

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

MAGISTERSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM

2011 – 2013

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Petra Veselková

Sociální sítě, jejich vliv a související patologické jevy

Praha 2013

Vedoucí diplomové práce: RNDr. Josef Musil, CSc.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

MASTER COMBINED STUDIES

2011 – 2013

DIPLOMA THESIS

Petra Veselková

Social Networks, their Influence and Related Pathologies

Prague 2013

The Diploma Thesis Work Supervisor: RNDr. Josef Musil, CSc.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená diplomová práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a uvádím v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze, dne.....

Petra Veselková

Poděkování

Chtěla bych poděkovat panu RNDr. Josefu Musilovi, CSc. za vstřícné vedení mé diplomové práce a za jeho inspirativní podněty. Děkuji také MUDr. Karlu Nešporovi, CSc. a PhDr. Martinu Ciprovi za ochotu poskytnout mi cenné informace z praxe, jež jsem využila v empirické části diplomové práce.

Anotace

Tato diplomová práce se ve své teoretické části zabývá specifiky sociálních sítí, jejich vlivem na uživatele se zaměřením na přínosy a zejména rizika souvisejících patologických jevů. Vymezuje pojmy komunikace, internet, sociální sítě, které dále kategorizuje. Specifickou pozornost věnuje patologickým jevům souvisejícím se sférou sociálních sítí, konkretizuje pojmy kyberšikana a kybergrooming. Praktická část diplomové práce odpovídá na základě hloubkových rozhovorů a kauzální studie na výzkumné problémy, jež vyplynuly ze studia relevantní literatury.

Klíčové pojmy

Diplomové práce, globalizace, individualizace, informační a komunikační technologie, informační společnost, internet, komunikace, komunikační epochy, kybergrooming, kyberšikana, návykové chování, patologické jevy v prostředí internetu, sociální sítě, závislost.

Annotation

The diploma thesis deals – within its theoretical part – with social networks and their influence on users while focusing on social network benefits and particularly risks of related pathologies. The first section of the thesis defines communication, Internet and social networks and categorizes these terms further. Special attention is paid to pathologies related to the sphere of social networks. This section also introduces and further specifies connected terms as cyberbullying and cybergrooming. The experimental portion of the thesis analyzes certain risks connected with the use of Internet. It is based on in-depth expert interviews and a case study, which in turn will answer the formulated research problems.

Key words

Addiction, addictive behavior, communication, communication periods, cyberbullying, cybergrooming, diploma thesis, globalization, individualization, information and communication technologies, information society, Internet, Internet related pathologies, social networks.

OBSAH

ÚVOD	10
TEORETICKÁ ČÁST	11
1 FENOMÉN MEZILIDSKÉ KOMUNIKACE	11
1.1 Funkce a motivace komunikačních procesů	11
1.2 Společenské vědy a komunikace	14
1.3 Komunikační epochy	17
1.4 Komunikační kategorie.....	18
1.4.1 Dělení komunikace dle užitých prostředků	18
1.4.2 Dělení komunikace dle užitého kódu.....	19
1.4.3 Dělení komunikace dle užitého kanálu.....	21
1.4.4 Komunikační schéma.....	23
2 INFORMAČNÍ SPOLEČNOST	24
2.1 Globalizace vs. individualizace v informační společnosti.....	25
3 INTERNET	27
3.1 Vznik a vývoj internetu.....	27
3.2 Funkce internetu	29
3.3 Obsahy šířené prostřednictvím internetu	30
4 SOCIÁLNÍ SÍTĚ	32
4.1 Teorie sociálních sítí.....	32
4.2 Vznik a vývoj internetových sociálních sítí.....	36
4.3 Facebook.....	39
4.3.1 Historie Facebooku	39
4.4 Twitter.....	41
4.4.1 Historie Twitteru.....	41
4.5 LinkedIn.....	42

4.6	MySpace	43
4.7	YouTube	44
5	PATOLOGICKÉ JEVY SOUVISEJÍCÍ S INTERNETEM.....	47
5.1	Zdravotní rizika.....	47
5.2	Počítač a psychika.....	49
5.3	Závislost.....	50
5.4	Mezilidské vztahy	54
5.5	Kyberšikana	57
5.5.1	Aspekty napomáhající šíření kyberšikany	58
5.6	Kybergrooming.....	62
6	VLIV INTERNETU NA LIDSKÝ MOZEK	65
6.1	Lidský mozek.....	66
6.2	Mozek vs. internet.....	72
	PRAKTICKÁ ČÁST	79
7	ANALÝZA VYBRANÝCH RIZIK INTERNETOVÉHO PROSTŘEDÍ.....	79
7.1	Stanovení výzkumných problémů	79
7.2	Metodologie výzkumu	79
7.3	Diskuze	80
	ZÁVĚR	83
	SEZNAM POUŽITÉ ČESKÉ LITERATURY	85
	SEZNAM POUŽITÉ ZAHRANIČNÍ LITERATURY	86
	SEZNAM ELEKTRONICKÝCH ZDROJŮ	87
	SEZNAM TABULEK A OBRÁZKŮ.....	89
	SEZNAM PŘÍLOH.....	90
	PŘÍLOHY	I
	Příloha A - Rozhovor s odborníkem.....	I

Příloha B - Případová studie.....	V
-----------------------------------	---

ÚVOD

Člověk je sociální bytost a mezi různými formami a způsoby, kterými se tento charakteristický rys lidství uskutečňuje, zaujímá komunikace přední místo. Sociálně komunikační procesy jsou podmínkou i předpokladem existence jakéhokoli lidského společenství.

Oblast komunikace doznala v průběhu svého historického vývoje značných změn. Nové formy komunikace postupně doplňovaly způsoby již zažitě, zřetelně narůstal hromadný charakter těchto interakcí, zvyšoval se i podíl nepřímé komunikace párové. Skutečnou revoluci pak reprezentoval přelom 20. a 21. století charakterizovaný nebývalým rozmachem informačních a komunikačních technologií. Tyto technologie vnášejí do mezilidských vztahů nový rozměr: propojují nás s našimi blízkými, usnadňují nám život, nabízejí široké spektrum zábavy, informací, je to virtuální prostor nepřeberných možností. Každá mince má však dvě strany.

Cílem této diplomové práce je popsat a analyzovat za použití relevantních pramenů i kvalitativních výzkumných metod sféru sociálních sítí se zaměřením na přínosy a zejména na rizika souvisejících patologických jevů.

Práci členíme na dvě části, na část teoretickou a část empirickou.

V sekci teoretické se zaměříme na vymezení pojmu komunikace, její kategorizaci, zjistíme, jak na tuto důležitou komponentu mezilidských vztahů nahlízejí různé vědní obory. Rovněž nastíníme historii internetu i stále oblíbenější platformy sociálních sítí. Soustředěnou pozornost pak budeme věnovat rizikům spojeným s těmito komunikačními prostředky.

V praktické části diplomové práce se na základě nestandardizovaných rozhovorů s odborníky zaměříme na vybraná rizika internetového prostředí. Kauzální studie klienta závislého na internetové pornografii nám poskytne komplexní pohled na specifickou návykovou činnost i její vliv na život jednotlivce a jeho blízkých.

TEORETICKÁ ČÁST

1 FENOMÉN MEZILIDSKÉ KOMUNIKACE

Lidskou společnost můžeme popsat jako síť vztahů mezi lidmi. Pokud si ji představíme jako rybářskou síť, pak uzly představují lidi a provázky či lana vztahy mezi nimi. Tímto lanovím v lidském světě je komunikace. Bývá také označována jako médium pozorovatelných manifestací lidských vztahů.

Na naši komunikaci s druhými lidmi je pozoruhodné, že ji vždy spoluvytváříme a ovlivňujeme, přispíváme k ní a zároveň jsme její součástí. Bývá proto obtížné porozumět komunikační výměně, když se na ní ve stejnou chvíli podílíme.

Na mezilidskou komunikaci lze nahlížet z různých úhlů, podle toho, zda:

- se řídíme terminologií kódování a dekódování (komunikovaná zpráva je viděna jako slovní či mimoslovní kód);
- se řídíme teorií o uskutečňování záměru a vytváření významů (zpráva je v mysli komunikátora nedílně spjata s významem a záměrem);
- bereme v úvahu proměňující se kontext, ve kterém se nachází adresát (bereme ohled na toho, s kým mluvíme);
- se díváme na komunikaci jako na dialog, resp. jako na cirkulující komunikační prostředí.¹

1.1 Funkce a motivace komunikačních procesů

Lidská komunikace má zpravidla svůj účel, smysl. Můžeme také hovořit o funkci, kterou má splnit nebo kterou bezpečně plní. Mezi hlavní funkce naší komunikace bezpochyby patří:

- funkce informativní – předat zprávu, doplnit jinou, oznámit, prohlásit;

¹ VYBÍRAL, Z., *Psychologie lidské komunikace*, 2. vyd. Praha: Portál, 2005. s 25 – 26. ISBN 978-80-73673-87-1.

- instruktážní funkce – navést, zasvětit, naučit, dát recept;
- persuasivní funkce – přesvědčit, aby adresát změnil svůj názor, získat někoho na svou stranu, manipulovat, ovlivnit;
- vyjednávací či operativní funkce – řešit a vyřešit, dospět k dohodě;
- zábavní funkce – rozveselit druhého, sebe, rozptýlit;
- fatická (kontaktní) funkce – kontaktovat se, užít si blízkosti, prožít sebepotvrzení;
- sebe-prezentační funkce – předvést se, prezentovat se, vyvolat dojem, zalíbit se či zastrašit, exhibovat.²

Motivaci člověka komunikovat můžeme chápat jako latentní (skrytou) funkci komunikace. V různé intenzitě je vlastní každému jedinci, kolísá a závisí na řadě okolností: zda je nám druhý člověk sympatický, zda jsme unavení či svěží, zda ovládáme jazyk komunikačního partnera, nakolik si s ním rozumíme, zda jsou obsahy naší mysli přiměřeně naléhavé, že se o ně chceme podělit.

Mezi základní motivační faktory patří:

- motivace kognitivní – chceme či potřebujeme něco sdělit, vyjádřit se: o světě, o sobě, o druhých. Podělit se o myšlenku, znalost, názor, o to, co jsme se dozvěděli. Chceme něco předat, přenést na druhého – jde o komunikaci předáváním smyslu.
- motivace zjišťovací a orientační – ptáme se, abychom se více či lépe vyznali v názorovém světě druhého člověka nebo v tématu, o němž je řeč. Ptáme se na informace, postoje, prožitky. Orientujeme se i na základě zpráv „z druhé ruky“, jejichž spolehlivost může být sporná.
- motivace sdružovací – chceme navázat vztah. Z funkce fatické obsažené v řadě komunikačních výměn vyplývá, že častou motivací komunikovat je uspokojit potřebu bližšího kontaktu. To spoluvytváří základní pyramidu lidských potřeb, přičemž lidská spokojenost v mnoha dalších oblastech je závislá na naplnění právě potřeby komunikovat, někam patřit. Člověk potřebuje znovu a znovu zažívat pocit sounáležitosti, pocit, že není na světě sám. Odtud plyne přirozená lidská potřeba nezávazně konverzovat, popovídat si. Celé úseky komunikace neslouží sdělování obsahu, ale realizaci vztahových záměrů: navázat kontakt, udržovat jej, rozvinout,

² VYBÍRAL, Z., *Psychologie lidské komunikace*, 2. vyd. Praha: Portál, 2005. s 31 – 32. ISBN 978-80-73673-87-1.

obnovit, dominovat ve vztahu, poměřovat se s druhým, nabídnout, povzbudit...
Komunikujeme, abychom se sdružovali.

- motivace sebezpotvrzovací – ochotou s námi komunikovat nám druhý člověk dává jedno z největších a nejsamozřejmějších potvrzení toho, že pro něj máme cenu. Potvrzujeme si vážnost sebe sama ve vlastních očích. Odejmutím možnosti pohovořit si zpětně o konfliktu trestají někdy partneři jeden druhého, či rodiče své děti - jako bychom odebírali potrestanému část jeho ceny. V komunikaci s druhými také nalzáme, rozvíjíme a potvrzujeme svou osobní identitu, zpevňujeme a upřesňujeme vlastní sebeobraz (ang. *self*).
- motivace adaptační – signalizujeme a vyjevujeme jí svůj status, svou pozici v sociálním světě či svou profesní roli. Přitom se mnohými verbálními i nonverbálními prostředky přizpůsobujeme rolovým stereotypům, příp. je vědomě porušujeme, hrajeme konvenční komunikační hry a signalizujeme jimi svou konformitu anebo se konvencím vzpíráme. Všemi těmito postupy se sociálně integrujeme. Činíme tak proto, aby nás druzí přijímali. Komunikací se přizpůsobujeme okolí.
- motivace „přesilová“ – vychází z potřeby se uplatnit. Máme potřebu upoutat na sebe pozornost, předvést to, o čem se domníváme, že nám zjedná obdiv, úctu, respekt. Motivací může být touha vyniknout v porovnání s druhými.
- motivace pozitivká – reprezentuje chuť se rozptýlit, odpočinout, uniknout od starostí, ale možná i nezávazně koketovat, flirtovat nebo se bavit na úkor druhého.
- motivace existenciální může být považována za samostatnou kategorii. Jde zde o komunikaci se sebou samým či s vyšší mocí.³

Komunikací strukturujeme a fázujeme čas, průběh našeho života. Bez komunikace by naše existence nebyla možná, jen bychom přežívali. Život dostává smysl právě tím, že s někým vyměňujeme a sdílíme myšlenky, vzpomínky, prožitky, že o nich hovoříme, komunikujeme je slovy či bez nich. Zaplašujeme pocity bezesmyslnosti. Už skutečnost, že nám někdo naslouchá, trpělivě a povzbudivě s námi mluví, může být prevencí proti depresi nebo melancholii. Komunikujeme, abychom se udrželi psychicky zdraví, lidsky

³ VYBÍRAL, Z., *Psychologie lidské komunikace*, 2. vyd. Praha: Portál, 2005. s 32 – 35. ISBN 978-80-73673-87-1.

celiství. Je jistou evoluční konstantou, že člověk potřebuje komunikovat přibližně čtyři hodiny denně, přičemž nenaplnění této potřeby je tak silnou frustrací, že bývá používáno jako trest.

Je přirozené nemít občas chuť komunikovat – příčinou může být emoční rozladěnost nebo kognitivní přesycenost. Neochota komunikovat, potřeba stáhnout se na nějakou dobu do ústraní, odpočinout si od lidí je běžná pro ty, kteří denně hovoří s řadou jiných lidí a musí o nich přemýšlet (učitelé, lékaři, manažeři, psychoterapeuti). Déletrvajícím sklon vyhýbat se jakýmkoli lidským kontaktům a vyprahnutí motivace komunikovat jsou však známkou duševní abnormality.⁴

1.2 Společenské vědy a komunikace

Sociálně komunikační procesy jsou podmínkou i předpokladem existence jakéhokoli lidského společenství. V průběhu minulého století se postupně konstituovala skupina vědních oborů, které mezilidskou komunikaci z různých pohledů studují. Jelikož se jedná o téma velice komplexní, nehovoříme zde pouze o jedné vědě, ale o celé soustavě vzájemně propojených vědních oborů.

Obecný jazyk i jednotlivé vědní obory pracují s pojmem komunikace v souladu se svým zaměřením a formulují tento termín různě. J. Musil definuje komunikaci z pohledu obecných komunikačních věd i současné mediální komunikace takto: *„Komunikace je přenos informace pomocí znakového systému, uskutečňovaný mezi lidmi přímo nebo pomocí technicko-organizačních prostředků. Samotný název pojmu je odvozen od latinského substantiva communicatio, které v základním významu znamená sdělení nebo sdílení.“*⁵

Z definice vyplývá požadavek na přenos informace, což může být děj obousměrný i jednosměrný (typicky pro sféru hromadných sdělovacích prostředků).

⁴ VYBÍRAL, Z., *Psychologie lidské komunikace*, 2. vyd. Praha: Portál, 2005. s 35. ISBN 978-80-73673-87-1.

⁵ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 11. ISBN 978-80-7452-002-0.

Slovo informace pochází z latinského *informare*⁶ a jeho etymologický výklad jednoznačně souvisí s lidským vědomím, od něhož se v představách lidí odtrhlo teprve později v souvislosti s rozvojem písma a dalších znakových soustav. Obecně jej lze vyjádřit jako jakýkoli obsah komunikačního procesu. Informací může být jakákoli zpráva, komentář, údaj o počasí, ale také každé literární, výtvarné nebo hudební dílo, sdílení pocitů, názorů, postojů atd.⁷

Z mnoha významů, jež se v současné době výrazu informace přisuzují, vybírá J. Cejpek čtyři základní:

- „*psychofyzilogický jev a proces v lidském vědomí;*
- *početní míra odstranění neuspořádanosti (entropie), míra organizace v systému (jednotkou informace je 1 bit, častěji však 1 byte = 8 bit a od ní odvozené jednotky, např. kbyte = 1 000 byte);*
- *ve smyslu potenciální informace: informace znakově zaznamenaná na hmotných nosičích a data cirkulující v technických zařízeních jako jejich druh;*
- *výraz různorodosti v objektech a procesech živé i neživé přírody.*“⁸

Mezilidská komunikace pracuje s organizovanými znakovými systémy, které v obecné řeči označujeme jako jazyk, přestože ne vždy se jedná o komunikaci řečovou. Znakovým systémem tak může být kromě písma i znakování (řeč hluchoněmých), Morseova abeceda, dopravní značky, notový záznam atp. Obdobné procesy reflektující výše uvedenou definici nacházíme také v živočišné říši a v přeneseném významu také v mnoha oborech lidské činnosti (počítače, doprava, přenos energie atp.).⁹

Samostatná věda o komunikaci (ang. *communication science*) se začala formovat až ve druhé polovině minulého století a v současnosti stále patří k nejdynamičtěji se rozvíjejícím teoriím. Přestože je komunikace důležitou komponentou veškerých sociálních vazeb, byla dlouhá léta společenskovědními obory opomíjena.

⁶ lat. uvádět v tvar, dodávat tvar, formovat, zobrazovat, představovat si, vytvářet představu, pojem

⁷ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 12 - 13. ISBN 978-80-7452-002-0.

⁸ CEJPEK, J. *Informace, komunikace a myšlení*, 2. vyd. Praha: Karolinum, 2008. s 14. ISBN 978-80-246-1037-5.

⁹ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 14. ISBN 978-80-7452-002-0.

Na komunikační dovednosti byl kladen velký důraz již v antice, ať v rovině praktické (rétorské školy) či teoretické (různá pojednání o rétorice, logice), základy pro vybudování samostatného vědního oboru zde však chybí. Postupné formování komunikační vědy probíhalo v minulém století ve dvou základních myšlenkových proudech rozdílně v Evropě a v Americe. R. K. Merton k tomu uvádí: „vývoj v USA byl mnohem více orientován na komerční cíle, což ovlivnilo i vznikající teoretické koncepty. V USA tak bylo získáno mnoho detailních poznatků, jejichž platnost však byla zobecňována jen do úrovně malých a středních lidských skupin.“¹⁰ Evropská větev se naopak zabírala zkoumáním celospolečenských dopadů hromadné komunikace. Avšak až následné spojení obou linií vybuďovalo na konci 20. století základnu pro formování moderní komunikační vědy.

Sociologie se v tomto směru soustřeďuje na analýzu sociálních skutečností založených na různých aspektech mezilidské komunikace (jako jsou např. symetrie, skupinovitost, gesta atd.). Nelze sice tvrdit, že komunikace je podstatou našeho bytí, většina sociální interakce se ovšem alespoň v některé její fázi v rovině komunikace odehrává. To je také důvodem, proč moderní sociologie řadu komunikačních témat zkoumá, přičemž se soustřeďuje především na problematiku hromadné komunikace a jejích dopadů na společnost.

V podobném duchu se na hromadnou komunikaci zaměřuje i politologie, zvláště s ohledem na vytváření veřejného mínění a na názorovou dynamiku ve společnosti. Kybernetika zase chápe využívání informací a komunikaci jako systém organizující lidskou společnost.

Zvláštní pozornost komunikaci věnuje psychologie, která ji – stejně jako sociologie – vnímá jako podmínku a zároveň nejdůležitější formu společenského kontaktu. Psychologie se soustřeďuje na komunikaci přímou, což nevyhnutelně vede k jejímu užšímu pojetí, zároveň však jde ve svém bádání do hloubky problému. V praxi pak generuje propojení komunikační vědy s psychologií využitelné výsledky, které se neomezují jen na praktické rady, jak si na komunikačním poli úspěšně počítat, ale

¹⁰ MERTON, R. K. In: MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 15. ISBN 978-80-7452-002-0.

napomáhají řešit i nový typ komunikačních rizik (kupř. závislost na internetu či rizika působení médií na děti a mládež).

Obzvláště důležité je pojetí komunikace v pedagogice, jehož záměrem je zprostředkování poznatků studentům a asistence při aktivním vyhledávání informací. Pedagogické vědy se zabývaly komunikací podstatně déle, než tomu bylo u ostatních vědních oborů a zdá se, že zvláště pro nejnovější pedagogické směry může být komunikační věda značným přínosem: klasická pedagogika a didaktika využije teoretické poznatky o komunikaci k hlubšímu pochopení empiricky ověřených zásad a zákonitostí.¹¹

1.3 Komunikační epochy

Dosavadní vývoj mezilidské komunikace lze rozdělit do několika historických období:

- epocha signálů – známá již u prehomínidních forem vývoje lidského rodu, příp. i u zvířat. Postupně patrně narůstal význam hlasových signálů v případech, kdy nebyl možný vizuální kontakt; šlo o zajištění kooperace a bezpečnosti, což představovalo účinný vývojový faktor.
- epocha mluvení a jazyka – za běžný jev se řeč považuje od období cca 35 000 let př. n. l. Šlo o důležitý mezník – na základě předávání tradice řeči začalo existovat a fungovat lidské společenství i v dnešním významu tohoto pojmu.
- epocha psaní – písmo bylo vynalezeno na několika místech přibližně současně asi 3 000 let př. n. l. Původně sloužilo primárně ke komunikaci na dálku v ryze praktických záležitostech, pro vývoj civilizace bylo a dodnes je důležitější použití písma ke komunikaci přes hranice časové existence lidského jedince. Zajistilo uchování a předávání poznatků, a tedy rozvoj civilizace a její šíření.
- epocha tisku – zahajuje kolem roku 1450 vynálezem knihtisku, ačkoli princip byl znám na Dálném Východě dříve. Následné zlevnění knih tak otevřelo cestu k demokratizaci vzdělání.

¹¹ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 15 - 17. ISBN 978-80-7452-002-0.

- epocha elektronické komunikace – počátkem je rozšíření rozhlasu ve druhém desetiletí 20. století, pokračuje rozvojem hromadných sdělovacích prostředků a internetu.¹²

Mimořádné postavení komunikace pro lidstvo a jeho vývoj je tak zřetelně naznačen specifickým procesem, ve kterém nejsou původní formy opouštěny ve prospěch forem nových, nýbrž nové formy doplňují procesy již zažité, čímž je realizován stále stejný cíl, tj. mezilidská komunikace. Tím se tato sféra zřetelně odděluje od dalších oblastí lidské činnosti, pro které je typickým rysem spíše nahrazování procesů původních.¹³

Objektivně také narůstá hromadný charakter komunikace, s čímž se pojí i posun ve stereotypním vyobrazení vzdělance (rétor v antice vs. expert s počítačovou databází). Zvolený komunikační prostředek následně ovlivňuje druh obsahu, který je pro daný přenos vhodný. Kupř. tištěná kniha je neocenitelným pomocníkem pro zprostředkování koncepcí, umožňuje sledovat deduktivní a sekvenční myšlení autora a stimuluje zachování odstupů, a tedy i tolerance ze strany čtenáře. Elektronická média (kupř. televize) mají v mnoha směrech možnosti a účinky právě opačné.¹⁴

1.4 Komunikační kategorie

Mezilidskou komunikaci lze třídit podle různých hledisek, mj. také podle znaků ve výše uvedené definici.

1.4.1 Dělení komunikace dle užitých prostředků

Komunikace mezi lidmi může být realizována přímo (přímá interpersonální komunikace) nebo nepřímo, zprostředkovaně pomocí technicko-organizačních prostředků.

¹² MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 29 – 30. ISBN 978-80-7452-002-0.

¹³ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 30. ISBN 978-80-7452-002-0.

¹⁴ MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. s 20. ISBN 80-7220-157-3.

K přímé komunikaci není zapotřebí žádného média, aby bylo dosaženo zamýšleného cíle. Komunikační řetězec tak tvoří pouze komunikátor a komunikant, bez ohledu na skutečnost, zda jde o jednotlivce nebo skupiny.

V případě nepřímé komunikace, kdy by dosah komunikačních kanálů vlastních člověku interakci neumožnil, vstupuje do procesu nějaký technický prostředek, zvaný také médium (papír, televize, obraz, internet atp.). Přestože z uvedených příkladů je jasné patrné, že jde o pojem značně široký, často se pojem médium zužuje jen na sféru hromadných sdělovacích prostředků.¹⁵

1.4.2 Dělení komunikace dle užitého kódu

Vývojově nejstarší formou komunikace je její nonverbální forma. Její dekodování je složitější především proto, že na rozdíl od verbální komunikace nemá pevně stanoven systém komunikačních norem. Nonverbální komunikací sdělujeme především své postoje a emoce a zdaleka se nejedná pouze o tzv. řeč těla (mimika, haptika, kinezika atp.). Tak tento pojem bývá chápán psychologii, která se koncentruje zvláště na komunikaci přímou. Nepřímá nonverbální komunikace zahrnuje veškeré umění (kromě literatury), ale kupř. i televizní vysílání, jež působí na diváka primárně v této rovině. Pokus o interpretaci nonverbálně komunikovaného obsahu (kupř. hudby či výtvarného umění) může být značně obtížný.

U přímé komunikace se její nonverbální složky uplatňují spolu se složkami verbálními. Vzhledem ke skutečnosti, že se tato forma komunikace odehrává především mezi jednotlivci či malými skupinami, poskytuje prostor vnímat mimiku, postoj, gesta atp. Patří sem ovšem i paralingvální jevy, jako jsou emocionální zabarvení hlasu, tempo, rytmus řeči, pauzy – vše to, co mluvené slovo obsahuje navíc oproti jeho prostému zápisu. V neposlední řadě se na interpretaci nonverbálního sdělení podílejí i další komunikační kanály, založené na ostatních smyslech. Je dokázáno, že obzvláště citliví

¹⁵ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 19. ISBN 978-80-7452-002-0.

na nonverbální projevy jsou lidé rozrušení či intoxikováni, což jen podtrhuje význam tohoto typu komunikace.¹⁶

Verbální komunikace je naopak zprostředkována jazykovým kódem a významem na něj vázaným. Proto souvisí s pojetím znaku a významu v obecné rovině znaku – sémiotice i obecné rovině jazyka – lingvistiky. Jde o komunikaci založenou na slovech. Verbální komunikaci však nelze omezit jen na pronášená a slyšená slova, patří sem i vizualizovaná forma této komunikace – písmo (včetně např. Braillova či znakování neslyšících).

Do nepřímé verbální komunikace řadíme kromě písma také komunikaci prostřednictvím telefonu a jiné formy vyjádření obsahu pomocí graficky ztvárněných znaků. Patří sem především mezinárodně uznávané systémy nepísmové vizuální verbální komunikace, které nejsou vázány na konkrétní jazyk a jsou univerzálně použitelné (dopravní či turistické značení atp.). Srovnání některých vlastností verbální a nonverbální komunikace uvádí tabulka 1.

Tabulka 1: Srovnání vlastností verbální a nonverbální komunikace

Vlastnost	Verbální komunikace	Nonverbální komunikace
Přesnost	velká	malá
Komunikační efektivita	menší	velká
Mezinárodní srozumitelnost	velmi malá	větší
Citová působivost	většinou menší	velká
Potenciální podprahovost	malá	velká

Zdroj: MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 21. ISBN 978-80-7452-002-0.

Na verbální formu komunikace bývá vázána přesnost předávaného sdělení, což je v některých situacích obzvláště důležité a bývá jí dosaženo i na úkor komunikační efektivity (rozvláčné právníkové vyjadřování), na úkor srozumitelnosti mimo úzký okruh uživatelů (kupř. věda) nebo na úkor citové působivosti (suchý jazyk právníků, policistů atd.).

Důležitým aspektem při rozlišování jednotlivých typů komunikace je diferenciací komunikace pomocí přesně definovaných pojmů (verbální) od komunikace nepojmové

¹⁶ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 21. ISBN 978-80-7452-002-0.

(nonverbální). Verbální komunikace je tak spjata s analytickým poznáním, s přesností, racionalitou a objektivitou (shoda správnosti poznání se skutečným stavem), což přispívá k rozumovému poznání skutečnosti, pochopení okolního světa.¹⁷

1.4.3 Dělení komunikace dle užitého kanálu

Komunikaci lze dále dělit dle použitého komunikačního kanálu. Tím rozumíme způsob, jakým komunikant sdělení vnímá, tedy jaké smysly jsou při recepci informace zapojeny. Lidská komunikace je založena především na kombinaci dvou smyslových kanálů: vizuálním a akustickým. Samostatné využívání akustického kanálu není příliš obvyklé (telefonní hovor) a v praxi se tyto kanály obvykle doplňují.

Používání hlasu a jazyka v komunikaci je specifikem lidského druhu. Jazyk je zároveň základním nástrojem verbální komunikace, hraje významnou roli ve společenské identifikaci daného jedince. Na základě používaného jazykového kódu se lišíme nejen v příslušnosti k národu, ale i určité sociální skupině, vrstvě, věkové kategorii, pohlaví atp.

Podmínkou úspěšné sociální komunikace je znalost jazyka, bohatá slovní zásoba, gramatická a pravopisná kultura. Praxe však ukazuje, jak nesouměřitelná je bohatost jazyka s jeho faktickým využíváním. Dle společnosti *Global Language Monitor* má současná angličtina skoro 1 milion slov. Běžný uživatel však denně použije pouze okolo 600 slov. Čeština má slovní zásobu čítající 250 000 – 300 000 hesel, aktivní slovník průměrného Čecha však obsahuje jen 3 000 – 10 000 slov.¹⁸

K postižení rozdílů mezi účinky akustického a vizuálního kanálu v komunikaci používáme často termíny jako intenzita či působivost sdělení. Komunikační věda se však soustřeďuje spíše na komunikační efektivitu, kterou rozumíme měřitelné množství informace, které při komunikačním procesu vstoupí za jednotku času do krátkodobé paměti komunikanta (jednotka byte/s, resp. kbyte/s). Vstup do krátkodobé paměti byl zvolen pro jeho optimální měřitelnost (na rozdíl od paměti dlouhodobé). Efektivita

¹⁷ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 20 - 22. ISBN 978-80-7452-002-0.

¹⁸ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 22 - 23. ISBN 978-80-7452-002-0.

komunikace pomocí akustického a vizuálního kanálu je srovnávána na prvních třech řádcích tabulky 2; přičemž hovoříme o komunikaci nepřímé, jelikož přímá řečová komunikace obsahuje i vizuální nonverbální složky řeči. Komunikaci prostřednictvím televize hodnotí řádek poslední, kde se uplatňuje nejen komunikační efektivita vizuálního kanálu (stejně jako při čtení textu), ale zároveň nezměrná komunikační efektivita nonverbální komunikace (obrazová složka).

Druhý sloupec uvádí vnímaný informační tok daného typu komunikace. Vstupy do krátkodobé paměti obsahuje sloupec třetí. Největšího procenta využití se dosahuje při četbě textu, ale díky obrovskému informačnímu toku u televize je i při polovičním procentuálním využití komunikační efektivita televize několikanásobně vyšší.¹⁹

Tabulka 2: Komunikační efektivita jednotlivých typů komunikace

Druh komunikace	Kvantita informace	Využití do 2 hod paměti v %	Komunikační efektivita
1 stránka knihy	2,5 kbyte	7	
1 stránka novin	10 kbyte	7	
- " - čtená 8 min.	0,02 kbyte/s	7	0,0015 kbyte/s
rozhlas (řeč)	0,5 kbyte/s	0,6	0,0030 kbyte/s
TV (s kompresí)	2 000 kbyte/s	3	60 kbyte/s

Zdroj: MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 24. ISBN 978-80-7452-002-0.

Dle J. Musila je pro účinnost komunikace podstatný podíl vizuální informace, jejíž výrazné znaky jsou:

- „*nepojmovost (na rozdíl od řečových forem, vázaných převážně na slovo vyjadřující pojem), a tedy nepřesnost (nedostatečné odlišení od jiných příbuzných nebo podobných popisů);*
- *mimořádní rychlost vnímání;*
- *citová působivost, vliv na podvědomí;*
- *potenciální podprahovost.*“²⁰

V současné době se stále zvyšuje podíl vizuálně přijímaných sdělení, narůstá intenzita vnímání, ovšem hodnocení takto přijatých informací se posouvá mimo racionální

¹⁹ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 23 - 24. ISBN 978-80-7452-002-0.

²⁰ MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. s 21. ISBN 80-7220-157-3.

rovinu. V praxi můžeme důležitost vizuálního kanálu ilustrovat na příkladu utváření prvního dojmu, kdy plných 55 % vlivu reprezentuje úprava zevnějšku a nonverbální komunikace, dalších 38 % pak intonace, výška a síla hlasu a pouhých 7 % výsledného dojmu reflektuje vlastní obsah sdělení. Převaha vizuální mediální komunikace tak postupně vede k přeceňování zhlédnuté skutečnosti, analytická inteligence a racionální složky ustupují do pozadí. Tato pseudoobjektivita obrazu tvoří jedno z největších rizik elektronických médií.²¹

1.4.4 Komunikační schéma

Základními složkami každého komunikačního procesu jsou: vysílatel informace (komunikátor), její příjemce (komunikant – recipient), zdroj komuniké, dále sdělení samotné a jeho nosič (signál nebo kanál pro transfer informace). Pro úspěšné přenesení zprávy je důležité, aby komunikátor i komunikant byli uživatelé stejného jazykového kódu. Přenosovou cestu pak ovlivňuje jednak přenosová kapacita (propustnost kanálu, tj. maximální množství informace, které lze přenést za jednotku času), a také možná přítomnost informačního šumu (fyzikální či sémantický rušivý vliv, který způsobuje úbytek či zkreslení předávané informace).

Pro praktické využití mezilidské komunikace jsou dle J. Musila důležité mj. tyto aspekty:

- *„přesnost, tj. (různě definovaná) míra shody toho, co komunikátor chce sdělit s tím, co komunikant jako obsah sdělení pochopí;*
- *srozumitelnost popisuje množství potenciálních recipientů, kteří jsou schopni dekodovat použitý znakový systém a dosáhnout přitom jisté přesnosti komunikace;*
- *komunikační efektivita pro různé konkrétní účely různými způsoby měří množství předané informace za jednotku času nebo za jednotkové náklady;*
- *citová působivost, event. podprahovost atp. popisuje, na jaké vrstvy vědomí či nevědomí (podvědomí) komunikanta komunikace působí.“²²*

²¹ MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. s 21 - 22. ISBN 80-7220-157-3.

²² MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 14 - 15. ISBN 978-80-7452-002-0.

2 INFORMAČNÍ SPOLEČNOST

V průběhu druhé poloviny minulého století došlo k přestavbě hodnotových a názorových systémů a řada teoretiků se pokoušela definovat směr vývoje lidstva pomocí nových přístupů. Jedním z nich byl i kanadský sociolog Marshall McLuhan, který na základě analýzy komunikačních médií odlišil společnost písma a moderní společnost, pro níž je typický rozvoj audiovizuálních médií.

Daniel Bell zvolil širší perspektivu a definoval nástup nové, postindustriální éry charakterizované posunem od hodnotových priorit k hodnotám postmaterialistickým. Podle Bella obrátí tato informační společnost pozornost ke znalostem, vědění a informace budou stejně významné, jako v industriální společnosti hmotné statky a výrobní prostředky. Zpočátku byla tato teorie pojímána pouze ekonomicky, ve smyslu vyšších zisků, posléze se však ukázalo, že má tato definice širší platnost a lze ji aplikovat i na další oblasti lidské činnosti. Je zřetelné, že v průběhu uplynulých tří dekád se tato Bellova vize postupně naplňuje.²³

V současné době jsme svědky všeobecné globalizace probíhající na všech úrovních lidské činnosti. Elementárním prvkem stimulujícím a umožňujícím tyto procesy jsou právě informační technologie (IT)²⁴, jejichž používání zároveň představuje jeden ze základních rysů informační společnosti.

V důsledku technického pokroku a postupující konvergence ve sféře telekomunikací a IT se mění i způsoby interpersonální komunikace. Tyto změny nemohou zůstat bez dopadu na sféru mezilidských vztahů. Dle J. Musila zesilují především tyto tendence:

- *„téměř trvalá komunikační dostupnost značného procenta lidí, především prostřednictvím mobilního telefonu, zcela proměňuje život a sociální vazby, zejména v oblastech s řídkým osídlením. Trvalá dostupnost znamená ovšem také trvalou kontrolovatelnost, protože provozovatel sítě může určit polohu mobilního telefonu s přesností několika metrů mnohokrát za hodinu.*

²³ BELL, D. In: MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 33. ISBN 978-80-7452-002-0.

²⁴ ang. Information Technologies nebo také Information Communication Technologies (ICT)

- *zlevnění telekomunikačních služeb v důsledku deregulace a využití integrovaných technických prostředků.*
- *zavedení trvalého monitorování osob a objektů znamená podstatný pokrok v bezpečnosti, ale také lékařskou péči na dálku - a tím i naději na relativně normální život pro některé pacienty.*²⁵

2.1 Globalizace vs. individualizace v informační společnosti

Globalizující se svět se může mnohým jevit jako hrozivý, složitý a vlastně nevídaný prvek. V porovnání s bezpečným, ohraničeným světem našeho dětství se jím můžeme cítit pohlceni, ohroženi a i to je pravděpodobně jednou z příčin demonstrací proti tomuto jevu. Není divu, že je snazší sledovat tento svět skrze obrazovku televizoru, monitor počítače či jakoukoli jinou „bezpečnou clonu“. I proto se uchylujeme do virtuálního světa internetu, kde můžeme veškeré koncepty snáze uchopit, potenciál dobra a zla zde mají uzavřenost psaného slova. Objektivita skutečného poznání však ustupuje do pozadí a to je jeden z důvodů, proč bývá globalizace označována krizí racionality. Lidé o to více touží po bezpečí skutečných vztahů, které jim poskytnou pevnou půdu pod nohama. Problém nastává v okamžiku, kdy jedinec není ve skutečném životě schopen tuto touhu realizovat, a tak se uchyluje do světa virtuálního v naději, že mu poskytne stejné naplnění – ovšem bez nutnosti jeho aktivní spoluúčasti.²⁶

Jinou variantou je snaha redukovat tento obtížně uchopitelný svět – individualizační tendence. Ty mohou mít zajisté i řadu jiných příčin, nicméně lze předpokládat, že informační a komunikační technologie budou tyto trendy jen posilovat. Jedním z důvodů je snazší ovlivnitelnost tohoto malého světa. Kupř. i vytváření přátelských komunit prostřednictvím Facebooku s jeho poněkud narcistním zaměřením každého jeho uživatele především na sebe (osobní historie, záliby, moji přátelé) může být spíše procesem individualizačním než globalizačním.²⁷ Výstižně tento fakt shrnul J. Pehe:

²⁵ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 210 - 211. ISBN 978-80-7452-002-0.

²⁶ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 230. ISBN 978-80-7452-002-0.

²⁷ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 230 - 231. ISBN 978-80-7452-002-0.

„Individuální jedinečnost se tak paradoxně má potvrzovat sdílením (často triviálních) zážitků, emocí a zálib, v jejichž souhrnu je nakonec těžké určit, čím je který jedinec skutečně jedinečný. Snad i proto mnoho uživatelů Facebook opouští, když poněkud dospějí do strukturovanějších osobností... Občanská společnost je založena na jistém vzdání se sebe sama ve prospěch společné věci; Facebook je naopak založen především na fascinaci sebou samým a rodinou přátel. Podobá se svým charakterem televizní „reality show“, založené na popření soukromí.“²⁸

Individualizační tendence se projevují i v celosvětovém měřítku. Jdou ruku v ruce se ztrátou občanské důvěry k veřejným autoritám a také ústupem od dobrovolných osobních závazků tradičního typu. V současné době probíhají souběžně procesy individualizační i globalizační (na ekonomické a kulturní úrovni). To vytváří na jednotlivce značný tlak, pozorujeme nárůst nacionálního napětí, vznikají nejrůznější sekty a uskupení vybavená značným pocitem sounáležitosti.

Specifickým rysem informační společnosti je interaktivita, která může nabídnout novou vývojovou alternativu. Uživatel nových technologií je ve srovnání s divákem klasických médií podstatně aktivnější a interaktivita tak může pomoci vystupňovat činnost osob i skupin, povzbudit je v přebírání iniciativy všeho druhu. Díky tomuto charakteristickému rysu internetu může celá společnost přikročit k aktivnímu vytváření sítí, z nichž každá bude činná v jiném směru. Otázkou zůstává, jak tuto novou příležitost společnost uchopí, jakým obsahem tyto nové informační sítě naplní.²⁹

²⁸ PEHE, J. *Humbuk, Facebook a Demokracie* [online]. 2009 [cit. 2012-11-26]. Dostupné z: <http://blog.aktualne.centrum.cz/blogy/jiri-pehe.php?itemid=7253>

²⁹ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 231. ISBN 978-80-7452-002-0.

3 INTERNET

Podstatou internetu je předávání multimediálních informací mezi počítači. Specifikem tohoto zatím nejvyspělejšího komunikačního nástroje však není technické, ale jeho organizační řešení, fungující na myšlence celosvětově volně vytvářené sítě bez centra a zároveň bez výrazného hierarchického členění.

Jedná se o virtuální síť, kterou lze realizovat mnoha různými způsoby, aniž by byly dotčeny její základní vlastnosti. V současnosti jsou s ohledem na kapacitu přenosu optimální optická vlákna, vhodné jsou i kovové kabely, telefonní linky, případně rozvody elektrické sítě. Stále oblíbenější je také připojení přes mobilní síť nebo bezdrátové spojení přes satelit. Možnosti jednotlivých typů spojení se liší zejména rychlostí přenosu, kapacitou a náchylností k rušení. Podstatným prvkem pro běžného uživatele je rovněž ústup veškerých technických záležitostí spojených s tímto fenoménem do pozadí.³⁰

3.1 Vznik a vývoj internetu

V roce 1945 publikoval v červencovém čísle amerického časopisu *The Atlantic Monthly* Vannevar Bush (1890 – 1974) dnes světoznámý článek „*As We May Think*“, jenž bývá považován za jeden ze základních kamenů informační vědy. Tato stať se týkala využití počítačů ke komunikaci a byla zajímavá především proto, že byla sepsána dlouho před tím, než byly počítače k tomuto účelu poprvé použity.

Vznik a rozvoj internetu v posledních dekadách 20. století byl výsledkem jedinečného spojení vojenské strategie, vědecké spolupráce, finančního zázemí podnikatelské sféry i inovativního ducha interkulturalismu. Po vypuštění prvního Sputniku v roce 1957, uprostřed studené války mezi Západem a Východem, reagovala Eisenhowerova vláda v USA založením agentury ARPA (*Advanced Research Projects Agency*). Ta měla mj. za úkol zkonstruovat komunikační systém resistentní vůči válečnému rušení, který by se zároveň obešel bez hierarchické struktury.

³⁰ MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. s 158. ISBN 80-7220-157-3.

První počítačová síť pojmenovaná ARPANET byla spuštěna 1. září 1969 a sdružovala čtyři americké univerzity. Vědci ji však brzy začali používat k vlastním účelům, a tak došlo v roce 1983 k oddělení vojenské aplikace pod názvem Milnet. Během 70. let vypracoval Vinton Cerf provozní jazyk a režim zvaný protokol TCP/IP; jeho všeobecné přijetí a zavedení bez jakékoli regulace ukázalo další „samoorganizující“ rys nového způsobu komunikace.

ARPANET byl dále provozován nekomerčně převážně pro potřeby akademické obce, v 80. letech se však otevřel i široké veřejnosti: vzniká komerční NSFNET. Následně byl vyvinut protokol datového přenosu FTP (*File Transfer Protocol*), začátkem 90. let pak přichází Tim Bernes-Lee a Robert Cailliau ze švýcarské společnosti CERN se systémem WWW – *World Wide Web*³¹ a protokolem HTTP (*Hypertext Transfer Protocol*). Na přelomu 80. a 90. let převládají již komerční sítě pod názvem internet, který se brzy stal celosvětově přijímaným označením pro jev jako takový.³²

V dnešní době je internet všudypřítomným fenoménem, médiem volby. Pořídít však přesné statistiky o jeho rozšíření je nesnadné. Obvykle se vychází z několika ukazatelů, jako je kupř. počet připojených počítačů (registrovaných internetových adres), počet lidí s přístupem k internetu atp. Celosvětově mělo v r. 2002 přístup na internet cca 620 milionů lidí, tedy přes 10 % populace, což je mnohem méně, než se ve druhé polovině 90. let očekávalo (americká společnost IDG předpokládala 1 miliardu uživatelů v roce 2000).

K rozšíření a rozvoji internetu v České republice došlo až po pádu železné opony. Původně sledoval – stejně jako jinde ve světě – exponenciální růstovou křivku, poměrně brzy však celkový růst zpomalil. To bylo patrně zapříčiněno dvěma faktory: specifickou situací na českém telekomunikačním trhu a ekonomickou recesí, k níž došlo po roce 2000. Z průzkumů vyplývá, že procento populace používající internet v České republice přesáhlo koncem roku 2008 již 50 %.

Přestože na počátku éry nových médií byli prvními uživateli internetu především počítačovní odborníci, profesní struktura i sociální stratifikace uživatelů se rychle

³¹ ang. celosvětová síť

³² CASTELLS, M. *The Rise of the Network Society*, II. Ed. Oxford: Wiley-Blackwell, 2010. s 45 – 51. ISBN 978-1-4051-9686-4.

vyvíjela. Celosvětově mu byly nejdříve nakloněny spíše mladší ročníky, v současné době již věk uživatelů nehraje takovou roli, stejně jako mizí původní dominance mužů v této sféře. Naproti tomu dosažené vzdělání uživatelů je stále významným ukazatelem: uživatelů se základním vzděláním bylo v roce 2007 jen 20 %, zatímco vysokoškoláků celých 93 %.

Internet je stále se rozvíjejícím fenoménem a ačkoli je jeho další vývoj v různých zemích limitován nejrůznějšími faktory (chybějící infrastruktura, nižší životní úroveň), nikde nebylo dosud dosaženo saturačního platá.³³

3.2 Funkce internetu

Původně byl internet designován k výměně multimediálních dat. S jeho rozvojem se postupně přidávaly funkce další a v současnosti je možné internet v mnohém přirovnat ke klasickým elektronickým médiím s tím rozdílem, že většina těchto funkcí je realizována interaktivním způsobem.

Ačkoli splývání žánrů a funkcí je běžným jevem i v klasických elektronických médiích a prostředí internetu tyto tendence jen posiluje, lze základní funkce internetu rozdělit takto:

- informační funkce zahrnující obsahy a žánry známé z klasických médií (zprávy, komentáře, aktuality atp.) podané novou prezentační formou. Přínosem je zachování výhod tištěného slova (logika, linearita, kauzalita, racionalita, koherence výroků), příp. možnost se k přečtenému vrátit. Internetové verze tiskovin jsou často aktualizovány a zároveň je k dispozici rozsáhlý archiv. Významné je zastoupení neperiodického tisku: knih, encyklopedií, map, jízdních řádů atp. Dále jsou k dispozici informační stránky různých ústavů, úřadů a institucí, zpřístupňující např. zprávy o činnosti, ekonomické výsledky, ale i texty zákonů a jiných norem a předpisů (rovněž dostupné v archivech). Krom stránek oficiálních nalezneme na internetu i osobní stránky s rozmanitým obsahem, který se autor rozhodl veřejně zpřístupnit. Původně do této kategorie patřily i internetové diskuze (*chaty*), které

³³ MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. s 159 - 163. ISBN 80-7220-157-3.

dnes tendují spíše k zábavě. Některé informace na internetu jsou volně přístupné, některé jsou placené zcela nebo v části svých funkcí.

- zábavné funkce zahrnující hudbu, výtvarné formy, humor, hudební a filmové klipy aj. – lze nalézt vše od vysoké kultury po jednoduché či vulgární formy. Pro prostředí internetu jsou charakteristické také počítačové hry, které patří mezi nejrozšířenější formy on-line zábavy.
- komerční funkce zahrnující reklamu, elektronické nákupy, to vše interaktivní formou.
- dálkově provozované služby, především komunikační (e-mail, SMS, elektronické bankovnínictví atp.). Tento segment služeb se rychle rozvíjí a je velmi zajímavý občansky i podnikatelsky.³⁴

3.3 Obsahy šířené prostřednictvím internetu

Na internetu jsou k dispozici nejrůznější informace – vše, co se kdokoli ze stamilionů jeho uživatelů rozhodl zpřístupnit. Značná část těchto dat navíc aktivizuje čtenáře, aby s těmito informacemi dále nakládali, což je velmi snadné díky systému hypertextových odkazů, které směřují uživatele k souvisejícím tématům.

Mezi nejvýznamnější problémy ovlivňující informační efektivitu internetu patří:

- nepřehlednost, způsobená množstvím informací na internetu: počet dokumentů na síti se pohybuje v řádu stovek milionů a toto číslo se neustále zvyšuje. Jelikož prohledávání takového množství informací bylo nad lidské síly, byly vyvinuty specializované programy – tzv. vyhledávače, jež zpracovávají denně desetitisíce internetových stránek a pomáhají uživatelům nalézt požadovanou informaci na základě definice klíčových slov. Problém se však nepodařilo zcela vyřešit, jelikož i vhodně formulovaný dotaz generuje často množství odkazů, jejichž kvalita a relevance je často diskutabilní.
- kvalita informací na internetu: na síti nalezneme vedle špičkových odborných studií různé mystifikace, dezinformace či naprosté banality. Dosud nebyl vyvinut žádný

³⁴ MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. s 163 - 165. ISBN 80-7220-157-3.

system, který by dostupné informace vyhodnotil z hlediska spolehlivosti či kvality. Tento typ informačního zdroje, jehož obsah byl opakovaně redakčně upravován a neexistuje záruka hodnověrnosti uveřejněného obsahu, je ve srovnání s předinternetovou dobou něčím naprosto novým. K internetovým obsahům je proto třeba přistupovat velice kriticky a verifikovat takto získaná data z několika nezávislých zdrojů.

Veškeré informace uveřejněné na internetu je možno kopírovat, tisknout či uložit v elektronické podobě a dále s nimi pracovat. Jednou z největších výhod internetu je možnost celosvětového rozšíření důležité informace v řádu vteřin, což je pro některé oblasti lidské činnosti naprosto klíčovým faktorem. Informační funkce internetu mohou také výrazně zkvalitnit a zatraktivnit výuku na školách.³⁵

³⁵ MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. s 166 - 168. ISBN 80-7220-157-3.

4 SOCIÁLNÍ SÍTĚ

Sociologie definuje pojem sociální síť jako propojenou skupinu lidí, kteří se navzájem ovlivňují, přičemž mohou (ale nemusí) být příbuzní. Sociální síť se buduje na základě společných zájmů, rodinných vazeb nebo z jiných, více pragmatických důvodů, jako je např. ekonomický, politický či kulturní zájem.

Sociální síť na internetu se pak rozumí každý systém, který umožňuje vytvářet a udržovat skupinu vzájemně propojených kontaktů, přátel. Dají se sem zařadit i systémy, u kterých není budování kontaktu primární, ale jen jednou z podporovaných funkcí. Každý uživatel těchto systémů definuje své charakteristiky a vlastnosti, které jsou veřejně přístupné dalším uživatelům. Lidé se v rámci systému mohou vzájemně vyhledávat a vytvářet tak virtuální komunity. Pokročilejší formou je prohledávání sociálních sítí – nahlížení do seznamů našich přátel – tedy hledání známých druhé a další úrovně. Na výše uvedené funkci jsou pak založeny další vlastnosti systému (ang. *socialware*), tedy možnost publikování různých informací, vkládání fotografií a alb, vytváření deníků apod. Za největší slabinu sociálních sítí je v současnosti považována otázka bezpečnosti a autenticity uživatelů.

Servery sociálních sítí (Myspace, Facebook, Hi5, Orkut, LinkedIn, Friendster) se aktuálně zaměřují na podporu nových doplňkových služeb, které jejich záběr dále rozšiřují a dávají uživatelům o důvod více, aby s nimi trávili čas – mohou hodnotit filmy, vytvářet galerie fotek či seznam navštívených zemí nebo touto formou podporovat oblíbený sportovní klub. Hlavním důvodem, proč uživatelé do těchto sítí vstupují a zůstávají, jsou však jejich známí, kteří již na dané síti jsou. Zásadní esencí každé sociální sítě jsou tak samotní uživatelé.³⁶

4.1 Teorie sociálních sítí

Termín sociální síť může mít mnoho významů, původně šlo o pojem sociologický, který již v roce 1954 definoval sociolog J. A. Barnes. Historicky tak sloužil k popisu

³⁶ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 125. ISBN 978-8-02451-742-1.

sociálních struktur (různé sociální skupiny a komunity) propojených skrze přátelství, společné zájmy, náboženskou či rasovou příslušnost, sexuální orientaci atp.

V sociální síti dochází ke vzájemnému ovlivňování a obohacování celé skupiny či komunity. Již narozením se stáváme členy jisté sociální skupiny a skupinová příslušnost nás provází po celý život, projevuje se v našich citech, chování i myšlení. Díky tomu, že člověk nežije sám, ale je závislý na jiných osobách, dochází k formování jeho osobnosti i způsobu života.³⁷

Sociální skupiny lze členit dle řady kritérií. Existují skupiny primární (rodina) a sekundární (sportovní družstvo), dobrovolné (politická strana) a nedobrovolné (národ). Dále můžeme skupiny dělit na neformální, ve kterých se lidé dobře znají, mají mezi sebou přátelské vztahy a vůdci dosahují svého postavení zpravidla díky oblíbenosti, uznání. Pravidla zde nejsou tolik přísná (klub motorkářů, chovatelů, zahrádkářů, sportovní klub atp.). Naopak formální skupiny jsou organizované, mají svůj pevný řád a dodržování pravidel se striktně vyžaduje. Každý člen má vymezeny pravomoci, práva a odpovědnost (podniky, školy atp.). Vztahy ve skupinách jsou různorodé a ne všichni členové v nich mají stejné postavení. Jejich pozice se však může v průběhu času měnit, stejně jako jejich oblíbenost.

Skupiny můžeme také členit podle vztahů, jež v nich převládají, na příbuzenské, přátelské, pracovní, zájmové, sousedství... Člověk je zpravidla členem více skupin současně, přičemž v každé z nich se jinak identifikuje, chová, komunikuje a jinak k nim přistupuje.³⁸

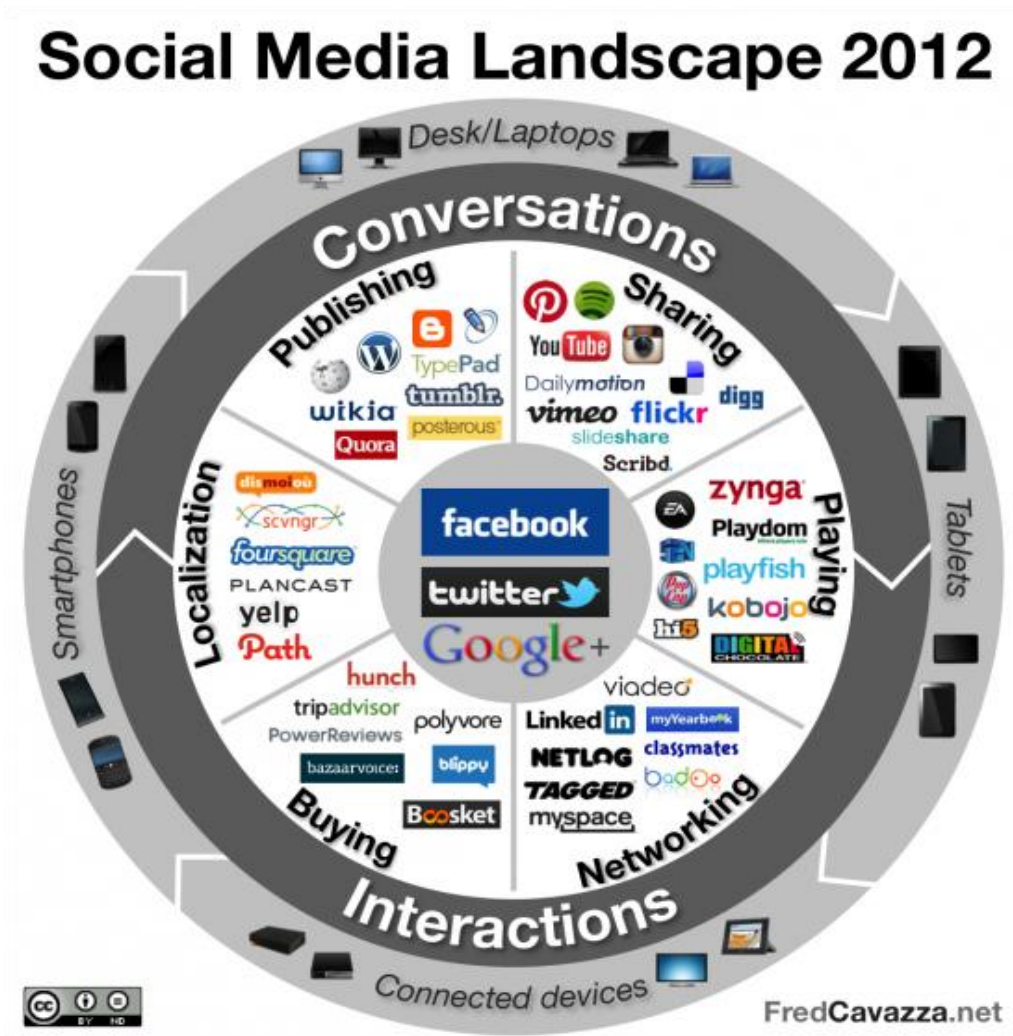
Rozvoj informačních komunikačních technologií vnesl do sféry sociálních sítí nový (elektronický) rozměr: vznikají internetové sociální sítě. Díky internetu mohou lidé udržovat kontakt se svými přáteli, spolužáky, kolegy či známými prakticky odkudkoli. Sociální sítě usnadňují komunikaci, vyhledávání přátel i informací a přenášejí tak

³⁷ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 126 – 127. ISBN 978-8-02451-742-1.

³⁸ TRPIŠOVSKÁ, D., VACÍNOVÁ, M. *Sociální psychologie*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2007. s 41 – 45. ISBN 978-80-86723-30-3.

do digitálního prostředí vazby ze skutečného světa. Vzhledem k masové rozšířenésti a provázanosti tyto sítě představují obrovský potenciál zvláště pro komerční sektor.³⁹

Obrázek 1: Přehled sociálních sítí a médií v roce 2012



Zdroj: CAVAZZA, F. *Social Media Landscape 2012*. [online]. 2012 [cit. 2012-09-21]. Dostupné z: <http://www.fredcavazza.net/2012/02/22/social-media-landscape-2012/>

Jakákoli komunita (tedy i komunity vznikající na sociálních sítích) je definována třemi základními prvky: doménou činnosti (tématem), mezilidskými vztahy a sdílením informací a znalostí.

Sdílené téma (doména) představuje předmět činnosti dané komunity a je hlavním důvodem, proč členové skupiny považují za důležité a přínosné komunitu utvářet

³⁹ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 127. ISBN 978-8-02451-742-1.

a následně v ní kooperovat. Je jednotícím prvkem komunity, určuje její charakter – pokud uskupení lidí doménu nemá (skupina přátel), nejedná se o komunitu. Od charakteru domény se následně odvíjejí nástroje a terminologie, které daná komunita používá.

V rámci práce pro komunitu se uživatelé účastní společných aktivit, diskuzí, vzájemně si pomáhají, sdílejí informace a budují znalosti, což napomáhá prohlubování mezilidských vztahů a pocitu sounáležitosti. Právě ten je v pozdějších fázích pro chod komunity velice důležitý. Práce pro komunitu je dobrovolná, pokud se jedinec nezapojuje, zůstává na její periferii jako formální účastník.

Dalším důležitým rysem každé komunity je ochota jejích členů vytvářet a sdílet mezi sebou informace a znalosti. K tomuto jevu dochází evolučním vývojem – jedinec, který není ochoten znalosti sdílet či má problémy s používanou technologií nebo navazováním přátelských vztahů a důvěrou, bývá z komunity vyloučen. Jde zde o jakýsi obranný reflex komunity, neboť komunita s nekooperujícími jedinci se stává komunitou nefunkční, od které se její členové odvrací. Ti mají od komunity jistá očekávání – chtějí, aby jim komunita poskytla nějakou „přidanou hodnotu“ – pokud se jejich očekávání nenaplní, odcházejí.⁴⁰

A. Pavlíček rozšiřuje tento základní výčet o další tři typické charakteristiky:

- *„angažovanost členů – komunita, včetně té virtuální, je z definice aktivní forma. Z hlediska členů komunity je důležitá vazba a kontakty s ostatními členy komunity, možnost získávat od nich informace, vzájemně spolupracovat. Komunita se tedy – na rozdíl např. od týmu – chová jako sociální jednotka. Pokud komunita nevykazuje aktivitu – postrádá smysl.*
- *pocit sounáležitosti vytváří základnu pro společnou činnost. Dává členům možnost identifikovat se s komunitou.*
- *sdílení zdrojů – komunita si vytváří a následně pak sdílí vlastní zkušenosti, nástroje, rutiny, pravidla, dovednosti, styl práce atd.“⁴¹*

⁴⁰ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 128 - 129. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁴¹ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 129. ISBN 978-8-02451-742-1.

Termín sociální sítě založené na webových technologiích definovali výstižně Boyd a Ellison v *Journal of Computer-Mediated Communication*: „Sociální síť je služba založená na webových technologiích, která nabízí jedincům používajícím takovou síť tři základní možnosti:

- vybudovat v rámci této sítě veřejný či poloveřejný profil uživatele;
- definovat seznam dalších uživatelů v rámci této sítě, se kterými je daný jedinec propojen – povaha a pojmenování těchto propojení se mohou v různých sítích lišit;
- síť umožní uživatelům zobrazit a procházet seznam uživatelů, s nimiž jsou spojeni a zároveň procházet tyto seznamy i u jiných uživatelů.“⁴²

4.2 Vznik a vývoj internetových sociálních sítí

S rozvojem informačních technologií v 80. a 90. letech se brzy objevily první pokusy o propojení lidských komunit pomocí počítačů, jednalo se o programy Bulletin Board System (BBS), CompuServe, Gopher a Telnet.

BBS byl službou, která umožňovala přístup k centrálnímu serveru, odkud bylo možné stahovat programy, hry a zároveň zanechávat zprávy ostatním uživatelům. Tyto sítě byly převážně lokální a poskytovaly platformu uživatelům, kteří se vzájemně znali z reálného života, tvořili komunitu i mimo síť.

Propracovanější verzí BBS se stal CompuServe spuštěný koncem 80. let, který umožňoval uživatelům přístup k souborům, novinkám, událostem. Tento server již také umožňoval diskutovat v diskuzních fórech.

Roku 1994 začaly fungovat stránky Geocities, které uživatelům umožnily personalizovat web a vytvářet vlastní webové stránky přiřazené k jednomu ze šesti charakteristických „měst“.⁴³

První internetová sociální síť vznikla roku 1995 v Seattlu (USA) a jejím zakladatelem byl Randy Conrad, letecký inženýr firmy Boeing. Jeho původním záměrem bylo spojit

⁴² BOYD, D. M. *Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship*. [online]. 2007 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://jcmc.indiana.edu/>

⁴³ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 131. ISBN 978-8-02451-742-1.

se svými spolužáky, což se mu tradičním způsobem nedařilo. Zkusil to tedy pomocí počítačové sítě. Původně malý projekt se nečekaně rozrostl a objevil se nový typ komunitní sítě – úspěšný server classmates.com⁴⁴, který má v současné době více než 55 milionů uživatelů.⁴⁵

Roku 1997 následovala SixDegrees.com⁴⁶, kde si již mohli uživatelé vytvářet vlastní profily, navazovat kontakty či procházet seznamy přátel ostatních uživatelů. Přestože již dříve existovaly webové stránky s některými funkcionalitami sociální sítě (seznamovací servery, chaty...), žádná z těchto služeb neobsahovala všechny její atributy. SixDegrees zkrachovala v roce 2000 po dosažení hranice milionu uživatelů. Předběhla totiž svou dobu – na počátku nového tisíciletí nebyl internet ještě tak hojně využíván a lidé na této síti obtížně nacházeli skutečné známé z reálného života.⁴⁷

Ve stejné době vznikla řada projektů, které kombinovaly prvky sociální sítě na základě sounáležitosti s určitou etnickou skupinou (AsianAvenue, BlackPlanet, MiGente). Na všech bylo možno vytvářet osobní, profesní či seznamovací profily. Specifickou službou kombinující blog s prvky sociální sítě byl server LiveJournal. V roce 1999 byla spuštěna služba Cyworld, šlo o korejskou stránku, která nezávisle na ostatní konkurenci začala roku 2001 poskytovat komplexní služby sociálních sítí.

Pod vlivem rozšiřujících se podnikových sítí vznikl roku 2001 projekt Ryze.com. Stála za ním skupina lidí z okolí San Francisca (USA), přátel a kolegů, kteří byli úzce propojeni v osobním i profesním životě. Vize, že dokáží vytvořit systém několika sociálních sítí, jež si nebudou vzájemně konkurovat, se však nenaplnila. Ryze nebyl nikdy masově využíván, Tribe.net začal přitahovat „vášnivější“ uživatelskou základnu, Friendster se stal nejvýznamnějším zklamáním v dosavadní historii sociálních sítí a pouze LinkedIn uspěl.

⁴⁴ vzor pro český server spolužáci.cz

⁴⁵ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 131 – 132. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁴⁶ Název odvozen od anglického termínu „*six degrees of separation*“ (šest stupňů odloučení), což je název teorie, která předpokládá, že každý člověk na planetě se může spojit s dalším člověkem prostřednictvím řetězce šesti sobě navzájem známých lidí.

⁴⁷ PLATKO, O. *Sociální sítě*. [online]. 2009 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://www.owebu.blogger.cz/Internet/Socialni-site-1-dil>

Friendster vznikl roku 2002 jako sociální extenze projektu Ryze. Konkuroval již existující internetové seznamce Match.com, přišel však se zajímavou inovací. Zatímco běžné seznamky se zaměřovaly na seznamování lidí, kteří se neznali, Friendster chtěl znovu nalézt „staré známé“. Nekvalitně vystavěná databáze, která se začala hroutit pod nápořem uživatelů i problémy s falešnými profily, jež se Friendster rozhodl mazat, záhy ukončily slibně se rozvíjející projekt.

Předělem v rozvoji sociálních sítí se stal rok 2003, kdy bylo spuštěno mnoho dodnes populárních serverů. Sociální sítě jsou v té době již mainstreamovou záležitostí a nové servery se koncentrují na různé cílové skupiny. Vzniká služba MyChurch, dosud fungující síť určená křesťanům, Orkut, který se stal populárním především v Brazílii a Indii, MySpace a Windows MySpace. Odliv zklamaných uživatelů Friendsteru přinesl těmto sítím nadšené fanoušky, což dokázal zúročit především MySpace, který poskytoval prostor k prezentaci kapelám a nejrůznějším celebritám, ale také novinku ve formě personalizace profilu. Během dalších dvou let se mnoho serverů sloužících původně ke sdílení mediálního obsahu rozhodlo implementovat prvky sociální sítě (Flicker, Last.FM a YouTube).⁴⁸

Facebook byl spuštěn roku 2004 a ačkoli se původně jednalo o systém určený výhradně studentům Harvardské univerzity, brzy se rozšiřuje i na další vysoké školy v USA i Evropě, následně i mezi zaměstnance vybraných firem, a posléze se otevírá veřejnosti.

Zatímco počet uživatelů některých sociálních sítí exponenciálně rostl, jiné zavedly povinnost schválení registrace. To byl např. případ sociální sítě pro „krásné“ – BeautifulPeople, kde její uživatelé hlasovali, zda je nový zájemce o členství dostatečně krásný, aby mohl být přijat. Další sítě záhy narazily na strop svých možností, což se stávalo zejména v případech, že byl server zaměřen na úzkou skupinu lidí (např. MyChurch).

Roku 2006 byl spuštěn Twitter a v roce 2008 přebírá pomyslné žezlo vůdce trhu Facebook (měřeno počtem unikátních návštěvníků). Facebook je s necelou miliardou uživatelů nadále nejúspěšnější sociální sítí, velmi populární je i Twitter a LinkedIn, lokálně dosahuje velmi dobrých výsledků ruský VKontakte či čínský QQ, naopak Orkut

⁴⁸ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 132 – 134. ISBN 978-8-02451-742-1.

či MySpace se marně snaží zastavit svůj pád. Relativní novinkou na trhu sociálních sítí je Google +.⁴⁹

Podle nejnovějších výzkumů jsou sociální sítě v současné době nejpoblárnější internetovou komunikační platformou: Američané nejvíce času stráveného on-line věnují právě sociálním sítím, na druhém místě jsou pak on-line hry a teprve na třetím e-mail.⁵⁰

4.3 Facebook

Facebook je se svými více než 955 miliony registrovaných uživatelů největší a nejúspěšnější sociální sítí světa.⁵¹ Průměrný uživatel má 130 přátel, je připojen do 80 skupin, stránek či událostí. Každý měsíc přispěje devadesáti novými položkami⁵² na svůj profil (tzn. v průměru 3 x denně). V současné době je Facebook k dispozici ve více než sedmdesáti jazykových mutacích.

Lidé na Facebooku nainstalují denně na 20 milionů nových aplikací. K Facebooku se lze připojit kromě počítače také z mobilního telefonu pomocí aplikace Facebook Mobile. Tuto aplikaci denně využívá více než 200 milionů aktivních uživatelů. V České republice je tato síť nejrozšířenější, a to především díky jazykové lokalizaci.⁵³

4.3.1 Historie Facebooku

Zakladatelem Facebooku je bývalý student Harvardu Mark Zuckerberg. Ještě během univerzitních studií vytvořil pomocí ukradených fotografií webovou stránku www.facemash.com, na které ostatní studenti hodnotili dívky z okolních kolejí. Na stránkách se vedle sebe objevily vždy dvě fotky a uživatel měl za úkol vybrat hezčí

⁴⁹ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 134 - 135. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁵⁰ *What Americans Do Online?* [online]. 2010 [cit. 2013-02-15]. Dostupné z: http://blog.nielsen.com/nielsenwire/online_mobile/what-americans-do-online-social-media-and-games-dominate-activity/

⁵¹ Facebook: *Key Facts*. [online]. 2012 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://newsroom.fb.com/content/default.aspx?NewsAreaId=22>

⁵² odkazy na stránky, novinky, příspěvky, statusy, poznámky, fotky atp.

⁵³ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 136. ISBN 978-8-02451-742-1.

dívku.⁵⁴ Facemash fungoval velmi krátce, přesto během několika hodin přilákal 450 návštěvníků, kteří ohodnotili 22 000 párů fotografií. Zuckerberg se následně ocitl před disciplinární komisí, která jej obvinila z úmyslného narušení bezpečnosti, porušení autorských práv, pravidel univerzity a narušení soukromí. Byl potrestán půlročním podmíněným vyloučením.

Další Zuckerbergův projekt sliboval vytvoření platformy, kde by mohli studenti, profesori a personál Harvardu sdílet své poznatky, fotografie, osobní informace a jiné příspěvky s ostatními pomocí profilů. Zároveň si mohli vybrat, s kým chtějí tyto informace sdílet. Projekt měl za cíl zjednodušit proces seznamování mezi lidmi a zlepšit orientaci nově příchozích studentů. Zuckerberg se inspiroval nápady z vlastních programů Course Match a Facemash a také serveru Friendster, který používal. V lednu 2004 začal Zuckerberg programovat a 4. února téhož roku spustil stránky pod názvem „Thefacebook“, posléze přejmenované na „Facebook“.⁵⁵

Původně bylo členství omezeno pouze na studenty Harvardu, jichž se ovšem během prvního měsíce zaregistrovala více než polovina. V březnu 2004 Facebook expandoval na další prestižní americké univerzity Stanford, Columbia a Yale, poté jej začaly používat i další univerzity v USA i Kanadě. V září 2005 Zuckerberg Facebook zpřístupnil všem vysokým školám, k nimž se později připojily i významné firmy jako Microsoft a Apple.

26. září 2006 (2,5 roku od spuštění) se Facebook zcela otevřel veřejnosti – podmínkou byla platná emailová adresa a věk nad 13 let. 27. října 2007 oznámila společnost Microsoft, že koupila podíl 1,6 % Facebooku za 240 milionů dolarů. V září 2009 měl Facebook poprvé kladný cash flow a v listopadu 2010 přesáhla jeho hodnota 40 miliard dolarů. Stal se tak třetí největší webovou společností (po Microsoftu – 208 mld. USD a Google – 170 mld. USD).⁵⁶ V roce 2012 vstoupil Facebook na burzu cenných papírů.⁵⁷

⁵⁴ Na podobném principu fungoval i kdysi velmi populární český server Libimseti.cz.

⁵⁵ KIRKPATRICK, D. *The Facebook Effect*, I. Ed. London: Virgin Books, 2011. s 23 – 29. ISBN 978-0-7535-2275-2.

⁵⁶ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 137. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁵⁷ JANOUŠ, M. *Facebook se dneškem začíná veřejně obchodovat*. [online]. 2012 [cit. 2012-10-03]. Dostupné z: <http://startup.lupa.cz/clanky/facebook-ipo/>

4.4 Twitter

Mobilní sociální síť a zároveň mikroblogovací služba Twitter.com byla založena v Kalifornii (USA) a provozuje ji stejnojmenná společnost Twitter Inc. Každý uživatel si zde může pomocí krátkých vzkazů – tzv. *tweetů* – tvořit vlastní blog. Příspěvky se zobrazují jak na stránce autora, tak i na stránkách uživatelů, kteří jsou jeho odběrateli⁵⁸. Uživatel může tweety veřejně zpřístupnit nebo je omezit jen na odběratele. Službu je možné využívat přes webový prohlížeč, externí aplikace na mobilních telefonech nebo prostřednictvím SMS zpráv.⁵⁹

V současné době se Twitter potýká s ekonomickými problémy. Přestože v roce 2011 přesáhl hranici 200 milionů uživatelů, z nichž se každý měsíc připojí alespoň polovina a každý den se přihlásí na milion uživatelů (ti denně přispějí kolem 250 miliony tweety), provozovatel dosud nenalezl model, jenž by generoval výrazný zisk. Počet českých uživatelů se odhaduje zhruba na 100 000, což je ve srovnání s více než třemi miliony uživateli Facebooku zanedbatelné množství. V současné době Twitter existuje ve více než 20 jazykových mutacích.⁶⁰

4.4.1 Historie Twitteru

Duchovním otcem Twitteru je Jack Dorsey, který v roce 2006 zrealizoval svůj nápad propojit malou skupinu lidí, kteří spolu budou moci na vhodné platformě komunikovat pomocí krátkých textových zpráv. Příspěvky měly stručně reflektovat, co uživatel právě dělá, o čem přemýšlí. Původní krycí jméno pro službu založenou na této myšlence bylo „twtr“ – inspirováno jinou fungující službou (Flickerem) a faktem, že zkrácené kódy amerických SMS byly pětimístné. Název „Twitter“ byl pak odvozen od významu slova: cvrlikání, švitoření⁶¹, což jasně vymezovalo účel produktu.

⁵⁸ *followers* – ang. následovníci

⁵⁹ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 145. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁶⁰ SCHON, O. *Twitter se naučil česky*. [online]. 2012 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://tech.ihned.cz/facebook/c1-56929580-twitter-se-naucil-cesky-ve-140-znacich-se-zatim-bavi-jen-107-tisic-cechu-a-slovaku>

⁶¹ OSÍČKA, A., POLDAUF, I. *Anglicko-český slovník*, 4. vyd. Praha: Academia, 1970. s 461. ISBN 501-21-875.

Twitter nejdříve používala jako interní komunikační prostředek společnost *ODEO*, v červenci roku 2006 byl následně představen veřejnosti. Na počátku nebyla délka tweetů omezena a zprávy delší než 160 znaků (limit SMS stanovený operátorem) byly rozděleny do více zpráv a doručovány postupně. Vzhledem k vyššímu počtu využitých SMS však narůstala cena služby, proto se tým vývojářů rozhodl délku posílaných zpráv omezit na 140 znaků, čímž vznikla ještě dvacetiznaková rezerva pro uživatelské jméno a dvojtečku.⁶²

4.5 LinkedIn

Největší internetovou sociální sítí zaměřenou na korporátní klientelu je LinkedIn. V roce 2011 zde mezi sebou sdílelo své kontakty na 100 milionů profesionálů z nejrůznějších oborů a více než 200 zemí. V současné době je síť dostupná v angličtině, francouzštině, němčině, italštině, portugalské a španělštině.

Uživatelský profil má formu on-line životopisu, kde stejně jako v resumé tradičním hraje důležitou roli dosažené vzdělání, kvalifikace a pracovní zkušenosti. Výhodou je možnost připojit doporučení kolegů, které dodá na důvěryhodnosti daleko více než životopis, který si člověk píše sám. LinkedIn umožňuje vyhledávat přátele, známé, kolegy, spolužáky, zaměstnance, spolupracovníky, obchodní partnery, ale i nejrůznější profesionály z vybraného oboru. Všechny tyto vazby tvoří tzv. „síť kontaktů“. Dojde-li ke změně či ztrátě zaměstnání, síť kontaktů zůstane nedotčena. LinkedIn tak umožňuje udržet si přehled o vývoji profesní kariéry přátel, známých či kolegů, což je v dnešní turbulentní době velmi cenné.⁶³

LinkedIn mohou využívat jednak personalisté k vyhledávání nových zaměstnanců, ale také jednotliví uživatelé, kteří zde hledají volné pracovní pozice. K vytvoření profilu potřebují pouze platnou emailovou adresu. Aby využili veškerý potenciál sítě, měli by uvést co největší množství relevantních údajů, neboť zájem potenciálních zaměstnanců

⁶² PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 145 – 147. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁶³ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 149. ISBN 978-8-02451-742-1.

se odvíjí právě od kvality profilu. Je také vhodné požádat přátele, kolegy, obchodní partnery nebo klienty o doporučení.

Přestože je LinkedIn určena primárně zaměstnancům, nabízí tato největší profesní síť řadu nástrojů uplatnitelných i z firemního pohledu. Společnosti se zde mohou prezentovat pomocí profilu v sekci *Companies*⁶⁴. Firemní profil tak informuje o činnosti firmy, oboru podnikání, novinkách nebo může sloužit jako diskuzní platforma pro zaměstnance společnosti.

Specifikem LinkedInu je možnost vytváření vyšších (placených) uživatelských účtů. Tyto účty jsou zaměřeny především na specialisty z oboru lidských zdrojů, tedy osoby, jež hledají nové zaměstnance, případně na majitele firem či manažery, kteří hledají obchodní kontakty. Rovněž umožňují rozšířený přístup k informacím těm uživatelům, kteří právě hledají zaměstnání.⁶⁵

4.6 MySpace

Myspace (dříve psána MySpace) byla ještě před několika lety celosvětovým leaderem sociálních sítí. Propojuje veškeré kulturní dění s uživateli on-line a zaměřuje se obzvláště na hudbu, filmy, hry a jiná aktuální témata k diskuzím.

Síť Myspace⁶⁶ poskytuje každému uživateli prostor k vlastní prezentaci. Na rozdíl od Facebooku lze profil plně personalizovat, čímž získává na osobitosti. Měnit lze za pomoci rozsáhlého archivu či vlastní fantazie vše od barev, motivů, rozložení profilu, až po volbu preferovaných modulů jako jsou např. stavy a nálady, novinky z vlastního blogu, kalendář, osobní informace a další.

Funkčně lze Myspace přirovnat k Facebooku, specifikem je pak tvorba *playlistů*⁶⁷, přehrávání hudby a její nákup prostřednictvím Apple iTunes nebo Amazon MP3.⁶⁸

⁶⁴ ang. společnosti

⁶⁵ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 151 – 152. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁶⁶ ang. můj prostor

⁶⁷ ang. seznam oblíbených skladeb a videí

⁶⁸ iTunes je program společnosti Apple, který slouží k přehrávání a organizaci hudby na počítači. Umožňuje také jednoduchý nákup a stahování licencovaných skladeb přes internet. Amazon MP3 je internetový obchod s hudbou provozovaný na serveru Amazon.com.

Myspace je považována za alternativní a kreativní síť pro mladé a i to je patrně důvodem, proč je právě tato sociální platforma tak oblíbená u umělců a celebrit.

Po spuštění Facebooku popularita této sítě kontinuálně klesá, stejně jako její příjmy z reklamy. Společnost se restrukturalizovala, propustila řadu zaměstnanců a nadále se snaží zastavit odliv uživatelů, nic z toho se však neukázalo být dostatečně efektivní. V roce 2011 koupila Myspace společnost *Specific Media* za „pouhých“ 38 milionů USD. Příběh této sociální sítě tak ilustruje nestálost a proměnlivost sféry nových médií.⁶⁹

4.7 YouTube

Video-hostingový server YouTube funguje na trhu teprve od roku 2005, přesto již po prvních dvou letech převýšil počet jeho návštěvníků 100 milionů denně a ocitl se tak na 3. příčce žebříčku *Alexa Global Top 500*.⁷⁰ V současnosti se tento server denně připojí téměř třetina všech uživatelů internetu. V roce 2006 jej koupila společnost Google za historicky nejvyšší cenu za podobný projekt (1,65 miliardy USD), a to přesto, že již provozovala podobnou vlastní službu Google video. Díky této akvizici se již o několik měsíců později Google etabloval jako absolutní leader trhu video-hostingových služeb a tuto pozici si drží dodnes.

YouTube je primárně určen ke sdílení audiovizuálního obsahu. Veškeré příspěvky je možné hodnotit, komentovat, lze zde vytvářet seznamy oblíbených skladeb, samozřejmostí je sdílení těchto playlistů mezi uživateli. Ačkoli aktivními přispěvateli je dle společnosti *Hitwise* jen mizivých 0,16 % uživatelů a ostatní si na YouTube pouze pasivně přehrávají videa, při milionové návštěvnosti to zcela postačuje k jeho úspěšnému fungování. Specifickým rysem YouTube je možnost procházet sdílený obsah i neregistrovaným uživatelům s tím rozdílem, že nemohou uskutečnit zpětnou vazbu.

⁶⁹ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 153 – 154. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁷⁰ Pravděpodobně nejcitovanější žebříček nejnavštěvovanějších internetových stránek, *Alexa The Web Information Company* [online]. 2012 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://www.alexa.com>

Podpora komunit je ve sféře sociálních sítí nutností a YouTube si je této skutečnosti vědom. Poskytuje prostor k formování různých tematicky zaměřených skupin, ale také se stal mezinárodní platformou umožňující prezentaci stovkám tisíců jednotlivců, z nichž se několik desítek stalo slavnými i mimo okruh internetových nadšenců. Vznikl tak fenomén internetové hvězdy – uživatelé, jehož videa zhlédly miliony lidí. Možnosti on-line prezentace své tvorby využívají i alternativní umělci či scénáristé. Tyto „YouTube celebrity“ tvoří ovšem jen zlomek materiálů přístupných na serveru.

Ekonomicky je celý projekt založen na reklamě, která je promítána zároveň s videem. Aby byla reklama efektivnější, není možné stahovat audiovizuální obsah do uživatelského počítače, musí být přehráván ze serveru. V současné době však již existuje řada programů, které toto omezení pomáhají obejít.⁷¹

YouTube se v současné době potýká s několika závažnými problémy. Jedním z nich je copyright⁷², jelikož mnozí uživatelé vědomě nahrávají obsah porušující autorská práva (hudební klipy, části filmů atd.). Server již v tomto směru několikrát zasáhl a některá díla odstranil. Navíc nabídl mediální společnostem, aby se samy staly poskytovatelem obsahu (upoutávky, sestřihy, filmy o filmu apod.). Problém neukázněných uživatelů však přetrvává.

Uveřejňování videoklipů zobrazujících násilí je dalším z problémů tohoto serveru. Vznikly fenomény jako „*happy slapping*“: útoky na nic netušící, náhodné oběti nahrávané spolupachateli a publikované na internetu či „*bumfights*“: videa zaměřená na rvačky žebráků nebo útoky na ně. Časté je také uveřejňování záběrů ničení majetku, demolování hromadných dopravních prostředků, laviček, nákupních vozíků atp. I když se tomu provozovatel snaží zabránit, záběry často ukazují brutální násilí (např. ukamenování jako trest v islámském právu šaría). Jiným příkladem jsou videozáznamy z válečných oblastí, poslední dobou převážně z Iráku, Afghánistánu, Sýrie. Fenomén

⁷¹ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 155 – 157. ISBN 978-8-02451-742-1.

⁷² ang. autorské právo - chrání duševní vlastnictví jako jednu z uznávaných vlastnických forem. Prostřednictvím autorského práva stát poskytuje autorům výlučnou možnost rozhodnout o některých aspektech využívání jejich děl. Copyright však nechrání samotné ideje, nápady či myšlenky, vztahuje se pouze na konkrétní vyjádření těchto myšlenek, dílo v objektivně vnímané podobě. Autorským dílem je pro účely copyrightu chápán unikátní výsledek tvůrčí práce autora. Autorsky chráněným dílem nejsou: pouhý námět, informace, teorie, vzorec, metoda, graf, tabulka, výstup počítačového programu apod. Autorské právo k dílu vzniká automaticky okamžikem vytvoření díla. Zdroj: ROZEHNAL, A. *Mediální právo*, 1. vyd. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2004. s 225 - 230. ISBN 80-86473-79-1.

násilí internetového videa dokonce pronikl i na základní a střední školy, kde si žáci nahrávají šikanu či skupinové bitky.

Podle statistiky *Alexa.com* se v České republice stal YouTube nejpopulárnějším zahraničním serverem. Konkuruje mu dva české projekty: Stream a N-joy na doméně .cz, ani jeden z těchto serverů však zatím příliš úspěšný není.⁷³

⁷³ PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. s 157 – 159. ISBN 978-8-02451-742-1.

5 PATOLOGICKÉ JEVY SOUVISEJÍCÍ S INTERNETEM

5.1 Zdravotní rizika

Práce u počítače bývá považována za práci lehkou, bez zdravotních rizik, přesto může být zdrojem mnoha potíží. Člověk sedící u počítače setrvává dlouho v jedné poloze, často nemá dostatek osvětlení, vhodnou židli, přísun čerstvého vzduchu. Tráví-li takto mnoho hodin denně, velmi pravděpodobně se brzy dostaví zdravotní obtíže.

Častým problémem jsou bolesti hlavy, jež mohou mít řadu příčin. K nejčastějším patří napětí šíjových svalů, jež dráždí kostěné úpony na lebce. Napětí zmíněných svalů souvisí nejčastěji s přetěžováním krční páteře nebo s psychickými vlivy. Dalším častým důvodem bolestí hlavy bývají oční problémy. Všechny tyto příčiny potíží mohou souviset s nadměrným vysedáváním u počítače.

Žádná poloha nezatežuje páteř tak, jako dlouhodobé sezení, a zároveň máloco dokáže člověka přikovat na dlouhou dobu k židli tak, jako počítač. Páteř má přibližně tvar protáhlého písmene „S“ a jistá míra zakřivení v předozadní rovině je přirozená. Polohu páteře a kloubů pak zajišťují vazy a svaly, z nichž nejdůležitější pro stabilitu páteře jsou svaly krátké, jež spojují dva sousední obratle. Jednotlivé úseky páteře jsou funkčně propojené, což v praxi znamená, že problémy z jedné oblasti se snadno přenášejí do dalších.

Při práci na počítači obzvláště trpí krk a šíje. Ať už je příčinou příliš strnulá poloha uživatele (kupř. hlava otočená na stranu při opisování dat) či špatné nastavení monitoru a následné předklánění hlavy, přetížení krční páteře je velmi rozšířeným zdravotním problémem spojeným s dlouhodobým sezením u počítače. Může se projevovat i velmi nespecifickými obtížemi jako je žaludeční nevolnost, závratě, což činí tento problém obtížněji diagnostikovatelný.⁷⁴

⁷⁴ NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. s 21 – 27. ISBN 978-80-7402-069-8.

Ani ramena, paže, zápěstí a prsty nejsou při nadměrném používání počítače ušetřeny. Zdvížená ramena chrání krk ze stran. Krom skutečnosti, že takovýto postoj nepůsobí dobře, přetěžují se tak příslušné svaly. Na celkovém držení těla také záleží, jak dobře jsou ruce zásobeny krví. Shrbené držení těla totiž utiskuje cévy a někdy i nervy, což může způsobovat značné bolesti. Dalším citlivým místem rukou je tzv. karpální tunel. Na přední straně zápěstí probíhají cévy a nervy mezi kostí a stříškou tvořenou vazem. Jestliže šlachy zduří, např. v důsledku přílišné zátěže a ohýbání nahoru, začne být v karpálním tunelu těsno. Ruce nejsou dobře zásobeny krví a utiskované nervy začínají bolet, mohou se objevit otok, brnění, mravenčení a další potíže.

Pojem „syndrom ekonomické třídy“, tzn. dlouhodobé setrvání v jedné pozici při sníženém příjmu tekutin, jež vede k zahuštění krve a riziku trombózy, se nemusí vztahovat pouze k cestování. Na rozdíl od cestovatelů se totiž málokterý uživatel počítače čas od času postaví a procvičí si nohy.

Trávicí systém bývá také postižen přílišným sezením u počítače. Z výzkumů vyplývá, že dospívající, kteří se nadměrně věnovali počítačům a internetu, častěji vynechávali jídla a jedli nepravidelně. Zdánlivě paradoxně se u nich ale také mnohdy objevovala obezita. Je však běžné, že pokud člověk přes den jídlo odbývá, večer se obvykle dostaví pořádný hlad, který unavený, špatně se ovládající jedinec utiší likvidací obsahu lednice. Zpracování nadměrného množství potravy je navíc obtížné a mohou se tak – krom obezity – objevit i potíže s trávením. Velký objem potravy v žaludku navíc zablokuje dýchání za pomoci bránice a břišních svalů. Ke všemu se přejedenému člověku bude špatně usínat a ani spánek nebude kvalitní.⁷⁵

Uvedený výčet zdravotních rizik nadměrného vysedávání u počítače není zdaleka úplný. Jsou popsány souvislosti s hraním počítačových her a zvýšeným výskytem kožních alergických reakcí, u určitého typu her se uvádí i výskyt epileptických záchvatů. Řada excesivně provozovaných počítačových her vyvolává příznaky stresu, z čehož vyplývají četné další problémy a rizika, počínaje bolestmi břicha a konče oslabenou imunitou. Řada jiných rizik pak souvisí s hypokinezí čili nedostatkem tělesného pohybu. Také je

⁷⁵ NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. s 35 – 39. ISBN 978-80-7402-069-8.

třeba vzít v úvahu i riziko závažných onemocnění, jako jsou cukrovka, vysoký krevní tlak nebo srdeční choroby.⁷⁶

5.2 Počítač a psychika

Co se účinků počítače na psychiku týče, záleží na tom, čím se člověk zabývá, jak dlouho se tím zabývá a o koho se jedná. Např. ze studie prováděné v Norsku vyplynulo, že dospívající, kteří se nadměrně věnovali počítačovým hrám, měli často duševní problémy. Nejčastěji se jednalo o poruchy spánku, deprese, temné myšlenky, úzkost, nutkavé jednání a zneužívání alkoholu či jiných drog (v mnoha počítačových hrách se objevuje zneužívání alkoholu či drog). V zájmu objektivity je třeba dodat, že podobně nepříznivě ve vztahu k návykovým látkám působí i televize. Navíc je známo, že jedna návyková nemoc může snadno přejít v jinou (např. závislost na heroinu v závislost na alkoholu nebo patologické hráčství v závislost na alkoholu).⁷⁷

Bylo prokázáno, že po hraní závodivé hry měly pokusné osoby tendenci více riskovat, než kdyby hrály hry neutrální. Riziko úrazů zvyšují i poruchy rovnováhy, které se objevují po skončení her obsahujících např. simulovanou jízdu autem. Kromě závratí bývá popisována i nevolnost, žaludeční obtíže a bolest hlavy.

Riziko násilného chování má korelaci s hraním násilných počítačových her. Dle některých výzkumů obsahuje více než 85 % videoher nějakou formu násilí a přibližně polovina z nich násilí závažného charakteru. Rovněž uvádějí, že násilné videohry preferují spíše chlapci s menší mírou vcítění, se sklonem k násilí a s nižší inteligencí. Násilné hry si spíše vybírají problémoví jedinci, což jejich adaptaci ještě zhoršuje. Dochází k otupění vůči násilí a oslabuje se soucit. Bylo také zjištěno, že z krátkodobého hlediska násilí v médiích (včetně televize a počítačových her) zvyšuje agresivitu více u dospělých než u dětí, z dlouhodobého hlediska je tomu naopak. Zdá se, že nejnebezpečnější formy násilí v počítačových hrách jsou ty, které může dospívající v reálném životě snadno napodobit (kupř. bodnutí nožem v takové hře představuje pro okolí dospívajícího podstatně vyšší riziko než používání interkontinentálních raket).

⁷⁶ NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. s 44 – 45. ISBN 978-80-7402-069-8.

⁷⁷ NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. s 21. ISBN 978-80-7402-069-8.

Děti mají sklon napodobovat to, s čím se setkávají. Otupení vůči agresi a zásahu do celistvosti lidského těla u dospívajících snižuje užitečné zábrany při používání násilí vůči sobě nebo druhým. Násilně chovající se kladní hrdinové jsou z hlediska učení se násilí ještě nebezpečnějšími než násilně se chovající záporné postavy. Závažná je i skutečnost, že násilné počítačové hry vedou u dětí a dospívajících ke snížení vstřícného a pomáhajícího chování.⁷⁸

Lze jistě nabídnout i opačné případy, kdy je osamělý člověk smutný, nudí se a na internetu nalezne momentální rozptýlení ve formě zajímavých zpráv, přítele připojeného na program Skype či poslechu oblíbené hudby. Jednoduše řečeno: počítač je dobrým sluhou, ale špatným pánem.⁷⁹

5.3 Závislost

Jedním z nových rizik spojených s používáním informačních technologií je vznik závislosti na internetu, počítačových hrách nebo dokonce na mobilním telefonování a posílání SMS. Ze zahraničních výzkumů vyplývá, že až u 5 % uživatelů internetu může vzniknout závislost, která postihuje stejně dospělé i děti a mladistvé, přičemž druhá kategorie je podstatně zranitelnější. Dle některých studií je na cestě k závislosti v ČR několik desítek tisíc dětí a mládeže (Jaroslav Vacek z Centra adiktologie UK).⁸⁰

Závislí mohou na internetu vyhledávat nejrůznější aktivity, časté je surfování, předmětem závislosti však mohou být i některé specifické internetové aktivity: prohlížení erotických stránek, počítačové hry, sociální sítě. Diagnostikovat závislost není snadné, používá se k tomu řada ukazatelů. V některých zemích je indikátorem doba, kterou lidé určité aktivitě věnují. Např. v USA jde o více než 11 hodin jednotlivého typu aktivity za týden a v tomto smyslu tam bylo v r. 2000 přes 200 000 závislých na internetu, v téže době v Rakousku 30 000 (drogově závislých bylo „jen“ 20 000) a v Německu v roce 2003 dokonce přes 1 milion. Švédsko mělo v roce 2004

⁷⁸ NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. s 41 – 42. ISBN 978-80-7402-069-8.

⁷⁹ NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. s 21. ISBN 978-80-7402-069-8.

⁸⁰ VACEK, J. In: MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 145. ISBN 978-80-7452-002-0.

cca 40 000 dětí (11 – 14 let) závislých na počítačových hrách, přičemž tamním kritériem byla v té době hranice 5 hodin za den.

V současné době se prosazuje odlišný náhled na definici závislosti. Soustřeďuje se především na negativní důsledky určitých aktivit v oblasti sociálních vztahů (rozpad rodiny, přátelství atp.) nebo v oblasti finančního zabezpečení (ztráta zaměstnání, nezajištění základních potřeb rodiny, krach podnikání atp.).

Závislost na práci či internetu není závislostí v pravém slova smyslu. Nelze však popřít, že uvedené druhy návykového chování mají se závislostí určité společné rysy. I v tomto případě jde o nemoc, která bývá nejčastěji srovnávána se závislostí na drogách. Projevuje se vedle rozpadu sociálních vazeb závislého, i ztrátou norem chování, izolovaností, depresí a často ve svém důsledku vede i ke kriminalitě. Stejně jako drogově závislý i surfař se považuje za člena specifického internetového společenství – obdobně náhražkového jako jsou party narkomanů. Analogicky lze hodnotit i závislost na počítačových hrách. Ze zahraničních studií vyplývá, že hraní počítačových her má pozitivní vliv na ty části mozku, které kontrolují představivost a motoriku jemných svalů, zatímco schopnosti učení, dlouhodobá paměť a obecná kontrola chování zřetelně degenerují, což se projevuje rizikem nárůstu agresivity a asociálního chování.⁸¹

Odborník na závislosti K. Nešpor definuje tento pojem takto: „*Syndrom závislosti 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. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychotropní látky (které mohou, ale nemusí být lékařsky předepsány), alkohol nebo tabák. Návrat k užívání látky po období abstinence často vede k rychlejšímu znovuobjevení jiných rysů syndromu, než je tomu u jedinců, u nichž se závislost nevyskytuje. 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 užívat látku;*

⁸¹ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 145 - 147. ISBN 978-80-7452-002-0.

- *potíže v sebeovládání při užívání látky, a to pokud jde o začátek a ukončení nebo o množství látky;*
- *tělesný odvykací stav: látka je užívána s úmyslem zmenšit příznaky vyvolané předchozím užíváním této látky, případně dochází k odvykacímu stavu, který je typický pro tu kterou látku (k mírnění odvykacího stavu se také někdy používá příbuzná látka s podobnými účinky);*
- *průkaz tolerance k účinku látky jako vyžadování vyšších dávek látek, aby se dosáhlo účinku původně vyvolaného nižšími dávkami (jasné příklady lze nalézt u jedinců závislých na alkoholu a opiátech, kteří mohou brát denně takové množství látky, které by zneschopnilo, nebo i usmrtilo uživatele bez tolerance);*
- *postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů ve prospěch užívané psychoaktivní látky a zvýšené množství času k získání nebo užívání látky, nebo zotavení se z jejího účinku;*
- *pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků: poškození jater nadměrným pitím, depresivní stavy vyplývající z nadměrného užívání látek nebo toxické poškození myšlení.* ⁸²

Analogicky k předchozí definici lze použít dotazník, jenž se zaměřuje přímo na sféru počítačů a internetu. Již tři kladné odpovědi naznačují jistou patologii v chování uživatele:

- Nejste-li zrovna on-line, přemýšlíte, co budete dělat příště, až budete?
- Je internet ve vašem hodnotovém žebříčku na jednom z prvních míst?
- Zhorší se vám nálada po tom, co se musíte odpojit od internetu?
- Zdá se vám, že se hůře soustředíte, pokud nejste on-line?
- Zdá se vám po odpojení od internetu svět značně neskutečný?
- Trávíte na internetu stále více času (z jiných než pracovních důvodů)?
- Potřebujete stále více času, abyste na internetu dosáhl toho, co potřebujete?
- Máte nepříjemné fyzické či psychické pocity poté, co se odpojíte?
- Chtěl jste snížit čas, který trávíte on-line, ale nepodařilo se vám to?

⁸² NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*, 4. vyd. Praha: Portál, 2011. s 9 – 11. ISBN 978-80-7367-908-8.

- Přes určité problémy, které jste měl kvůli používání internetu, jste on-line v nezmenšené míře?
- Omezil jste kvůli internetu nějaké své zájmy – sportovní, kulturní, rekreační?
- Měl jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých pracovních, rodinných či školních povinností?
- Myslíte, že se kvůli internetu vídáte méně s přáteli?⁸³

Jedince, kteří se nadměrně věnují počítačům, lze dle K. Nešpora rozdělit do následujících skupin. Uvedené dělení se překrývá a kombinuje. Např. jestliže je někdo pedofil, bude se patrně zabývat internetovou pornografií nebo diskuzemi na sociálních sítích. Tam bude nejspíše vyhledávat hlavně děti nebo uživatele s podobným postižením.

a) Rozdělení dle upřednostňované aktivity:

- závislí na práci používají počítač jako pracovní prostředek a přehánějí to (zde se jedná o tzv. workoholismus);
- nehazardní hráči vyhledávají počítačové hry, videohry, hraní na síti atp.;
- hazardní hráči přecházejí k rizikovému hazardnímu hraní a patologickému hráčství, takoví lidé se často v důsledku své závislosti dostávají do významných finančních problémů;
- lidé, kteří uvízli v síti internetové pornografie;
- diskutéři – sem patří časově náročná účast v internetových skupinách, komentování různých blogů, zaplétání se do sociálních sítí atp., k tomu často dochází na úkor skutečných vztahů;
- sběrači nepotřebných informací – motivací k dlouhodobému vysedávání u počítače je vtěsnat do hlavy a na disk co nejvíc zbytečných informací, ty pak dotyčný často nikdy nepoužije;
- lidé nezdrženlivě nakupující – zde je motivací k dlouhému vysedávání u počítače nakupování v internetových obchodech, srovnávání cen a internetové aukce. Tento typ chování má blízko k oniománii, neboli chorobnému a nadbytečnému nakupování. Takový člověk často utrácí horentní sumy za zbytečnosti. Levnější, ale stejně časově náročnou variantou, je

⁸³ ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet*, 1. vyd. Praha: Triton, 2003. s 144 – 145. ISBN 80-7254-360-1.

vyhledávání potenciálních nákupů, jež nejsou z nejrůznějších důvodů aktuální. Situace na trhu se velmi rychle vyvíjí a během několika týdnů se může cena produktu či služby značně změnit.

b) Rozdělení s ohledem na psychologické charakteristiky:

- relativně duševně zdraví lidé;
- lidé s podivínskou nebo abnormální osobností či v rizikové životní situaci, k rizikovým činitelům patří např. nízká sebedůvěra, špatně fungující rodina, u mužů hostilita čili nepřátelské naladění vůči světu;
- lidé duševně nemocní. Sem lze zařadit např. depresivní dospívající nebo hyperaktivní děti s poruchami pozornosti, lidé se sexuální úchylkou nebo těžší poruchou osobnosti atd.⁸⁴

K dispozici jsou znepokojivá data z České republiky týkající se hraní počítačových her: výzkum z roku 2007 se zabýval žáky 9. tříd a jeho data pocházejí z roku 2006. Tato aktivita byla velmi rozšířená: 52 % chlapců uvedlo, že hraje počítačové hry ve všední dny alespoň 2 hodiny, o víkendech to bylo 62 %. U děvčat se takto intenzivní hraní vyskytovalo v 15 % ve všedních dnech a v 17 % o víkendech. Z výzkumu rovněž vyplynula korelace mezi excesivním hraním počítačových her, kouřením, pitím alkoholických nápojů, užíváním marihuany, násilím, šikanováním druhých a výskytem snížené známky z mravů.⁸⁵

5.4 Mezilidské vztahy

Oblast komunikace v informační společnosti doznala značných změn. Výrazný posun byl pozorován v nepřímé mezilidské komunikaci, a to jak ve sféře komunikace hromadné, tak i v nepřímé komunikaci párové. Používáním mobilních telefonů jsme se stali dosažitelní vždy a všude. Obdobně působí i e-mailová pošta, která je díky mobilním aplikacím také k dispozici kdykoliv. Navíc jde o variantu nesrovnatelně finančně i časově úspornější než v případě pošty tradiční.

⁸⁴ NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. s 10 – 11. ISBN 978-80-7402-069-8.

⁸⁵ NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Zdravotní rizika počítačových her a videoher, Česká a slovenská psychiatrie*. 2007. roč. 103. s 246 – 250. ISSN 1212-0383.

Tyto nové způsoby nepřímé komunikace vnášejí do mezilidských vztahů nový rozměr. Mnoho lidí se uchyluje k elektronické komunikaci v okamžiku, kdy mají sdělit příteli či kolegovi nějakou nepříjemnou skutečnost. Záměrně si touto cestou udržují od partnera odstup, nemusí se zabývat tím, jak je sdělení recipientem přijímáno.

To, co bylo původně vnímáno jako rozšíření způsobů komunikace, může snadno vést k degradaci komunikačního partnera, ke ztrátě citlivosti, k redukci empatie. Z některých průzkumů vyplývá, že více než 70 % lidí v práci zadává složité úkoly prostřednictvím e-mailu nebo SMS. Přes 50 % se e-mailem omlouvá za chybu na pracovišti, 12 % podává stejným způsobem svoji výpověď. Dokonce 3 % dospělých lidí přiznala, že v uplynulém roce ukončila vztah se svým partnerem pomocí textové zprávy. Ačkoli k řadě sdělení se tradičně používal dopis a obecně platí, že některé skutečnosti se snáze píšou než říkají, jsou obě varianty nesrovnatelné. Jedná se především o snadnost moderní komunikační formy, která činí banalitu ze závažných životních situací, trivialitu „řešitelnou“ palcem jedné ruky během pár vteřin. Je smutnou skutečností, že většina mladých lidí dnes bez zaváhání napíše komukoli – i lidem starším či nadřizeným – textovou zprávu bez interpunkce, bez oslovení; a tyto zpočátku technicky omluvitelné nedokonalosti se automaticky přenáší do e-mailové komunikace, v tomto případě už zcela bezdůvodně.

Vnímáme-li účel komunikace jako předání určité informace, lze jistě namítnout, že tato nová forma šetří čas i náklady. Neobejde se však bez důsledků v rovině vztahové. Komunikátor investuje do vztahu s adresátem přesně tolik, kolik investoval – resp. neinvestoval – do komunikační formy a komunikant nemá nejmenší důvod investovat více. Frekvence kontaktů tak sice narůstá, vztahy jsou však chudší, plošší, mělčí...⁸⁶

Obdobně lze nahlížet i na práci s internetem. I v tomto digitálním prostoru lze snadno realizovat spontánní komunikaci, navazovat kontakty a specifická internetová přátelství. Již od počátku svého fungování podporoval internet sdružování odborníků, akademiků a vzdělaných lidí obecně. Nové internetové formy nabízejí nové způsoby, jak sdílet informace, diskutovat o nejrůznějších záležitostech, ať už se jedná o chatové skupiny nebo sociální servery jako např. Facebook, Twitter atp. Komunikační technologie se tak

⁸⁶ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 226 - 227. ISBN 978-80-7452-002-0.

zdají být přirozenou extenzí mezilidských vztahů, otázkou zůstává, jakým obsahem se tyto nové komunikační sítě naplňují a k čemu jsou používány.

Při vytváření přátelských vazeb v běžném životě vybírá jedinec z několika desítek, maximálně stovek potenciálních přátel. Tato skupina je omezena nejen místem, ale i časovými možnostmi. Prostředí internetu však umožňuje komukoliv nalézt libovolné množství „přátel“ vybraných podle jakéhokoliv kritéria. Dochází tak ke zvláštní situaci – naprosto odlišné od reálného života: hledající si velmi pravděpodobně najde skupinu přátel navzájem stejných a navíc shodných s hledajícím. Vznikají tak velmi neobvyklé, homogenní komunity, společenství nepřirozená a neobohacující, protože právě odlišnost je stimulujícím prvkem jakéhokoli spojení. Obzvláště patrné jsou tyto homogenizující tendence na internetu u sociálních sítí, kde např. na Facebooku přátelské skupiny nijak nerozvíjejí, nýbrž potvrzují a posilují individualitu. Primárně na tomto atributu moderních komunikačních forem je založena jejich značná mobilizační schopnost, ale zároveň v nich tkví obrovské riziko a omezení.

Vztahy uživatelů na internetu lze v nejlepším případě přirovnat ke kategorii „známý“, charakterizované značnou volností pokud jde o hloubku i frekvenci vztahů. Původní nadšení z příležitostí, které tyto informační sítě poskytují, bylo záhy vystřídáno rozčarováním – výskyt kriminální aktivity spolu s pseudoidentitami, které na některých sítích převládají, začínají ohrožovat rozvoj těchto forem komunikace. V anonymním prostoru internetu se možná můžeme skvěle bavit i s lidmi, kteří předstírají, že jsou někým jiným, stěží s nimi však lze navázat skutečné přátelství. Uživatele moderních komunikačních technologií tak můžeme rozdělit do dvou skupin: na ty, kteří využívají výhod nových forem komunikace, aniž by rezignovali na formy klasické, a na ty, kteří se spokojí s pseudovztahy. Otázkou zůstává, zda nová doba spolu s novými komunikačními možnostmi ve svém důsledku nepřetváří cenné vazby ze skutečného života natolik, že by mohlo jít o nový typ rizik.⁸⁷

⁸⁷ MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. s 227 - 230. ISBN 978-80-7452-002-0.

5.5 Kyberšikana

Termínem kyberšikana (ang. *cyberbullying*) označujeme nebezpečné komunikační jevy realizované prostřednictvím informačních a komunikačních technologií (např. pomocí mobilních telefonů nebo služeb dostupných na internetu), jež mají za následek ublížení nebo jiné poškození oběti. Toto ublížení či poškození může být jak záměrem útočnicka, tak důsledkem např. nevhodného vtipu, nedorozumění mezi obětí a útočником, nedomyšlených důsledků jednání ze strany útočnicka atd. Oběť je poškozována opakovaně, ať již původním útočником či osobami, které se do kyberšikany zapojují později.

Různí autoři ji popisují jako úmyslné, opakující se a nepřátelské chování, jehož cílem je ublížit oběti za použití ICT. Rovněž bývá definována jako trýznění, hrozby, obtěžování, ponižování, ztrapňování nebo jiné útoky mezi mladistvými pomocí internetu, interaktivních a digitálních technologií nebo mobilních telefonů. Má stejné charakteristiky jako nepřímé tradiční šikanování: stává se opakovaně, zahrnuje psychické násilí a je záměrná. Kyberšikana zahrnuje on-line obtěžování, agresivní chování, napadání, očerňování, krádež identity, vyloučení, zveřejňování cizích tajemství, aktivity související s hackerstvím (krádeže informací, prolomení účtu, poškozování webových stránek, profilů atd.).⁸⁸

Psychiatrický a sociální zásah je nutný jak u šikanujících, tak u jejich obětí. Šikana je jedním z příkladů viktimizace, chování, které z někoho vytvoří oběť. Dítě, které je obětí násilí, se s vyšší pravděpodobností stává pachatelem násilí v dospívání a dospělosti. Povaha a rozsah šikany kolísá od přímého k nepřímému ohrožování, od nevelkého dráždění oběti k útoku, jenž je v rozporu s platnými zákony (např. sexuální obtěžování, rasový útok, odnímání lidských práv) a může ohrozit na životě. Šikana souvisí s rostoucím výskytem agresivity dětí, dospívajících a mladých dospělých lidí v průmyslově rozvinutých zemích. Rovněž souvisí s rostoucím výskytem duševních onemocnění a poruch v této věkové skupině.⁸⁹

⁸⁸ *Co je kyberšikana?* [online]. 2009 [cit. 2012-03-18]. Dostupné z: <http://www.e-bezpecci.cz/index.php/temata/kyberikana/17-cojekyllbersikana>

⁸⁹ KOUKOLÍK, F., DRTILOVÁ, J. *Zlo na každý den – Život s deprivanty I*, 1. vyd. Praha: Galén, 2001. s 241 – 245. ISBN 80-7262-088-6.

Klasická šikana se může projevovat jak fyzickými útoky, tak útoky psychickými, kyberšikana se odehrává pouze v psychické rovině. Přesněji řečeno, jde o "nové dítě" psychické šikany. Podstata i řada mechanismů jsou u kyberšikany a tradiční psychické šikany společné. Kyberšikana se odehrává ve virtuálním prostředí, které díky svým specifickým možnostem posouvá důsledky takového jednání mnohem dál: dovoluje pronásledování oběti kdykoli a kdekoli, zajišťuje možnost rozsáhlého publika atd. Útoky mohou být intenzivnější, dlouhodobější, uživatelé internetových komunikačních technologií mohou z utrpení oběti dokonce udělat masovou zábavu. Je již známa řada kauz, kdy oběti tento extrémní tlak dohnal až k psychickému zhroucení, jež v některých případech dokonce vyústilo v sebevraždu.⁹⁰

5.5.1 Aspekty napomáhající šíření kyberšikany

Díky anonymitě virtuálního prostředí je u útočníka potlačen strach z dopadení a jeho identifikace je ztížena. Ve virtuálním prostředí vystupují útočníci často pod přezdívkou (tzv. *nickem*), používají pro oběť neznámou e-mailovou adresu, telefonní číslo atd. Anonymita v útočnickovi vzbuzuje dojem nepolapitelnosti, posiluje agresorovu odvahu zkoušet drsnější metody a formy útoků, respektive útoky vůbec podnikat. Agresor může velmi snadno vytvářet nové a nové identity, může udávat jiný věk, jiné pohlaví, jiné povolání a záměrně tak manipulovat se svými komunikačními partnery. To vše samozřejmě značně ztěžuje jeho identifikaci. Útočník se může navíc snažit "zametat stopy" i v reálném světě – k útokům používat např. veřejně přístupný internet (ve škole, internetové kavárně) či neregistrovanou SIM kartu. Bez specifických znalostí má proto oběť jen malou šanci zjistit skutečnou identitu útočníka.

Ačkoli mnoha uživatelům připadá anonymita internetu reálná, není tomu tak. Totožnost útočníků lze ve většině případů odhalit s využitím vhodných technologií (např. sledováním IP adres, proxy serverů nebo paketů). V kyberprostoru po sobě zanecháváme množství "kyberotisků", datových stop, které lze vysledovat. Přesto bývá obecně velice obtížné útočníka vystopovat. Ne vždy také může oběť spoléhat na pomoc orgánů činných v trestním řízení, jako je policie. Vzhledem ke skutečnosti, že mnohé

⁹⁰ ROGERS, V. *Kyberšikana*, 1. vyd. Praha: Portál, 2011. s 8 – 9. ISBN 978-80-7367-984-2.

z projevů kyberšikany nejsou v českém právním systému zakotveny, nemá často ani policie v rukou pádnější nástroje k tomu, aby mohla zasáhnout. Při zjišťování totožnosti útočníka ale v některých případech napomáhá fakt, že kyberšikana se mnohdy prolíná s tradiční šikanou, původci či oběti tradiční šikany jsou často zároveň aktéry šikany v kyberprostoru. Pokud je tedy dítě vystaveno útokům jak v reálném světě, tak ve virtuálním prostředí, je pravděpodobné, že se bude jednat o stejného pachatele.⁹¹

Tuto skutečnost potvrzuje i výzkum projektu Minimalizace šikany, z jehož výsledků mj. vyplynulo, že 78 % obětí znalo nebo zjistilo totožnost útočníka, neboť 51 % agresorů bylo ze stejné třídy a dalších 27 % útočníků bylo z jiné třídy stejné školy jako oběť.

Informační a komunikační technologie, pomocí jejichž služeb se kyberšikana šíří (především mobilní telefony a internet) jsou velmi rozšířené a lehce dostupné (cenově i místně). Z výzkumu rovněž vyplynulo, že mobilní telefon vlastní 84 % dětí navštěvujících 3. – 9. ročník ZŠ (66 % ve věku 8 – 10 let, 96 % ve věku 14 – 15 let), k internetu má přístup 91 % dětí stejné věkové kategorie, 44 % dětí má počítač ve svém pokoji (63 % dětí v 8. a 9. třídě).⁹²

Bezstarostné chování lidí ve virtuálním světě útočníkům často nahrává a mnoho případů kyberšikany by se nestalo, kdyby se oběti těchto incidentů alespoň v minimální míře chránily. V reálném životě si již od dětství pěstujeme obranné mechanismy v podobě zábran, studu atp., před řadou nástrah nás varují rodiče, učitelé, někdy i média (např. nekomunikovat s neznámými lidmi). Informovanost o rizicích internetového prostředí je u nás však stále minimální a často se omezuje pouze na ochranu počítače před viry.

Pro mnohé uživatele se virtuální svět stává únikem před realitou, prostorem, kde se ukrývají před problémy. Prostředí internetu vnímají jako skvělé místo, kde se mohou bavit, plnit si své sny, kde mohou být takoví, jací chtějí být, kde si mohou vybudovat život podle svých představ. Lidé do virtuálního prostředí a virtuální komunikace vstupují s velkou důvěrou. Necháávají se ukolébat zdánlivou anonymitou prostředí – ta

⁹¹ *Co je kyberšikana?* [online]. 2009 [cit. 2012-03-18]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/17-cojekyllbersikana>

⁹² *Výsledky výzkumu Kyberšikana na českých školách.* [online]. 2009 [cit. 2012-03-21]. Dostupné z: <http://www.minimalizacesikany.cz/chci-se-dozvedet/269>

je svádí k tomu, aby se chovali méně opatrně než v reálném světě – jsou odvážnější v komunikaci, probírají citlivá témata (své problémy, sexualitu atp.), komunikují bez zábran. Tento fenomén provázející virtuální komunikaci je označován termínem disinhibice – ztráta zábran v prostředí internetu.⁹³

Mezi jednoznačně rizikové chování patří také sdílení osobních údajů, fotografií a videozáznamů. Toto sdílení se někdy děje bez vědomí majitelů těchto informací nebo materiálů. Uživatelé totiž zřídka čtou smluvní podmínky služeb, které používají. Často tak netuší, co všechno svým neuváženým souhlasem správci služby umožní. Frekvence sdílení citlivých informací a materiálů také nasvědčuje, že uživatelé příliš nevnímají rizika, jež představuje zneužití takto poskytnutých údajů (např. k vydírání, manipulování, ponižování atd.).

Lidé si jen málo uvědomují, že publikovanou informaci je obtížné z internetu odstranit (např. správce sociální sítě může odstranit ponižující fotografii z konkrétní stránky, ale nemůže ji již odstranit z počítačů uživatelů, kteří si fotografii stáhli). Dehonestující materiály (zprávy, pořízené záznamy, fotografie atp.) se dají velmi jednoduše rozesílat dalším lidem. Recipienti pak sehrávají jak roli diváků, tak šířitelů kyberšikany – ať už vědomých či nevědomých. Stávají se tak sekundárními útočníky. Původní agresor dosáhne mnohonásobného útoku na svou oběť, aniž by ji musel opakovaně napadat. Tím samozřejmě roste intenzita útoku a stupňuje se dopad na oběť.

Informační a komunikační technologie jsou všudypřítomné – prostoupily všechny oblasti lidské činnosti. Pro mnoho lidí jsou nezbytnou součástí života, potřebují je prakticky denně: k práci, studiu či v osobním životě. Zběhlost v používání ICT se stává běžným standardem. Nejsou však již pouhým nástrojem usnadňujícím život, stávají se také módou, "trendy záležitostí", hodnotícím kritériem. Výrobci se předhánějí v nových službách či designech mobilních telefonů, v reklamách nám vnucují představu, že náš mobilní telefon vypovídá o tom, kým jsme. Být součástí internetových sociálních skupin je v určitých kruzích nezbytností. Tomuto módnímu diktátu podléhají vzhledem k nedostatečně rozvinutému kritickému myšlení, nezkušenosti a zvýšené submisivitě především děti a mládež. Činí jim obtíže odolat tlaku, který je na ně vyvíjen médii

⁹³ *Co je kyberšikana?* [online]. 2009 [cit. 2012-03-18]. Dostupné z: <http://www.e-bezpecni.cz/index.php/temata/kyberikana/17-cojekyllbersikana>

a mediálními stereotypy, dokonce tuto mediální "masáž" ani jako žádný tlak nepocítují. Navíc jsou vystaveni náporu ze strany vrstevníků. Být jiný, vyčlenit se z kolektivu, jít tzv. proti proudu je velmi obtížné nejen pro děti... Ve snaze nevyčínat a být "in" se tak někdy stávají nedobrovolnými uživateli ICT. Možnost, že se tak setkají s kyberšikanou či jinou nebezpečnou komunikační praktikou, vzrůstá.⁹⁴

Pravidla komunikace v reálném a virtuálním světě nejsou stejná. Zatímco v reálné komunikaci se člověk s přibývajícím zkušenostmi zlepšuje ve schopnosti vnímat různé nuance řeči, díky nimž dokáže odhadnout pravdu a lež, vnímá nadsázku, humor atp., ve virtuální komunikaci je to vzhledem k absenci kontextových vodítek (jako je např. nonverbální komunikace, tón hlasu, rychlost řeči apod.) značně obtížné. Pro útočníka je pak virtuální komunikace používající složitá kódování ideálním nástrojem k různým manipulacím.

Přemíra času stráveného on-line může rovněž negativním způsobem ovlivnit reálnou mezilidskou interakci. Značně totiž nabourává představu o tom, jak probíhá komunikace mezi lidmi, jak se budují interpersonální vztahy a řeší problémy. Ve virtuálním světě je snadné se seznámit, komunikovat jakkoli dlouho, jak chci a o čem chci, v případě problémů komunikaci následně ukončit. Ve skutečném světě to zdaleka není tak jednoduché, vše je otázkou kompromisů. Pokud se tedy jedinec naučí používat jen tento zkratkový model virtuální komunikace, ve skutečném světě s ním těžko vystačí. Zklamání z nevydařených vztahů jej může opět dovést zpět k počítači, kde si tyto nezdary může kompenzovat.⁹⁵

Z výzkumů vyplynulo, že děti obecně považují šikanu za nebezpečnou (69 % dotázaných), osobně se jí ale příliš nebojí. 70 % dětí, které nikdy nebyly kyberšikanovány, se domnívá, že se jim něco takového nemůže stát. O rozporuplném vnímání tohoto fenoménu vypovídají i následující výroky: 14 % dětí si myslí, že by se necítily strašně, pokud by na někoho útočily na internetu, 22 % dětí se domnívá, že natáčet učitele na video je velká zábava, 17 % dětí si myslí, že oběti kyberšikany si

⁹⁴ *Co je kyberšikana?* [online]. 2009 [cit. 2012-03-18]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/17-cojekyllbersikana>

⁹⁵ *Co je kyberšikana?* [online]. 2009 [cit. 2012-03-18]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/17-cojekyllbersikana>

za vše mohou samy, 15 % dětí považuje kyberšikanu za pouhou legraci a 8 % dětí vnímá kyberšikanu jako vzrušující.⁹⁶

5.6 Kybergrooming

Kybergrooming (ang. *child grooming, cybergrooming*) je dalším z řady nebezpečných jevů internetového prostředí. Jedná se o psychickou manipulaci osob za pomoci ICT a vyskytuje se všude, kde lze vystupovat pod smyšlenou či falešnou identitou. Kybergrooming označuje chování uživatelů internetu, které má v oběti vyvolat falešnou důvěru a přimět ji k osobní schůzce. Výsledkem této schůzky může být sexuální zneužití oběti, fyzické násilí na oběti, zneužití oběti pro dětskou prostituci, k výrobě dětské pornografie atp. V širším pojetí se tímto termínem označuje jakákoli manipulace dětí a mladistvých prostřednictvím ICT (např. ve spojení s terorismem apod.). Kybergrooming je velmi často vázán na synchronní i asynchronní komunikační platformy, nejčastěji veřejný chat, seznamky, VoIP (Voice over IP: ICQ, Skype), e-mail a v poslední době stále častěji na populární sociální síť.

Proces manipulace dítěte pedofilním kybergroomerem obvykle prochází několika základními etapami. Na počátku stojí snaha útočnicka vzbudit u vybrané oběti důvěru. Kybergroomer se v komunikaci staví do pozice osoby, která oběti rozumí, chápe její problémy, eventuálně se potýká s podobnými potížemi a dítěti nabízí pomoc při jejich řešení. Kybergroomer s dětmi často řeší citlivá témata, jako např. manželské problémy, sexuální život dospělých atp. Zároveň se útočnick snaží izolovat svou oběť od okolí např. rodičů, kamarádů. V této fázi obvykle získá e-mail dítěte, telefonní číslo nebo adresu jeho bydliště či školy, kterou navštěvuje.

Vybudovaný vztah kybergroomer následně posiluje různými dárky (peníze, mobilní telefon, hračky, oblečení) či službami (návštěva kina). Tyto dárky dává dítěti bez konkrétní příčiny, dítě jednoduše podplácí.

Postupně tak dochází k emoční závislosti oběti na osobě útočnicka. Kybergroomer zná nejtímnější tajemství dítěte, oběť ani netuší, jak mocnou zbraň útočnickovi poskytla

⁹⁶ *Výsledky výzkumu Kyberšikana na českých školách.* [online]. 2009 [cit. 2012-03-21]. Dostupné z: <http://www.minimalizacesikany.cz/chci-se-dozvedet/269>

(zde může jít o informaci, ale kupř. i o erotickou fotografii). V této fázi děti často lžou svým rodičům o tom, kde a s kým tráví svůj volný čas, nesvěřují se jim se svými problémy. Důvěřují kybergroomerovi, který se pro ně stává blízkým až exkluzivním přítelem.

Dalším krokem obvykle bývá schůzka obou aktérů, která může být výsledkem jak vzájemné dohody, tak vyhrožování či vydírání. K setkání může dojít v parku, ZOO, kině, na diskotéce, případně u útočnicka doma, kde obvykle dojde k sexuálnímu obtěžování či zneužití oběti. Ne vždy kybergroomer zaútočí na první schůzce, výjimkou nejsou ani řadu let trvající vztahy, které v útok vyústí např. až po dosažení zletilosti oběti (odlišná trestní sazba u deliktů s nezletilými osobami).⁹⁷

Kyberútočníci tvoří heterogenní skupinu, ve které nalezneme uživatele jak s nízkým, tak i vysokým sociálním statutem. Z výzkumů vyplývá, že se v řadě případů jedná o pachatele, kterého oběť velmi dobře zná. Mezi útočníky rovněž převažují osoby, které dosud nebyly trestány. U většiny útočnicků byl diagnostikován patologický zájem o děti: soustřeďují se na tuto věkovou skupinu, protože mají strach z navazování vztahů s dospělými. Vztahy s dětmi vnímají jako méně ohrožující, cítí se v nich silnější.

Oběťmi kybergroomingu se nejčastěji stávají děti a mladiství ve věku 11 – 17 let, dívky častěji než chlapci. Děti a mládež jsou k manipulaci náchylnější zejména proto, že dosud nemají plně rozvinuté sociální dovednosti a nemají dostatek životních zkušeností. Výzkumy předpokládají, že útočníci této skutečnosti využívají i při výběru obětí.

Mezi nejčastější oběti patří:

- děti s nízkou sebeúctou nebo nedostatkem sebedůvěry (lze je snáze citově či fyzicky izolovat);
- děti s emocionálními problémy, děti v nouzi (často hledají náhradu za své rodiče, potřebují pomocnou ruku);
- děti naivní a přehnaně důvěřivé (jsou ochotnější zapojit se do on-line konverzace s neznámými lidmi, obtížněji rozpoznávají rizikovou komunikaci);
- adolescenti (zajímá je lidská sexualita, jsou ochotni o ní hovořit).

⁹⁷ *Kybergrooming*. [online]. 2008 [cit. 2012-12-06]. Dostupné z: <http://www.e-bezpecni.cz/index.php/temata/kybergrooming/125-42>

U dětí rovněž dochází k rozkolu mezi fyzickou a psychickou či emocionální zralostí v kombinaci s nedostatkem mediální gramotnosti a absencí kritického myšlení, jsou více sugestibilní a snadněji tak podlehnou manipulaci. Dalším důležitým aspektem spojeným s internetovou manipulací je finanční zázemí dítěte. Děti ze sociálně slabých rodin či dětských domovů tvoří velmi rizikovou skupinu, protože na ně útočník často aplikuje tlak spojený s uplácením (tzv. *luring*⁹⁸) – nabídne dítěti za sdělení osobních údajů, poslání fotografie či přímo osobní schůzku peníze či dárky.⁹⁹

⁹⁸ ang. lákání

⁹⁹ KOPECKÝ, K. *Nebezpečí zvané kybergrooming I.* [online]. 2010 [cit. 2012-12-11]. Dostupné z: <http://clanky.rvp.cz/clanek/a/9673/9741/NEBEZPECI-ZVANE-KYBERGROOMING-I.html?rate=5>

6 VLIV INTERNETU NA LIDSKÝ MOZEK

Známý McLuhanův výrok "*The medium is the message.*"¹⁰⁰ je nejen uznáním a oslavou nových technologií. Je zároveň i varováním před hrozbou, jež se v médiích ukrývá. Rizikem, že tuto hrozbu budeme ignorovat. "*Elektronická média stojí u dveří a my jsme paralyzováni, hluchí, slepí a němí nad jejich střetem s Gutenbergovou technologií, která zformovala náš způsob života.*"¹⁰¹

McLuhan chápal, že kdykoli se objeví nové médium, lidé se přirozeně soustředí na obsah, který přináší. Zajímají je informace v tisku, hudba v rádiu, show v televizi, slova, která pronáší člověk na druhé straně telefonní linky. Technologie média samotného, jakkoli ohromující, mizí za tím, co nám přináší: fakta, zábavu, instrukce, konverzaci. Kdykoli lidé začnou diskutovat, zda je dopad médií pozitivní či negativní, vždy hovoří o obsahu. Optimisté jej oslavují, skeptici jej odsuzují. Argumenty těchto sporů byly totožné již v době prvních tisků. Optimisté z dobrých důvodů chválí příliv nových obsahů a vnímají jej jako signál demokratizace kultury. Skeptikové jej ze stejně dobrých důvodů odsuzují jako signál její bulvarizace. Internet je jedním z médií, které tuto debatu opět rozvířilo. Jak optimisté tak skeptici však přehlédli to, co viděl již McLuhan: z dlouhodobého hlediska má mediální obsah menší vliv na to, jak myslíme a konáme, než médium samotné. Jako okno s výhledem na svět i na nás samotné, formuje populární médium to, co vidíme a jak to vidíme. Používáme-li je dostatečně často, postupně mění, kým jsme jako jednotlivci i celá společnost.¹⁰²

Řada odborníků se shoduje, že se během uplynulých let změnil způsob, jak pod tlakem elektronických a tzv. nových médií funguje náš mozek. Není pochyb o tom, že internet se stal univerzálním médiem, širokým kanálem, jenž zpřístupňuje masám informace i zábavu. Výhody toho, že máme přístup k takto bohatému a snadno přístupnému zdroji informací jsou patrné a obecně známé. Ovšem nic není zadarmo. Média nejsou jen kanálem informací. Poskytují podnětné myšlenky, ale zároveň myšlenkový proces

¹⁰⁰ ang. Médium je sdělením.

¹⁰¹ McLUHAN, M. *Understanding Media: Extension of Man*, critical ed., ed. by GORDON, W. T., Corte Madera, CA: Ginko Press, 2003. s 30. ISBN 978-1-58423-073-1.

¹⁰² McLUHAN, M. *Understanding Media: Extension of Man*, critical ed., ed. by GORDON, W. T., Corte Madera, CA: Ginko Press, 2003. s 31. ISBN 978-1-58423-073-1.

formují. A zdá se, že internet pozvolna ukrajuje z naší schopnosti se soustředit. Obzvláště patrný je tento posun při četbě knihy či dlouhého článku. Ať už jste on-line či nikoli, váš mozek očekává přísun informací tak, jak je obvykle dostává: ve zrychleném proudu útržkovitých údajů. V roce 2008 vydala společnost *nGenera* studii, ve které se zabývala účinky používání internetu na mladistvé. Po důkladné analýze chování cca 6 000 respondentů došla k zajímavé tezi: digitální technologie zcela změnily způsob přijímání informací. Mladí lidé již nečtou články zleva doprava, shora dolů. Místo toho jen očima přelétnou celý text a vyhledávají klíčová slova či hesla.

Lidé využívají internet mnoha způsoby. Existují nadšenci, kteří až chorobně touží po nejnovějších technologiích. Mají řadu internetových účtů, využívají četné internetové služby, objednávají si zasílání nejrůznějších zpráv. Jiní se o nejnovější technologie až tak nezajímají, přesto tráví spoustu času on-line, vyhledávají, surfují, platí účty, čtou e-maily, očima přelétávají titulky článků. Jsou i tací, kteří se na internet připojují jen několikrát denně – aby prošli poštu, zhlédli zprávy či nakoupili. Přestože jsou jistě i lidé, kteří k internetu přístup nemají, jelikož si to nemohou dovolit nebo se tak prostě rozhodli, je zřejmé, že pouhých 20 let poté, co Tim Bernes-Lee naprogramoval World Wide Web, se internet stal pro celou společnost komunikačním a informačním médiem volby.

Zdá se, že jsme vstoupili, jak McLuhan předpokládal, na důležitou křižovatku naší intelektuální a kulturní historie, bodu zlomu: přechodu mezi dvěma naprosto odlišnými způsoby myšlení. Po pět set let, od chvíle, kdy Gutenbergův tiskařský stroj učinil ze čtení lidovou zábavu, bylo lineární, literární myšlení centrem umění, vědy i společnosti. Je však možné, že se brzy stane myšlením včerejška.¹⁰³

6.1 Lidský mozek

Základní stavební jednotkou nervové soustavy je nervová buňka – neuron. Je tvořen tělem buňky (jádro a množství dalších částí, jež plní různé další funkce včetně vyživování buňky), krátkými výběžky (dendrity), jež přivádějí vzruchy z okolí

¹⁰³ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 5 - 10. ISBN 978-1-84887-227-1.

a dlouhým výběžkem – axonem, jenž vede vzruch k dalším neuronům. Axon je kryt myelinovou vrstvou s mnoha zářezy, kterými vstupuje napojení jiných axonů. Svazek axonů tvoří nerv. Místa, kde se jednotlivé axony napojují, se nazývají synapse.¹⁰⁴

Neurony se dělí na senzitivní, přenášející vzruchy z receptorů do centrální nervové soustavy, a motorické, které přenášejí nervové impulzy z centrální nervové soustavy k výkonným orgánům, tj. zejména svalům a žlázám. Tzv. receptory jsou systémy nervových buněk, specializované na příjem určitého druhu stimulace, v nichž se fyzikálně-chemická energie podnětů transformuje na nervové vzruchy.

Nervový vzruch (impulz) je základním elementem činnosti nervové soustavy, je to elektrochemický proces indukovaný podrážděním neuronu, který se z něho šíří nervovými vlány na další neurony. Průchod nervového vzruchu na další neuron se uskutečňuje na synapsích pomocí zvláštních biochemických substancí označovaných jako neurotransmitery. Zatím je známo asi padesát těchto substancí, z nichž nejznámější jsou acetylcholin (excituje a má vliv na činnost svalů), dopamin (tlumí a má vliv na poruchy v činnosti svalů), serotonin (tlumí a má vliv na spánek a vzrušení) a endorfin (tlumí bolest a má příjemné účinky).¹⁰⁵

Axony i dendrity přijímají a vysílají elektrické impulsy. Když je neuron aktivní, vyšle impulz do axonu, kde dojde k uvolnění neurotransmiterů. Ty následně projdou synapsí a připojí se k dendritu sousedního neuronu, čímž spustí (nebo potlačí) nový elektrický impulz k němu vedoucí. Díky toku neurotransmiterů skrz synapse spolu neurony komunikují a navigují přenos elektrických impulzů po spletitých buněčných stezkách. Veškeré naše myšlenky, vzpomínky či pocity vycházejí z elektrochemické interakce mezi neurony.

Důkladné studium lidského mozku v průběhu 20. století umožnilo neurologům i psychologům lépe pochopit jeho neuvěřitelnou komplexitu. Zjistili, že uvnitř naší lebky se nachází zhruba 100 miliard neuronů různých tvarů i délek. Jeden neuron má obvykle mnoho dendritů, dendrity a axony se pak mohou mnohonásobně větvit. Průměrný neuron vytvoří zhruba 1 000 synaptických spojení, některé zvládnou až jejich

¹⁰⁴ FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*, 2. vyd. Praha: UJAK, 2008. s 49. ISBN 978-80-86723-64-8.

¹⁰⁵ NAKONEČNÝ, M. *Úvod do psychologie*, 1. vyd. Praha: Academia, 2003. s 74. ISBN 80-200-0993-0.

stonásobek. Miliony a miliardy synapsí uvnitř naší lebky svazují neurony dohromady do husté sítě, která v konečném důsledku určuje, jak myslíme, jak se cítíme a kým jsme.¹⁰⁶

Jedno z nejrozšířenějších označení užívané ve vědách o mozku je obvod (ang. *circuit*), který se užívá velmi obecně pro různě početné a velké systémy nervových buněk a jejich spojení. Další rozšířené pojmy jsou funkční systém, popř. neurokognitivní síť velkého rozsahu a také pojem modulus. Tyto pojmy se užívají pro pružné označení téhož.

Modulus (obvod atd.) je systém různě velkého počtu neuronů a jejich vzájemných spojení, jenž může být rozložen v mnoha odlišných, vzájemně vzdálených částech mozkové kůry a podkorových mozkových oblastí, včetně jejich činnosti. Základy tohoto systému jsou dány geneticky, tj. biologickou evolucí. Systém se však celoživotně staví, dostavuje a přestavuje úměrně vlivům zevního a vnitřního prostředí, tedy úměrně vlivu učení, zkušenosti, obecně řečeno úměrně kulturním vlivům.

Jakákoli změna činnosti mozku znamená změnu jeho stavby a naopak. Lidé, včetně mnoha lékařů, stále ještě stavbu mozku oddělují od jeho činnosti. Tento přístup pravděpodobně pochází z dob klasických anatomických studií, které zkoumaly mrtvý mozek pouhým okem, později optickým mikroskopem. Dnešní metody toto pojetí zcela překonaly. Umožňují sledovat činnost živého mozku ve zdraví i v nemoci. Funkční zobrazovací metody dovolují na obrazovce pozorovat, jak se po každém podnětu, např. při pohledu na vyobrazení černobílé šachovnice, okamžitě promění činnost příslušné části mozkové kůry. Stejným způsobem dovolují zkoumat, co se v mozku děje při učení, vybavování z paměti, při smyslovém rozlišování a poznávání, při prožitku štěstí, smutku nebo hnusu, kde a jak se mozek namáhá při činnostech, jimž hovorově říkáme myšlení.¹⁰⁷

Pojem plasticita (tvárnost) mozku vystihuje skutečnost, že mozky zvířat i lidí pod vlivem zevních a vnitřních podnětů mění dočasně nebo trvale svou činnost a stavbu, a to jak ve stavu, kterému říkáme zdraví nebo norma, od okamžiku vzniku,

¹⁰⁶ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 19 - 20. ISBN 978-1-84887-227-1.

¹⁰⁷ KOUKOLÍK, F., DRTILOVÁ, J. *Zlo na každý den – Život s deprivanty I*, 1. vyd. Praha: Galén, 2001. s 47 – 48. ISBN 80-7262-088-6.

tedy již v průběhu nitroděložního vývoje, po narození, v průběhu dospívání, dospělosti i stárnutí, tak ve stavu, který se nazývá nemocí nebo patologií.

Na nervové buňky mozku (stejně jako na jejich „lešení, kojnou a ochrannou policii“ tvořené buňkami gliovými) působí kromě nervových přenašečů nejrůznější hormony, veškerá zkušenost, smyslové vjemy, slova, obrazy, citové prožitky, stres, léky, alkohol, drogy, onemocnění tělesná i duševní. Zjednodušeně řečeno: v poměrně širokých, do jisté míry neurčitých a pružných mezích daných geneticky, zevní a vnitřní podněty mozek celoživotně staví, dostavují a přestavují. Tento vývoj mozku je nejdramatičtější v období před narozením, po narození, pak v raném dětství a znovu v průběhu dospívání.¹⁰⁸

Přes nepopíratelný pokrok ve výzkumu mozku v uplynulém století dlouho přetrvávala hypotéza, že struktura dospělého mozku se již nemění. Většina biologů a neurologů shodně tvrdila, že naše neurony se propojují do obvodů v průběhu dětství, kdy je náš mozek tvárný a po dosažení dospělosti se systém obvodů zakonzervuje, nerodí se nové neurony a netvoří se ani nová spojení. Mozek samozřejmě během našeho dospělého života nadále ukládá nové vzpomínky (a zbavuje se některých starých), jedinou strukturální změnou, kterou podstoupí, je však pomalý proces jeho rozkladu související se stárnutím těla a postupným zánikem nervových buněk.¹⁰⁹

Přestože víra v neměnnost dospělého mozku byla ve vědeckých kruzích pevně zakotvena, našlo se několik heretiků, kteří v rychle se rozvíjejícím výzkumu lidského těla a mozku rozpoznali známky toho, že dospělý mozek je tvárný. Tvrdili, že i v dospělém věku se mohou vytvářet nová neurální spojení, zatímco stará mohou posilovat nebo oslabovat, či dokonce zcela vymizet. Britský biolog J. Z. Young již v 50. letech minulého století tvrdil, že stavba mozku je ve skutečnosti nestálá, připravena se přizpůsobit jakékoli výzvě či úkolu, který má vykonat. "*Existují důkazy, že mozkové*

¹⁰⁸ KOUKOLÍK, F., DRTILOVÁ, J. *Zlo na každý den – Život s deprivanty I*, 1. vyd. Praha: Galén, 2001. s 49. ISBN 80-7262-088-6.

¹⁰⁹ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 21. ISBN 978-1-84887-227-1.

*buňky se rozvíjejí a rostou, jsou-li používány nebo atrofují, pokud používány nejsou. Proto se domnívám, že každý čin zanechá na nervové tkáni nesmazatelný otisk."*¹¹⁰

Následné výzkumy prokázaly, že dospělý mozek je nejen tvárný, ale dokonce velice tvárný. Není pouhým strojem, za který byl kdysi považován. Přestože jednotlivé oblasti jsou spojeny s různými duševními funkcemi, buněčné složky tvoří trvalé konstrukce a neslouží jen jedinému, pevně stanovenému účelu. Jsou flexibilní. Mění se v závislosti na zkušenosti, okolnostech či nutnosti.

K největším a nejpozoruhodnějším změnám dochází v reakci na poškození nervového systému. Vědecké pokusy ukazují, že pokud člověk např. oslepne, část mozku specializovaná na procesování vizuálních stimulů nepřestane fungovat. Je velmi rychle nahrazena obvody používanými pro procesování audio vjemů. Pokud se slepec následně naučí číst Braillovo písmo, vizuální část mozkové kůry je přesměrována k procesování hmatových podnětů. Zdá se, že neurony ze své podstaty potřebují přijímat podněty. Pokud vymizí obvyklý vstup, začnou reagovat na nejbližší podobný stimul. Díky této schopnosti nervových buněk mohou sluch a hmat zbystřit natolik, že zmírní negativní vliv ztráty zraku. K podobným změnám v mozku dochází při ztrátě sluchu: jiné smysly zlepši svou funkci, aby nahradily chybějící vjem. Např. oblast zodpovědná za periferní vidění se zvětší, čímž hendikepovaným umožní vidět alespoň část toho, co dříve slyšeli.

Někteří vědci přesto o tvárnosti dospělého mozku pochybovali a snažili se prokázat, že tato plasticita by mohla být pouhou schopností mozku vyrovnat se s extrémní situací, v podstatě mechanismem jeho hojení. Další výzkumy však tuto hypotézu vyvrátily. Značná a nevyhasínající plasticita mozku byla zdokumentována na řadě zdravých, normálně fungujících nervových systémů, čímž neurology přivedla k závěru, že náš mozek se mění neustále a adaptuje se dokonce i na velmi malé změny v našem chování či okolních podmínkách. Zjistili, že plasticita mozku je nejen možná, ale dochází k ní prakticky neustále. Je jedním z nejdůležitějších prvků evoluce, vlastností, která umožňuje našemu nervovému systému přizpůsobit se environmentálním tlakům,

¹¹⁰ YOUNG, J. Z. In: CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 21. ISBN 978-1-84887-227-1.

fyziologickým změnám a novým zkušenostem. Genialita našeho mozku nespočívá v tom, že obsahuje řadu pevných spojení, ale právě v tom, že je neobsahuje.¹¹¹

Každá mince má však dvě strany: tvárnost našeho mozku aplikuje na naše chování svou vlastní formu determinismu. Jak některé obvody našeho mozku posilují díky opakování určité fyzické či duševní aktivity, začnou tuto aktivitu přetvářet ve zvyk. Paradox neuroplasticity se tak projeví tím, že přes veškerou flexibilitu našeho mozku nás tak může uzavřít ve zkratnatějším způsobu chování. Chemicky aktivované synapse, jež spojují neurony nás ve výsledku programují, abychom využívali již vytvořené obvody. Rutinní aktivity jsou vykonávány rychleji a efektivněji, zatímco nevyužívané obvody jsou redukovány. Jinými slovy plasticita se nerovná elasticitě. Naše neurální smyčky se nestáhnou zpět jako natažená guma - drží si svou změněnou podobu, a ta nemusí být vždy žádoucí. Neuroplasticita je úzce spojena s duševními poruchami jako jsou deprese, obsedantní chování. Čím více se postižený člověk soustředí na své symptomy, tím hlouběji se vryjí do jeho nervových obvodů. V nejhorších případech se může mozek vlastně naučit být nemocný. Také řada závislostí je posilována plasticitou našeho mozku.

Z výzkumů vyplývá, že stejně jako náš mozek tvoří nová či silnější spojení pomocí duševního či fyzického tréninku, mohou se stejná spojení oslabit či zcela vytratit pokud nejsou používána. Tyto nepoužívané zkušenosti se neztratí beze stopy, jejich původní prostor je redistribuován na aktivity, které často opakujeme. Obětované schopnosti mohou být v mnoha směrech cennější než ty, které touto cestou získáme – k otázkám kvality myšlenek či schopností jsou totiž naše neurony a synapse zcela lhostejné. Neznamená to, že nemůžeme soustředěným úsilím získat ztracené dovednosti zpět. Náš mozek jde nicméně cestou nejmenšího odporu. Jsou to cesty, které volíme nejčastěji a čím déle po nich jdeme, tím složitější je návrat.¹¹²

¹¹¹ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 27 - 31. ISBN 978-1-84887-227-1.

¹¹² CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 34 - 35. ISBN 978-1-84887-227-1.

6.2 Mozek vs. internet

Každá technologie je ve své podstatě projevem lidské vůle. Prostřednictvím nástrojů, které používáme, se snažíme rozšířit náš vliv a kontrolovat okolnosti: přírodu, čas, vzdálenost. Přestože používání nástrojů obecně mění naše myšlenky a náhledy, jsou to právě intelektuální technologie (mapy, hodiny, internet), jež mají největší a trvalý vliv na způsob, jakým myslíme. Jsou těmi nejintimnějšími nástroji, jež využíváme k sebevyjádření, k vytváření osobní i veřejné identity, k rozvíjení vztahů s ostatními lidmi.¹¹³

Mapy a hodiny změnilý náš jazyk nepřímo, předložením nových metafor k popsání přírodního jevu. Jiné intelektuální technologie mění náš jazyk příměji, hlouběji. Fakticky mění způsob, jakým mluvíme, posloucháme, čteme a píšeme. Mohou obohatit či ochudit náš slovník, pozměnit zásady dikce či pořádku slov a povzbudit složitější nebo jednodušší syntax. Jazyk je prostředkem k vyjádření našich pocitů a myšlenek. Proto technologie, které restrukturalizují jazyk, ovlivňují náš duševní život nejvíce.

Jazyk sám o sobě není technologií. Je přirozenou součástí našeho druhu. Náš mozek i tělo se vyvinulo se schopností hovořit a slyšet. Nicméně čtení ani psaní nejsou vrozenými schopnostmi. Jsou uměle vytvořenými systémy, jež se naše mysl musí naučit překládat: z toho, co vidí, do jazyka, jemuž rozumí. Čtení a psaní vyžaduje výuku a procvičování, záměrné přetváření našeho mozku.

Řada neurologických studií dokládá, že mozek negramotného se v mnohém liší od mozku vzdělaného člověka, a to nejen ve způsobu, jakým rozumí jazyku, ale také jak procesuje vizuální signály, jak vyvozuje úsudky, jak tvoří vzpomínky. Výzkumy rovněž odhalily, že lidé, jejichž písmo používá logografické symboly (např. Číňané) tvoří pro čtení zcela jiné obvody než mozek těch, kteří používají fonetickou abecedu.

Přechod od četby tištěných k četbě elektronických dokumentů s sebou nese povrchní a rychlou formu čtení. Gramotní lidé dnes čtou prakticky celý den: pohledem přelétávají dopravní značky, jídelní lístky, novinové titulky, nákupní seznamy, etikety výrobků

¹¹³ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 44 - 46. ISBN 978-1-84887-227-1.

na pultech obchodů. Tento typ zběžného čtení sdílíme se svými předky, kteří v dávných dobách dešifrovali značky vyryté do kamenů.¹¹⁴

Tradiční média – i ta elektronická – jsou na své cestě k on-line distribuci přetvářena. Jakmile je pohltí internet, neztrácí původní médium pouze svou fyzickou formu, internet prolne jeho původní obsah hypertextovými odkazy, rozmělní jej na dohledatelné úseky a obklopí jej obsahem jiných médií, jež pohltil dříve. Tyto změny podoby i obsahu mají nezanedbatelný vliv na způsob, jakým tento obsah používáme, prožíváme, jak mu rozumíme.

Stránka on-line textu může být velmi podobná své tištěné verzi, přesto její prohlížení a „proklikávání“ jejím obsahem vyžaduje fyzickou aktivitu a smyslové podněty zcela odlišné. Výzkumy prokázaly, že na kognitivním čtení se nepodílí pouze zrak, ale i hmat. Přesun od papíru k obrazovce tak nemění jen způsob, jakým procházíme text, ale ovlivňuje i stupeň pozornosti, jenž mu věnujeme, a také hloubku pohroužení do textu. Značný vliv na vnímání textu mají rovněž hypertextové odkazy. Na jedné straně jsou variacemi poznámek a citací, běžnými doplňky tištěných dokumentů. Jejich vliv na pozornost při četbě však není totožný. Odkazy nám totiž neukazují jen cestu k souvisejícím či doplňujícím dílům, ony nás touto cestou vedou. Povzbuzují nás k tomu, abychom zběžně pročítali řadu textů namísto toho, abychom se plně pohroužili do jednoho díla. Hypertextové odkazy byly vytvořeny k tomu, aby zaujaly naši pozornost. Jejich hodnota jako vyhledávacího nástroje je neoddelitelně spjata s rozptýlením pozornosti, které způsobují.

Kombinací řady různých typů informací na jedné obrazovce multimediální internet dále tříští naši pozornost a soustředění. Jediná webová stránka obsahuje text, video či audio ukázkou, řadu navigačních pomůcek, reklamy, několik softwarových aplikací. Všichni víme, jak rušivá je tato kakofonie stimulů.¹¹⁵

Internet nám dodává přesně takové smyslové a kognitivní podněty – opakované, intenzivní, interaktivní, návykové – jež prokázaly značnou schopnost rychle měnit obvody v našem mozku spolu s jeho funkcemi. S výjimkou abecedy a numerického

¹¹⁴ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 50 - 53. ISBN 978-1-84887-227-1.

¹¹⁵ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 89 - 91. ISBN 978-1-84887-227-1.

systemu se zdá být v tomto ohledu internet nejmocnější technologií, která kdy byla všeobecně rozšířena. Internet zaměstnává všechny naše smysly – s výjimkou chuti a čichu – a to simultánně. Poskytuje nám vysokorychlostní způsob poskytování odpovědí a odměn – v psychologické terminologii pozitivní zpevnění, které posiluje opakování fyzické a duševní aktivity.

Masivní používání internetu má neurologické následky. Stejně tak jako to, co neděláme. Čas, který věnujeme surfování po internetu namísto četby knihy; čas, který věnujeme výměně krátkých útržkovitých zpráv namísto sepsání složitých souvětí a odstavců; čas, jenž věnujeme „brouzdání“ po internetových stránkách místo tichého zamyšlení a reflexe. Nervové obvody podporující původní funkce oslabují a rozpadají se. Náš mozek recykluje nepoužívané neurony a synapse a přeřazuje je na jinou činnost. Získáváme nové schopnosti, ale staré ztrácíme.¹¹⁶

Značná aktivita mozku lidí surfujících na internetu dokládá, proč soustředěné čtení a jiná činnost vyžadující koncentraci nejsou on-line v podstatě možné. Potřeba vyhodnocovat informace a činit následné navigační volby spolu s procesováním řady prchavých smyslových stimulů vyžaduje neustálou duševní koordinaci a rozhodování, což neumožňuje mozku pracovat na interpretaci textu. Kdykoli narazíme na odkaz, zastavíme se alespoň na setinu vteřiny, abychom umožnili našemu frontálnímu laloku vyhodnotit, zda na něj „klikneme“ či nikoli. Celý tento proces probíhá velice rychle a bylo prokázáno, že fakticky brání pochopení a uchování informace, zvláště, je-li často opakován. Byly provedeny srovnávací studie, které sledovaly mozkovou aktivitu při soustředěném čtení a surfování po internetu. Aktivita neuronů je prokazatelně výrazně vyšší v druhém případě. Více však ne vždy znamená lépe.¹¹⁷

Náš mozek pracuje s dvěma typy paměti: krátkodobou a dlouhodobou. Veškeré naše okamžité dojmy, vjemy, pocity a myšlenky ukládáme jako krátkodobé vzpomínky, jež obvykle trvají jen několik sekund. Fakta, která jsme se ať vědomě či mimovolně naučili o okolním světě, jsou uložena jako dlouhodobé vzpomínky. Ty vydrží několik minut, dní nebo i celý život. Obzvláště důležitou roli při ukládání informací do dlouhodobé

¹¹⁶ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 115 - 120. ISBN 978-1-84887-227-1.

¹¹⁷ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 122 - 123. ISBN 978-1-84887-227-1.

paměti pak hraje tzv. pracovní paměť, která fakticky drží obsah našeho vědomí v daném okamžiku. Je jakýmsi poznámkovým papírem naší dlouhodobé paměti, jejíž obsah leží mimo naše vědomí. Pokud si potřebujeme vybavit něco, co jsme se dříve naučili nebo prožili, mozek musí tuto zkušenost vyhledat a převést ji do pracovní paměti. Přestože se dříve vědci domnívali, že dlouhodobá paměť slouží v podstatě pouze jako velký sklad informací a prožitků a příliš se nepodílí na kognitivních procesech jako myšlení či řešení problémů, v současné době je zřejmé, že dlouhodobá paměť je centrem chápání. Neukládá pouze fakta, ale složité koncepty – schémata. Organizuje střípky informací do složitých systémů, což dodává hloubku a komplexitu našim myšlenkám. Naše duševní a intelektuální schopnosti pramení především ze schémat, která se tvořila dlouhodobě.¹¹⁸

Informace, jež vstupují do naší pracovní paměti, se stávají kognitivním nákladem. Jakmile tento náklad překročí kapacitu naší paměti, nelze jej zpracovat, nejsme schopni informace uchovat, ani vytvořit spojitost s daty v naší dlouhodobé paměti již uloženými. Nové informace tudíž nelze zformovat do schémat. Naše schopnost učení je poškozena a pochopení problému povrchní. Pracovní paměť se rovněž podílí na naší schopnosti udržet pozornost, musí si pamatovat, na co se máme soustředit. Výzkumy ukazují, že jakmile se naše pracovní paměť naplní, je složité rozlišit důležité informace od balastu, signál od pouhého šumu. Stávají se z nás bezmyšlenkovití konzumenti dat.

Vynález hypertextu byl v mnohém příslibem neomezených možností, řada vědců se domnívala, že časem, až čtenáři získají větší „hypertextovou gramotnost“, budou problémy s kognicí ustupovat. To se nicméně nestalo. Přestože World Wide Web učinil z hypertextu běžný, každodenní či dokonce všudypřítomný element, výzkumy nadále potvrzují, že lidé, kteří čtou lineárně, chápou více, pamatují si více a naučí se více, než lidé, kteří pročítají text posetý odkazy.¹¹⁹

Z některých studií vyplývá, že typ duševního cvičení, které provádíme při procházení internetových stránek, by následně mohl vést k rozšíření kapacity naší pracovní paměti. Strávíme-li více času procházením obrovského množství informací on-line, vytvoříme

¹¹⁸ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 123 - 124. ISBN 978-1-84887-227-1.

¹¹⁹ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 124 - 127. ISBN 978-1-84887-227-1.

si v mozku nová spojení, která nám posléze umožní lépe zaměřovat svou pozornost. Pokud budeme procvičovat prohlížení, surfování, multitasking¹²⁰, umožníme našemu tvárnému mozku, aby tyto úkoly zvládal snáze.

Bylo by však velkou chybou domnívat se, že technologie nás učiní inteligentnějšími. Řada studií totiž dokazuje, že ačkoli používání internetu činí naše mozky hbitějšími s ohledem na multitasking, zároveň negativně ovlivňuje naši schopnost myslet do hloubky a kreativně. Zkráceně lze říci, že díky multitaskingu jsme velmi schopní, ovšem pouze na povrchní úrovni. Již římský filozof Seneca před 2000 lety řekl: „*být všude je být nikde*“.¹²¹

Každé médium rozvíjí naše schopnosti, děje se tak však na úkor schopností jiných. Používání internetu např. zlepšilo naše schopnosti v oblasti vizuálně prostorové inteligence (dokážeme např. výrazně lépe v duchu rotovat objekty), šlo však ruku v ruce se zhoršením naší výkonnosti s ohledem na hloubkové zpracování, jež podporuje získávání znalostí, induktivní analýzu, kritické myšlení, představivost, reflexi. Internet nás dělá chytřejšími, pouze pokud inteligenci definujeme standardy internetu. Pokud však vezmeme v potaz širší, tradičnější pohled na inteligenci, pokud přemýšlíme v intencích hloubky a nikoli pouze rychlosti, dojdeme k jinému – o poznání temnějšímu závěru.

Internet nám poskytuje neustálý přístup ke knihovně informací, knihovně nebyvalé velikosti a šíře, navíc je velmi snadné tuto knihovnu prohledávat. A pokud náhodou nenalezneme přesně to, co hledáme, najdeme jistě alespoň něco, co nám pro danou chvíli postačí. Internet oslabuje to, co nazýváme primárními vědomostmi: schopnost poznávat nějaký subjekt do hloubky, vybudovat ve své vlastní mysli bohatou a osobitou soustavu souvislostí, jež je předpokladem vzniku výjimečné inteligence.¹²²

Historie internetu naznačuje, že rychlost dostupných dat se bude nadále zvyšovat. V 90. letech se nacházela převážná část informací na tzv. statických stránkách, jež se příliš neodlišovaly od stránek v časopisech. Trendem se poté staly stránky dynamičtější, které

¹²⁰ ang. vykonávat několik rozdílných aktivit zároveň

¹²¹ SENECA In: CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 141. ISBN 978-1-84887-227-1.

¹²² CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 139 - 143. ISBN 978-1-84887-227-1.

pravidelně, často automaticky, aktualizovaly svůj obsah. V roce 1999 byl představen nový blogovací software, jenž umožňoval komukoli jednoduše publikovat své příspěvky a nejuspěšnější bloggeři záhy zjistili, že aby zaujali přelétavé čtenáře, musejí uveřejnit několik článků denně. Nové stránky pak sledovaly stejný vzor a nabízely nejnovější zprávy 24 hodin denně. Přibližně v roce 2005 byl představen systém RSS¹²³, jenž umožňoval s ještě vyšší frekvencí zasílat titulky či jiné kusé informace uživatelům.

K zatím největšímu zrychlení toku informací a zábavy, k rozšíření komunikačních možností i nejširšímu zásahu uživatelů přispěl rozvoj sociálních sítí jako jsou Myspace, Facebook, Twitter. Tyto společnosti se specializují na poskytování nekonečného toku *real-time*¹²⁴ aktualizací, krátkých zpráv o tom, co se právě teď děje. Přetavením osobních vzkazů, které bývaly výsadou dopisu nebo později telefonického rozhovoru na obsah masového média, daly sociální sítě lidem nový způsob, jak žít společenským životem, být v kontaktu. Sociální sítě také kladou zcela nový důraz na bezprostřednost. Aktualizace stavu od přítele, spolupracovníka nebo oblíbené celebrity ztrácí svou hodnotu pár vteřin po jeho zveřejnění.¹²⁵

Na rozdíl od pracovní paměti, jež má omezenou kapacitu, se dlouhodobá paměť rozpíná i smršťuje s téměř neomezenou pružností, a to především díky schopnosti mozku vytvářet i redukovat synaptická spojení a neustále přizpůsobovat jejich sílu. Na rozdíl od počítačové paměti, zdravý lidský mozek nikdy nedosáhne bodu, kdy se další zkušenosti nemohou ukládat, mozek se nemůže zcela zaplnit. Množství informací, jež mohou být uloženy v dlouhodobé paměti, je prakticky nekonečné. Z výzkumů navíc vyplývá, že vytvářením vlastní zásobárny vzpomínek se naše mysl stává bystřejší.

Ukládáním dlouhodobých vzpomínek naše duševní schopnosti nijak neomezujeme, naopak je posilujeme. S každým rozšířením naší paměti se stáváme inteligentnějšími, k čemuž nám internet poskytuje pohodlnou a lákavou berličku. Jakmile ji však začneme používat jako náhražku paměti vlastní, přičemž začneme obcházet vnitřní procesy zpevnování, riskujeme, že se naše mysl začne zbavovat svého bohatství.

¹²³ *Really Simple Syndication* - technologie, jež umožňuje uživatelům internetu přihlásit se k odběru novinek z webu, který danou službu nabízí.

¹²⁴ ang. v reálném čase

¹²⁵ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 157 - 158. ISBN 978-1-84887-227-1.

Důležitou komponentou procesu zapamatování je pozornost. Ukládání informací a vytváření souvislostí mezi nimi vyžaduje značné duševní soustředění, zdůrazněné opakováním nebo intenzivním emocionálním či duševním zainteresováním. Pokud tedy chceme nějakou příchozí informaci uchovat, musí být důkladně zpracována. Toho docílíme tak, že informaci věnujeme pozornost, že ji smysluplně a systematicky propojíme se znalostmi v paměti již uloženými. Pokud nejsme schopni dané informaci plnou pozornost věnovat, setrvává v naší mysli maximálně několik vteřin.

Přívalem mezi sebou soupeřících zpráv, které přijímáme, kdykoli jsme on-line, nejen zahlcuje naši pracovní paměť, ale zároveň je pro náš mozek velice obtížné soustředit pozornost na jednotlivé zprávy. Proces paměťového zpevnění nemůže být ani zahájen. A opět, vzhledem k tvárnosti našich mozkových obvodů, čím více využíváme internet, tím více cvičíme mozek být roztěkaný – procesovat informace rychle a efektivně, ale bez soustředěné pozornosti. To vysvětluje, proč jsme roztěkaní, i když nesedíme před monitorem počítače.¹²⁶

Z řady výzkumů rovněž vyplývá, že čím roztržitější jsme, tím méně jsme schopni prožívat ty nejjemnější, pro lidskou rasu charakteristické pocity, jako jsou empatie a soucit. Pro některé myšlenky, zvláště morální rozhodovací procesy o duševní či sociální situaci druhých, potřebujeme na důkladné zvážení a reflexi určitý čas a prostor. Bylo by ukvapené soudit, že internet podkopává naše mravní svědomí. Ale není ukvapené tvrdit, že internet mění naše životní dráhy, zeslabuje naši schopnost v klidu rozjímat a ovlivňuje hloubku našich emocí i myšlenek.¹²⁷

¹²⁶ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 192 - 194. ISBN 978-1-84887-227-1.

¹²⁷ CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. s 221. ISBN 978-1-84887-227-1.

PRAKTICKÁ ČÁST

7 ANALÝZA VYBRANÝCH RIZIK INTERNETOVÉHO PROSTŘEDÍ

7.1 Stanovení výzkumných problémů

V praktické části se zaměříme na analýzu internetového prostředí, zejména pak na vybraná rizika, jež tento komunikační prostředek přináší. V této souvislosti jsme stanovili výzkumné otázky, jež vyplynuly ze studia relevantních literárních pramenů z oblasti teorie komunikace, psychologie a sociologie.

Otázka č. 1: Existuje souvislost mezi pohlavím a návykovou formou chování v prostředí internetu?

Otázka č. 2: Jsou děti a mladiství rizikovou skupinou s ohledem na rozvoj návykové aktivity na internetu?

Otázka č. 3: Existuje korelace mezi návykovým chováním v prostředí internetu a závislostmi obecně?

Otázka č. 4: Lze vzniku závislosti či návykového chování účinně předcházet?

Otázka č. 5: Má patologický vztah k počítačům a nadužívání určité internetové aktivity za následek rozpad sociálních vazeb jedince?

7.2 Metodologie výzkumu

Vzhledem k charakteru generovaných otázek nebylo možno volit simplicítní formy výzkumu. Z tohoto důvodu jsme pro naše šetření zvolili kvalitativní výzkumnou techniku: nestandardizovaný rozhovor s odborníky, kteří se ve své praxi setkali či setkávají s pacienty potýkajícími se se závislostmi.

Kauzální studie případu klienta závislého na internetové pornografii nám poskytla komplexní pohled na specifickou návykovou činnost a demonstrovala její vliv na život klienta samotného i jeho blízkých.

Cílem našeho šetření bylo analyzovat zkoumanou problematiku a dále s využitím relevantní literatury generovat výzkumné problémy, na něž by bylo možné za pomoci odborníků odpovědět.

7.3 Diskuze

Z hloubkových rozhovorů s odborníky vyplynulo, že návykové nemoci jsou obecně častější u mužů než u žen. MUDr. Nešpor v této souvislosti uvádí, že na vzniku návykových nemocí se podílí interakce rizikových a ochranných faktorů. Za rozvojem jakékoli závislosti může stát např. setkání s alkoholem, tabákem či drogou v mladém věku, nízké sebevědomí jedince, sklony k násilí, špatné sebeovládání, systematické vyhledávání silných podnětů, hostilita... Vyjmenované aspekty chování jsou typičtější pro mužskou část populace.

Tento závěr potvrzuje i český výzkum z roku 2007 analyzující chování žáků 9. tříd ve vztahu k hraní počítačových her. V průběhu pracovního týdne hrálo počítačové hry 52 % chlapců minimálně dvě hodiny denně, o víkendech to bylo až 62 %. U dívek se takto intenzivní hraní vyskytovalo v 15 % ve všedních dnech a v 17 % o víkendech.

Z výše zmíněného výzkumu rovněž jednoznačně vyplynula korelace mezi excesivním hraním počítačových her, kouřením, pitím alkoholických nápojů, užíváním marihuany, násilím, šikanováním druhých a výskytem snížené známky z chování.

Ačkoli závislost na internetu není závislostí v pravém slova smyslu, nelze popřít, že uvedený druh návykového chování má se závislostí určité společné rysy. Také v tomto případě se jedná o nemoc, která bývá nejčastěji srovnávána se závislostí na drogách či patologickým hráčstvím. Projevuje se vedle rozpadů sociálních vazeb závislého, i ztrátou norem chování, izolovaností, depresí a často vede ve svém důsledku i ke kriminalitě.

Modelovým případem může být pan Petr a jeho životní příběh. Petr uvízl v síti internetové pornografie. Do virtuálního světa se uchyluje před problémy v manželství,

rodině a s postupujícím časem také v profesním životě. Čím frustrovanější je, tím častěji utíká k internetu, kde se uklidní, uvolní. Zde jsou vztahy nekomplikované a lze je pohybem jednoho prstu „vypnout“ (= vyřešit). Petr se však začíná pohybovat v začarovaném kruhu, před problémy z reálného světa (které částečně pramení také z jeho závislosti na internetové pornografii) stále častěji uniká zpět k obrazovce počítače. Současně u Petra dochází k nadužívání alkoholu, přejídání, nadměrné konzumaci sladkých nápojů. Tendenci rozšiřovat spektrum návykového chování či užívaných návykových látek rovněž potvrzují závěry řady výzkumů.

Děti a mladiství jsou dle MUDr. Nešpora jednoznačně rizikovou kategorií s ohledem na vznik závislosti i na rozvoj jiného návykového chování. Roli zde hraje řada faktorů zahrnujících mj. nedostatečně rozvinuté kritické myšlení, zvýšenou submisivitu a nezkušenost. Značnou roli ve výchově i učení hraje nápodoba. Má-li tedy rodič kladný vztah k alkoholu, tabáku či svůj veškerý volný čas tráví u počítače, dá se očekávat podobně vstřícný vztah k těmto aktivitám i u dítěte. Závislost na návykových látkách – ale i na hraní počítačových her či závislost na internetu jako takovém – se u této věkové kategorie vytváří podstatně rychleji a v mnoha ohledech s podstatně závažnějšími důsledky. V této věkové kategorii je také častější tendence zneužívat širší spektrum návykových látek (rozšiřovat spektrum návykového chování), což má velice negativní dopad na psychosociální vývoj jedince.

Z diskuze s MUDr. Nešporem rovněž vyplynulo, že vzniku závislosti obecně (včetně návykového chování) předcházet lze. Již zmíněné rizikové a ochranné faktory, jejichž kombinace má za následek vznik a rozvoj závislosti, naznačují směr, kterým bychom se měli vydat. Jde o to rizikové vlivy potlačit a ty ochranné posílit. K těm prvně zmíněným patří mj. úrazy, nedostatek času na děti, přehnaná přísnost rodičů, nevhodní kamarádi... Na straně ochranných faktorů pak mohou stát přiměřené sebevědomí, schopnost zvládat obtížné situace a řešit problémy, přiměřená rodičovská péče a láska, pěstování kvalitních zájmů a zálib, respekt k dospělým autoritám...

Problematickým aspektem však zůstává, že ačkoli spouštěče podobného chování jsou dobře známy, společnost i jednotlivci samotní varovné signály patologického vývoje často podceňují, případně okolo sebe nemají potřebnou „záchrannou síť“ rodiny či

přátel, kteří by jim mohli pomoci složitou životní situaci zvládnout bez „nutnosti“ úniku k náhražkovým aktivitám.

ZÁVĚR

Cílem této diplomové práce bylo popsat a analyzovat sféru sociálních sítí, jejich vliv na uživatele se zaměřením na přínosy a zejména na rizika souvisejících patologických jevů. Při zpracování zvoleného tématu jsme vycházeli z relevantních poznatků teorie komunikace, psychologie a sociologie. V praktické části jsme se na základě kvalitativních výzkumných metod zaměřili na vybrané problémy, které jsou s těmito komunikačními technologiemi spojeny.

Internet je dnes všudypřítomným fenoménem, médiem volby. Zprostředkovává nám informace, zábavu, díky dálkově provozovaným službám nám v mnoha směrech usnadňuje život, v důsledku technického pokroku jsme komunikačně dostupní v kterýkoli okamžik.

K zatím největšímu zrychlení toku informací a zábavy, k rozšíření komunikačních možností i nejširšímu zásahu uživatelů přispěl rozvoj sociálních sítí jako jsou např. Myspace, Facebook, Twitter. Tyto společnosti se specializují na poskytování nekonečného toku aktualizací, krátkých zpráv o tom, co se právě teď děje. Přetavením osobních vzkazů, které byly kdysi výsadou dopisu nebo později telefonického rozhovoru na obsah masového média, daly sociální sítě lidem nový způsob, jak žít společenským životem, jak být v kontaktu. Podle nejnovějších výzkumů jsou sociální sítě dokonce nejpopulárnější internetovou komunikační platformou: Američané dnes nejvíce času stráveného on-line věnují právě sociálním sítím, na druhém místě jsou pak on-line hry a teprve na třetím e-mail.

Participací na sociálních sítích však vstupujeme do prostoru, který skrývá nejedno nebezpečí. Lidé zde volně sdílejí citlivé údaje, s čímž je spojeno riziko jejich zneužití. Vyskytují se zde falešné identity uživatelů, nebezpečné jevy jako kyberšikana, kybergrooming, v neposlední řadě se mohou uživatelé internetu stát závislí na některé on-line aktivitě. Je smutným faktem, že i řada dospělých uživatelů si tato rizika vůbec neuvědomuje nebo je bagatelizuje. Děti a mládež pak představují specifickou skupinu uživatelů, která je v tomto prostoru nejen zranitelnější, ale také náchylnější k rozvoji návykového chování se všemi psychosociálními důsledky.

Tento typ závislosti je v naší společnosti poměrně nový. Lidé nadužívající internet si nezdědka odmítají přiznat, že je s jejich vztahem k počítači či některé konkrétní internetové aktivitě něco v nepořádku. Pomoc vyhledají jen tehdy, jsou-li k tomu donuceni okolím – rodiči, manželkou... Tedy tehdy, když jim návykové chování již výrazně zasáhne do života. Primárním důvodem k vyhledání pomoci pak většinou bývají vážné problémy v sociální či finanční oblasti, ve které tato patologie vyústila.

Přínos práce spatřujeme v poukázání na značná rizika, jež nové komunikační technologie přinášejí, v edukaci široké veřejnosti prostřednictvím médií i cílených marketingových kampaní. V tomto směru by bylo velmi příhodné věnovat soustředěnou pozornost mládeži a dětem, ať již formou výuky v rámci mediální výchovy na školách, přednášek či cílených kampaní zaměřených na tuto věkovou skupinu.

SEZNAM POUŽITÉ ČESKÉ LITERATURY

- CEJPEK, J. *Informace, komunikace a myšlení*, 2. vyd. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1037-5.
- FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*, 2. vyd. Praha: UJAK, 2008. ISBN 978-80-86723-64-8.
- KOUKOLÍK, F., DRTILOVÁ, J. *Zlo na každý den – Život s deprivanty I*, 1. vyd. Praha: Galén, 2001. ISBN 80-7262-088-6.
- MUSIL, J. *Elektronická média v informační společnosti*, 1. vyd. Praha: Votobia, 2003. ISBN 80-7220-157-3.
- MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2010. ISBN 978-80-7452-002-0.
- NAKONEČNÝ, M. *Úvod do psychologie*, 1. vyd. Praha: Academia, 2003. ISBN 80-200-0993-0.
- NEŠPOR, K. *Jak přežít počítač*, 1. vyd. Praha: Computer Media, 2011. ISBN 978-80-7402-069-8.
- NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*, 4. vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-908-8.
- NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Zdravotní rizika počítačových her a videoher, Česká a slovenská psychiatrie*. 2007. roč. 103. ISSN 1212-0383.
- OSIČKA, A., POLDAUF, I. *Anglicko-český slovník*, 4. vyd. Praha: Academia, 1970. ISBN 501-21-875.
- PAVLÍČEK, A. *Nová média a sociální sítě*, 1. vyd. Praha: Oeconomica, 2011. ISBN 978-8-02451-742-1.
- ROZEHNAL, A. *Mediální právo*, 1. vyd. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2004. ISBN 80-86473-79-1.
- ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet*, 1. vyd. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-360-1.
- TRPIŠOVSKÁ, D., VACÍNOVÁ, M. *Sociální psychologie*, 1. vyd. Praha: UJAK, 2007. ISBN 978-80-86723-30-3.
- VYBÍRAL, Z., *Psychologie lidské komunikace*, 2. vyd. Praha: Portál, 2005. ISBN 978-80-73673-87-1.

SEZNAM POUŽITÉ ZAHRANIČNÍ LITERATURY

CARR, N. *The Shallows: What Internet Is Doing to Our Brains*, I. Ed. New York: W. W. Norton & Company, 2010. ISBN 978-1-84887-227-1.

CASTELLS, M. *The Rise of the Network Society*, II. Ed. Oxford: Wiley-Blackwell, 2010. ISBN 978-1-4051-9686-4.

KIRKPATRICK, D. *The Facebook Effect*, I. Ed. London: Virgin Books, 2011. ISBN 978-0-7535-2275-2.

McLUHAN, M. *Understanding Media: Extension of Man*, critical ed., ed. by GORDON, W. T., Corte Madera, CA: Ginko Press, 2003. ISBN 978-1-58423-073-1.

ROGERS, V. *Kyberšikana*, 1. vyd. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-984-2.

SEZNAM ELEKTRONICKÝCH ZDROJŮ

- Alexa The Web Information Company* [online]. 2012 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://www.alexacom>
- BOYD, D. M. *Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship*. [online]. 2007 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://jcmc.indiana.edu/>
- CAVAZZA, F. *Social Media Landscape 2012*. [online]. 2012 [cit. 2012-09-21]. Dostupné z: <http://www.fredcavazza.net/2012/02/22/social-media-landscape-2012/>
- Co je kyberšikana?* [online]. 2009 [cit. 2012-03-18]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kyberikana/17-cojekyllbersikana>
- Facebook: Key Facts*. [online]. 2012 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://newsroom.fb.com/content/default.aspx?NewsAreaId=22>
- JANOUSH, M. *Facebook se dneškem začíná veřejně obchodovat*. [online]. 2012 [cit. 2012-10-03]. Dostupné z: <http://startup.lupa.cz/clanky/facebook-ipo/>
- KOPECKÝ, K. *Nebezpečí zvané kybergrooming I*. [online]. 2010 [cit. 2012-12-11]. Dostupné z: <http://clanky.rvp.cz/clanek/a/9673/9741/NEBEZPECI-ZVANE-KYBERGROOMING-I.html/?rate=5>
- Kybergrooming*. [online]. 2008 [cit. 2012-12-06]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kybergrooming/125-42>
- Kyberšikana*. [online]. 2012 [cit. 2012-03-18]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni>
- NEŠPOR, K. *Osobní údaje* [online]. 2007 [cit. 2012-12-20]. Dostupné z: <http://www.drnespor.eu/nesporcz.html>
- PEHE, J. *Humbuk, Facebook a Demokracie* [online]. 2009 [cit. 2012-11-26]. Dostupné z: <http://blog.aktualne.centrum.cz/blogy/jiri-pehe.php?itemid=7253>
- PLATKO, O. *Sociální síť*. [online]. 2009 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://www.owebu.blogger.cz/Internet/Socialni-site-1-dil>

SCHON, O. *Twitter se naučil česky*. [online]. 2012 [cit. 2012-10-03]. Dostupné z: <http://tech.ihned.cz/facebook/c1-56929580-twitter-se-naucil-cesky-ve-140-znacich-se-zatim-bavi-jen-107-tisic-cechu-a-slovaku>

The top 500 sites on web. [online]. 2012 [cit. 2012-09-24]. Dostupné z: <http://www.alexa.com/topsites>

Výsledky výzkumu Kyberšikana na českých školách. [online]. 2009 [cit. 2012-03-21]. Dostupné z: <http://www.minimalizacesikany.cz/chci-se-dozvedet/269>

What Americans Do Online? [online]. 2010 [cit. 2013-02-15]. Dostupné z: http://blog.nielsen.com/nielsenwire/online_mobile/what-americans-do-online-social-media-and-games-dominate-activity/

SEZNAM TABULEK A OBRÁZKŮ

Seznam tabulek

Tabulka 1: Srovnání vlastností verbální a nonverbální komunikace.....	20
Tabulka 2: Komunikační efektivita jednotlivých typů komunikace.....	22

Seznam obrázků

Obrázek 1: Přehled sociálních sítí a médií v roce 2012.....	34
---	----

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A - Rozhovor s odborníkem.....	I
Příloha B - Případová studie.....	V

PŘÍLOHY

Příloha A - Rozhovor s odborníkem

Prim. MUDr. Karel Nešpor, CSc. (nar. 1952) je významným českým psychiatrem. V roce 1976 ukončil studium na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Plzni. O pět let později složil atestaci z psychiatrie, v roce 1984 pak specializační atestaci v oboru léčení návykových nemocí a roku 1987 završil dlouhodobý výcvik v psychoterapii. V roce 1992 získal vědeckou hodnost kandidáta věd (CSc.).

Od roku 1991 působí MUDr. Nešpor jako primář mužského oddělení závislostí Psychiatrické léčebny Bohnice a zároveň přednáší na Subkatedře návykových nemocí Institutu pro další vzdělávání zdravotníků. Do roku 2006 působil ve funkci vědeckého sekretáře Společnosti návykových nemocí České lékařské společnosti. Byl koordinátorem Evropského akčního plánu o alkoholu Světové zdravotnické organizace pro Českou republiku. Již téměř 30 let se zabývá prevencí a léčbou návykových poruch. Je autorem řady odborných i populárních prací.¹²⁸

Jak se definuje závislost?

Závislostí rozumíme skupinu 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 dříve cenil více. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha, často přemáhající, brát psychotropní látky, alkohol nebo tabák. Stanovení definitivní diagnózy je poměrně složitý proces.

Ve vztahu k počítačům se ovšem o závislosti nehovoří, i když se jí může podobat. I v tomto případě jde o nemoc, která bývá nejčastěji srovnávána se závislostí na drogách či patologickým hráčstvím. Projevuje se vedle rozpadů sociálních vazeb závislého, i ztrátou norem chování, izolovaností, depresí a často ve svém důsledku vede i ke kriminalitě.

¹²⁸ NEŠPOR, K. *Osobní údaje* [online]. 2007 [cit. 2012-12-20]. Dostupné z: <http://www.drnespor.eu/nesporcz.html>

Propadají závislosti více muži než ženy?

Slovo „propadají“ mi připadá poněkud dramatické. Návykové nemoci jsou o něco častější u mužů.

Čím je to způsobeno?

Na vzniku návykových nemocí se podílí interakce rizikových a ochranných činitelů – těch existuje celá řada. Krom setkání s alkoholem, tabákem či drogou v mladém věku za rozvojem závislosti mohou stát nízké sebevědomí jedince, hostilita, sklony k násilí, špatné sebeovládání, vyhledávání silných podnětů... Vyjmenované aspekty chování jsou typičtější pro mužskou část populace.

Kolik dospělých a mladistvých je v současné době závislých na internetu?

Patologickým vztahem k počítačům a internetu se zabývám spíše okrajově, v praxi se s těmito případy setkávám málo. Jedná se o poměrně nový fenomén a k dispozici jsou pouze odhady.

V roce 2007 však proběhl zajímavý výzkum mapující oblíbenost počítačových her u dětí. Zabýval se žáky 9. tříd a jeho data pocházejí z roku 2006. Hraní počítačových her zde bylo velmi rozšířené: 52 % chlapců uvedlo, že hraje počítačové hry ve všední dny alespoň 2 hodiny, o víkendech to bylo 62 %. U děvčat se takto intenzivní hraní vyskytovalo v 15 % ve všedních dnech a v 17 % o víkendech. Z výzkumu rovněž vyplynula korelace mezi excesivním hraním počítačových her, kouřením, pitím alkoholických nápojů, užíváním marihuany, násilím, šikanováním druhých a výskytem snížené známky z mravů.

Jaké faktory ovlivňují vznik závislosti v jednotlivých věkových kategoriích?

To je velmi individuální.

Lze s ohledem na vznik závislosti považovat děti a mladistvé za rizikovou skupinu?

V kategorii dětí a mladistvých můžeme hovořit o nedostatečně rozvinutém kritickém myšlení, zvýšené submisivitě a nezkušenosti, které obecně nahrávají tendencím k rizikovému chování. Ve výchově a učení také hraje velkou roli nápodoba. Má-li tedy rodič kladný vztah k alkoholu, tabáku či svůj veškerý volný čas tráví u počítače, dá se očekávat podobně vstřícný vztah k těmto aktivitám i u dítěte.

Závislost na návykových látkách – ale i hraní počítačových her či jiných on-line aktivitách – se u této věkové kategorie vytváří podstatně rychleji a v mnoha ohledech s podstatně závažnějšími účinky. Je zde také častější tendence zneužívat širší spektrum návykových látek.

Tělesný i duševní vývoj dítěte může být nadměrným užíváním počítače velmi negativně ovlivněn – sedavý způsob života vede k řadě onemocnění (obezita, cukrovka, onemocnění pohybového systému). Dítě nemá prostor rozvíjet sociální dovednosti, jež jsou pro život v lidské společnosti nezbytné. Absence těchto norem se následně projevuje zhoršením mezilidských vztahů, úzkostí ve vztazích. Násilí v počítačových hrách dále prokazatelně zvyšuje agresivitu, sklon ke rvačkám, šikanování, posiluje nepřátelské naladění vůči světu. A to nehovořím o expozici nezralého jedince pornografií. Děti a mladiství se mohou ve světě internetu také snadno stát obětí podvodu, vydírání, šikanování či sexuálního zneužití.

Lze vzniku závislosti nějak přecházet?

Závislostem samozřejmě předcházet lze, především je třeba nepodceňovat varovné signály. Již jsem zmínil rizikové a ochranné faktory, jejichž kombinace má za následek vznik a rozvoj závislosti. Pochopitelně jde o to rizikové vlivy potlačit a ty ochranné posílit. K prvně jmenovaným patří krom výše zmíněných mj. úrazy, dlouhodobá onemocnění, nedostatek času na děti, přehnaná přísnost rodičů, problematičtí kamarádi... Na straně ochranných faktorů pak mohu zmínit přiměřené sebevědomí, schopnost zvládat obtížné situace a řešit problémy, přiměřenou rodičovskou péči a lásku, pěstování kvalitních zájmů a zálib, respekt k dospělým autoritám... Téma je samozřejmě mnohem komplexnější.

Jak probíhá léčení takto závislé osoby?

V těchto případech jde především o celkovou změnu přístupu k životu. V první řadě je třeba se naučit lépe hospodařit s časem: e-maily vyřizují jednou nebo dvakrát denně, hledám-li na internetu určitou informaci, předem ji jasně definuji a po jejím nalezení se odpojím, rozdělují své záležitosti dle důležitosti a v tomto duchu k nim přistupuji. Dále je vhodné ovládat techniky zvládání bažení, emocí a stresu, pracovat na sebeovládání, nalézt vhodné relaxační techniky.

Počítače zvládnou multitasking (pozn. dělat spousty úkonů najednou), v lidské přirozenosti to není. Proto je nanejvýš vhodné věnovat se jedné záležitosti a až poté druhé. Kupř. při snídani je dobré snídat, v rozhovoru naslouchat či hovořit, při chůzi prostě jít. Jde o poučku zdánlivě hloupou, ale ve skutečnosti velice chytrou.

Setkáváte se ve své praxi s oběťmi či původci kyberšikany?

Nepříliš často.

Jak probíhá terapie v těchto případech?

V takových případech je především třeba posílit sebevědomí, poskytnout oporu, pomoci k vyváženému způsobu života, naučit se bránit, vyhledat pomoc atp.

Příloha B - Případová studie

Zdrojem pro naši případovou studii se stal klient terapeutické ordinace PhDr. Cipra. Registrovaný psycholog PhDr. Martin Cipro se ve své soukromé praxi koncentruje na oblast firemního a individuálního psychologického poradenství. Dr. Cipro je absolventem Filosofické fakulty UK Praha. Od roku 2001 spolupracuje s katedrou psychologie a sociologie řízení na Fakultě podnikohospodářské VŠE v Praze, kde působí jako odborný asistent. V odborné praxi se zaměřuje na hlubší psychodiagnostiku v personálním poradenství, výcvik komunikačních dovedností, trénink sociálně manažerských dovedností, antistresové programy a specializuje se na oblast individuálního analytického koučování. Je externím poradcem a personálním auditorem několika mezinárodních koncernů i menších českých firem. V neziskové sféře pracuje jako klinický psycholog a psychoterapeut, je výcvikovým lektorem a členem výboru Institutu aplikované psychoanalýzy.

Petr

Petr (38 let) je úspěšný, inteligentní, vysokoškolsky vzdělaný mladý muž, vysoce postavený manažer. Je 11 let ženatý. Vzhledem k urologickému onemocnění je neplodný, což zjistil, až když se jeho žena marně snažila delší dobu otěhotnět. Po vzájemné dohodě (a značném tlaku ze strany manželky) přistoupil na in vitro fertilizaci s anonymním dárcem spermatu pod podmínkou, že se nikdo nedozví, že není biologickým otcem dítěte. Dcera (3 letá) mu není fyzicky podobná, což velmi těžce nese i vzhledem k poznámkám z okolí. Petr nepřijal roli otce, nadále žije jako bezdětný, nezávislý muž. Dle vlastních slov se cítí jako adolescent, obtěžuje ho zodpovědnost, ztráta svobody.

Petr se své matce narodil v jejích 18 letech jako neplánované, avšak chtěné dítě. Brzy poté se narodil jeho bratr, který je mentálně postižený. Rodiče se záhy nato rozvedli. Matka Petra rozmazlovala, vložila do něj veškerá svá očekávání. Funkční rodinný model však Petr nikdy nepoznal, musel brzy dospět. Jeho otec zemřel ve 42 letech na rakovinu a ačkoli touto skutečností dle vlastních slov Petr nijak zvlášť netrpěl, nese si v sobě strach z lékařů, nemocnic. Matka lékařka mu opakovaně nabízela medicínské řešení jeho urologického problému, Petr však odmítl (přestože zákrok měl odstranit neplodnost – „na penis mi nikdo sahat nebude“).

Petr je typický „macho“ – rodině vládne muž, žena se má podřídít, zůstat doma, opečovávat jej, být k dispozici. Veškerý hmotný majetek i dosažený životní standard považuje pouze za svou zásluhu, přestože žena byla před mateřskou dovolenou také úspěšnou manažerkou. Domnívá se, že on je tím jediným, kdo má právo rozhodovat o všem. „Vnucené otcovství“ bere jako osobní prohru.

V partnerském vztahu je dlouhodobě nespokojený, se ženou intimně téměř nežije. Dojde-li přesto z manželčiny iniciativy k sexu, neuspokojuje jej. Přistupuje k němu jako k výkonové situaci, „aby dala pokoj“, po aktu se necítí uspokojen, z celé situace nemá dobrý pocit. Ačkoli práce dříve bývala jeho koníčkem, v poslední době není spokojen ani v profesním životě. Cítí se přetažený, nervózní, mívá záchvaty vzteku, na své podřízené i kolegy se často utrhuje, křičí. Byl již několikrát upozorněn, že se chová nevhodně.

Jediné místo, kde se cítí dobře, kde se uvolní, je svět internetové pornografie. Dle vlastního vyjádření tráví Petr na internetu těmito aktivitami asi hodinu denně. V průběhu terapie však vychází najevo, že jde denně o podstatně větší penzum času. Na internetu vyhledává videa s mladými, submisivními ženami, u obrazovky počítače se cítí zcela dominantní. Rovněž jej vzrušují pornografické filmy natáčené pro ženy – jsou romantičtější a ženy jsou vždy zobrazeny v podřízené roli. Nedaří-li se mu nalézt oblíbené video, je schopen u počítače strávit jeho hledáním i několik hodin. Občas participuje i na eroticky zaměřených seznamovacích serverech. Dle vlastního vyjádření o osobní setkání s on-line partnerkou nejeví zájem, po virtuálním sexuálním zážitku komunikaci ukončuje, s žádnou se nespojil vícekrát než jednou. Milenku nemá, reálný sexuální akt nevyhledává, vidí v něm nástroj manipulace.

Skutečné potíže začaly zhruba před dvěma lety – v okamžiku, kdy manželka přišla na jeho zálibu v internetové pornografii. Došlo mezi nimi k velkému konfliktu, manželka nedokázala pochopit, proč volí náhražkovou virtuální aktivitu a s ní sexuálně nežije. Z celé situace se nakonec rozhodla vytěžit něco pro sebe – touží totiž po druhém dítěti a chce opět podstoupit IVF s anonymním dárcem spermatu. Petr je proti – tentokrát kategoricky. V jeho životě není místo pro dvě „cizí“ děti a nehodlá se nechat znovu vmanipulovat do situace, která reprezentuje jeho největší životní prohru.

Petrova frustrace ze vztahu stejně jako nespokojenost v práci se prohlubuje, čím dál častěji uniká do virtuálního světa pornografie. Před manželkou se vymlouvá na pracovní povinnosti, aby měl důvod zasednout k počítači i po návratu ze zaměstnání. Nezdaří-li se mu večer pustit si oblíbená videa a uspokojit se, je podrážděný, nervózní. Čím dál častěji si najde chvíli usednout k počítači i ráno. Je schopen vyprovokovat hádku či manželku urazit, jen aby měl klid a mohl opět zasednout k internetu. Petr rovněž přiznává, že nadměrně konzumuje alkohol, pije 5 litrů Coca Coly denně (chtěl to omezit, ale nezdařilo se mu to). V průběhu posledních 3 let přibral 30 kg.

Diskuzím s manželkou o problémech ve vztahu se vyhýbá, často plánuje aktivity v širším kruhu přátel, jen aby zamezil možné konfrontaci. Má sen o úniku, který si chce splnit ke svým 40. narozeninám – odletět sám na delší dobu do Spojených států – odjet od rodiny, přátel, zanechat za sebou veškeré problémy.

Terapii zahájil přibližně před rokem. Důvodem byla především snaha porozumět svým výbuchům vzteku, druhotně i vyřešit rozpadající se manželství. Zároveň se ale potřeboval utvrdit, že sám nedělá nic špatně, že je obětí manipulativních praktik své manželky. Ve své zálibě v internetové pornografii neshledává žádný problém – vše má dle vlastních slov pod kontrolou. Fyzicky nevěrný není, není tedy důvod v tomto směru jakkoli měnit své chování. Obdobně přistupuje k nadužívání alkoholu. Před situací často uniká k humoru.

Pro Petra je typické černobílé vidění světa, nerespektuje tradiční svazky (své tchýni řekl, že se těší, až chcípne). Ačkoli si v případě internetové pornografie zcela uvědomuje náhražkovost svého jednání, nepovažuje ji za problém – z potíží ve vztahu viní manželku. Je plný agrese – sledování pornografie mu přináší úlevu.

Dle psychologa PhDr. Cipra se v případě Petra jedná o nezralou osobnost narcisticko závislého typu. Jeho závislosti (na jídle, alkoholu, internetové pornografii) jsou motivovány nefunkčním partnerským vztahem, což je dáno Petrovou neschopností funkční vztah vytvořit. Rodina je pro něj středobodem vesmíru, tedy spíše její iluze. Sám není schopen do ní investovat jinak než finančně. Empatie, tolerance, kompromis jsou pro něj prázdné pojmy. Manželčiny potřeby bagatelizuje, domnívá se, že když „vyobchodovala“ dítě, nemá právo chtít nic víc. Do svých plánů často nezahrnuje členy rodiny, neočekává jejich souhlas či společnou dohodu o krocích, které hodlá učinit.

Pacient dále trpí poruchou sebevědomí a nedostatkem sebeúcty pramenícím z impotence.

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jména autora: Petra Veselková

Obor: Sociální a mediální komunikace

Forma studia: kombinovaná

Název práce: Sociální sítě, jejich vliv a související patologické jevy

Rok: 2013

Počet stran textu bez příloh: 90

Celkový počet stran příloh: 8

Počet titulů české literatury a pramenů: 15

Počet titulů zahraniční literatury a pramenů: 5

Počet internetových zdrojů: 16

Vedoucí práce: RNDr. Josef Musil, CSc.