolužáky, aby ji přestali ničit svými urážkami. Dívka nakonec velký tlak nevydržela a spáchala sebevraždu. Studenti, kteří fotografie šířili, nebyli nikdy potrestáni, protože Jessice bylo již 18 let. Další případ se stal u nás v ČR (v Měříně) v roce 2008. Žákyně nafotila svůj intimní snímek pro svého kamaráda. Ten, ale fotografii poslal svým přátelům a snímek se začal šířit dál. Případ nakonec skončil u policistů s podezřením na šíření dětské pornografie. Případ byl vyřešen v roce 2009, kdy byli žáci, kteří se do šíření snímku zapojili potrestáni společensky prospěšnou činností. Za šíření dětské pornografie hrozí až tři roky vězení.

---

<sup>79</sup> DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex-forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. s. 115. ISBN 80-7254-636-8.

<sup>80</sup> KOPECKÝ, K. *Co je sexting*. [online]. [cit. 10. 12. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/154/19/lang,czech/>>.

# PRAKTICKÁ ČÁST

## 3. VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

### 3.1 Stanovení výzkumného problému

Tímto výzkumem navazuji na svou bakalářskou práci s názvem Vliv médií na osobnost dítěte.

Klademe si hlavní výzkumnou otázku: vyskytuje se u dětí 2. stupně ZŠ závislostní chování na internetu? Na tuto hlavní výzkumnou otázku navazuje výzkumná podotázka: jakým způsobem se závislostní chování na internetu projevuje? Formulace druhé výzkumné podotázky zní: jak moc je závislostní chování na internetu časté? Třetí výzkumná podotázka je: uvědomují si žáci, jaké následky jsou spojené se závislostí na internetu?

### 3.2 Metody

Jako metodu pro realizaci tohoto výzkumu jsem si zvolila dotazníkové šetření. Dotazníky můžeme charakterizovat jako písemnou formu rozhovoru. Jsou časově méně náročné, z hlediska množství zjištěných dat efektivnější a objektivnější. Žáci v dotazníku odpovídali na uzavřené (možnost volby z nabízených odpovědí) i otevřené otázky (volné vyjádření). Uzavřené otázky obsahovaly položky dichotomické (ano – ne), výběrové (volba jediné z několika nabízených možností) nebo výčtové (možnost uvedení více odpovědí). U otevřených otázek mohli žáci blíže vyjádřit svůj názor a své pocity. Otevřené otázky nabízí velkou variabilitu odpovědí, ale jsou náročnější na zpracování a kategorizaci odpovědí.<sup>81</sup>

Vše jsem následně zpracovala do tabulek a grafů. V tabulkách jsem pro přesnost ponechala počty žáků, v grafech jsem pro přehlednost použila vyjádření v procentech. V dotazníkovém šetření jsem postupovala od obecných otázek ke konkrétním, aby se žáci v dané problematice lépe zorientovali.

---

<sup>81</sup> CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. 1. vyd. Praha: GRADA, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.

### **3. 3 Stanovení hypotéz a jejich operacionalizace**

#### **3. 3. 1 Základní teoretická hypotéza:**

U žáků druhého stupně ZŠ se vyskytuje závislostní chování související s časem, který žáci na internetu tráví.

#### **3. 3. 2 Vedlejší výzkumné otázky a formulace pracovních hypotéz**

**VO1:** Jakým způsobem se závislostní chování na internetu projevuje?

**H1:** Předpokládáme, že závislostní chování na internetu se projevuje v omezení činností, kterým se jedinec běžně věnoval v „*reálném světě*“.

**VO2:** Je závislostní chování na internetu častější než před rokem?

**H2:** Předpokládáme, že závislostní chování na internetu je častější než před rokem.

**VO3:** Uvědomují si žáci, jaké následky jsou spojené se závislostí na internetu?

**H3:** Předpokládáme, že žáci, kteří se zúčastnili výzkumného šetření, si následky spojené se závislostí na internetu neuvědomují.

#### **Operacionalizace hypotéz**

Pro vyvrácení či potvrzení hypotéz je nutné provést dotazníkové šetření, které nám danou problematiku objasní.

### **3. 4 Charakteristika výzkumného vzorku**

V březnu roku 2011 jsem absolvovala praxi na základní škole v Olomouci (Tř. Spojenců 8), kde jsem pro své dotazníkové šetření oslovila žáky 2. stupně. Věk dotazovaných se pohyboval od 12 let do 15 let. Celkem bylo osloveno 100 žáků (57 chlapců a 43 dívek). Dotazník byl respondentům předložen osobně, návratnost dotazníku byla stoprocentní. Délka vyplňování dotazníků se pohybovala kolem 20 minut.

### 3. 5 Posuzování vlastnosti měření

Při posuzování vlastnosti měření nás většinou nejvíce zajímá jeho validita (= platnost), reliabilita (= spolehlivost, přesnost) a praktičnost (= jednoduchost, hospodárnost, malá časová náročnost, úspornost atd.). Dobrá **validita** je tehdy, když měření skutečně ukazuje to, co měřit má. **Reliabilita** zahrnuje, zda je měření spolehlivé a přesné zároveň. **Praktičnost** je takové měření, které netrvá příliš dlouho, není příliš náročné, je snadno proveditelné a pro praxi má obvykle největší význam. Ve svém dotazníkovém šetření jsem se snažila o dodržení všech vlastností dobrého šetření.<sup>82</sup>

---

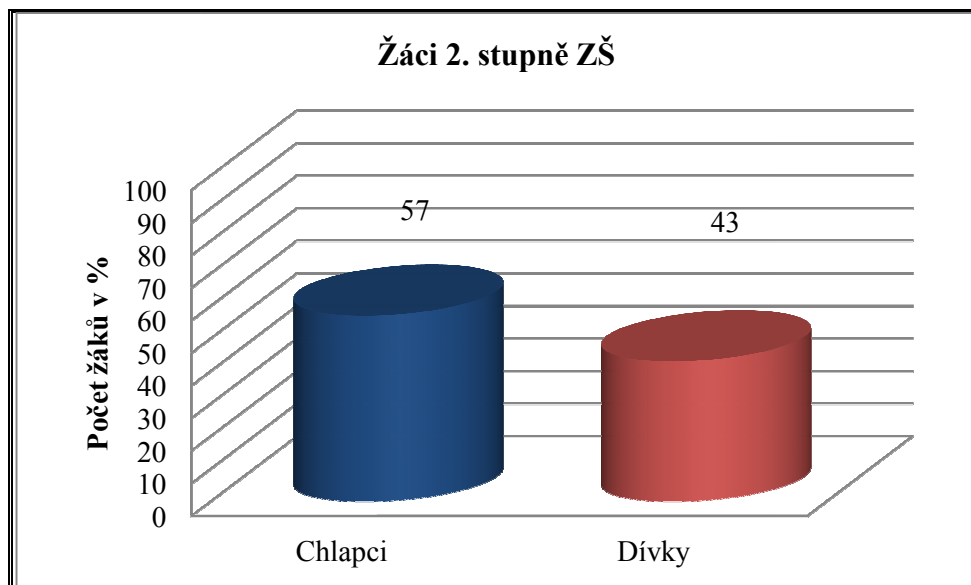
<sup>82</sup> CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. 1 vyd. Praha: GRADA, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.

### Otázka 1: Pohlaví dotazovaných

Tabulka 1

Pohlaví dotazovaných		
Žáci 2. stupně ZŠ	Chlapci	Dívky
	57	43

Graf 1



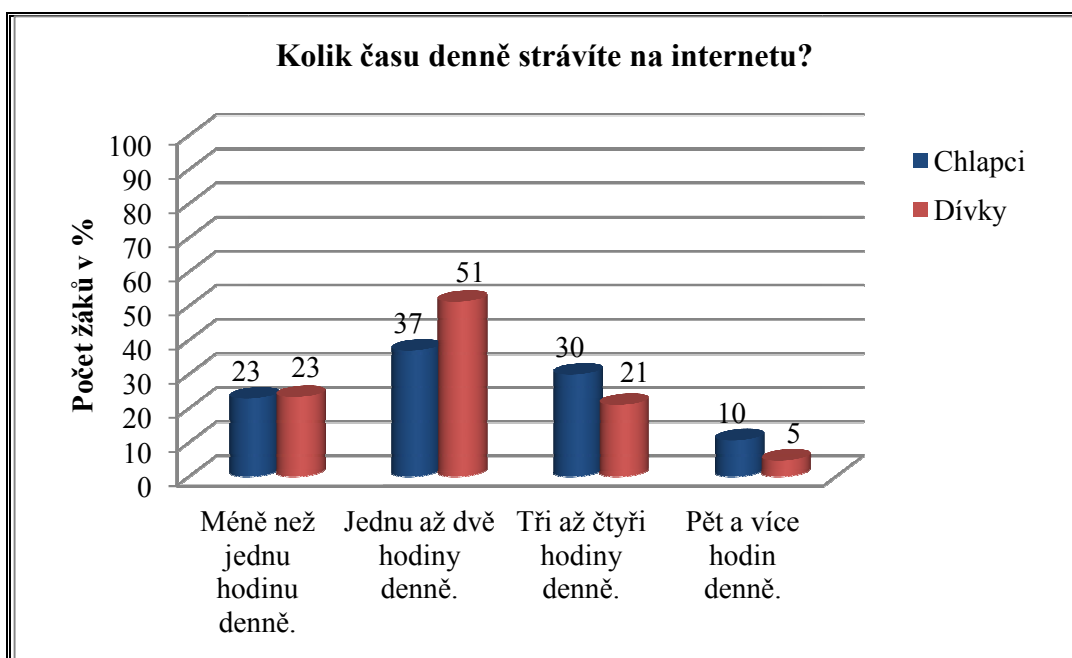
### Otázka 2: Kolik času denně strávíte na internetu?

Méně než jednu hodinu denně stráví na internetu 13 chlapců a 10 dívek, jednu až dvě hodiny denně stráví na internetu nejvíce dotazovaných – 21 chlapců a 22 dívek, tři až čtyři hodiny denně stráví u internetu 17 chlapců a 9 dívek, pět a více hodin denně stráví na internetu nejméně dotazovaných - 6 chlapců a 2 dívky.

Tabulka 2

Kolik času denně strávíte na internetu?		
	Chlapci	Dívky
Méně než jednu hodinu denně.	13	10
Jednu až dvě hodiny denně.	21	22
Tři až čtyři hodiny denně.	17	9
Pět a více hodin denně.	6	2

**Graf 2**



**Otázka 3:** Trávíte na internetu více času než dříve (např. před rokem, před dvěma roky atd.)?

Na internetu tráví více času než dříve 32 chlapců a 27 dívek, 25 chlapců a 16 dívek na internetu více času než dříve netráví. V odpovědi na tuto otázku můžeme spatřovat nárůst vlivu internetu. Děti tráví na internetu čím dál více času. Může to být způsobeno tím, že se internet nejeví jako pasivní činnost, ale spíše jako aktivita. Dalším důvodem je vliv komunikace on-line (viz např. Facebook, ICQ atd.) a časté využívání internetu pro školní (či pracovní) povinnosti. Pro představu si můžeme uvést počet aktivních uživatelů Facebooku, který se v roce 2011 pohybuje kolem 800 miliónů. Průměr počtu nových uživatelů za den je 250 000.<sup>83</sup>

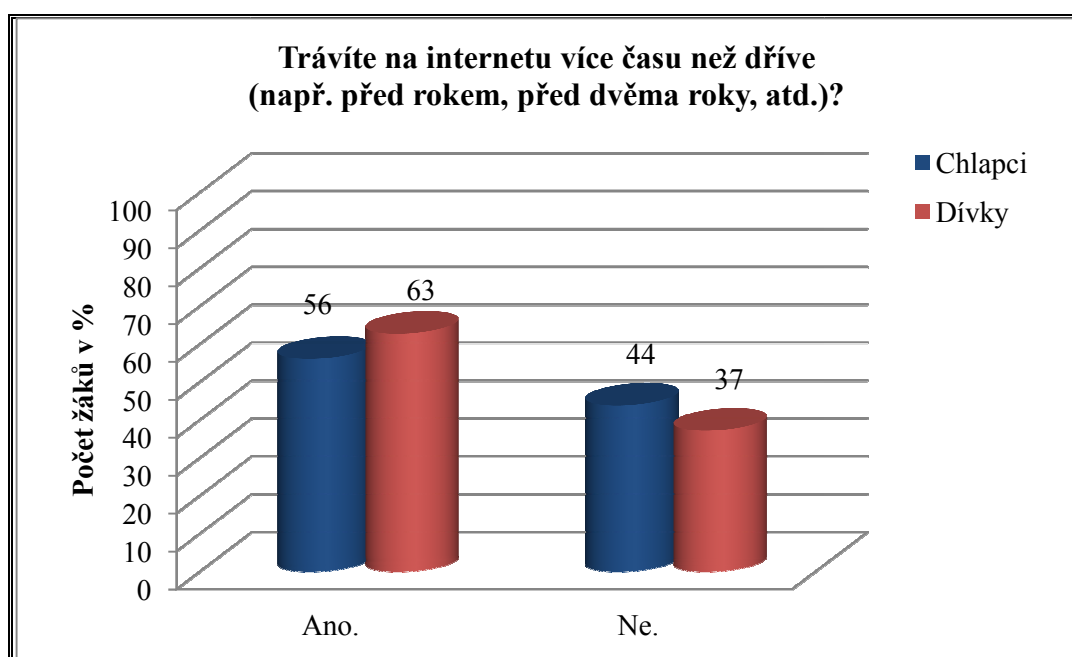
**Tabulka 3**

<b>Trávíte na internetu více času než dříve (např. před rokem, před dvěma roky atd.)?</b>		
	<b>Chlapci</b>	<b>Dívky</b>
Ano.	32	27
Ne.	25	16

<sup>83</sup> Facebook - Statistika [online]. [cit. 26. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.facebook.com/press/info.php?statistics>>.



**Graf 3**



**Otázka 4:** Využíváte internet častěji pro:

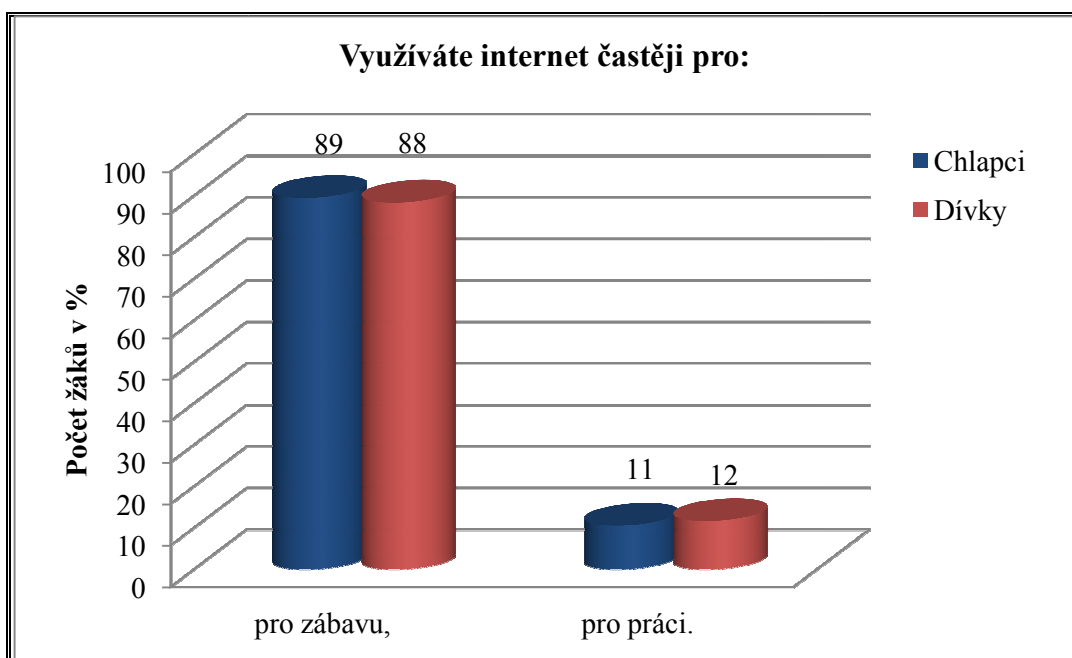
51 chlapců a 38 dívek využívá internet častěji pro zábavu, pouze 6 chlapců a 5 dívek využívá internet častěji pro práci. V této otázce nacházíme **téměř jednoznačnou odpověď** na to, co děti přitahuje na internetu nejvíce. Je samozřejmé, že je to zábava, které na internetu dává přednost 89 % chlapců a 88 % dívek. **David Šmahel** ve své knize *Psychologie a internet* přirovnává prostředí internetu k **zábavnímu parku**. Dospívající či dospělý si sedá k počítači a má podobný pocit, jako když vstupuje do zábavního parku – vstupuje někam, kam se jde především pobavit, odreagovat, relaxovat.<sup>84</sup>

**Tabulka 4**

Využíváte internet častěji pro:		
	Chlapci	Dívky
pro zábavu (Facebook, ICQ, stahování filmů, hudby apod.),	51	38
pro práci (hledání různých potřebných informací apod.).	6	5

<sup>84</sup> ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet, děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Nakladatelství TRITON s. r. o., 2003. s. 27-28. ISBN 80-7254-360-1.

**Graf 4**



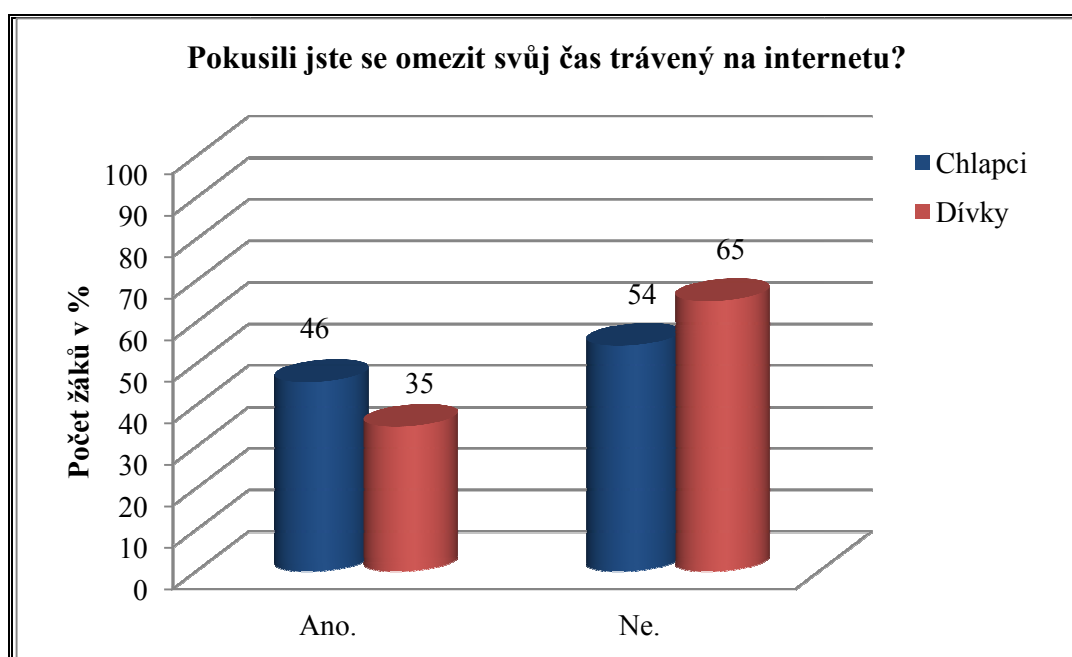
**Otázka 5:** Pokusili jste se omezit svůj čas trávený na internetu?

26 chlapců a 15 dívek se pokusili omezit svůj čas trávený na internetu, 31 chlapců a 28 dívek nikoliv. V odpovědi na tuto otázku spatřujeme mírnou převahu u záporné odpovědi. Zamysleme se však nad počtem žáků, kteří odpověděli kladně. Je patrné, že velký počet žáků si uvědomuje, že na internetu tráví příliš mnoho času.

**Tabulka 5**

Pokusili jste se omezit svůj čas trávený na internetu?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	26	15
Ne.	31	28

**Graf 5**

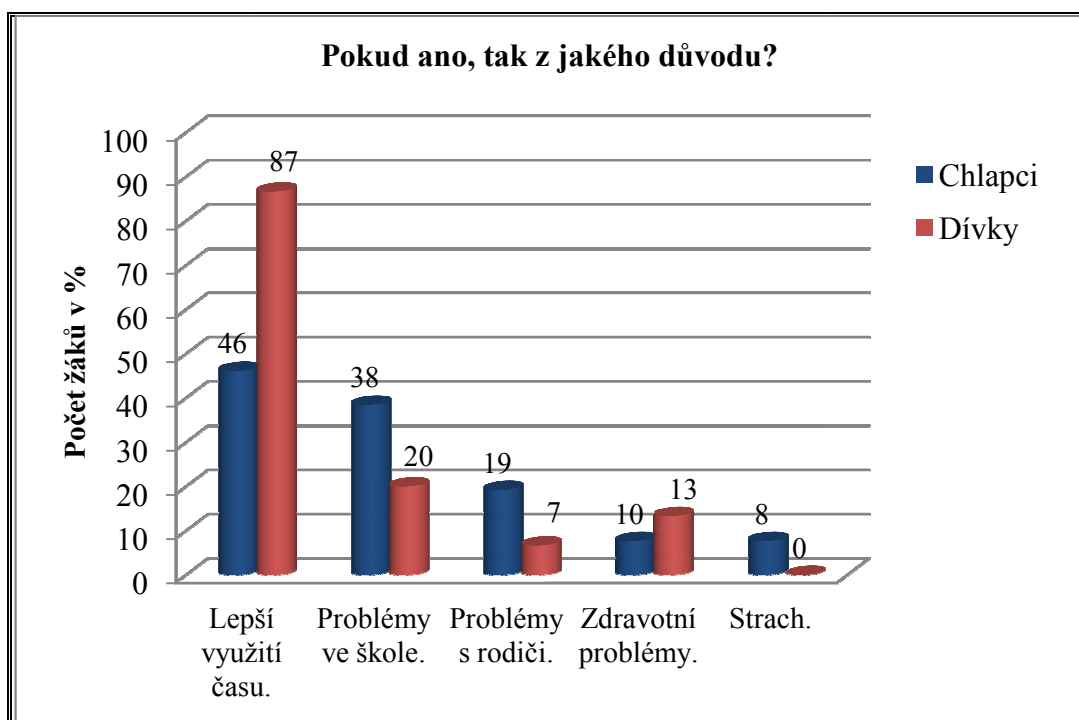


**Otázka 6:** Pokud ano, tak z jakého důvodu?

Pro žáky, kteří v předchozí otázce odpověděli **kladně**, následovala navazující **otevřená otázka**. Na tuto otázku odpovědělo **31 žáků jednou odpovědí** a **10 žáků využilo možnosti více odpovědí**. Jako **nejčastější důvod** žáci uváděli lepší využití času (přátelé z reálného světa, koníčky atd.), na druhém místě uváděli problémy ve škole, na třetím místě se objevily problémy s rodiči, jako čtvrtý důvod žáci uvedli zdravotní problémy (špatné držení těla, námaha zraku apod.) a **na posledním místě** byl strach ze závislosti na internetu. Z nejčastější odpovědi lze vyčíst, že žáci si ve většině případů uvědomují, že existují lepší varianty pro trávení volného času než je „*vysedávání*“ u internetu. V případě, kdy se dostaví problémy ve škole, s rodiči či se začnou vyskytovat zdravotní problémy, je potřeba čas trávený na internetu začít omezovat. Jako poslední (a pro mě nečekaný) důvod žáci uvedli strach ze závislosti na internetu. Tento důvod se objevil u dvou chlapců, kteří si již uvědomují, jaká nebezpečí dlouhý čas trávený na internetu přináší.

**Tabulka 6**

Pokud ano, tak z jakého důvodu?		
	Chlapci	Dívky
Lepší využití času (přátelé, koníčky atd.).	12	13
Problémy ve škole.	10	3
Problémy s rodiči.	5	1
Zdravotní problémy.	2	2
Strach ze závislosti na internetu.	2	0

**Graf 6**

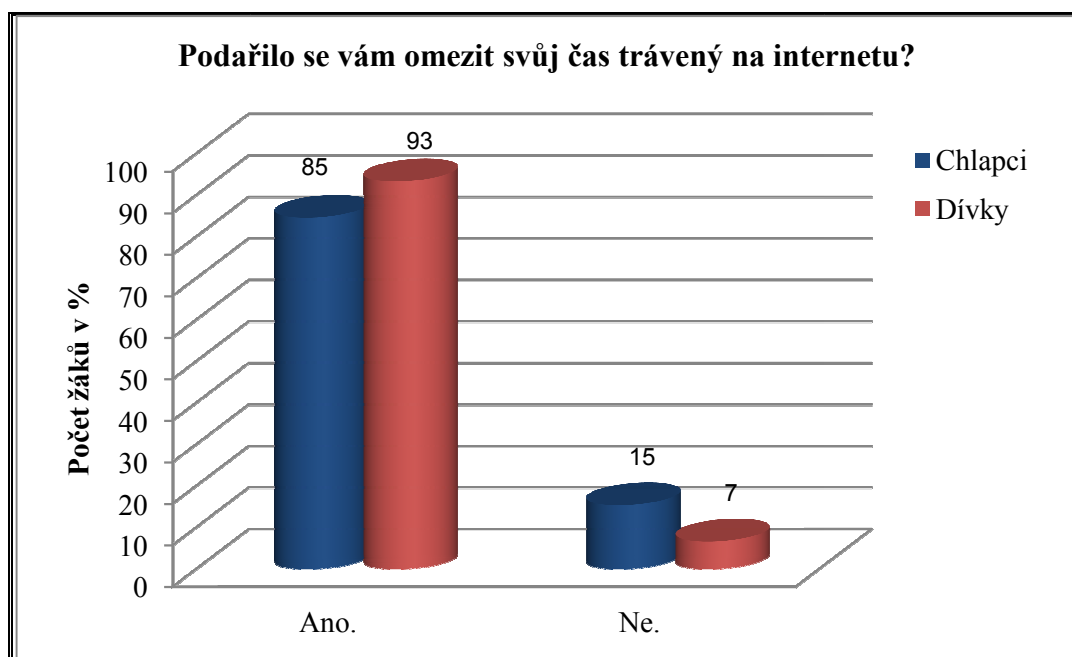
**Otázka 7:** Pokud jste se pokusili omezit svůj čas trávený na internetu (viz tabulka 5), podařilo se vám to?

Ve většině případů (22 chlapců a 14 dívek) se čas trávený na internetu podařilo omezit. U 4 chlapců a 1 dívky se čas trávený na internetu omezit nepodařilo. U této otázky se musíme zaměřit na komplexní pohled na žáky. To znamená uvědomit si, že 54 % chlapců a 65 % dívek (z celkového počtu) se nikdy nepokusili svůj čas trávený na internetu omezit. 46 % chlapců a 35 % dívek se o omezení času tráveného na internetu pokusili a z toho se to nepodařilo 15 % chlapců a 7 % dívek. Pozitivní je, že pokud se žáci rozhodli čas trávený na internetu omezit, tak se jim to většinou podařilo. Jako znepokojující však můžeme brát fakt, že většina se o omezení času tráveného na internetu ani nepokusila.

**Tabulka 7**

Pokud jste se pokusili omezit svůj čas trávený na internetu, podařilo se vám to?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	22	14
Ne.	4	1

**Graf 7**



**Otázka 8:** Zažíváte často, že:

V této uzavřené otázce měli žáci možnost více odpovědí. Nejčastěji žáci uváděli, že se kvůli času trávenému na internetu hádají s rodiči (33 % chlapců a 33 % dívek). Mezi další časté odpovědi patřilo, že žáci raději komunikují přes internet než osobně (10 % chlapců a 35 % dívek). Mezi žáky, kteří jsou raději on-line než aby šli se svým kamarádem (kamarádkou) ven, se řadí 16 % chlapců a 14 % dívek. 9 % chlapců a 19 % dívek zanedbává kvůli internetu své koníčky. 14 chlapců a 14 dívek odpovědělo, že nezažívá žádnou z uvedených možností. U této otázky musíme brát v potaz, že někteří žáci uvedli více odpovědí a někteří uvedli pouze jednu odpověď. Vraťme se k nejčastější odpovědi žáků, což jsou hádky s rodiči kvůli času,

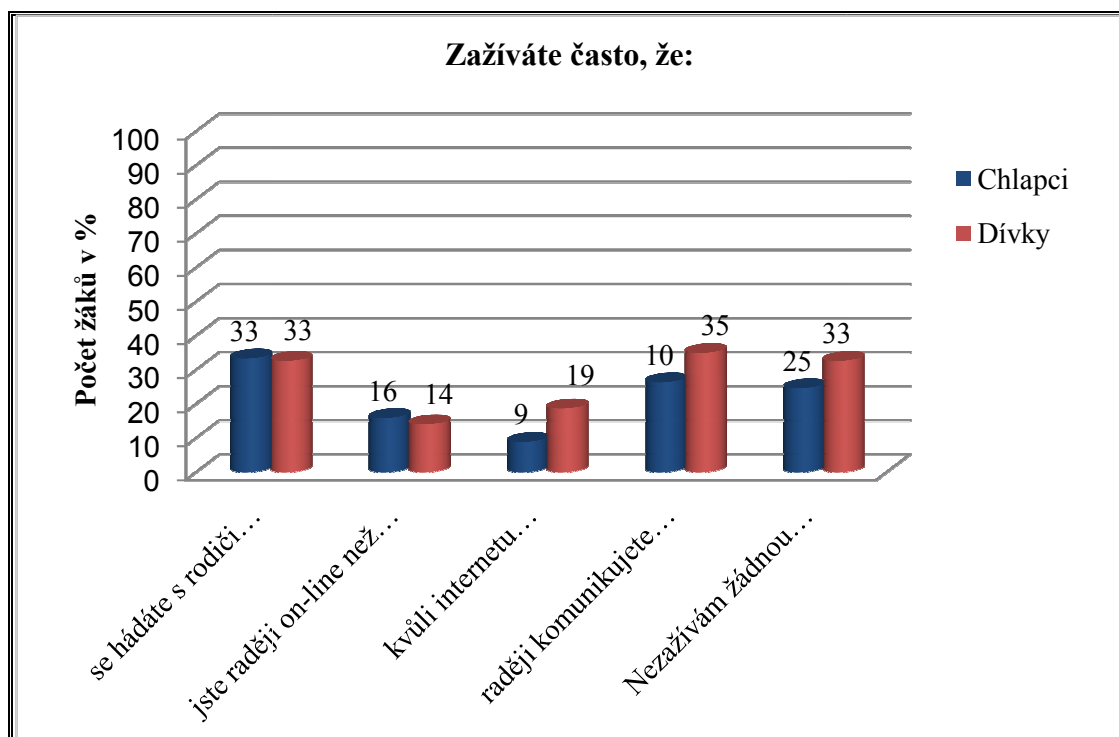
který tráví na internetu. U tohoto tvrzení spatřujeme velký vliv rodičů na to, jak jejich dítě tráví volný čas. Rodiče jsou ti, kteří dětem mohou nabídnout lepší alternativu trávení volného času než je sezení u počítačové obrazovky. Otázkou je, zda si rodiče svou „moc“, kterou v tomto případě mají, uvědomují.

**Tabulka 8**

<b>Zažíváte často, že:</b>		
	<b>Chlapci</b>	<b>Dívky</b>
... se hádáte s rodiči kvůli času, který trávíte na internetu?	19	14
... jste raději on-line než abyste šli se svým kamarádem (kamarádkou) ven?	9	6
... kvůli internetu zanedbáváte své koníčky?	5	8
... raději komunikujete přes internet než osobně?	15	15
Nezažívám žádnou z uvedených možností.	14	14

*Poznámka: možnost více odpovědí*

**Graf 8**



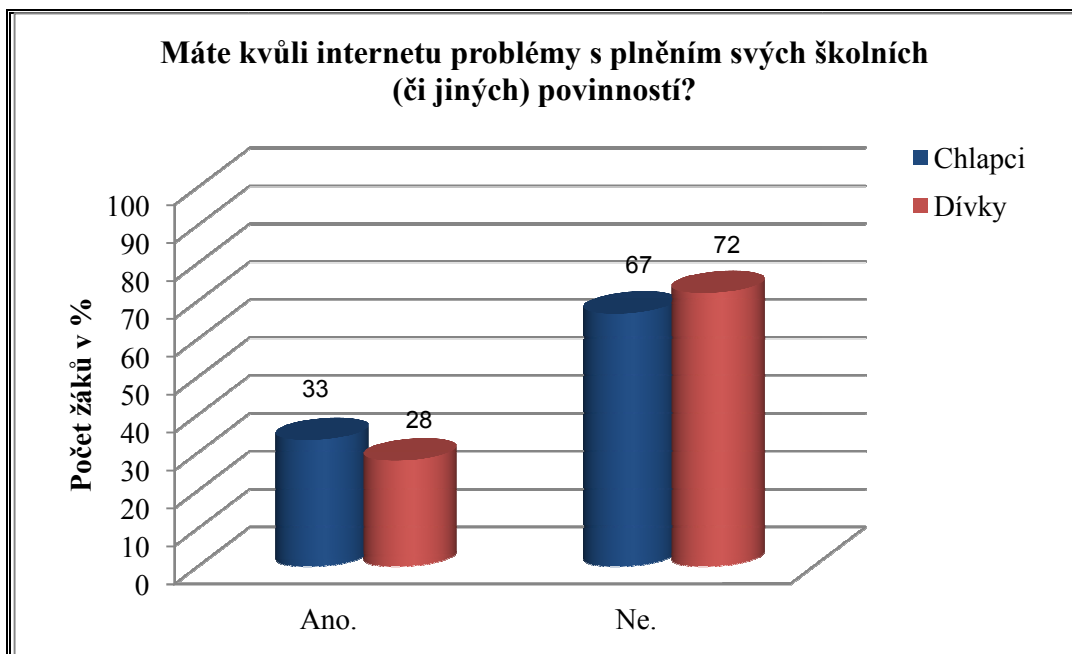
**Otázka 9:** Máte kvůli internetu problémy s plněním svých školních (či jiných) povinností?

19 chlapců a 12 dívek má kvůli internetu problémy s plněním svých školních (či jiných) povinností, 38 chlapců a 31 dívek nikoliv. Podle odpovědí by se mohlo zdát, že výsledek je uspokojivý – většina chlapců a dívek problémy s plněním svých školních (či jiných) povinností nemá. Pokud se hlouběji zamyslíme, až tak pozitivní výsledek nemáme – 33 % chlapců a 28 % dívek má kvůli internetu problémy s plněním svých školních (či jiných) povinností, což nemůžeme brát jako uspokojivý výsledek. Je vidět, že internet není pro žáky pouze zábava (jak sami uvádějí), ale začíná pro ně být i starost.

**Tabulka 9**

<b>Máte kvůli internetu problémy s plněním svých školních (či jiných) povinností?</b>		
	<b>Chlapci</b>	<b>Dívky</b>
Ano.	19	12
Ne.	38	31

**Graf 9**



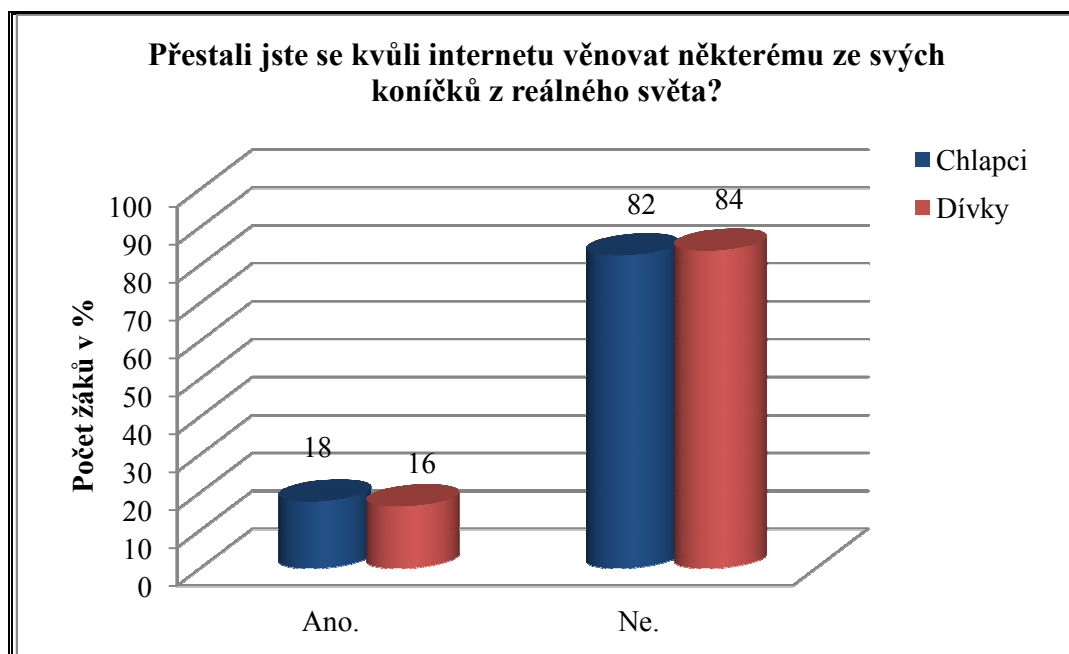
**Otázka 10:** Přestali jste se kvůli internetu věnovat některému ze svých koníčků z reálného světa?

10 chlapců a 7 dívek se přestalo kvůli internetu věnovat některému ze svých koníčků z reálného světa, 47 chlapců a 36 dívek nikoliv. Podle mého názoru, v odpovědích na tuto otázku hraje velkou roli, že jsem výzkumné šetření prováděla na základní škole se sportovním zaměřením (především na hokej a plavání). Pro většinu žáků na této škole je sport prioritou. Sportu se nevzdají ani v případě problémů ve škole, natož kvůli jinému koníčku (v našem případě internetu).

**Tabulka 10**

<b>Přestali jste se kvůli internetu věnovat některému ze svých koníčků z reálného světa?</b>		
	<b>Chlapci</b>	<b>Dívky</b>
Ano.	10	7
Ne.	47	36

**Graf 10**





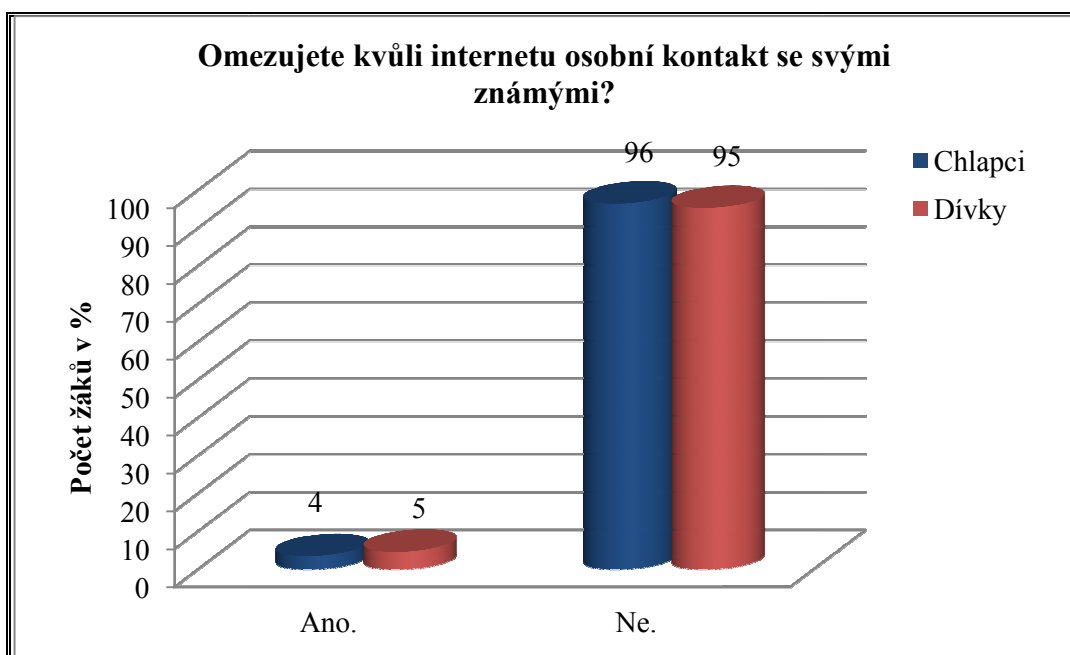
**Otázka 11:** Omezujete kvůli internetu osobní kontakt se svými známými?

2 chlapci a 2 dívky omezují kvůli internetu kontakt se svými známými, drtivá většina nikoliv (55 chlapců a 41 dívek). Odpověď na tuto otázku je **téměř stoprocentní**, většina žáků dává přednost osobnímu kontaktu se svými známými než internetu.

**Tabulka 11**

Omezujete kvůli internetu osobní kontakt se svými známými?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	2	2
Ne.	55	41

**Graf 11**



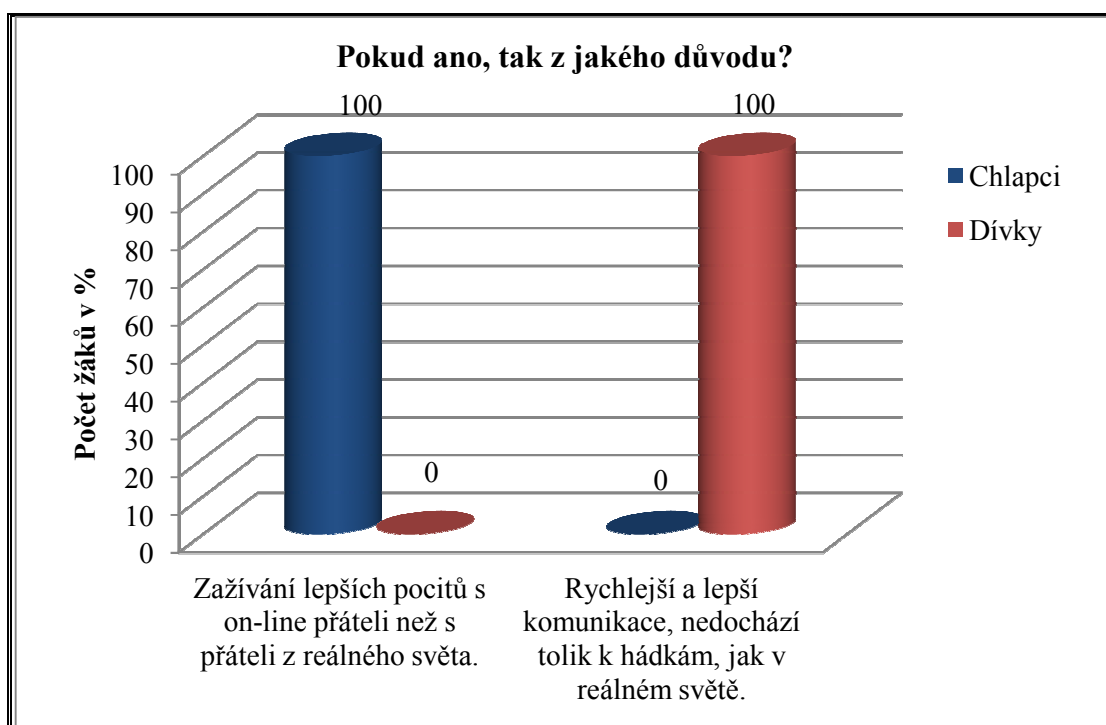
**Otázka 12:** Pokud ano, tak z jakého důvodu?

4 žáci (2 chlapci, 2 dívky), kteří kvůli internetu omezují osobní kontakt se svými známými, uvedli tyto **důvody**: zažívání lepších pocitů s on-line přáteli než s přáteli z reálného světa, rychlejší a lepší komunikace, nedochází tolik k hádkám, jak v reálném světě. Z uvedených důvodů vyplývá, že tito žáci jsou více spokojeni ve virtuálním světě než ve světě reálném.

**Tabulka 12**

Pokud ano, tak z jakého důvodu?		
	Chlapci	Dívky
Zažívání lepších pocitů s on-line přáteli než s přáteli z reálného světa.	2	0
Rychlejší a lepší komunikace, nedochází tolik k hádkám, jak v reálném světě.	0	2

**Graf 12**

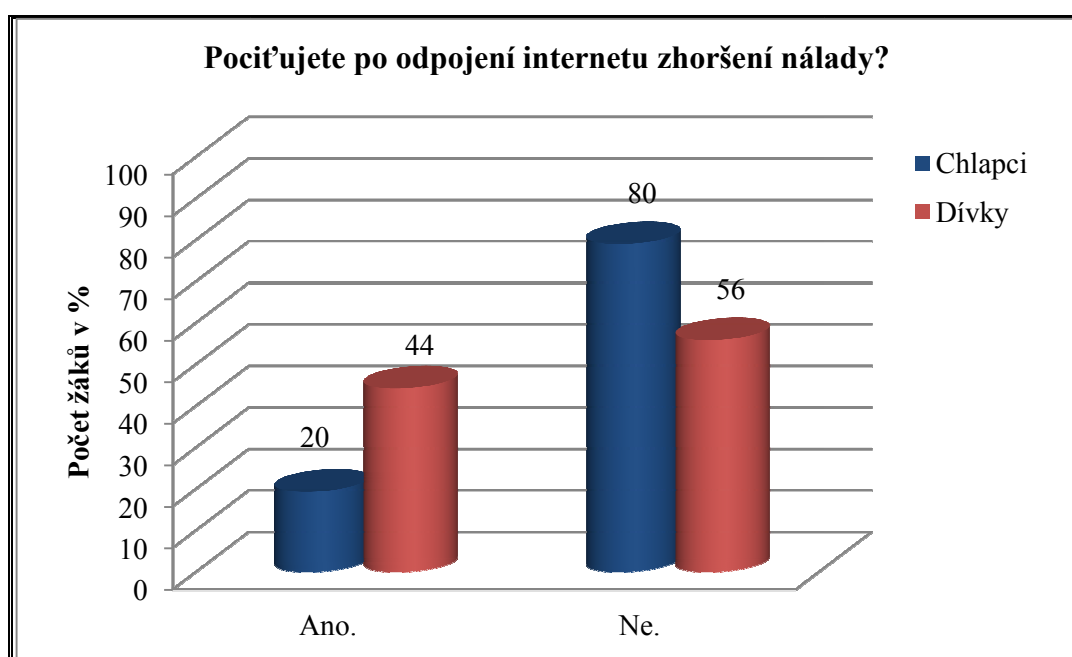


**Otázka 13:** Pociťujete po odpojení internetu zhoršení nálady?

11 chlapců a 19 dívek pociťuje po vypnutí internetu zhoršení nálady, 45 chlapců a 24 dívek nikoliv. Myslím si, že počet žáků, kteří pociťují po vypnutí internetu zhoršení nálady, je vysoký (20 % chlapců a 44 % dívek). Nesmíme očekávat, že zhoršení nálady nastane u každého žáka. To by se již jednalo o katastrofický výsledek. I přesto se najde významné procento žáků, pro které internet znamená tak moc, že když ho vypnou, tak se jejich nálada zhorší.

**Tabulka 13**

Pocit'ujete po odpojení internetu zhoršení nálady?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	11	19
Ne.	45	24

**Graf 13**

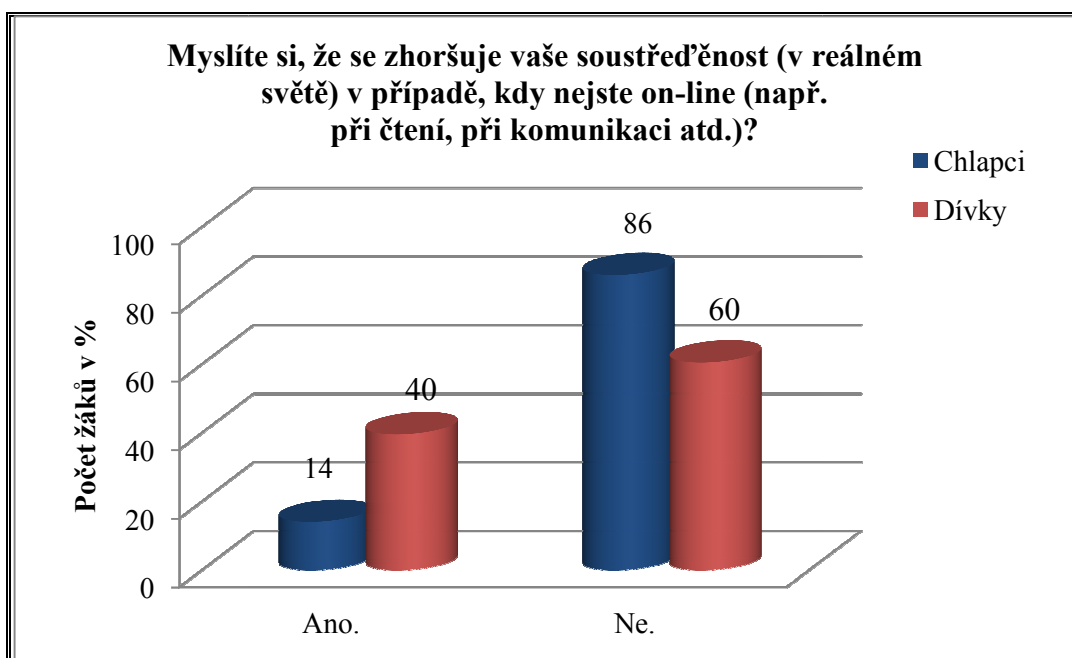
**Otázka 14:** Myslíte si, že se zhoršuje vaše soustředěnost (v reálném světě) v případě, kdy nejste on-line (např. při čtení, při komunikaci atd.)?

8 chlapců a 17 dívek si myslí, že se jejich soustředěnost (v reálném světě), v případě kdy nejsou on-line, zhoršuje. 49 chlapců a 26 dívek si to nemyslí. Z výsledku výzkumné otázky je patrné, že u nemalého počtu žáků (14 % chlapců a 40 % dívek) má přílišné trávení na internetu velký dopad na reálný svět. U žáků se objevuje nesoustředěnost při čtení, komunikaci atd.

**Tabulka 14**

Myslíte si, že se zhoršuje vaše soustředěnost (v reálném světě) v případě, kdy nejste on-line (např. při čtení, při komunikaci atd.)?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	8	17
Ne.	49	26

**Graf 14**



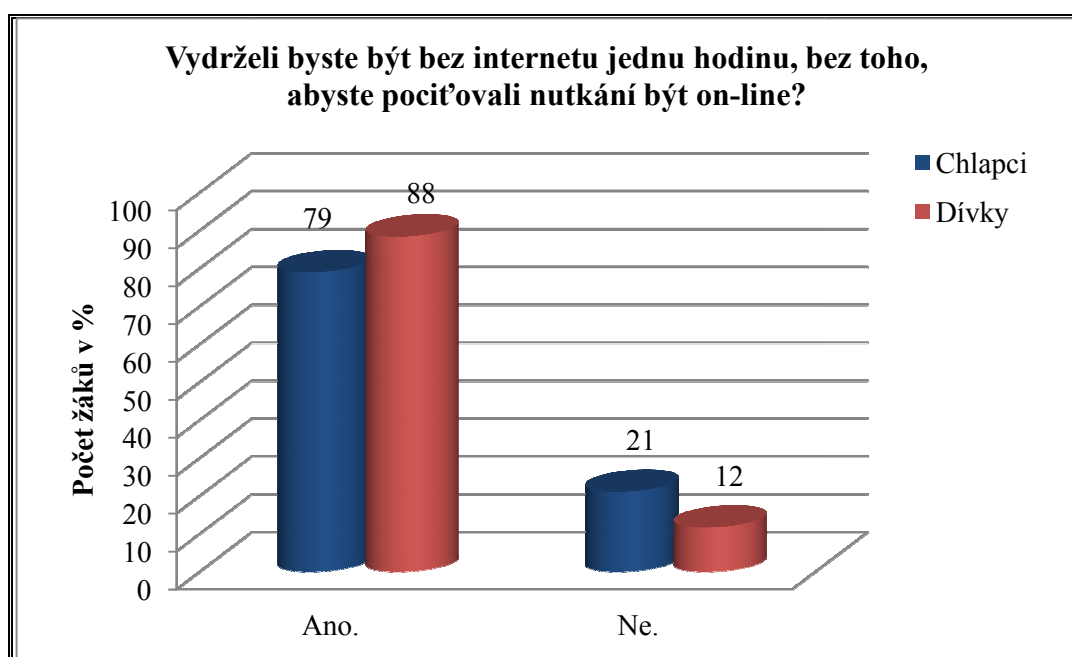
**Otázka 15:** Vydrželi byste být bez internetu jednu hodinu, bez toho, abyste pociťovali nutkání být on-line?

45 chlapců a 38 dívek odpověděli, že by vydrželi bez internetu jednu hodinu bez nutkavého pocitu být on-line, 12 chlapců a 5 dívek nikoliv. **Zdá se vám jedna hodina z celého dne krátký čas?** Ano, uvažujete správně. I přesto jsou žáci (21 % chlapců a 12 % dívek), kteří takto krátkou dobu bez internetu vydrží jen s nutkavým pocitem být zase on-line.

**Tabulka 15**

Vydrželi byste být bez internetu jednu hodinu, bez toho, abyste pociťovali nutkání být on-line?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	45	38
Ne.	12	5

**Graf 15**



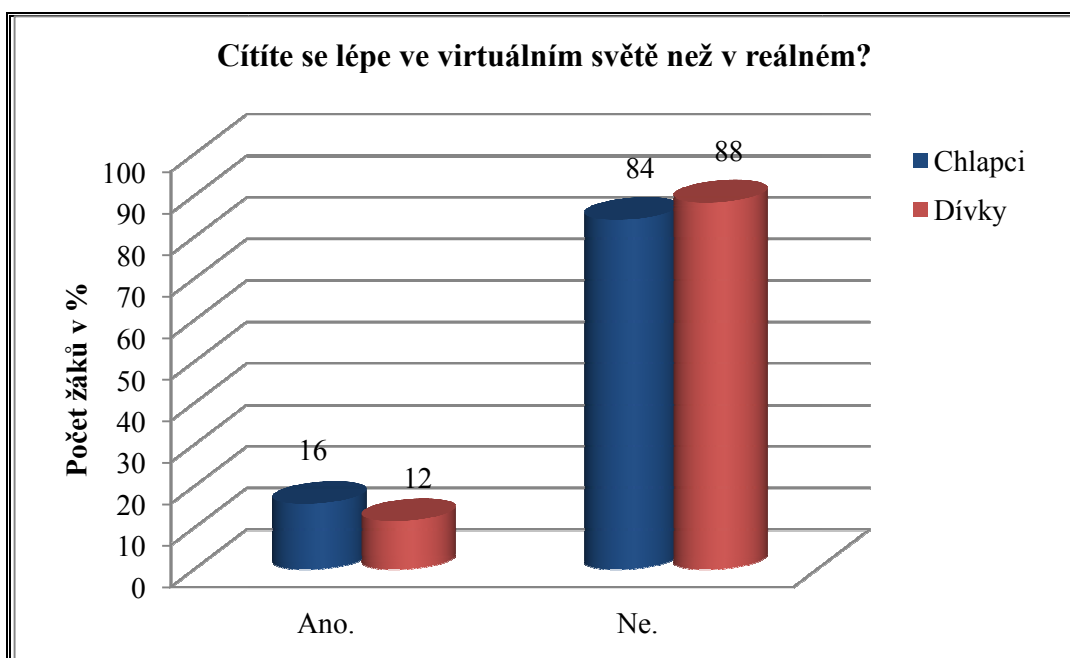
**Otázka 16:** Cítíte se lépe ve virtuálním světě než v reálném?

9 chlapců a 5 dívek se cítí lépe ve virtuálním světě než v reálném, 48 chlapců a 38 dívek se cítí lépe ve světě reálném než virtuálním. Na první pohled bychom mohli označit za negativní, že se mezi žáky najdou vůbec tací, kteří se cítí lépe ve virtuálním světě než ve světě reálném. Toto tvrzení by se mohlo stát předmětem diskuze. Uvedeme si příklad: žák, který odpověděl kladně, má v reálném světě problém s komunikací, ale za počítačovou obrazovkou je tento problém odbourán a on se bez větších problémů dokáže seznámit a následně navázat i partnerský vztah, který by v reálném životě navázal jen s obtížemi. Je zřejmé, že pokud se někdo cítí lépe ve virtuálním světě než v reálném, nemusí se zákonitě jednat o negativní jev. Je výhodné, pokud si dotyčný uvědomuje výhody, které mu internet může přinést, ale zároveň nesmí přerůst v závislostní chování, které se může stát stejně závažné jako závislost na čemkoliv jiném (např. workoholismus, gambling apod.).

**Tabulka 16**

Cítíte se lépe ve virtuálním světě než v reálném?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	9	5
Ne.	48	38

**Graf 16**



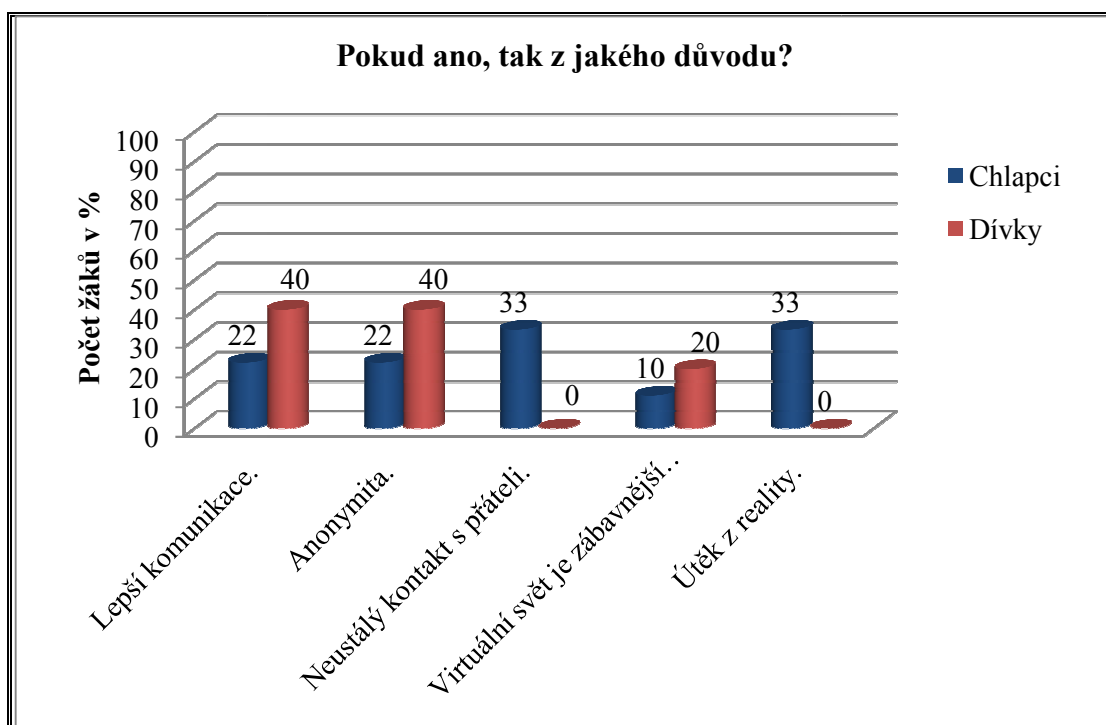
**Otázka 17:** Pokud ano, tak z jakého důvodu?

Tato **otevřená otázka** navazuje na předchozí uzavřenou otázku. 11 žáků odpovědělo jednou odpovědí, 3 žáci si zvolili možnost více odpovědí. Jako **nejčastější důvod** žáci uváděli lepší komunikaci (22 % chlapců a 40 % dívek) a anonymitu (22 % chlapců a 40 % dívek). Často se také objevoval neustálý kontakt s přáteli (33 % chlapců a 0 % dívek) a útěk z reality (33 % chlapců a 0 % dívek). Jako poslední důvod žáci uvedli, že virtuální svět je zábavnější než svět reálný (10 % chlapců a 20 % dívek).

**Tabulka 17**

Pokud ano, tak z jakého důvodu?		
	Chlapci	Dívky
Lepší komunikace.	2	2
Anonymita.	2	2
Neustálý kontakt s přáteli.	3	0
Virtuální svět je zábavnější než svět reálný.	1	1
Útěk z reality.	3	0

**Graf 17**



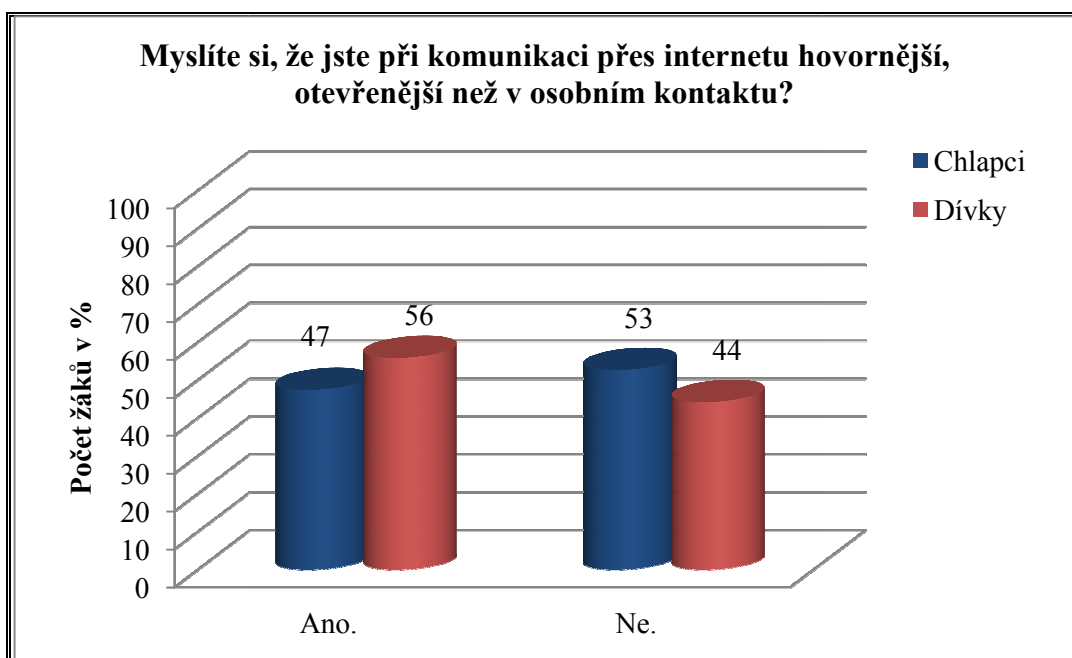
**Otázka 18:** Myslíte si, že jste při komunikaci přes internet hovornější, otevřenější než v osobním kontaktu?

27 chlapců a 24 dívek si myslí, že jsou při komunikaci přes internet hovornější, otevřenější než v osobním kontaktu, 30 chlapců a 19 dívek si to nemyslí. Odpovědi na tuto otázku jsou velmi vyrovnané. Je možné říci, že polovina žáků odpověděla kladně a druhá polovina záporně. Ve virtuálním světě jsou odbourány bariéry v komunikaci. Žáci jsou **více otevření** a cítí se **více v bezpečí**.

**Tabulka 18**

Myslíte si, že jste při komunikaci přes internet hovornější, otevřenější než v osobním kontaktu?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	27	24
Ne.	30	19

Graf 18



**Otázka 19:** Řešíte své osobní problémy častěji přes internet než osobně?

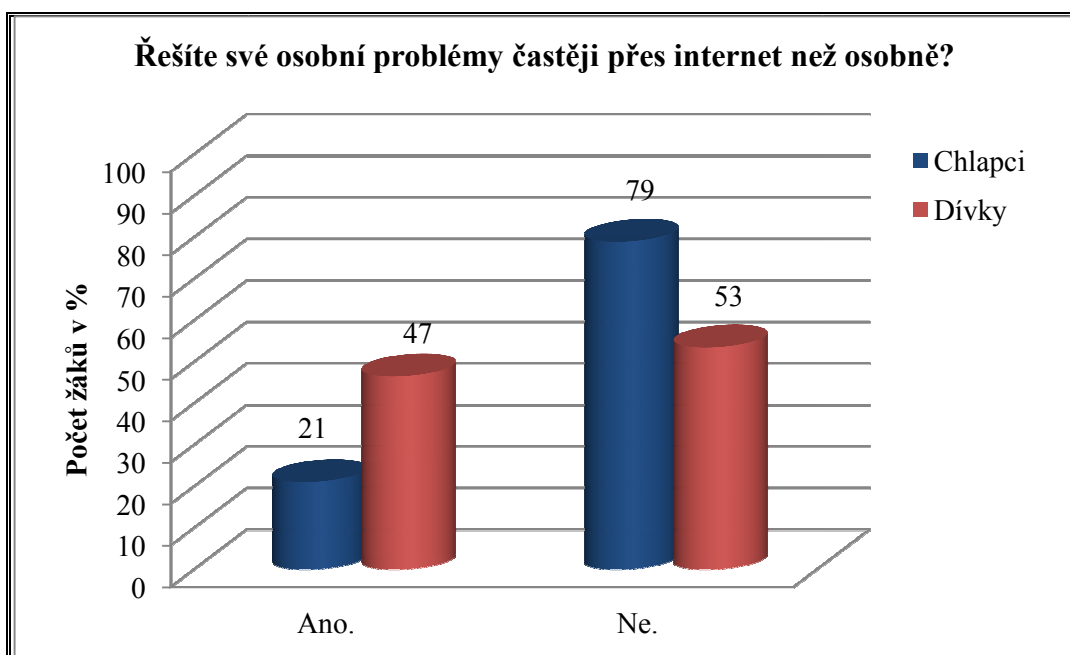
12 chlapců a 20 dívek řeší své osobní problémy častěji přes internet než osobně, 45 chlapců a 23 dívek řeší své problémy raději osobně než přes internet. Z odpovědi lze vyčíst, že **chlapci dávají přednost osobnímu kontaktu**, ale u dívek je odpověď téměř totožná. Zde můžeme poukázat na **specifika virtuálního prostředí**. Internet je **prostředí bez zábran** – anonymita, možnost lži a přetvářky, větší otevřenost, pocit fyzického bezpečí apod. Není se tedy čemu divit, že pro řadu dětí je jednodušší svůj problém vyřešit skrze monitor počítače. Řešit své osobní problémy přes internet je v mnoha ohledech jednodušší a pohodlnější. Velkou výhodou je možnost ukončení kontaktu. Člověk není nucen v komunikaci pokračovat a stačí opravdu málo – „*stačí se odpojit*“.

Tabulka 19

Řešíte své osobní problémy častěji přes internet než osobně?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	12	20
Ne.	45	23



**Graf 19**



**Otázka 20:** Je pro vás snazší vyjádřit své pocity ve virtuálním světě?

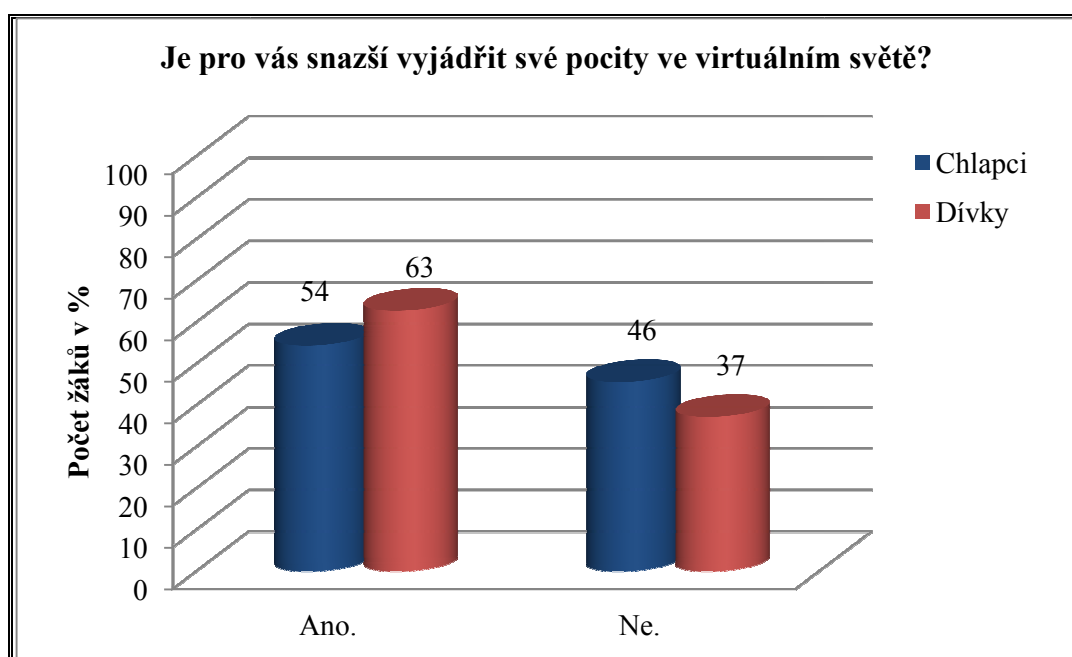
Pro 31 chlapců a 27 dívek je snazší vyjádřit své pocity ve virtuálním světě, pro 26 chlapců a 16 dívek nikoliv. V tomto případě bychom mohli zmínit spojení „*mluvení z bezpečí klávesnice*“, které uvádí David Šmahel ve své publikaci *Psychologie a internet ve výpovědi jednoho z dotazovaných dospívajících*.<sup>85</sup> Jde především o pocit fyzického bezpečí. „*Mluvení z bezpečí klávesnice*“ je také výhodné v tom ohledu, že si dítě může vše v klidu promyslet a lépe své myšlenky zformulovat. V reálném světě reaguje bez většího promyšlení (tedy rychleji), ale na druhou stranu více spontánně. Vyjadřování pocitů ve virtuálním světě může tak občas působit jako strojené a vykonstruované.

**Tabulka 20**

Je pro vás snazší vyjádřit své pocity ve virtuálním světě?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	31	27
Ne.	26	16

<sup>85</sup> ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet, děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Nakladatelství TRITON s. r. o., 2003. s. 25. ISBN 80-7254-360-1.

**Graf 20**



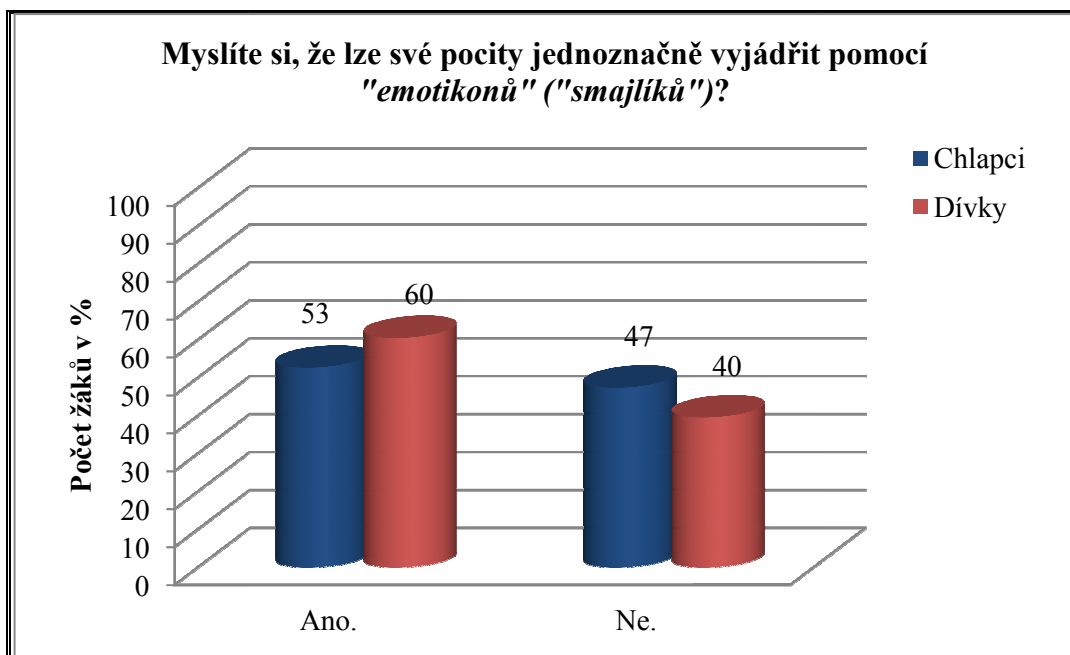
**Otázka 21:** Myslíte si, že lze své pocity **jednoznačně** vyjádřit pomocí „*emotikonů*“ („*smajlíků*“)?

30 chlapců a 26 dívek si myslí, že lze své pocity **jednoznačně** vyjádřit pomocí „*emotikonů*“, 27 chlapců a 17 dívek si myslí, že nikoliv. „*Emotikony*“ napomáhají k vyjádření pocitů na internetu. Z psychologického hlediska nemůžeme tvrdit, že plně vyjadřují naše pocity. V reálném světě dáváme pocity najevo nejen tím, **co říkáme**, ale především **jak to říkáme** (tón hlasu, zabarvení hlasu, gestika, mimika apod.). O to více mě překvapila většinová odpověď žáků. Přes internet je také daleko jednodušší se přetvářet či lhát. Můžeme použít „*smajlíka*“ typu ☺, ale ve skutečnosti se za monitorem počítače tváříme přesně opačně ☹. Dalším problémem je, že většina uživatelů internetu využívá pouze malý počet „*emotikonů*“, i když jich existuje nespočetné množství. Možnosti vyjádření našich pocitů jsou pak omezené a zjednodušující. Jako další přitěžující okolnost bych zmínila, že nikde není přesně stanoveno, jaký „*smajlík*“ označuje určitou emoci. Podle mého názoru máme často problém své pocity vyjádřit i v reálném světě, natož skrze internet, kde většina z nás používá max. 5 různých „*emotikonů*“.

**Tabulka 21**

Myslíte si, že lze své pocity jednoznačně vyjádřit pomocí „emotikonů“ („smajlíků“)?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	30	26
Ne.	27	17

**Graf 21**



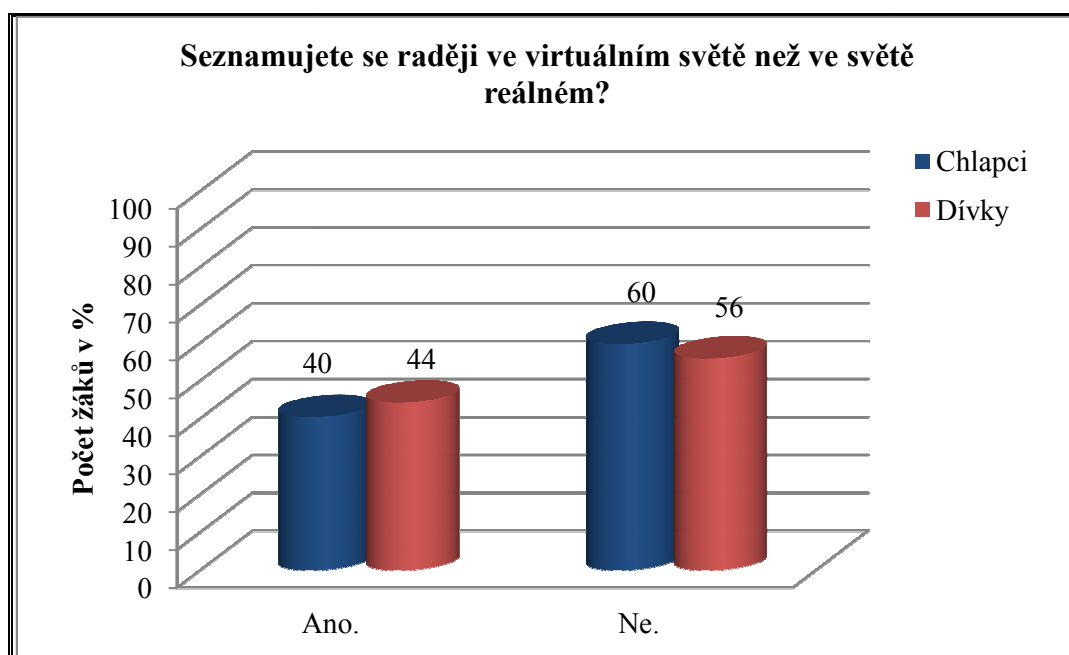
**Otázka 22:** Seznamujete se raději ve virtuálním světě než ve světě reálném?

23 chlapců a 19 dívek se raději seznamuje ve virtuálním světě než ve světě reálném, 34 chlapců a 24 dívek se seznamuje raději ve světě reálném než ve světě virtuálním. Výsledek této výzkumné otázky je znovu hodně vyrovnaný. Vztahy navázané ve virtuálním světě, mohou přejít do světa reálného. Děti mají možnost skrze internet navázat řadu přátelství, která by se jim v reálném světě navázat nepodařilo. Přenos virtuálního přátelství do reálného světa může také přinést řadu **zklamání**. Naše představa nemusí být naplněna. Nikdy nemůžeme s určitostí vědět, kdo sedí za monitorem druhého počítače. Nemůžeme si ani žádným způsobem ověřit zda to, co nám sděluje, je pravdivé.

**Tabulka 22**

Seznamujete se raději ve virtuálním světě než ve světě reálném?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	23	19
Ne.	34	24

**Graf 22**



**Otázka 23:** Dokážete si připustit, že ten, kdo s vámi komunikuje přes internet, může být v reálném světě úplně někdo jiný?

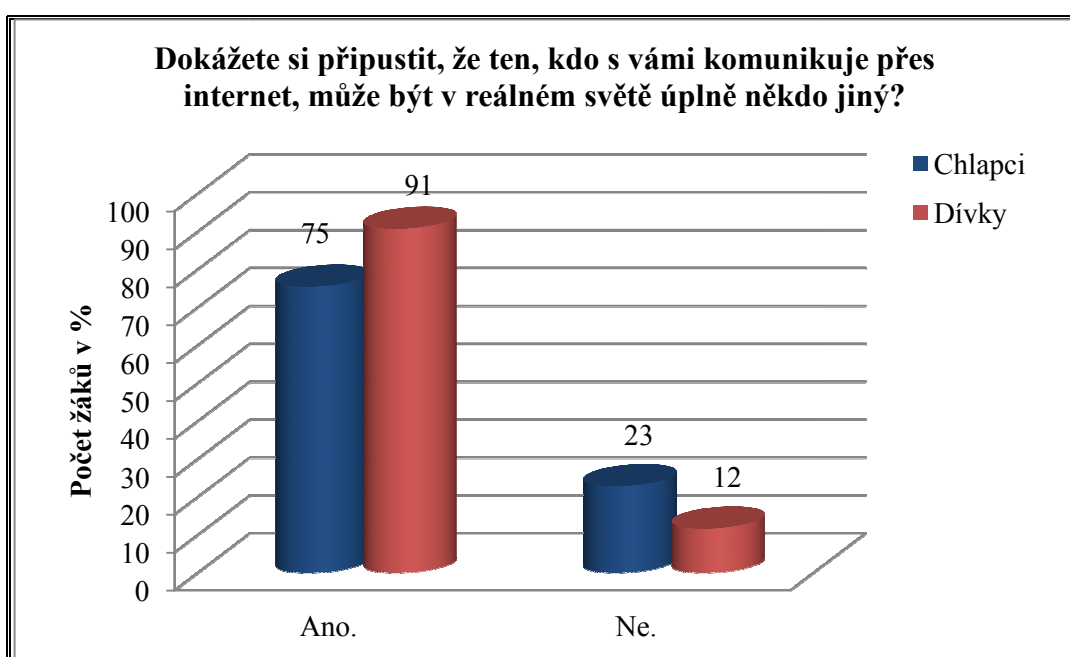
43 chlapců a 39 dívek si uvědomuje, že ten, kdo s nimi komunikuje přes internet, může být v reálném světě úplně někdo jiný, 13 chlapců a 5 dívek si to neuvědomuje. Výsledek této odpovědi se zdá na první pohled pozitivní. Po podrobnějším zamyšlení zjistíme, že pokud si 23% chlapců a 12% dívek nedokáže připustit, že ten, s kým komunikují přes internet, může být v reálném světě někdo jiný, tak to u těchto dětí může znamenat i katastrofický závěr. Tyto děti podlehnou určité iluzi. Velkou roli sehraje jejich **představitost** a **fantazie**. V lepším případě to skončí nepovedeným setkáním v reálném světě. V horším případě se mohou dostat do rukou psychicky narušeného člověka. Pokud si dítě k dané osobě vytvoří přes virtuální svět velkou důvěru, je často ochotné se s ním sejít na jakémkoli místě i v jakémkoliv čase, bez ohledu na to, jaké nebezpečí na něj může číhat. V závislosti na tyto skutečnosti můžeme zmínit tzv. kybergrooming. **Kybergrooming** je termín, který označuje chování uživatelů

internetu, které má v dítěti vyvolat falešnou důvěru a připravit ho na schůzku, jejímž cílem je nezletilou/zletilou oběť pohlavně zneužít. Útočníci jsou tedy často pedofilové.<sup>86</sup>

**Tabulka 23**

<b>Dokážete si připustit, že ten, kdo s vámi komunikuje přes internet, může být v reálném světě úplně někdo jiný?</b>		
	<b>Chlapci</b>	<b>Dívky</b>
Ano.	43	39
Ne.	13	5

**Graf 23**



**Otázka 24:** Máte pocit, že ve virtuálním světě zažíváte častěji pocit štěstí než v reálném světě?

19 chlapců a 9 dívek má pocit, že ve virtuálním světě zažívá častěji pocit štěstí než v reálném světě, 38 chlapců a 34 dívek nikoliv. Podle mého názoru výsledek této otázky příliš uspokojující není. Je pravda, že většina žáků odpověděla negativně, ale neustále zde máme nemalý počet žáků (28 žáků), kteří zažívají častěji pocit štěstí ve virtuálním světě než v reálném. Prostředí internetu pro žáky znamená odreagování, povyražení, on-line přátelé,

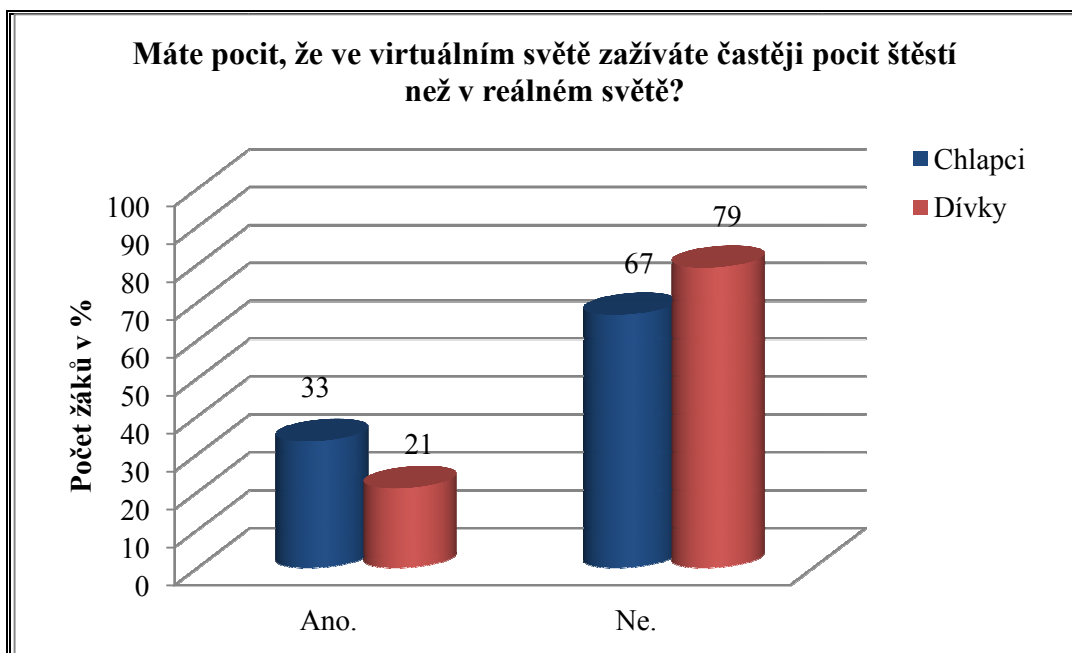
<sup>86</sup> KOPECKÝ, K. *Kybergrooming* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/42/35/lang,czech/>>.

on-line lásky, pro některé i nové sexuální zkušenosti (viz cybersex) apod. Žáci na internetu naplňují **pocit sounáležitosti**. Ve virtuálním světě ventilují své problémy. Jejich on-line přátele jsou tu pro ně v době, kdy přátelé z reálného světa jsou zaneprázdněni. Žáci zde tak zažívají **pocit uvolnění** a **štěstí**. Dnešní svět je plný shonu, nikdo na nikoho nemá čas a každý se spíše soustředí sám na sebe. Často se stává, že problémy dětí nejsou vyslyšeny. Dítě často slýchá: „*Počkej, řekneš mi to za chvíli.*“ „*Zítřka ve škole si o tom promluvíme.*“ „*Teď nemám čas, dívám se na svůj oblíbený seriál.*“ Dítě potřebuje v některých situacích vyslechnout hned, nikoliv zítra, za týden, za 2 hodiny apod. V případě odmítnutí, v reálném světě, není nic jednoduššího než se připojit na internet, někdo z on-line přátel bude mít určitě čas, aby ho vyslechl.

**Tabulka 24**

Máte pocit, že ve virtuálním světě zažíváte častěji pocit štěstí než v reálném světě?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	19	9
Ne.	38	34

**Graf 24**



**Otázka 25:** Nejlépe se odreagujete a pobavíte, když jste on-line?

25 chlapců a 18 dívek se nejlépe odreaguje a pobaví, když je on-line, 32 chlapců a 25 dívek nikoliv. **Jak je možné, že téměř polovina žáků (43 žáků) se cítí lépe, když je on-line?**

**Připomeňme si některé z odpovědí žáků:**

- ✓ „*Virtuální svět je zábavnější.*“ (chlapec, 14–15 let)
- ✓ „*Mohu si psát s někým starším, kdežto osobně se stydím.*“ (dívka, 12–13 let)
- ✓ „*Lepší komunikace.*“ (chlapec, 12-13 let)
- ✓ „*Nemusím si tam na nic hrát a hlavně je vše jednodušší.*“ (chlapec, 12-13 let)
- ✓ „*Je to lepší, můžu tam dělat, co chci a nikdo to neví.*“ (dívka, 12-13 let)
- ✓ „*Útěk z reality, od problémů, hodně přátel.*“ (chlapec, 12-13 let)
- ✓ „*V normálním světě nemám tolik kamarádů jako na internetu.*“ (chlapec, 12-13 let)
- ✓ „*Jsem neustále mezi přáteli. Kdykoliv řeším své problémy.*“ (chlapec, 12-13 let)
- ✓ „*Otevřenější komunikace, je lehčí se seznámit.*“ (dívka, 12-13 let)

Jak je vidět, žáci mají velké množství důvodů, proč se cítí lépe on-line než v reálném světě. Po přečtení výpovědí žáků si uvědomíme, že se jedná o některá specifika virtuálního světa. Ano, přesně tak. Žáci, aniž by vůbec věděli, že nějaká **specifika virtuálního světa** existují, tak je dokázali vyjmenovat. Společně se na ně podíváme.

- ✓ „*Je to lepší, můžu tam dělat, co chci a nikdo to neví.*“ (dívka, 12-13 let) →

**ANONYMITA, MOŽNOST LŽI A PŘETVÁŘKY, ABSENCE SANKCÍ**

- ✓ „*Útěk z reality, od problémů, hodně přátel.*“ (chlapec, 12-13 let) →

**PROSTŘEDÍ ODREAGOVÁNÍ A ZÁBAVY, REDUKCE ÚZKOSTI**

- ✓ „*V normálním světě nemám tolik kamarádů jako na internetu.*“ (chlapec, 12-13 let) →

**PROSTŘEDÍ ODREAGOVÁNÍ A ZÁBAVY**

- ✓ „*Jsem neustále mezi přáteli. Kdykoliv řeším své problémy.*“ (chlapec, 12-13 let) →

**PROSTŘEDÍ ODREAGOVÁNÍ A ZÁBAVY**

✓ „Otevřenější komunikace, je lehčí se seznámit.“ (dívka, 12-13 let)

→

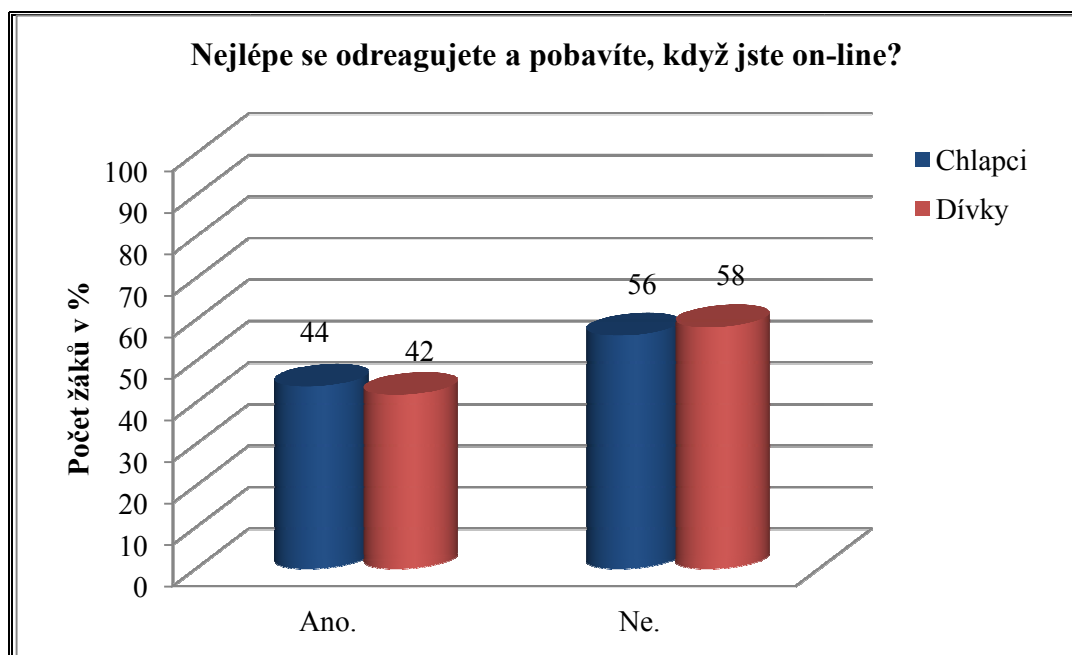
## VĚTŠÍ OTEVŘENOST, ANONYMITA

Zde spatřujeme, že virtuální svět se v mnohém od reálného světa liší. Tyto odlišnosti si uvědomují již žáci druhého stupně základní školy. Žáci nejsou schopni korigovat čas trávený na internetu a postupně se tam začínají cítit lépe než v reálném životě. V tento okamžik by měli zasáhnout dospělí (rodiče, pedagogové apod.). Dospělí by neměli před dětmi internet ztracovat. Tento postup by měl pouze opačný efekt. Dospělí dětem musí ukázat v čem je dobré internet využívat a v jaké míře. Dále by měli poukázat na pozitiva reálného světa. Děti si musí uvědomit, že v reálném světě je řada aktivit, možností, které se ve virtuálním světě nevyskytují.

Tabulka 25

Nejlépe se odreagujete a pobavíte, když jste on-line?		
	Chlapci	Dívky
Ano.	25	18
Ne.	32	25

Graf 25





## ZÁVĚR

Z dotazníkového šetření vyplynul neustálý růst vlivu internetu. Děti tráví na internetu čím dál více času a vyhledávají na něm především **zábavu**. V některých odpovědích se objevuje přesvědčení, že virtuální svět je zábavnější než svět reálný. Většina žáků si ani neuvědomuje, že by svůj čas trávený na internetu měli omezit. Internet se pro ně stal **běžnou součástí dne**. Tak, jak je pro člověka přirozené ráno vstát z postele, tak je pro většinu dětí přirozené každodenní připojení na internet – kontrola e-mailu, on-line komunikace (Facebook, ICQ ...), on-line hry apod. Žáci, kteří si uvědomují, že na internetu tráví příliš času, se ho většinou pokusili s úspěchem omezit. Jako **důvody omezení** žáci nejčastěji uvádějí: lepší využití času, problémy s rodiči, problémy ve škole, zdravotní problémy a strach ze závislosti na internetu.

Děti často zažívají, kvůli času trávenému na internetu, hádky s rodiči. V tomto případě se musíme zamyslet nad tím, zda není chyba i v rodičích. Rodiče si často neuvědomují, že hádkou mohou vše ještě zhoršit. Dítě následně dostává strach a na internet se připojuje mimo domov – např. ve škole, v knihovně, u kamaráda apod. U rodičů tak nastane spokojenost, že se jim problém podařilo vyřešit, ale opak bývá pravdou. Dítě začíná trávit více času mimo domov, aby se k internetu připojilo. Začne docházet ještě k většímu vzdoru dětí vůči rodičům. Dítě musí mít pocit vlastního rozhodnutí či vlastního přičinění k tomu, že čas trávený na internetu omezilo a nyní se věnuje prospěšnější činnosti (např. sport, osobní kontakt se svými přáteli apod.) U dítěte by mělo dojít k uvědomění toho, že reálný svět přináší více lepších možností, jak trávit volný čas.

Řada dětí má kvůli internetu problémy s plněním svých školních (či jiných) povinností. Žáci při připojení na internet často zapomínají na čas. Začnou si povídat s některým ze svých on-line přátel, řeší s nimi své problémy, cítí se lépe – mají **pocit sounáležitosti** a „objektivní“ čas přestávají vnímat. Někteří z žáků jsou ochotni se vzdát svých známých i některých svých koníčků jen proto, aby mohli být častěji on-line. Ptáte se proč? Odpověď je poměrně jednoduchá. Na internetu se cítí lépe. Na internetu zažívají pocity, které v reálném životě nezažívají. Na internetu mají více přátel (on-line přátel) než ve světě reálném. Internet se jim zdá zábavnější než svět reálný. Na internetu je vše dovoleno. Dítě se cítí chráněno, může být více otevřené, může komunikovat, s kým se mu jen zlíbí. Na internetu se dítě cítí volné, nesvazují ho konvence či názory rodičů, může lhát, přetvářet se a mnohé další. Nemůžeme se tedy následně divit, že se u dětí po odpojení internetu objeví zhoršení nálady. Dítě si uvědomuje, že v reálném světě je určitým způsobem omezováno. V reálném

životě nemůže vystupovat jako „*lolitka24*“. V reálném světě je to dívka se jménem Lucie, které je 14 let, chodí do deváté třídy, nosí rovnátka, obnošené oblečení a má pouze jednu kamarádku, se kterou může jít ven. Ve virtuálním světě je však NĚKDO → NĚKDO JINÝ. Tady se může proměnit v 24letou sebevědomou ženu, může mít spoustu on-line přátel, prožívat první lásky apod. Internet je častým únikem z reality.

U dětí se může objevit nervozita či nesoustředěnost v případě, kdy nejsou on-line. Není výjimkou, že dítě nevydrží bez internetu pouhou hodinu, aby nepocíťovalo nutkání být zase on-line. Převaha žáků se domnívá, že na internetu je možné úplně všechno, dokonce i přesné vyjádření vlastních pocitů. Žáci si myslí, že pomocí „emotikonů“ vyjádří své pocity takovým způsobem, že osoba, která sedí za druhým monitorem počítače, přesně ví, jak se tváří a cítí. Velký počet žáků se raději seznamuje přes internet než v reálném světě a někteří z nich si ani neuvědomují, že „*na druhé straně*“ může sedět někdo úplně jiný, než se jim jeví.

Podle výsledků dotazníkového šetření můžeme říci, že se téměř **u poloviny žáků** objevuje závislostní chování na internetu. Internet se jim stal „*dalším domovem*“, kde jsou oni ti, co rozhodují, co mají *moc* ve svých rukou. Je obrovský počet důvodů, proč tomu tak je. Ty nejdůležitější jsme si zde jmenovaly. Musíme si uvědomit, že dítě není dospělý. Není schopné tento problém zvládnout samo. Dítě si může úskalí internetu uvědomovat, ale není schopné se jim ubránit. Dospělý je ten, který má dítěti pomoci. Tím nemyslím nesmyslné hádky, zákazy, domácí vězení, vyhrožování, nátlak apod. Tím myslím pochopení. Dospělý (především rodič) by měl pochodit duši svého dítěte. Zamyslet se nad tím, co dítěti v reálném životě chybí a co následně vyhledává na síti internetu.

Vyzývám všechny dospělé, aby směrem ke svým dětem otevřely oči. I dítě má své potřeby, své zájmy, své pocity, a pokud jejich uspokojení nenachází v reálném světě, je pravděpodobné, že se uchýlí do světa nepřeborných možností a fantazie (→ světa virtuálního), kde si utvoří svou **vlastní identitu**, kterou potřebuje ke své **seberealizaci**. Pokud si vzpomenete, tak potřeba seberealizace je základní lidskou potřebou, kterou **Abraham Maslow** umístil na vrchol své pyramidy potřeb.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 3. vyd. Praha: Nakladatelství Portál, s. r. o., 2009. 280 s. ISBN 978-80-7367-568-4.
2. ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet, děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Nakladatelství TRITON s. r. o., 2003. 158 s. ISBN 80-7254-360-1.
3. MUSIL, J. *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vyd. Praha: Univerzita J. A. Komenského, 2008. 123 s. ISBN 978-80-86723-44-0.
4. ONLINE SAFETY INSTITUTE Z. S. P. O. *Užitečné internetové tipy*. Praha: Úřad vlády v rámci kampaně STOP násilí na dětech, 2009. 14 s. ISBN 978-80-7440-009-4.
5. JOINSON, A. *Causes and Implications of Disinhibited Behavior on the Internet*. San Diego: Academic Press, 1998. ISBN 0-12-271950-6.
6. PREKOPOVÁ, J. *I rodiče by měli dělat chyby*. 1. vyd. Praha: Portál s. r. o., 2010. 112 s. ISBN 978-807367-766-4.
7. MARTÍNEK, Z. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 1 vyd. Praha: Grada Publishing, a. s., 2009. 148 s. ISBN 978-80-247-2310-5.
8. ŠEBESTA, K. *Od jazyka ke komunikaci*. 2. vyd. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2005. 166 s. ISBN 80-246-0948-7.
9. VESECKÁ, R. *Kriminalita, veřejnost a média*. Praha: Linde, 2009. 124 s. ISBN 978-80-7201-772-0.
10. DIVÍNOVÁ, R. *Cybersex - forma internetové komunikace*. 1 vyd. Praha: Nakladatelství TRITON, s. r. o., 2005. 167 s. ISBN 80-7254-636-8.
11. WALLACE, P. M. *The psychology of the Internet*. Cambridge: Cambridge University Press, 1999. 254 p. ISBN 0-521-79709-8.

12. VYBÍRAL, Z. *Psychologie lidské komunikace*. Praha: Portál, 2000. 189 s. ISBN 80-7178-219-2.
13. VYBÍRAL, Z. *Mění se lidská psychika v éře internetu? Psychologie dnes*. Praha: Portál, 2001. vol. 7, no. 3, s. 16-19.
14. GRIFFITHS, M. D. *Internet addiction: Does it really exist?* San Diego: Academic Press, 2001. s. 61-75. ISBN 0-12271950-6.
15. ROZEHNAL, A. *Mediální právo*. Plzeň: Nakladatelství Aleš Čeněk, s. r. o., 2004. 293 s. ISBN 80-86473-79-1.
16. NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*. 2 vyd. Praha: Nakladatelství Portál, s. r. o., 2003. s. 14. ISBN 807178-831-7.
17. CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. 1 vyd. Praha: GRADA, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.
18. KOPECKÝ, K. *Moderní trendy v elektronické komunikaci*. 1 vyd. Olomouc: Hanex, 2007. 98 s. ISBN 978-80-85783-78-0.

## **Internetové zdroje**

1. PÍRKO, M. HTML – *Závislost na internetu – bluf či realita?* [online]. [cit. 10. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.lupa.cz/clanky/zavislost-na-internetu-bluf-ci-realita/>>.
2. JANDOVÁ, L. HTML – *Závislost na internetu může život obrátit vzhůru nohama* [online]. [cit. 22. 8. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.novinky.cz/internetapc/146969-zavislost-na-internetu-muze-obratit-zivot-vzhuru-nohama.html>>.

3. *Závislost na internetu* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/>>.
4. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007. 126 s. [cit. 2012-02-16]. Dostupné na Internetu: <[http://www.vuppraha.cz/wpcontent/uploads/2009/12/RVPZV\\_2007-07.pdf](http://www.vuppraha.cz/wpcontent/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf)>.
5. *RVP – Proč potřebujeme mediální výchovu* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://clanky.rvp.cz/clanek/s/Z/540/PROC-POTREBUJEME-MEDIALNI-VYCHOVU.html/>>.
6. *RVP pro ZV* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <[http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV\\_2007-07.pdf](http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf)>.
7. *Problémové užívání PC a internetu* [online]. [cit. 4. 10. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/72/1368/Problemove-uzivani-PC-a-internetu>>.
8. KOPECKÝ, K. *Případy kybergroomingu I*. [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/112/6/lang,czech/>>.
9. KOPECKÝ, K. *Stručný úvod do problematiky bezpečného internetu* [online]. [cit. 28. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/9673/strucny-uvod-do-problematiky-bezpecneho-internetu.html/>>.
10. KOPECKÝ, K. *Proč vlastně E-bezpečí?* [online]. [cit. 10. 12. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/57/54/lang,czech/>>.
11. KOPECKÝ, K. *Co je sexting*. [online]. [cit. 10. 12. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/154/19/lang,czech/>>.
12. *Závislost na počítačových hromadných online hrách* [online]. [cit. 12. 11. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://psychologie.doktorka.cz/zavislost-na-pocitacovych-hromadnych-online-hrach-/>>.

13. MODSCHEIN, P. *Vliv her* [online]. [cit. 8. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.aktip.cz/cs/publikace/z-tisku/zavislost-na-pocitacich-ocima-odbornika.html>>.
14. PLECHÁČOVÁ, D. HTML – *Britka přibrala 25 kilo za tři měsíce kvůli závislosti na počítačové hře* [online]. [cit. 5. 7. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.novinky.cz/koktejl/227884-britka-pribrala-25-kilo-za-tri-mesice-kvuli-zavislosti-na-pocitacove-hre.html>>.
15. *World of Warcraft* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu < <http://www.worldofwarcrafts.cz/index.php?hra=cataclysm&menu=info>>.
16. *Závislost na počítačích a počítačových hrách* [online]. [cit. 26. 10. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.poradenskecentrum.cz/pocitacova-zavislost.php>>.
17. KOPECKÝ, K. *Manipulativní komunikace jako fenomén online komunikačních prostředí* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/121/6/lang,czech/>>.
18. *Facebook* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: < <http://www.facebook-com.biz/cs>>.
19. BEDNÁŘ, V. *Zajímá Facebook vaše bezpečí* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/302/6/lang,czech/>>.
20. *Facebook - Statistiky* [online]. [cit. 26. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.facebook.com/press/info.php?statistics>>.
21. *ICQ* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://icq.czechian.net/>>.
22. *Skype* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu: <<http://www.slunecnice.cz/sw/skype/>>.

23. ANDĚLOVÁ, D. *Závislost jménem Facebook* [online]. [cit. 19. 8. 2011].  
Dostupné na Internetu: <<http://stredniskoly.cz/zavislost-jmenem-facebook.html>>.
24. KOPECKÝ, K. *Kybersex* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu:  
<<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/67/6/lang,czech/>>.
25. PÍRKO, M. *HTML – Cybersex – svůdné možnosti internetu* [online]. [cit. 12. 9. 2011].  
Dostupné na Internetu: < <http://www.lupa.cz/clanky/cybersex-svudne-moznosti-internetu/>>.
26. *Sex po internetu*. [online]. [cit. 26. 10. 2011]. Dostupné na Internetu:  
<<http://www.sexualne.cz/novinky/sex-po-internetu-pozor-na-skryte-pasti-442>>.
27. *Facebook - Statistiky* [online]. [cit. 26. 9. 2011]. Dostupné na Internetu:  
<<http://www.facebook.com/press/info.php?statistics>>.
28. KOPECKÝ, K. *Kybergrooming* [online]. [cit. 27. 9. 2011]. Dostupné na Internetu:  
< <http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/42/35/lang,czech/>>.
29. SULER, J. *The Psychology of Cyberspace* [online]. ]. [cit. 4. 11. 2011]. Dostupné na Internetu: < <http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/psycyber.html>>.
30. KOPECKÝ, K. *Úvod do netolismu*. Internetový portál E-Bezpečí. Centrum PRVoK PdF UP: Olomouc, 2011. On-line na: < <http://www.ebezpeci.cz/index.php/temata/dalirizika/331-uvod-do-problematiky-netolismu>>.
31. KOPECKÝ, K. *Trestná činnost spojená s internetovou kriminalitou*. [online]. [cit. 27. 12. 2011]. Dostupné na Internetu:  
< <http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/226/6/lang,czecz>>.

## **PŘÍLOHY**



## PŘÍLOHA 1: DOTAZNÍK

Milí žáci,

obracím se na vás se žádostí o vyplnění následujícího dotazníku. Odpověď, kterou si zvolíte, zakroužkujte. Tento dotazník je součástí průzkumu, který je zaměřen na závislostní chování na internetu 2. stupně ZŠ (tedy vašeho) věku a je prováděn jako součást mé diplomové práce. Dotazník je anonymní a informace budou použity pouze v mé diplomové práci a nebudou dále šířeny.

Pavla Sekničková  
(*studentka*)

1) Pohlaví:

- a) dívka
- b) chlapec

2) Váš věk:

- a) 10 – 11
- b) 12 – 13
- c) 14 – 15

3) Kolik času denně strávíte na internetu?

- a) Méně než jednu hodinu denně
- b) Jednu až dvě hodiny denně.
- c) Tři až čtyři hodiny denně.
- d) Pět a více hodin denně.

4) Trávíte na internetu více času než dříve (např. před rokem, před dvěma roky atd.)?

- a) Ano.
- b) Ne.

5) Využíváte internet častěji pro:

- a) pro zábavu (Facebook, ICQ, stahování filmů, hudby apod.),
- b) pro práci (hledání různých potřebných informací apod.).

6) Pokusili jste se omezit svůj čas trávený na internetu?

- a) Ano.
- b) Ne.

7) Pokud ano, tak z jakého důvodu?

.....

.....

.....

.....

8) Pokud jste v otázce 6 odpověděli ano - podařilo se vám omezit svůj čas trávený na internetu?

- a) Ano.
- b) Ne.

9) Zažíváte často, že *(možnost více odpovědí)*:

- a) hádky s rodiči kvůli času, který trávíte na internetu?
- b) jste radši on-line, než abyste šli se svým kamarádem (kamarádkou) ven?
- c) kvůli internetu zanedbáváte své koníčky?
- d) raději komunikujete přes internet, než osobně?

10) Máte kvůli internetu problémy s plněním svých školních (či jiných) povinností?

- a) Ano.
- b) Ne.

11) Přestali jste se kvůli internetu věnovat některému ze svých koníčků z reálného světa?

- a) Ano.
- b) Ne.

12) Omezujete kvůli internetu osobní kontakt se svými známými?

- a) Ano.
- b) Ne.

13) Pokud ano, z jakého důvodu?

.....  
.....  
.....

14) Pociťujete po vypnutí internetu zhoršení nálady?

- a) Ano.
- b) Ne.

15) Myslíte si, že se zhoršuje vaše soustředěnost (v reálném světě) v případě, kdy nejste on-line (např. při čtení, při komunikaci, atd.)?

- a) Ano.
- b) Ne.

16) Vydrželi byste být bez internetu jednu hodinu, bez toho, abyste pociťovali nutkání být on-line?

- a) Ano.
- b) Ne.

17) Cítíte se lépe ve virtuálním světě než ve světě reálném?

- a) Ano.
- b) Ne.

18) Pokud ano, z jakého důvodu?

.....  
.....  
.....  
.....

19) Myslíte si, že jste při komunikaci přes internet hovornější, otevřenější než v osobním kontaktu?

- a) Ano, myslím.
- b) Ne, nemyslím.

20) Řešíte své osobní problémy častěji přes internet než osobně?

- a) Ano.
- b) Ne.

21) Je pro vás snazší vyjádřit své pocity ve virtuálním světě?

- a) Ano.
- b) Ne.

22) Myslíte si, že lze své pocity jednoznačně vyjádřit pomocí „*emotikonů*“ („*smajlíků*“)?

- a) Ano.
- b) Ne.

23) Seznamujete se raději ve virtuálním světě než ve světě reálném?

- a) Ano.
- b) Ne.

24) Dokážete si připustit, že ten, kdo s vámi komunikuje přes internet, může být v reálném světě úplně někdo jiný?

- a) Ano.
- b) Ne.

25) Máte pocit, že ve virtuálním světě zažíváte častěji pocit štěstí než v reálném světě?

- a) Ano.
- b) Ne.

26) Nejlépe se odreagujete a pobavíte, když jste on-line?

- a) Ano.
- b) Ne.

Děkuji za spolupráci.

## PŘÍLOHA 2: JAK BY MOHLA VYPADAT PŘÍPRAVA DO HODINY ČESKÉHO JAZYKA, KDE SE ZOHLEDŇUJE PRŮŘEZOVÉ TÉMA MEDIÁLNÍ VÝCHOVA

### Struktura přípravy na vyučovací hodinu

<u>Tematický okruh-téma:</u> sloh – volné psaní (kritické myšlení)	<u>Ročník:</u> 6. – 9. ročník <u>Časová dotace:</u> 2 hodiny
<u>Průřezová témata:</u> MEDIÁLNÍ VÝCHOVA, OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVY	<u>Mezipředmětové vztahy:</u> občanská výchova <u>Klíčové kompetence:</u> kompetence komunikativní, kompetence sociální a personální, kompetence občanské
<u>Cíle vyučovací hodiny:</u> <b>kognitivní cíle:</b> vysvětlí, jaký dopad mohou mít média v každodenním životě člověka, žák vyjmenuje pozitiva a negativa internetu. <b>psychomotorické cíle:</b> posoudí, nakolik se tyto dopady projevují v jeho každodenním životě. <b>afektivní cíle:</b> žáci budou moci vyjádřit svůj názor k jednotlivým médiím.	
<u>Obsah:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Motivace: metoda volného psaní na téma média</b> – na tabuli se následně znázorní pojmová mapa.</li><li>• <b>Diskuze nad pojmovou mapou</b> – s žáky si budeme povídat o tom, co je k médiím napadlo a proč, s žáky budeme diskutovat nad tématy, která sami uvedli (např. rychlý přístup informací, internet, televize, kyberšikana, ztráta identity apod.).</li><li>• <b>Aktivita – hra:</b> žáci se rozdělí do dvou skupinek. Jedna skupina bude mít za úkol vymyslet pozitiva internetu a druhá skupina negativa internetu. Po zpracování bude následovat obhajoba jejich tvrzení. Společně se pak zamyslíme, v čem je pro ně internet důležitý a naopak v čem jim může ublížit.</li></ul>	

- **Dlouhodobější úkol:** ve dvojicích si žáci vyberou jednu událost, která se za poslední dobu stala. Událost budou sledovat na internetu, v TV i v novinách. Žáci si budou zaznamenávat, jak se o dané události vyvíjejí zprávy v průběhu několika dnů. Žáci se snaží zachytit rozdílné přístupy, rozdílné informace (internet x televize) apod.

Typ vyučovací hodiny: kombinovaná

Forma výuky: hromadná (frontální)

Učební pomůcky, didaktická technika: pracovní sešit, psací potřeby

Scénář hodiny

I. Úvod

- organizace (zápis do třídní knihy, vybrání úkolů atd.)
- seznámení s cílem hodiny

II. Hlavní část (expozice, fixace, aplikace)

- naplňování cílů hodiny (kognitivní cíle, psychomotorické cíle, afektivní cíle)
- plnění jednotlivých úkolů

III. Závěr

- zhodnocení hodiny od žáků – formou diskuze

Vyučující: Pavla Sekničková

### PŘÍLOHA 3: MEDIÁLNÍ VÝCHOVA (VIZ RVP)

- Průřezové téma **Mediální výchova v základním vzdělávání** nabízí elementární poznatky a dovednosti týkající se mediální komunikace a práce s médii. Média a komunikace představují velmi významný zdroj zkušeností, prožitků a poznatků pro stále větší okruh příjemců.
- Mediální výchova má vybavit žáka základní úrovní mediální gramotnosti. Ta zahrnuje jednak osvojení si některých základních poznatků o fungování a společenské roli současných médií, jednak získání dovedností podporujících poučené, aktivní a nezávislé zapojení jednotlivce do mediální komunikace. Především se jedná o znalost analyzovat nabízená sdělení, posoudit jejich věrohodnost a vyhodnotit jejich komunikační záměr, popřípadě je asociovat s jinými sděleními. Dále pak orientaci v mediovaných obsazích a schopnost volby odpovídajícího média jako prostředku pro naplnění nejrůznějších potřeb – od získávání informací přes vzdělávání až naplnění volného času.
- Mediální výchova má blízkou vazbu na vzdělávací oblast **Člověk a společnost**, zejména tím, že média, jako instituce, se podílejí na utváření podob a hodnot moderní doby, umožňují hledat paralely mezi minulými a současnými událostmi a porovnávat jevy a procesy v evropském i celosvětovém měřítku.
- Propojení se vzdělávací oblastí **Jazyk a jazyková komunikace** se týká zejména vnímání mluveného i psaného projevu, jeho stavby, nejrůznějších typů obsahů a uplatňování odpovídající škály výrazových prostředků. Osvojení základních pravidel veřejné komunikace, dialogu a argumentace.<sup>87</sup>

---

<sup>87</sup> *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007. 126 s. [cit. 2012-02-16]. Dostupné na Internetu: <[http://www.vuppraha.cz/wpcontent/uploads/2009/12/RVPZV\\_2007-07.pdf](http://www.vuppraha.cz/wpcontent/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf)>.

## ANOTACE

<b>Jméno a příjmení:</b>	Bc. Pavla Sekničková
<b>Katedra:</b>	českého jazyka a literatury
<b>Vedoucí práce:</b>	Mgr. Kamil Kopecký. Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2012

<b>Název práce:</b>	Závislostní chování na internetu u dětí 2. Stupně ZŠ
<b>Název v angličtině:</b>	Dependency Behavior of Children of Second-degree at Elementary School
<b>Anotace práce:</b>	V teoretické části se především zabývám specifiky virtuálního světa, vymezením závislostního chování na internetu a jeho následky. Dále zmiňuji způsoby, jak je možné se ze závislostního chování na internetu dostat. V následujících kapitolách se věnuji závislostnímu chování na on-line komunikaci, na on-line hrách a cybersexu. Praktickou část tvoří dotazníkový průzkum.
<b>Klíčová slova:</b>	závislostní chování na internetu, virtuální svět, on-line komunikace, on-line hry, cybersex
<b>Anotace v angličtině:</b>	First of all, in the theoretical part I am dealing with the peculiarities of the virtual world, the specification of the Internet-addictive behaviour and its consequences. Furthermore, I am referring to the possible ways of getting rid of the addiction to the Internet. In the following chapters I am analysing the addiction to the on-line communication, on-line games and cybersex. The practical part is represented by a questionnaire and a survey.
<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	Internet-addictive behaviour, virtual world, on-line communication, on-line games, cybersex.
<b>Přílohy vázané v práci:</b>	<b>Příloha 1:</b> Dotazník <b>Příloha 2:</b> Jak by mohla vypadat příprava do hodiny českého jazyka, kde se zohledňuje průřezové téma mediální výchova



	<b>Příloha 3: Mediální výchova (viz RVP)</b>
<b>Rozsah práce:</b>	81 stran
<b>Jazyk práce:</b>	český