

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra psychologie a patopsychologie



BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Gambling jako závislost u adolescentů

Viktorie Šulcová

Prohlášení studenta:

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, uvádím v seznamu použité literatury a zdrojů.

V Olomouci dne 17. 4. 2024

.....

Viktorie Šulcová

Poděkování:

Děkuji Mgr. Radce Hájkové, za odborné vedení závěrečné práce, poskytování rad a za čas, který mi věnovala při sepisování této práce. Dále bych ráda poděkovala své rodině za veškerou podporu a umožnění studování na vysoké škole.

Anotace

Jméno a příjmení: Viktorie Šulcová

Katedra: Katedra psychologie a patopsychologie

Vedoucí práce: Mgr. Radka Hájková

Rok obhajoby: 2024

Název práce: Gambling jako závislost u adolescentů

Název v angličtině: Gambling: an addiction among adolescents

Zvolený typ práce: Bakalářská práce

Anotace práce: Bakalářská práce se zabývá hazardním hraním u adolescentů. Popisuje závislosti, její druhy a prevenci. Analyzuje studie, ve kterých byla Česká republika zapojena. Pro prozkoumání tohoto tématu je využito odborné literatury, legislativních zdrojů a různých studií.

Klíčová slova: gambling, adolescenti, závislosti, prevence, digitální závislost, závislost na sociálních sítích

Anotace v angličtině: The bachelor thesis deals with gambling among adolescents. It describes addiction, its types and prevention. It analyses the studies in which the Czech Republic was involved. Professional literature, legislative sources and various studies are used to explore this topic.

Klíčová slova v angličtině: gambling, adolescents, addiction, prevention, digital addiction, social media addiction

Rozsah práce: 27 s.

Jazyk práce: čeština

Obsah

1	ÚVOD.....	6
2	ZÁVISLOST	8
2.1	DEFINICE POJMU ZÁVISLOSTI A JEJÍ VZNIK.....	8
2.2	SYMPTOMY ZÁVISLOSTI	8
2.3	DRUHY ZÁVISLOSTÍ.....	9
2.3.1	Závislosti na návykových látkách.....	9
2.3.2	Behaviorální závislost.....	10
2.4	MOTIVACE A VZNIK ZÁVISLOSTI.....	10
3	ZÁVISLOST NA DIGITÁLNÍCH TECHNOLOGIÍCH A SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH	13
3.1	VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ	13
3.2	ZÁVISLOST NA DIGITÁLNÍCH TECHNOLOGIÍCH A SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH	14
3.2.1	Systém vzniku a rozpoznání digitální závislosti a závislosti na sociálních sítích	14
3.2.2	Důsledky digitální závislosti a závislosti na sociálních sítích	15
3.2.3	Digitální závislost u dětí a dospívajících	16
3.2.4	Prevence před vznikem digitální závislosti a závislosti na sociálních sítích	18
4	HAZARDNÍ HRANÍ – GAMBLING	21
4.1	VYMEZENÍ POJMŮ	21
4.2	ÚVOD DO PROBLEMATIKY ZÁVISLOSTI NA HAZARDNÍCH HRÁCH.....	21
4.3	ROZDĚLENÍ HAZARDNÍCH HER PODLE ZÁKONA O HAZARDNÍCH HRÁCH:	22
4.4	GAMBLING U ADOLESCENTŮ	23
4.5	EVROPSKÁ ŠKOLNÍ STUDIE O ALKOHOLU A JINÝCH DROGÁCH.....	24
4.6	PREVENCE ZÁVISLOSTI NA HAZARDNÍCH HRÁCH U ADOLESCENTŮ	28
5	ZÁVĚR.....	32
6	SEZNAM ZKRATEK.....	33
7	ZDROJE	34
8	PŘÍLOHY	39

1 Úvod

Závislosti jsou všude kolem nás. Většina lidské populace je závislá alespoň na jedné věci, ať už je to káva, sladké jídlo, drogy nebo alkohol. V dnešní době najdeme spoustu závislostí, kterým se nedá vyhnout. Každá závislost má svou vážnost a je ve většině případů velmi nebezpečná. Digitální technologie, a s tím spojené sociální sítě, jsou jedním příkladem. Jsou všude a jsou součástí lidského vývoje, zejména našeho současného života. Nutkavá potřeba používat moderní technologie může ovlivnit celý náš život. Působí problémy ve škole, v zaměstnání, ve vztahu i ve finanční sféře. Málodko z nás si dovede přiznat, že má opravdu nějaký problém a vytvořil si třeba na oblíbený Facebook, Instagram, platformu X, Tik Tok, případně i počítačové hry aj. skutečný návyk.

Používání moderních technologií zcela posunulo hranice schopnosti přijímat nebo respektovat něco, co se kolem nás děje nebo co někdo říká. Stáváme se opravdu závislími. Z různých dostupných studií vyplývá, že 2/3 dotázaných pravidelně kontroluje telefon i při schůzkách s rodinou, přáteli či pracovními kolegy ve chvílích, kdy utichne konverzace. Např. až 80 % lidí si bere mobilní telefon opravdu kamkoli (toaleta, tiché zóny). Bez něj cítí stav napětí, úzkosti a neklidu, tedy kdy se člověk cítí nervózní, nesvůj a podrážděný. Různé výzkumy, které se zaměřují na vliv digitálního rozvratu společenského a lidského myšlení, ukazují, že mladí lidé jsou silně ovlivněni sociálními médii, která v nich často vyvolávají přehnaný obdiv k sobě samému, často s arogantním vystupováním a nedostatkem pochopení pro druhé, které chápou jen jako nástroje pro vlastní cíle – tzv. sebestřednost. Mezi sociální sítě můžeme též zařadit televizní a rozhlasová vysílání, či používání počítačů připojených k internetové síti (Chomynová a kol., 2023).

„Mobilní telefon používá 98,8 % populace starší 16 let, v tom chytrý telefon (tzv. smartphone) 80,7 %. Celkem 76,7 % používá internet v mobilním telefonu "99,0 % osob ve věku 16–34 let, 41,0 % ve věku 65–74 let a 14,8 % ve věku 75+ let). Připojení k internetu přes datový tarif a/nebo Wi-Fi používá 83,9 % populace“ (Chomynová a kol., 2023, s. 15). Je to velmi rychle se vyvíjející oblast a samostatný virtuální svět, kde reklama probíhá prostřednictvím placených příspěvků na sociálních sítích nebo formou tzv. influencingu. Blogeri a youtubeři mají velký vliv zejména na děti, které napodobují životní styl svých idolů.

Digitální hry lze hrát prostřednictvím různých platform, jako jsou osobní počítače, herní konzole, tablety, mobilní telefony či internetové prohlížeče. Mezi nejrozšířenější patří akční hry, jako jsou tzv. střílečky, bojové hry, dobrodružné hry (adventury), hry na hrdiny (RPG) a

strategické hry. Běžnou součástí digitálních her se staly virtuální balíčky, které může hráč získat v průběhu hry nebo si je zakoupit za virtuální měnu.

Ke všem těmto sociálním sítím vzniká u většiny jedinců větší či menší závislost, kterou bychom mohli popsat jako stav, kdy jsme ovlivněni nějakou okolností nebo situací, a nejsme si vědomi, že ji potřebujeme ke svému bytí (existenci). Z prvopočátku si nemusíme všimnout, že užívání sociálních sítí přešlo v problém. Najednou však zjistíme, že na sociálních sítích trávíme i několik hodin denně. Někdy nám to tak ani nepřipadá. Často se můžeme s okolím dohadovat o délce doby, kterou jsme strávili přilepení k obrazovce, počítačové hře či mobilnímu telefonu. Problém s gamblingem může začínat v závislosti na digitálních technologiích, elektronických zařízeních a sociálních sítích. Z tohoto důvodu jsme se rozhodli této problematice více věnovat v této bakalářské práci, a to konkrétně závislosti, motivaci závislosti, závislosti na digitálních technologiích, závislosti na sociálních sítích a gamblingu u adolescentů.

Práce je rozdělena do tří kapitol. V první kapitole mluvíme všeobecně o závislostech, jejich vzniku, symptomech a motivaci. V motivaci se dozvíme, jak závislost působí na člověka a jaké je rozdělení motivací dle Bartošové (1999).

Druhá kapitola pojednává o závislosti na digitálních technologiích a sociálních sítích. Popisujeme zde systém vzniku, rozpoznání těchto závislostí a jejich prevenci. Vymezíme hlavní pojmy jako jsou digitální technologie, sociální sítě, digitální závislost a závislost na sociálních sítích.

Ve třetí kapitole se věnujeme hazardnímu hraní, hlavně hazardnímu hraní u adolescentů. Mluvíme zde o rozdělení hazardních her a prevenci takové závislosti. V této kapitole se také nachází „Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách“, ve které nalezneme statistiky hazardním hraní v Evropě. Cílem této práce je poukázat na nebezpečí hazardního hraní u adolescentů.

Tato práce je čistě teoretická vzhledem k rozsáhlosti zvoleného tématu a zároveň chceme prozkoumat současnou situaci u dané problematiky. Do budoucnosti bychom chtěli práci rozšířit praktickou částí.

2 Závislost

2.1 Definice pojmu závislosti a její vznik

Závislost je chronická porucha charakterizována nutkavým jednáním vyhledávat a používat drogy navzdory jejich negativním účinkům. Je brána za poruchu mozku, jelikož zahrnuje funkční změny mozkových okruhů zahrnutých do stresu a sebekontroly. Tyto změny mohou trvat dlouho poté, co člověk přestal drogy užívat. Pod slovem závislost si většina lidí představí závislost na alkoholu nebo na nelegálních látkách (heroin, kokain, marihuana atd.). Závislost se ve svém pravém smyslu může vztahovat k mnoha různým látkám, procesům, chováním a snahám. Záleží na okamžiku, kdy člověk přechází od toho, že něco dělá a je schopen přestat, k neschopnosti přestat (National Institute on Drug Abuse, 2020).

Závislost je častým problémem. Pití kofeinových nápojů nebo požívání cukru je normální lidská záležitost a oproti pití alkoholu nebo kouření cigaret je také méně znepokojující. I tyto věci mohou však být jasným příkladem závislosti. Mnoho z nás je závislých alespoň na jedné věci. Každý máme jednu věc/činnost, bez které bychom se neobešli. Sledování televize, hraní videoher, pití kávy, cvičení nebo konzumace sladkého jídla. Při těchto aktivitách nejsou následky tolik závažné a lidé nad těmito věcmi nepřemýšlejí jako nad závislostmi, a proto nezvažují s nimi přestat. Se závislostí je to podobné jako s jinými nemocemi, například se srdečními chorobami. Obě tyto nemoci naruší normální zdravé funkce orgánu v těle a mají vážné škodlivé následky. Oběma nemocem se dá v mnoha případech předcházet a je možno je léčit. Pokud nebudou léčeny, mohou přetrvat do konce života a vést i ke smrti (National Institute on Drug Abuse, 2020). Ne všichni mohou být závislí na nějaké droze. Stejně jako s nemocemi a poruchami se pravděpodobnost rozvoje závislosti liší člověk od člověka. Žádný jednotlivý faktor nerozhoduje, zda člověk bude závislý na drogách. Čím více rizikových faktorů člověk má, tím je větší pravděpodobnost, že používání drog bude vést k závislosti. Mezi rizikové faktory může patřit: závislost v rodinné historii, porucha duševního zdraví, tlak vrstevníků, nedostatek rodičovského dohledu, experimentování s drogami, dostupnost drog apod (The Partnership, 2023).

2.2 Symptomy závislosti

Symptomy závislosti se také liší člověk od člověka. Záleží zde na formě závislosti, věku, fyzickém zdraví a psychickém a emocionálním stavu. Obecné znaky dle Mayo Clinic (2022):

Neschopnost přestat – v tomto případě člověk pokračuje v užívání látky nebo škodlivého návyku navzdory tomu, že chce přestat. Je možné, že člověk chce přestat a několikrát se o to i pokusil. Závislost je ale natolik (silná), že se mu to nedaří.

Zvýšená tolerance – po určité době si člověk může vytvořit toleranci vůči látce nebo aktivitě a bude potřebovat větší dávky, jen aby uspokojil své potřeby.

Intenzivní zaměření na látku nebo aktivitu – lidé se závislostí mohou být zaneprázdněni látkou/aktivitou. Závislost se jim přesune do popředí života, začnou denně toužit po dané látce/aktivitě.

Osobní a zdravotní problémy – závislost ovlivňuje všechny aspekty lidského života, jak fyzické a mentální zdraví, tak i osobní vztahy a kariéru. Postižení mohou mít problémy s plněním svých povinností v práci, škole nebo doma, případně mohou potlačovat a zanedbávat jiné potřeby jako jsou např. přátelé, koníčky apod...

Abstinenční příznaky – lidé se závislostí mohou prožít emocionální a fyzické abstinенční příznaky po ukončení užívání látek/aktivity. Mezi abstinенční příznaky můžeme zařadit: třes, pocení, zvracení, úzkosti a podráždění, neschopnost spát, halucinace, bolesti, deprese, vylučování řídké stolice, zimnice a další.

2.3 Druhy závislostí

Druhů závislostí je spousta, jedny z těch nejvýraznějších jsou závislosti na návykových látkách a nelátkové závislosti (behaviorální neboli týkající se chování) (Raypole, 2020).

2.3.1 Závislosti na návykových látkách

Jedná se o látky, které mají návykový potenciál. Rozdělení dle Cleveland Clinic (2023):

- a) **Stimulační látky** mají povzbuzující účinky a působí na psychiku. Na tyto látky může vzniknout závislost, kvůli které se poté mohou uživatelé objevovat halucinace. Tyto látky mají formu prášku, tabletek nebo kapaliny podávané injekcí. Mezi stimulační látky můžeme zařadit kokain, amfetaminy a jejich extrakty a MDMA (extáze).
- b) **Tlumivé látky** mají tlumící účinky na lidské tělo a mozek. Řadíme mezi ně opiáty, heroin, morfin, oxykodon, codein, léky na předpis jako jsou např. léky na spaní, na úzkosti a sedativa. Dále sem můžeme zařadit rozpouštědla a alkohol. U těchto látek záleží na dávce. Při menších dávkách se lidské tělo/mozek uvolní. Při vyšší dávce je možné navodit spánek. V tomto případě je při větší dávce nebezpečí úmrtí. Látka může postihnout mozek, který řídí lidské orgány.

- c) **Halucinogenní látky** ovlivňují naše smysly. Tyto látky můžeme rozdělit na halucinogeny pravé a nepravé. Mezi halucinogeny pravé řadíme LSD nebo lysohlávky. Mezi halucinogeny nepravé řadíme drogy konopné (marihuana, hašiš).

2.3.2 Behaviorální závislost

Behaviorální závislost může vzniknout při jakékoliv aktivitě. Při těchto aktivitách má člověk rychlou satisfakci, a proto danou aktivitu opakuje. Mezi tyto aktivity může patřit: gambling, stravování, cvičení, nakupování, sledování pornografie, sex, hraní videoher, používání internetu a další (Cleveland Clinic, 2023).

2.4 Motivace a vznik závislosti

Motivace je pojem převzatý z psychologie a rozumí se jím soubor psychických činitelů (procesů, faktorů), které vyvolávají, udržují, usměrňují nebo posilují aktivitu (jednání) člověka za účelem dosažení určitého cíle. Dosažený cíl přináší radost a pocit uspokojení. Rozdělení motivační teorie na motivy a stimuly dle Bartošové (1999):

- a) **Motivem** se obvykle rozumí každá vnitřní pohnutka podněcující jednání člověka, navenek se projevuje jako příčina k jednání. Člověk jedná na základě motivů.
- b) **Stimul** představuje soubor vnějších podnětů, pobídek, které mají určitým způsobem usměrňovat jednání a působit na jejich motivaci.

Motiv tedy představuje vnitřní impuls, vnitřní pohnutku jednání člověka, zatímco stimul představuje vnější pobídku, která má u člověka určitý motiv podnítit nebo utlumit. Znakem stimulace je změna podmínek či okolností, znakem motivu je odpověď na tuto změnu. Motivace se vztahuje k příčinám lidského jednání. Jednání člověka je vždy pod vlivem motivů, i když v určitých situacích může převažovat vliv některého z nich. Struktura motivů není neměnná, ale trvale se vyvíjí pod vlivem mnoha faktorů. Motivací rozumíme též vnitřní proces utváření cílů. Motivovat někoho znamená ukazovat mu smysl jeho jednání, cíle, přitažlivé hodnoty, dodávat jeho jednání zaměřenosti, cílevědomosti (Čírtková, 2004).

Důležitou součástí a podmínkou pro vývoj návyku a závislosti je motivace vedoucí k přístupům k nutkavému jednání. Motivů je zcela určitě více, přičemž se pokusíme vystihnout a v bodech stručně charakterizovat alespoň ty nejčastější, které jsou typické pro všechny, bez rozdílu věku. Rozdělení dle Bartošové (1999):

- a) **motivace fyzická** – přání fyzického uspokojení, fyzického uvolnění a odstranění fyzických obtíží apod.

- b) *motivace smyslová*** – přání stimulovat zrak, sluch, hmat, chuť, tedy touha po celkovém posílení vnímání čidly.
- c) *motivace sociální*** – potřeba prosadit si sociální změny, ztotožňovat se s určitou subkulturou, měnit společenské vědomí vrstevníků.
- d) *motivace intelektuální*** – uniknout nudě, řešit nahodilé problémy, zpytovat své vlastní vědomí a podvědomí apod.
- e) *motivace vnitřní osobnosti*** – přání získat uznání od vrstevníků, komunikovat s nimi, především neverbálně, posílit vazbu s druhou osobou, vzdorovat autoritě.
- f) *motivace citového zaměření*** – uvolnění od psychické bolesti, snížení úzkosti, případně uvolnění od špatné nálady.
- g) *motivace filozofická*** – hledat smysl života, objevovat významné hodnoty či pohled na svět.
- h) *motivace politická*** – ztotožňovat se se skupinami protestujícími proti politickému zřízení, nedodržovat společenská pravidla a normy, apod.
- i) *motivace specifická*** – získat ocenění u určitých osob, vlastní potřeba prožít dobrodružství, apod.

Motivace začíná potřebami, které existují u každého člověka. Lidé jsou motivováni svými potřebami – a to ať jsou si toho vědomi, nebo tak činí podvědomě. Tyto podněty silně ovlivňují jejich myšlení a jednání. Jestliže tyto potřeby nejsou uspokojeny, člověk si stanoví cíl vědomě nebo podvědomě a jedná tak, aby tohoto cíle úspěšně dosáhl (Bartošová, 1999).

Vlivem závislosti se tato základní osobnostní orientace zásadně mění, jednak základním poklesem zájmu o cokoli jiného než záležitosti týkající se závislosti a jednak ztrátou energie, kterou jedinec potřebuje k vývojovému růstu a prosperitě. Chování osobnosti ovlivňují čtyři základní faktory: (stupeň závislosti, kvalita osobnosti jedince, motivace a kvalita jeho okolí včetně sociálního). Motivace je nejhlavnějším z těchto faktorů. Motivace k užívání návykových látek a nutkavého jednání se může měnit i samovolně, poměrně často probíhají tyto změny cyklicky (Nešpor a Provazníková, 1999).

U motivace se pokládá za velice podstatný raný vývoj člověka, protože už tam může dojít k nějakému deficitu, k nějakému nedostatku. Ten se později projeví tak, že konkrétní člověk si chce tento chybějící deficit uměle doplnit. Například mu chybí citový vztah od otce. Pak se jeho závislostí může velmi snadno stát nutkavé jednání např. k netolismu, nomofobii či gamblingu, kdy tato činnost dodá neomezené potěšení a absolutní pocit, že již nic jiného nepotřebuje. Rozdíl je v tom, že se jedná o vnější vliv. Podle našeho názoru nejde o to, že si tyto lidé chtějí něco zpestřit nebo vylepšit oproti ostatním ze svého okolí. Přistupují k tomuto řešení proto, aby dokázali zvládnout situace jako je smutek, samota, zlost apod. Potřebují něco, co jim pomůže

zvládat tyto pro ně nepříjemné a někdy i nezvladatelné situace. Jde v podstatě o lidi, kteří opravdu v životě něčím strádají a závislími jsou jen proto, aby se dostali tzv. do normálu (Bartošová, 1999).

3 Závislost na digitálních technologiích a sociálních sítích

Digitální závislostí (dále jen DZ) trpí většina dnešní populace. Každý z nás nosí mobilní zařízení pořád v kapse nebo v rukou. Jsme čím dál závislejší na svých zařízeních. Používáme je ke komunikaci, získávání informací, hrám nebo nepřetržitému kontaktu. Toto vede k pocitu úzkosti nebo stresu, pokud zařízení nemáme neustále po ruce. Co tedy způsobuje závislost na sociálních sítích/elektronických zařízeních? Může to být nutkání nebo strach z promeškání? Z hlediska chování se může jednat o posilování neustálého připojení a angažovanosti na sociálních sítích. Může se také jednat o sbírání „lajků“ a aktivity na svých účtech. Do hlavních symptomů můžeme zařadit insomni, deprese či úzkost. Tato závislost se neprojevuje jen jako přímá závislost na digitálních zařízeních. Rozšiřuje se na konkrétní činnosti na těchto platformách, jako je používání sociálních médií a online gamblingu. Při každé z těchto činností si člověk může vytvořit podskupinu DZ. Jako u většiny závislostí, se při této aktivitě uvolňuje dopamin, který je spojený s potěšením a uspokojením (McKinney, 2023).

Na chytrých digitálních zařízeních (telefon, notebook, tablety...) si lidé mohou stahovat různé aplikace. Některé tyto aplikace jsou za poplatek a některé zdarma. Ve velké většině aplikací člověk musí zaplatit poplatek, aby aplikaci mohl používat. Tyto poplatky mohou zpřístupnit nové vylepšení a další funkce. Aplikace jako Adobe, Microsoft, nebo jakékoliv pracovní aplikace, jsou velmi často zpoplatněné, ať už se jedná o měsíční/roční předplatné nebo další funkce. Pokud mluvíme o hrách na digitálních zařízeních, velké množství také využívá zpoplatnění. Zde je buď sama aplikace zpoplatněná, a aby ji někdo mohl stáhnout, musí zaplatit určitou sumu nebo se nákupy mohou provádět přímo v aplikaci. Mezi tyto nákupy může patřit nové vybavení (které hráč potřebuje), virtuální měna (kterou jde získat za reálné peníze), zvýšení úrovně, nebo také odemknutí nedostupných úrovní. V tomto případě se již může jednat o začátek patologického hráčství, kdy hráč utrácí peníze, aby mohl ve hře postoupit dál (Martinů, 2019).

3.1 Vymezení základních pojmů

- a) **Digitální technologie** – je též označována jako digitální média. Jedná se o elektronické nástroje, systémy, zařízení a zdroje, které vytvářejí, ukládají nebo zpracovávají data. Mezi dobře známé příklady patří sociální média, online hry, multimédia a mobilní telefony (PortálDigi, 2022).
- b) **Sociální síť** - je služba v internetovém prostředí, která přihlášeným osobám umožňuje si vytvářet veřejný či částečně veřejný profil, komunikovat spolu, sdílet informace,

fotografie, videa, provozovat chat a další činnosti. Někdy se za sociální síť považují i internetová diskusní fóra, kde si uživatelé vyměňují poznatky a názory na vybraná témata. Komunikace mezi uživateli sociálních sítí může probíhat buď soukromě mezi dvěma uživateli, nebo (nejčastěji) hromadně mezi uživatelem a skupinou s ním propojených dalších uživatelů (Kopecký a Krejčí, 2023).

- c) **Digitální závislost** – konkrétní definice digitální závislosti dosud není pevně stanovena. V dostupných materiálech se setkáváme s různým označením tohoto fenoménu. Hovoří se o závislosti na internetu, patologickém užívání internetu, pochybném užívání internetu, nutkavém používání počítačů, virtuální závislosti atd. „V kontextu této práce používáme jako zastřešující termín „digitální závislosti“, kterým označujeme behaviorální závislosti, které jsou na rozdíl od látkových závislostí spojené s určitým chováním, v tomto případě s kompulsivním, obsesivním, nadměrným či škodlivým užíváním digitálních zařízení (tj. telefonů, tabletů, počítačů či herních konzolí) a digitálních technologií či platforem (internetu, sociálních sítí či digitálních her)“ (Chomynová a kol., 2023, s. 13).
- d) **Závislost na sociálních sítích** – také zde není přímá definice toho, co se rozumí závislostí na sociálních sítích. Pod tímto pojmem si většinou můžeme představit, že tato závislost se vztahuje k problému, kdy člověk tráví značnou část doby na sociálních sítích, přičemž nemůže ovládnout své jednání, aby tohoto zanechal. V podstatě můžeme hovořit o tom, že se jedná o závislosti na tzv. „virtuálních drogách“. Souhrnně tuto závislost můžeme označit termínem netolismus (Kačí, 2023).

3.2 Závislost na digitálních technologiích a sociálních sítích

3.2.1 Systém vzniku a rozpoznání digitální závislosti a závislosti na sociálních sítích

Jak jsme již uvedli, tak DZ a závislost na sociálních sítích (dále jen ZSS) se řadí mezi nelátkové závislosti, avšak je obdobná jako látkové závislosti. Je potřeba si uvědomit, že chování jednotlivce, které mu přináší nějaké uspokojení, se bude s největší pravděpodobností opakovat a postupem doby se stane zvykem, a to i s negativními dopady. Tímto opakovaným chováním dojde ke ztrátě kontroly a impulzivnímu jednání, a tím pádem ke vzniku závislostního jednání. Jak DZ, tak ZSS nevzniká náhle, ale rozvíjí se postupně a prochází různými fázemi. V počátcích lze užívání digitálních technologií kontrolovat a udržet si nad nimi nadhled, přičemž se žádné potíže dostavit nemusí. U některých lidí však kontrola přestává fungovat a člověk se stává závislým. Například závislost na internetu a na sociálních sítích není v podstatě jen to, kolik na nich trávíme času. Jedná se také o to, jak sociální síť působí na naše obvyklá

rozhodnutí, názory a životní styl. Zřídka kdy je složité pochopit, zda již naše používání sociálních sítí nepřerostlo v závislost. Mezi příznaky rozpoznání této závislosti můžeme zařadit neustálou kontrolu zpráv, společenskou interakci a obavu z toho, že bychom mohli něco zmeškat, což může vést k ještě většímu využívání sociálních sítí (Kopecký a Szotkowski, 2018).

Na vzniku nejenom DZ a ZSS, ale závislosti jako takové, se podepisují i další faktory (psychické, biologické, sociální, atd.), které často pramení v daleké minulosti. Samotné rozpoznání těchto závislostí je velmi problematické, poněvadž do současné doby ještě není pro tyto závislosti oficiální diagnostika a doposud neexistuje jednotný diagnostický vzorec, či nástroj. To však neznamená, že tyto závislosti nelze rozpoznat. Laicky lze závislosti na digitálních technologiích, konkrétně závislost na sociálních sítích rozpoznat, pokud jsou naplněny např. tyto projevy dle Slánské (2022):

- sociální sítě mají přednost před vším ostatním,
- prodlužuje se doba strávená na sociálních sítích,
- nervozita, podrážděnost, úzkost či deprese, pokud se nelze přihlásit na sociální sítě,
- nutková potřeba neustále kontrolovat sociální síť

Avšak jedním z nástrojů, a dle našeho názoru asi nejstěžejnějším diagnostickým nástrojem, je pohovor s adiktologem, který dokáže stanovit diagnózu, zdali osoba je či není závislá. V některých případech se dá diagnóza stanovit již během prvního pohovoru a někdy je to delší proces. Cílem pohovoru s adiktologem není jen informace „zda jsem závislý“, ale celkové pochopení situace a propojení důležitých informací o sobě (Krejčí, 2018).

3.2.2 Důsledky digitální závislosti a závislosti na sociálních sítích

V současné době jsou digitální technologie součástí našeho života. Umožňují nám spojit se s přáteli, získat nové přátele, vyjádřit své názory a případně sdílet obsah. Digitální technologie přinesly mnoho dobrého, ale zároveň vyvolávají obavy ohledně jejich schopnosti stát se závislostí. Závislost na digitálních technologiích netrápí pouze děti. Tímto moderním neduhem jsou postiženi i mnozí dospělí, kteří jen ztěžka odvracejí zrak od televizí, displejů, monitorů apod. Podle celosvětově uskutečněných výzkumů, jsou k závislosti na digitálních technologiích náchylnější spíše děti a dospívající. Přílišné trávení času na digitálních technologiích se týká poměrně značné části populace. Lidé závislí na digitálních technologiích mívají nepříjemné pocity při nemožnosti být tzv. online. Přílišné trávení času na digitálních

technologiích má mnoho negativních dopadů, a to jak na samotného jednotlivce, tak i na jeho okolí (Hardyn, 2019).

Mezi přímé dopady přílišného trávení času na digitálních technologiích můžeme zařadit narušení denního rytmu, zanedbávání osobní hygieny, jídla, nespavost, podrážděnost, únavu, bolesti hlavy, očí, zad a zhoršenou orientaci v čase. DZ mívá též dlouhodobé dopady, jako např. omezení fyzické aktivity a následná obezita, ztráta kontaktů mimo tzv. online svět, s tím spojené konflikty v osobních vztazích, problémy ve škole nebo práci, což může vést k horším výsledkům. U dětí a dospívajících se objevuje spojitost s úzkostnými poruchami, depresemi, sebevražednými myšlenkami, ADHD, ale i s agresivitou vůči okolí a konzumací alkoholu (Kačí, 2023).

3.2.3 Digitální závislost u dětí a dospívajících

V současnosti si již svět bez digitálních hraček, mobilů, tabletů a smartphonů nedokážeme představit. Nejenom, že nám otevírají nové možnosti, ale i velmi dobře slouží. Značná část dětí a dospívajících nemá problém s digitálními technologiemi. Občasná míra hraní digitálních her, užívání internetu nebo sociálních sítí neškodí. Jedná se o běžný způsob trávení volného času. Zásadním problémem však je, že při využívání digitálních technologií poměrně značnou část duševní práce přenášíme na digitální pomůcky a přístroje. To, co jsme v minulosti řešili jen pomocí svého myšlení, se v současnosti stále více stává přenesením myšlení na digitální technologie (Tománková, 2019).

S nástupem digitálních technologií, internetu, a především sociálních sítí se lidé a zejména mladší generace uchylují do prostředí, které jim poskytuje anonymitu, zbavuje je odpovědnosti za své činy a chování a dovoluje jim věci, které reálný svět nedovoluje. Svůj život žijí ve virtuálním světě, který se však ve skutečnosti odehrává v zavřeném pokoji, kde jsou děti osamocené. Zcela odštěpení od reálného světa, od rodiny, rodičů či kamarádů. S rychlým rozvojem internetu a digitálních technologií a se snazší dostupností mobilních telefonů, tabletů a počítačů, významně vzrostlo v posledních 20 letech užívání internetu a digitálních technologií mezi dětmi a dospívajícími (Stránský, 2023).

Současné děti jsou tzv. digiděti, protože se s digitálními technologiemi setkávají už od narození. Pro děti do pěti let je toto období zásadní, a to především z důvodu rozvoje vědomostních funkcí. V tomto období poznávají a pojmenovávají předměty všedního a skutečného života. Rozšiřují si slovní zásobu, rozvíjejí komunikativní dovednosti a schopnosti. Je tedy vhodné, aby komunikovali s rodiči. Jestliže se děti velmi často dívají na televizi, či

nadměrně a pravidelně používají tablet nebo mobilní telefon, mají chudší slovní zásobu, která se zaměřuje pouze na termíny, související právě s digitálními technologiemi a virtuálním světem. Navíc si mohou vypěstovat závislost na tomto druhu zábavy již od velmi raného dětství. Svět digitálních technologií, a především internetu, nezná hranice. Není ničím omezený a malé děti se mohou velmi snadno dostat k obsahu, který pro ně není v žádném případě vhodný. A nejedná se pouze o stránky s pornografickou tematikou, ale i s obsahem vulgárním a agresivním. V podstatě je jedno, jestli se jedná o děti předškolního nebo školního věku, ale čím více děti sledují audiovizuální média, tím více se oslabují společenské vztahy s rodiči i přáteli (Kršňák, 2022).

V posledních letech pronikly digitální technologie i do mateřských školek a škol. Téměř při každé vyučovací hodině je potřeba připojení na internet, aby bylo vzdělávání efektivnější. Už se nejedná pouze o hodiny informatiky. Toto má však své klady i zápory. Používání počítačů odvádí děti od učení. Děti přestávají být zvědavé a přestávají logicky myslet. Každou odpověď přece najdou na internetu, tak proč se mají namáhat s hledáním řešení apod. Stávají se nečinnými a snadno ovladatelnými. Předstírají jinou osobnost, než jakou ve skutečnosti jsou, a nedokáží vyjádřit svůj vlastní názor. Nekontrolované používání digitálních technologií vede ke zlovyku a postupně až k závislosti, ke kterým se přidávají jiné potíže, jako jsou poruchy spánku, únava, narušení denního biorytmu, neplnění povinností a dohodnutých pravidel. Ovšem na druhou stranu digitální technologie ze vzdělání nelze vyloučit, protože jsou součástí základní počítačové gramotnosti, které je posléze vyžadováno bezmála v každém zaměstnání (Řezníčková, 2017).

Ačkoliv u DZ a ZSS se v podstatě jedná o poměrně mladou problematiku, existuje již řada relevantních a publikovaných statistik, které se zaměřují na DZ a závislost na sociálních sítích dětí a školáků. Lze tedy konstatovat, že se této problematice věnuje řada celosvětových institucí. Nadužívání digitálních technologií (sledováním internetu, hraní digitálních her, sledováním videí a sociálních sítí) se v posledních letech zabývá spousta studií ve školní populaci. Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti (dále jen NMS) je v České republice garantem, který se zabývá sběrem dat, informací a statistik v oblasti závislostí jako takových. NMS od doby své existence vydalo v roce 2023 teprve druhou tematicky zaměřenou zprávu o nadužívání digitálních technologií. V této zprávě jsou shrnuta data za rok 2022, které obsahují informace o míře nadužívání digitálních technologií dětí, dospívajících a dospělých a dále informace o dopadech nadužívání digitálních technologií v oblasti sociální a zdravotní (Chomynová a kol., 2023, s. 5).

Za účelem zjištění odhadu počtu dětí a dospívajících v riziku digitálních závislostí jsou používány různé studie, ve kterých jsou používána speciální měřítka. Použitá měřítka se mezi sebou liší a neodrážejí tak obdobné odhady nadužívání digitálních technologií v jednotlivých skupinách dětí a dospívajících. Ať už se jedná o národní či mezinárodní studie, tak z těchto veřejně dostupných materiálů je zřejmé, že každým rokem dochází k nárůstu závislých osob na digitálních technologiích, bez ohledu na to, jestli se jedná o osoby předškolního věku či adolescenty nebo dospělou populaci. Pro názornost lze uvést příklad z roku 2018 a 2022, kdy procento závislých mladých lidí z 5 % během 4 let stouplo na 8 % závislých mladých lidí (Kalman a kol., 2018).

Podle výsledků studie, kterou provedla Univerzita Palackého v Olomouci, je mezi dětmi a dospívajícími ve věku 11–15 let celkem 6 % těch, kteří uvádějí, že u obrazovky mobilu, tabletu nebo počítače tráví i 7 a více hodin denně. Digitální hry (tj. hry na počítači, tabletu, konzoli atd.) hrálo každý den 48 % 11–15letých chlapců a 16 % dívek. Míra pravidelného hraní, tj. hraní 4krát týdně a častěji, s věkem klesá, a to zejména u dívek – pravidelně hrálo 35 % 11letých, 24 % 13letých a 17 % 15letých dívek, zatímco u chlapců se pohybovala mezi 64 – 66 % ve všech věkových skupinách. Digitální hry vůbec nehraje celkem 5 % chlapců a 28 % dívek (Chomynová a kol., 2023).

Tabulka 1: Pravidelné a problematické hraní digitálních her mezi 11–15letými žáky ZŠ – studie HBSC 2022, v %

Pohlaví	Věkové skupiny	Pravidelné hraní her, tj. 4krát týdně nebo častěji	Problematické hraní her
Chlapci	11 let	66	15
	13 let	66	14
	15 let	64	11
Dívky	11 let	35	6
	13 let	27	5
	15 let	17	3

Pravidelné a problematické hraní digitálních her dle studie HBSC (2022).

3.2.4 Prevence před vznikem digitální závislosti a závislosti na sociálních sítích

Poznat něco skutečného a zažít skutečné pocity v reálném světě bude možné pouze tehdy, pokud si děti budou umět stanovit pravidla a regulovat čas, který u počítače, tabletu, herních konzol, telefonu a sociálních sítích stráví. Rozhodně by těmto digitálním technologiím neměly věnovat značnou část času, protože pak své dětství nežijí, ale přežívají. Přijmout opatření před vznikem závislosti lze stanovením pevně dané horní hranice času, jak dlouho se

deně může dítě věnovat digitálním technologiím a tím poté vytvářet zdravé návyky pro práci s nimi a jejich používáním. Takové opatření má pozitivní vliv na jejich zdraví. V tom, aby děti získaly na digitálních technologiích a sociálních sítích závislost, jim zabrání pouze prevence. Jak před získáním závislosti, tak i při samotné závislosti, pomůže vždy nejvíc rodina. Může pomoci najít možnosti, začít koordinovat a směřovat motivaci na jiné cíle (Droppová, 2018).

Pokud jsou děti nesoustředěné, často tráví čas u počítače nebo neustále používají telefon či tablet, mají málo kamarádů a ignorují jiné záliby, tak by to měl být pro rodiče minimálně první impulz k tomu, aby udělali rázné, efektivní, a hlavně rychlé opatření, které dětem se závislostí na digitálních technologiích pomůže. Zároveň by jim měli dokázat nabídnout náhradní program, aby problém nepřerostl do vážné závislosti. Nutno však podotknout, že samotný problém často není v dětech, ale v samotných rodičích, kteří si nevšímají, jak jejich děti tráví volný čas (Droppová, 2018).

Vzhledem k tomu, že děti jsou příliš nezkušené na to, aby si tento problém uvědomily, je potřeba, aby rodiče připravili dětem jiný program. Zejména by měli být trpěliví, protože zábava, kterou dětem tímto berou, je velmi atraktivní. Děti by si poté měly postupně zvyknout a pochopit, že v životě se nabízí i mnoho příjemných věcí, které jim digitální technologie odpírají. Se staršími dětmi mohou rodiče udělat dohodu, vytvořit harmonogram, který by měly dodržovat a případně dohodnout kompromis, s kterým budou obě strany spokojeny (Krejčí, 2018).

Sekundární prevencí neboli adiktologickou prevencí zaměřenou na děti a mládež, se zabývá i Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. *„Hlavním strategickým dokumentem pro oblast prevence v resortu školství je „Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019–2027.“ Základním metodickým dokumentem je „Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních.“ Dokument ve svých přílohách doporučuje školám a školským zařízením, jak postupovat při výskytu různých forem rizikového chování u žáků. Od r. 2015 je jedna z příloh tohoto metodického doporučení věnována problematice digitálních závislostí, tzv. netolismu“* (Chomynová a kol., 2023, s. 57).

Jaká je optimální, či dokonce maximální délka času stráveného na digitálních technologiích, je předmětem odborných diskusí a jednoznačná odpověď neexistuje. Myslíme si, že nejdůležitější je se zaměřit na to, zdali děti tráví plnohodnotný čas také bez digitálních technologií a čemu se během něj věnují. Například pohybu a pobytu venku, plnění povinností a úkolů, koníčků, budování kladného vztahu s rodiči, spolužáky a učiteli. Vzhledem k tomu, že není relevantně uvedena optimální délka času stráveného na digitálních technologiích, chtěli

bychom závěrem této kapitoly uvést doporučení Americké akademie pediatrie (AAP) na optimální čas užívání digitální technologie dětmi (Sadílková, 2020).

Tabulka 2: Doporučení AAP 2016

Děti do 2 let	limitovaný čas, vysoce kvalitní programy za přímé asistence dospělého
Děti 2-5 let	max. 1 hod. denně, kvalitní programy sledované s rodičem / jiným dospělým
Starší děti	konstantní časový limit, který vyhovuje stylu rodiny a konkrétním vývojovým požadavkům dítěte tak, aby nebyl narušen jeho zdravý vývoj, školní výsledky a zájmy, ani rodinný a sociální život

Doporučení Americké akademie pediatrie na optimální čas užívání digitálních technologií dětmi z roku 2016.

4 Hazardní hraní – gambling

4.1 Vymezení pojmů

- a) *Hazardní hra* (dále jen HH) – „*hra, sázka nebo los, do nichž sázející vloží sázku, jejíž návratnost se nezaručuje, a v nichž o výhře nebo prohře rozhoduje zcela nebo zčásti náhoda nebo neznámá okolnost*“ (Zákon č. 186/2016 Sb. o hazardních hrách, 2016, § 3).
- b) *Gambling* - je chorobná závislost na vsázení a hraní jakýchkoliv hazardních her. Gamblerství je považováno za patologickou psychickou závislost, která je založena na lákavé představě rychlého zisku peněz nebo jiné hmotné výhry. Při této závislosti si jedinec dokáže jednoduše pokazit život svůj i život jeho rodiny. Gambling může jít od neškodné zábavy do vážné posedlosti, kde si člověk neuvědomuje následky svých činů (Kalina a kol., 2001).

4.2 Úvod do problematiky závislosti na hazardních hrách

Sázení, loterie, výherní hrací zařízení nebo kasino je brána jako každá jiná zábava, která se však může proměnit v noční můru a může být vysoce návyková. Lze konstatovat, že značná část populace nebude mít s hraním nikdy problém, avšak pro některé lidi může být návykovější, než je třeba konzumace alkoholu, kouření nebo užívání omamných látek. Rizikovou skupinu, která propadne závislému chování, tvoří tři procenta populace. HH jsou od nepaměti světovým fenoménem. Sázet se dnes dá již skoro na vše. Nejčastěji lidé sází na výsledky ve sportu, v kasinech, v online prostředí nebo i v běžném životě mezi přáteli (Celní správa České republiky, 2017).

Předmětem sázek jsou ve většině případů peníze, majetek a neřídka kdy ješitnost. Pokud někdo hraje HH, nemusí být ještě závislým. V případě, že hraje rozvážně a s rozumem pouze pro zábavu a nikoli pro peníze, tak je vše v pořádku. Pokud však toto hraní přeroste ve stav, kdy to již škodí zdraví nebo obecně uznávaným normám a hráč ztrácí schopnost jednat a uvažovat logicky, jedná se o patologickou závislost (Celní správa České republiky, 2017).

Rozpoznání problémového chování pro okolí, však nebývá jednoduché. Samotnou závislost nezpůsobuje pouze jeden činitel. Pro vznik této závislosti je potřeba kombinace několika vzájemně souvisejících faktorů, které následně vykazují příznaky patologické závislosti na hazardu. Příznaků může být spousta a vždy závisí na individuálním předpokladu hráče. K predispozici hráče závislého na hazardu postačí i pouze jeden z příznaků. Mezi nejčastější příznaky podle Celní správy (2017) patří:

- HH je hlavní životní náplní hráče; dochází k zanedbání rodiny, přátel a zaměstnání,
- převládá touha na rychlém a bezpracném zisku i za cenu vysokých ztrát,
- navyšováním sázek je snaha získat zpět případnou prohru,
- pokud hráč nehraje, neustále myslí na hraní a je podrážděný,
- hráč trpí obdobnými fyzickými nebo psychickými problémy jako u závislosti na digitálních technologiích nebo sociálních sítích.

4.3 Rozdělení hazardních her podle zákona o hazardních hrách:

Podle zákona č. 186/2016 Sb. o hazardních hrách se HH dělí na:

- a) **Loterie** – v loterii si jedinec může vsadit určitou peněžní sumu na čísla, které si myslí, že budou vytažena z osudí. Do loterií jsou též zařazeny stírací losy. Losy jsou malé papíry, na kterých jsou herní pole, zakrytá stírací vrstvou. Můžou mít i online podobu. V České republice je velké množství různých stíracích losů (Rentiér, Černá perla, Mates, Zlatá rybka atd.) Každý los se liší vzhledem, cenou a výhrou, kterou hráč může vyhrát.
- b) **Kursoví sázky** – jedná se zejména o online sázení na sporty a je jednou formou gamblingu, kde si lidé sázejí na výsledky populárních sportovních událostí (fotbal, hokej, basketbal, tenis, golf atd.). Člověk si může vsadit na celkový počet gólů nebo bodů získaných při utkání a na konečný výsledek utkání. Sportovní sázky jsou velmi populární a online sázení je rychlejší a jednodušší.
- c) **Totalizátorová hra** – je hra, u níž je výhra podmíněna uhodnutím sázkové příležitosti, s výjimkou kursově sázky.
- d) **Bingo** – při této společenské hře jde hráčům o zaškrtnutí políček v jedné řadě. Vzhledem ke své jednoduchosti je tato hra velmi oblíbená.
- e) **Technická hra** – je hra provozovaná prostřednictvím technického zařízení přímo obsluhovaného sázejícím. Technickou hrou se rozumí zejména válcová hra, elektromechanická ruleta a elektromechanické kostky. Jsou jednoduché a nezaberou mnoho času jako stolní hry. Jejich cílem je spojit stejné symboly a vytvořit výherní řadu. Jejich vzhled a zvuk z nich dělají velmi atraktivní cíl.
- f) **Živá hra** – mezi tyto živé hry patří zejména stolní hry, jako jsou např.: karetní hry, ruleta, poker, kostky a další. Karetní hry jsou velmi populární. Podle názvu si každý může odvodit, jaké hry do této sekce budou patřit. Můžeme mezi ně zařadit poker, kanastu, blackjack, ale i černého Petra, Uno, kvarteta a další. Pravidla u karetních her

se liší podle toho, o jakou hru jde. *Ruleta* je jednou z živých her, při které musí být přítomen tzv. krupiér. Je velmi známou hrou, při které se využívá menší kolo, které krupiér roztočí a hráč vsází buď na konkrétní číslo či barvu. Živou hru je podle zákona o hazardních hrách možno provozovat pouze v kasinech, kterým byla Ministerstvem financí udělena licence k provozování těchto her.

- g) Tombola** – v tombole jde o štěstí. Jedinec si většinou koupí jeden a více lístků do tomboly, kde může vyhrát různé věci.
- h) Turnaj malého rozsahu** – je turnaj v karetní hře vyřazovacího typu, při němž je počet účastníků HH předem určen. Úhrnný vklad každého z účastníků HH do jednoho turnaje nesmí převýšit 1000 Kč za 24 hodin.

4.4 Gambling u adolescentů

V rodinách, kde se nachází děti, je normální a časté hraní různých her (deskové hry, karty, kostky atd.). Časté hry, které může mít každá rodina, jsou např. Dostihy a sázky nebo Monopoly. Při této hře, hráči používají fiktivní peníze, za které si mohou koupit různé pozemky nebo majetek. Všichni jsme v dětství zažili pocit euforie, když jsme někoho porazili nebo něco získali. Stejnou euforii zažívají i hráči, kteří hrají o skutečné peníze. Jedná se však o počáteční fázi, kterou posléze vystřídá opačné pocity a úzkost (Janoušek, 2024).

Hazardní hraní je u dětí a dospívajících závažný a poměrně častý problém. K hazardnímu hraní spíše inklinují děti a dospívající, kteří nadměrnou část času dříve věnovali hraní digitálních her. Problémy způsobené hazardním hraním se u dětí a dospívajících objevují v konsekvenci vzájemného působení rizikových a ochranných prvků, které se vyskytují na mnoha rovinách. K rizikovým aspektům patří očekávání spojené s hazardem, kdy hráč je nabažen případnou předchozí výhrou a očekává, že každou další hrou dojde ke znásobení výhry. Dalším rizikovým faktorem je samotná propagace hazardních her v médiích a dostupnost hazardu pro dospívající, která se v poslední době přesouvá do online prostoru (Nešpor, 2012).

„Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách“ (ESPAD) poskytuje informace o HH a jejich nárůstu mezi mladistvými. Tento nárůst mapuje ve čtyřletých intervalech. Poslední mapování proběhlo v roce 2019, kdy HH hrálo 17 % dívek a 24 % chlapců z České republiky. (Nešpor, 2021). „Podle studie ESPAD nejčastěji uváděnou HH v prostředí land-based (mimo internet) byly loterie a stírací losy (10,0 %), následované hraním karetních her a kostek (6,2 %). V online prostředí byly loterie a karty nebo kostky uváděny stejně často (6,7 %, resp. 6,6

%) – graf 3-1. Většina studentů nepovažuje karty, kostky a loterie za hazardní hry. Při započítání všech typů HH hrálo v posledních 12 měsících celkem 20,8 % dospívajících (24,4 % chlapců a 17,0 % dívek), celkem 14,6 % hrálo HH mimo internet (land-based) a 13,0 % na internetu. Hraní všech typů HH, a to jak land-based, tak online, uváděli častěji chlapci, výjimkou byly loterie a stírací losy v land-based prostředí, ty uváděly častěji dívky“ (Chomynová a kol., 2023, s. 31).

Hazardní hraní upravuje zákon č. 186/2016 Sb. o hazardních hrách, který s účinností od 1.1.2017 nahradil zákon č. 202/1990 Sb. Tento zákon definuje různé podmínky pro provoz HH, ale zejména definuje to, že HH, se může účastnit pouze osoba starší 18-ti let. Z tohoto důvodu si myslíme, že prováděné studie neodráží skutečná reálná čísla hazardního hraní u dětí a dospívajících. Předpokládáme, že někteří z těchto dětí a dospívajících hrají HH tzv. nelegálně a to tak, že třeba navštěvují nelegální herny a hrají na výherních hracích zařízeních nebo v online prostředí neuvedou skutečný věk a vydávají se za osobu starší 18-ti let. Proto zastáváme názor, že je důležité tento stav více sledovat a dodržovat nastavená opatření, aby se tento problém minimalizoval. Dozor nad provozováním hazardních her vykonává Celní správa, dozorujícím orgánem je i ministerstvo financí. Od roku 2017 provádí celní správa i prevenci. V dnešní době jsou veškeré sázkové kanceláře, které jsou schválené zákonem, přístupné pro občany od 18 let. To samé platí i pro kasina. I tak se bohužel najdou sázkové kanceláře, které nejsou nikde evidované, a každý si v nich může vsadit bez problémů. Legální herny jsou monitorovány a kontrolovány, tak aby se jich nemohly zúčastnit osoby mladší 18 let. Musí být opatřené kamerami a musí mít povolení od ministerstva financí. Místní provoz upravují vyhlášky měst a obcí, které mohou povolit nebo zakázat provoz (Ministerstvo financí České republiky, 2016).

4.5 Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách

Tato část je věnována studii ESPAD z roku 2019, ve které jsou uvedené statistiky hazardního hraní v Evropě.

Prevalenci a vzorce hraní hazardních her, respektive hraní her o peníze, v populaci dospívajících mapuje ve čtyřletých intervalech ESPAD, která obsahuje podrobný modul zaměřený na hazardní hraní. Poslední vlna ESPAD, která mapuje výskyt a užívání návykových látek a dalších forem rizikového chování byla realizována v roce 2019. Do české části této studie se zapojilo 2 778 respondentů. Na otázku „Jak často (pokud vůbec) jste v posledních 12 měsících hrál/a o peníze?“ odpovědělo 2 685 lidí. 89,46 % lidí odpovědělo, že za posledních

12 měsíců nehrálo o peníze. 7,6 % o peníze hrálo jednou měsíčně, 1,41 % hrálo 2-4 krát do měsíce a 1,53 % hrálo 2-3 krát týdně. Na otázku „Museli jste někdy vám důležitým lidem lhát o tom, kolik jste vsadili?“ odpovědělo 2 675 lidí. 98,03 % lidí odpovědělo, že ne. Zbýlých 1,97 % odpovědělo ano. V Irsku na první otázku odpovědělo 1 907 lidí. 84,27 % lidí odpovědělo, že za posledních 12 měsíců nehrálo o peníze. 12,32 % o peníze hrálo jednou měsíčně, 2,2 % hrálo 2-4 krát do měsíce a 1,21 % hrálo 2-3 krát týdně. Na druhou otázku odpovídalo 1 886 lidí. 97,4 % lidí odpovědělo, že ne. Zbýlých 2,6 % odpovědělo ano.

V roce 2019 bylo zjišťováno, kolik procent lidí se zapojilo do alespoň jedné z následujících hazardních her v posledních 12 měsících: hraní na výherních automatech, hraní karet nebo kostek o peníze, hraní loterie nebo sázení na sportovní utkání nebo sázení na zvířata. Tento postup se liší od toho, který byl použit v roce 2015, kdy byla použita přímá otázka, „Jak často (pokud vůbec někdy) jste v posledních 12 letech hrál/a o peníze?“ V roce 2019 22 % žáků uvedlo, že v posledních 12 měsících hráli o peníze alespoň v jedné hazardní hře. Nejvyšší prevalence hraní hazardních her mezi žáky v roce 2019 byla zjištěna v Řecku a na Kypru (33 % každý), následovala Itálie a Černá Hora (32 % každý) a Finsko (30 %). Nejnižší míra hraní o peníze byla zjištěna na Maltě (14 %). Gruzii (13 %), Dánsku (12 %) a Kosovu (11 %). Ve všech evropských zemích v roce 2019 více chlapců než dívek uvedlo, že v posledních 12 měsících hráli HH o peníze (v průměru 29 % oproti 15 %). Mezi země s rozdílem mezi pohlavími vyšším než 20procentních bodů patřily Černá Hora, Kypr, Chorvatsko, Řecko, Srbsko a Finsko. Nejmenší rozdíly mezi pohlavími byly zjištěny na Maltě, ve Švédsku a v České republice.

Pokud jde o online gambling, celkově 7.9 % žáků uvedlo, že utratilo peníze za hry na internetu v posledních 12 měsících. Nejvyšší podíl žáků hlásících hazardní hraní online bylo zjištěno na Kypru a v Kosovu (16 %), Černá Hora (13 %), Srbsko a Bulharsko (11 %). Nejvyšší rozdíl v zapojení do hraní online mezi chlapci a dívkami byl pozorován na Kypru (29 % u chlapců a 7,3 % u dívek). Další země s rozdíly mezi pohlavími vyššími než 15 procentních bodů, byly Dánsko, Černá Hora a Srbsko. Jediné dvě země, které měly rozdíly mezi pohlavími (méně než 5 procentních bodů) byly Malta a Německo.

Tabulka 3: Hraní o peníze a online hraní: prevalence v posledních 12 měsících v %.

Země	Hazardní hry			Online hazardní hry		
	Chlapci	Dívky	Dohromady	Chlapci	Dívky	Dohromady
Bulharsko	34	19	27	17	4.6	11
Černá Hora	46	18	32	21	4.2	13

Česká republika	24	17	21	9.3	1.8	5.7
Dánsko	21	4.1	12	19	1.2	9.5
Estonsko	21	13	17	13	2.1	7.4
Faerské ostrovy	34	16	25	17	2.8	10
Finsko	41	20	30	14	2.1	7.9
Francie	-	-	-	-	-	-
Gruzie	19	7.8	13	13	3.3	7.6
Chorvatsko	34	9.3	22	15	2.1	8.7
Irsko	30	19	24	10	2.5	6
Island	22	14	18	7.2	1.2	4.1
Itálie	41	22	32	12	2.6	7.6
Kosovo	15	7	11	21	11	16
Kypr	49	22	33	29	7.3	16
Litva	28	17	22	14	2.9	8.5
Lotyšsko	28	17	22	14	2.9	8.5
Maďarsko	28	15	22	13	1.7	7.3
Malta	16	12	14	5.2	2.4	3.8
Monako	36	19	27	16	2.8	9.4
Německo	19	10	15	5.6	0.8	3.1
Nizozemsko	25	17	21	8.8	1.9	5.3
Norsko	-	-	-	6.8	1.2	4.1
Polsko	24	14	19	13	2.3	7.4
Portugalsko	32	14	22	11	1	5.7
Rakousko	20	11	16	8.3	1.3	4.9
Rumunsko	35	14	25	15	2.4	8.6
Řecko	45	23	33	9	1.1	4.9
Severní Makedonie	34	19	27	13	4.8	8.9
Slovensko	24	11	17	12	2.1	6.7
Slovinsko	24	10	17	15	1.8	8.3
Srbsko	36	14	25	20	3.2	11
Španělsko	22	12	17	7.1	1.5	4.2
Švédsko	21	14	18	14	2.6	8.1
Ukrajina	28	14	21	17	2.7	9.5
Průměr	29	15	22	13	2.7	7.9
Min.	15	4.1	11	5.2	0.8	3.1
Max.	49	23	33	29	11	16

Prevalence hazardního hraní za posledních 12 měsíců (ESPAD, 2019)

Loterijní HH (včetně stíracích losů, karet a binga) bylo převažujícím druhem HH; uvedlo je mezi 19 % (Německo) až 79 % (Řecko) žáků, kteří HH hráli v posledních 12 měsících. V některých východoevropských zemích byla zjištěna míra 30 % nebo nižší; Gruzie (27 %), Ukrajina (29 %), Slovensko a Rumunsko (29 %) a Kosovo (30 %). O něco méně než polovina žáků, kteří hráli HH, utrácela peníze za sport nebo za sázení na zvířata. Sportovní a zvířecí

sázky byly vybrány více než 70 % žáky, kteří hráli HH v Chorvatsku a Černé Hoře a méně než 30 % žáků, kteří sázeli v Nizozemsku, České republice, Finsku, na Maltě, v Rakousku, Německu a Litvě.

Karty (např. poker) nebo kostky preferovalo více než 60 % žáků, kteří hráli HH v Gruzii, Rumunsku a Německu, zatímco v Černé Hoře, Srbsku, Severní Makedonii a Portugalsko byly méně oblíbené (méně než 30 %). Nejméně oblíbenou HH mezi žáky byli hrací automaty, které si v průměru vybral každý pátý hráč (21 %). V některých zemích (Česká republika a Řecko) byl podíl hráčů nižší než 10 %. Naopak podíl vyšší než 30 % byl zjištěn v Gruzii (40 %), Irsku (37 %), Rumunsku a Černé Hoře (35 %). Nejvyšší podíl hráčů na hracích automatech vykázalo Finsko (60 %).

V České republice se do hazardního hraní v posledních 12 měsících zapojilo 21 %, z toho 24 % bylo chlapců a 17 % dívek. Do online hazardního hraní se zapojilo 5,7 % respondentů, z toho 9,3 % bylo chlapců a 1,8 % dívek. HH, do kterých se žáci zapojili, byly; automaty (7,4 %), karty nebo kostky (47 %), loterie (61 %) a sportovní či zvířecí sázky (26 %).

Tabulka 4: Podíly různých typů hráčů mezi těmi, kteří v posledních 12 měsících hráli o peníze v %.

Země	Hrací automaty	Karty nebo kostky	Loterie	Sportovní sázky nebo sázky na zvířata
Bulharsko	24	55	66	41
Černá Hora	35	22	54	75
Česká republika	7.4	47	61	26
Dánsko	21	41	43	60
Estonsko	13	47	56	33
Faerské ostrovy	29	39	54	49
Finsko	60	43	53	26
Francie	-	-	-	-
Gruzie				
Chorvatsko	24	32	44	76
Irsko	37	41	52	61
Island	20	38	60	32
Itálie	12	43	46	60
Kosovo	20	46	30	61
Kypr	15	44	69	47
Litva	15	52	53	30
Lotyšsko	14	58	59	28
Maďarsko	14	41	54	47
Malta	25	54	48	27
Monako	20	30	36	54
Německo	15	69	19	28
Nizozemsko	19	48	47	23

Norsko	-	-	-	-
Polsko	27	50	45	37
Portugalsko	11	28	55	60
Rakousko	16	50	51	28
Rumunsko	35	66	29	51
Řecko	7.5	41	74	30
Severní Makedonie	24	28	58	50
Slovensko	12	52	29	56
Slovinsko	19	32	51	50
Srbsko	15	24	56	67
Španělsko	17	41	52	41
Švédsko	22	40	61	32
Ukrajina	20	55	28	48
Průměr	21	44	49	45
Min.	7.4	22	19	23
Max.	60	69	74	76

Typy hazardních her, kterých se hráči za posledních 12 měsíců zúčastnili (ESPAD, 2019)

4.6 Prevence závislosti na hazardních hrách u adolescentů

V současné a uspěchané době, kdy jsou digitální technologie a zábava neustále tzv. při ruce, je potřeba, aby zejména rodiče a školská zařízení věnovala značnou pozornost k zabezpečení zdraví u dětí a dospívajících. Právě hazardní hraní způsobuje spoustu problémů. Ať už se jedná o psychické nebo sociální problémy, tak i o značné finanční ztráty. Samotné patologické hráčství přináší další řadu problému, Z tohoto důvodu je nutná prevence, do které se zapojuje rodina, školská zařízení, adiktologie a v neposlední řadě stát a státní organizace (Nešpor, 2021).

Mezi základní a zejména zásadní prevenci řadíme prevenci na úrovni rodiny. Pro rodiče někdy bývá složité rozpoznat, že jejich dítě je závislé na hazardním hraní. Náповědou pro rodiče mohou být určité varovné příznaky. Mezi tyto příznaky můžeme podle Nešpora (2021) zařadit:

- krádeže peněz nebo cenností v domácnosti, lhaní rodičům,
- rozprodávání vlastních věcí a zvýšené finanční nároky,
- hovory o hazardu, zejména o tom, že dítě ví, jak vyhrávat,
- změna přátel, náhlé zhoršení školního prospěchu,
- ztráta koníčků, podrážděnost, nervozita či nespavost.

Dětem a dospívajícím, u nichž se tyto příznaky objeví, je poté potřeba věnovat ze strany rodičů zvýšenou pozornost. Dále by bylo vhodné získat více informací o hazardním hraní a gamlingu a následně si o tom ve vhodný čas pohovořit se svým dítětem. Klíčovým faktorem

prevence je vytvoření důvěryhodné a otevřené diskuse s dětmi. Dialog by nám měl umožnit pochopit jejich zájmy, problémy, nejistotu a zároveň nám dát možnost seznámit je s riziky hazardního hraní a vysvětlit jim, jak funguje a jaké může mít negativní následky. Zároveň bychom neměli být emotivní a vyvíjet na děti nadměrný tlak. Mohla by tím být vyvolána reakce odmítnutí a uzavření se. Své názory na hazardní hraní bychom měli předkládat postupně. Ovšem nejlepším způsobem, jak ovlivnit děti a dospívající, je vlastní příklad a životní styl rodiny. Je potřeba si uvědomit, že děti vnímají, jak se sami stavíme k hazardu a penězům. Jsme jejich vzorem, ať chceme či nechceme. Dále bychom jim měli ukázat, jak hospodařit s financemi a učit je k finanční gramotnosti (Šikl a Ježková, 2012). Dalším základním prvkem prevence jsou školská zařízení, která se v rámci preventivních programů zabývají rizikovým chováním ve školách. Školní metodik sestaví před začátkem školního roku preventivní program a v průběhu roku monitoruje rizikové chování. V podstatě se jedná o metodickou pomůcku pro učitele, jak mají pracovat s žáky, u kterých vzniklo podezření, že mají ve třídě žáka se závislostí na digitálních technologiích nebo hazardních hrách. Projekty jsou ve většině případů zaměřeny na projednání rizik s rodiči závislého žáka (Charvát a Maierová, 2016).

„Ve školním roce 2021/22 školy vykazaly celkem 12 138 samostatných preventivních aktivit nebo programů, z toho 91,5 % bylo na úrovni všeobecné prevence. Realizované preventivní programy ve školách se nejčastěji zaměřovaly na témata prevence šikany a projevů agrese, prevence kyberšikany, prevence kriminálního chování a nelátkových závislostí“ (Chomynová a kol., 2023, s. 70).

Tabulka 5: Zaměření preventivních programů podle typů chování ve školním roce 2021/2022, v %

Zaměření preventivního programu	Počet programů v %
Šikana a projevy agrese	16,2
Kyberšikana	10,4
Kriminální chování	9,2
Záškoláctví	6,8
Užívání alkoholu	6,5
Duševní onemocnění a psychické problémy	6,4
Užívání dalších návykových látek	6,4
Užívání tabáku	6,3
Závislostní chování pro nelátkové závislosti	6,1
Rizikového chování v dopravě	5,9
Rasismus a xenofobie	5,4
Rizikového sexuálního chování	5,2
Rizikové sporty	4,2
Poruchy příjmu potravy	3,5
Působení sekt a extrémistických náboženských směrů	1,5

Zaměření preventivních programů podle typů chování ve školním roce 2021/2022 ze zprávy o hazardním hraní v České republice 2023.

„Časová dotace na prevenci jednotlivých typů rizikového chování v rámci školního vzdělávacího programu není určena. Prevence nelátkových závislostí včetně HH je součástí školního vzdělávacího programu ve všech ročnících ZŠ a SŠ. Nejvíce času v rámci výuky ve školním roce 2020/2021 bylo prevenci tohoto typu rizikového chování věnováno v 9. ročníku ZŠ a odpovídajících ročnících víceletých gymnázií, a to 2,3 vyučovací hodiny“ (Chomynová a kol., 2023, s. 70-71).

Tabulka 6: Počet hodin specifické prevence nelátkových závislostí (včetně hazardního hraní) obsažených ve školním vzdělávacím programu v jednotlivých ročnících ZŠ a SŠ ve školních letech 2017/2018 až 2021/2022.

	školní rok 2017/2018	školní rok 2018/2019	školní rok 2019/2020	školní rok 2020/2021	školní rok 2021/2022
1. ročník ZŠ	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6
2. ročník ZŠ	0,7	0,7	0,7	0,8	0,8
3. ročník ZŠ	1	1	1	1,2	1
4. ročník ZŠ	1,3	1,3	1,3	1,4	1,3
5. ročník ZŠ	1,6	1,6	1,6	1,7	1,6
6. ročník ZŠ	1,8	1,8	1,8	1,8	1,7
7. ročník ZŠ	1,9	1,9	1,9	2,1	1,8
8. ročník ZŠ	2	2	2	2,2	2
9. ročník ZŠ	2,3	1,9	2	2,1	2

Počet hodin prevence nelátkových závislostí ze zprávy o hazardním hraní v České republice 2023 dle Chomynové a kol. (2023, s 71).

V neposlední řadě prevenci proti hazardnímu hraní vykonává i sám stát, státní organizace a obce. Státní regulace za účelem předcházení závislosti na hazardních hrách je řešena zejména již dříve uvedeným zákonem č. 186/2016 Sb., o hazardních hrách. Tento zákon např. stanovuje, co se rozumí HH a podmínky jejich provozování, vymezuje herní prostor, internetovou hru a podmínky jejího provozování, povolovací řízení, výkaznictví HH apod. Tento zákon vedl v první řadě k odstranění technických herních zařízení v restauracích, barech, čerpacích stanicích apod. V podstatě se jednalo o tzv. nelicencované provozovny. Od účinnosti zákona o hazardních hrách je možné povolit HH pouze v kasinech. Na základě tohoto zákona také vznikl rejstřík osob, do kterého se zapisují všichni hráči. Hlavním cílem je zamezit hraní nezletilým. Dále má zamezit hraní osobám pobírajícím sociální dávky nebo dávky v hmotné nouzi. Tyto

osoby jsou zapsány v rejstříku vyloučených osob. Zákon o hazardních hrách přinesl také regulaci do trhu online kasin. V podstatě lze říci, že přinesl zpřísnění podmínek provozování hazardních her.

Jak již bylo uvedeno, podle zákona o hazardních hrách dozor nad provozováním hazardních her vykonává ministerstvo financí a Celní správa České republiky. Kontrolní orgány celní správy v rámci svých kompetencí kontrolují dodržování podmínek k provozování HH, vymezení herního prostoru, zákazu vstupu osob mladších 18-ti let nebo osob, jež jsou v rejstříku vyloučených osob apod. V případě, že orgány celní správy zjistí porušení předpisů, postupují svá zjištění k projednání přestupku, za což může být provozovateli HH uložena sankce až do výše 5.000.000 Kč. Pokud v dnešní době narazíme na hernu, která není kasinem, tak lze s určitostí říci, že se jedná o nelegální neboli tzv. černou hernu. „Z posledních statistik Celní správy vyplývá, že od roku 2017 bylo Celní správou odhaleno na 1155 nelegálních heren, přičemž legálních herních prostorů stát eviduje 902“ (Kozák a kol., 2023, s. 32). Vzhledem k tomu, že Celní správa má též kompetenci k prověřování trestných činů, prověřuje v poslední době i tyto případy provozování HH. Boj s nelegálním hazardem je jednou z priorit Celní správy České republiky.

5 Závěr

Závislost je v současné době velmi závažným problémem, o kterém většina lidstva ví, ale ne vždy ji bere v úvahu. Každý člověk je na něčem závislý. Digitální závislost, závislost na sociálních sítích nebo na hazardním hraní. Tyto jsou jedny z mála závislostí, které mají vliv na naše chování a psychiku. S ohledem na tuto problematiku je důležité co nejvíce rozšiřovat informace o možných rizicích a následcích všech uvedených závislostí.

Závěrečná práce byla rozdělena na tři části. V první části jsme popsali, co je to závislost, symptomy závislosti a jaké druhy závislosti existují (látkové a nelátkové). Dále jsme se zabývali motivací, jejími druhy a jaké mají závislosti vlivy na člověka. Důležitým tématem jsou také digitální závislost a závislost na sociálních sítích. Tyto závislosti jsou vážné, obzvláště pokud se projeví u dospívajícího člověka.

Hlavním tématem této práce je hazardní hraní (gambling) u adolescentů. Zjistili jsme jaké máme rozdělení hazardních her dle zákona č. 186/2016 Sb., o hazardních hrách a řekli jsme pár informací k nim. Dále víme, že Celní správa České republiky má na starost prevenci a dohled nad provozováním hazardních her.

Po analýze různých dokumentů jsme zjistili, že gambling se stává problémem mezi dospívajícími. Po prozkoumání publikovaných studií víme, že v roce 2019 hrálo 24 % českých chlapců a 17 % dívek hazardní hry. Studie, jako „Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách“ (ESPAD), se vydává každé 4 roky. Ta mapuje výskyt a užívání návykových látek a dalších forem rizikového chování. Díky těmto studiím víme, jak velké procento dnešní mládeže přijde do styku s látkovými a nelátkovými závislostmi.

Cílem této práce je poukázat na rozsáhlý problém, kterým je hazardní hraní, ale i další závislosti. Je důležité, aby společnost, rodiče a školy věnovali tomuto problému pozornost a pokusili se zavést preventivní programy. Proto jsme v závěru této práce zdůraznili nutnost trvalé a promyšlené prevence před závislostí na hazardních hrách u adolescentů, případně i zpracované a podporované odborníky na tuto problematiku.

6 Seznam zkratk

DZ – Digitální závislost

ZSS – Závislost na sociálních sítích

NMS – Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti

AAP – Americká akademie pediatrie

HH – Hazardní hra

ESPAD – Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách

7 Zdroje

1. Addiction: what is it? In: *The NHS* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.nhs.uk/live-well/addiction-support/addiction-what-is-it/>
2. Addiction: What It Is, Causes, Symptoms, Types and Treatment. In: *Cleveland Clinic* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/6407-addiction>
3. BARTOŠOVÁ, Hana, 1999. *Management teorie a praxe policejní činnosti*. 3., nezm. vyd. Policejní akademie České republiky. ISBN 80-7251-025-8.
4. Brain basics: reward system. In: *Reward Foundation* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://rewardfoundation.org/brain-basics/reward-system/>
5. CARTER, Yvonne, 2016. *Gambling: Risk Factors, Prevalence and Treatment Outcomes*. Hauppauge, Nova Science Publishers, Inc. 2016. ISBN 9781634857871.
6. Co je to závislost na hazardu a jaké jsou příznaky, 2024. In: *Encyklopedie Hazardu.cz* [online]. [cit. 2024-04-16]. Dostupné z: https://www.encyklopediehazardu.cz/rubriky/legislativa-a-historie/co-je-to-zavislost-na-hazardu-a-jake-jsou-priznaky_329.html
7. ČÍRTKOVÁ, Ludmila, 2006. *Policejní psychologie*. Aleš Čeněk. ISBN 978-80-7380-581-4.
8. Different types of gambling explained, 2022. In: *London Business News* [online]. [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: <https://londonlovesbusiness.com/different-types-of-gambling-explained/>
9. Digitální technologie - PortálDigi, 2022. In: *PortálDigi* [online]. [cit. 2024-04-14]. Dostupné z: <https://portaldigi.cz/digislovník/digitalni-technologie/>
10. Drug addiction (substance use disorder) - Symptoms and causes, c1998-2024. In: *Mayo Clinic* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/drug-addiction/symptoms-causes/syc-20365112>
11. Drug Misuse and Addiction, 2020. In: *National Institute on Drug Abuse (NIDA)* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://nida.nih.gov/publications/drugs-brains-behavior-science-addiction/drug-misuse-addiction>
12. ESPAD Data portal, 2019. *The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs* [online]. [cit. 2024-04-07]. Dostupné z: <https://data.espad.org/search-questions/?field-text=gambling>

13. *ESPAD Report 2019: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*, 2020. EMCDDA Joint Publications, Publications Office of the European Union. ISBN ISBN 978-92-9497-546-1.
14. Gambling Addiction and Problem Gambling, c1999-2024. In: *HelpGuide.org* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.helpguide.org/articles/addictions/gambling-addiction-and-problem-gambling.htm>
15. Gambling among adolescents: an emerging public health problem, 2021. In: *The Lancet Public Health* [online]. [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(21\)00026-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(21)00026-8/fulltext)
16. Gambling nebo patologické (problémové) hráčství. In: *Prev-Centrum* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.prevcentrum.cz/informace-o-drogach/gambling-nebo-patologicke-problemove-hracstvi/>
17. CHARVÁT, Miroslav a Eva MAIEROVÁ, 2016. *Rizikové chování ve školním prostředí – rámcový koncept: Co dělat, když - intervence pedagoga*. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy.
18. CHOMYNOVÁ, Pavla, Zuzana DVOŘÁKOVÁ, Tereza ČERNÍKOVÁ, Barbora ORLÍKOVÁ, Kateřina GROHMANNOVÁ a Eva FRANKOVÁ, 2023. *Zpráva o digitálních závislostech v České republice 2023* [online]. Praha: Úřad vlády České republiky. [cit. 2024-04-08]. ISBN ISBN 978-80-7440-321-7. Dostupné z: https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33889/1220/Zprava_o_digitalnich_zavislostech_v_CR_2023.pdf
19. CHOMYNOVÁ, Pavla, Zuzana DVOŘÁKOVÁ, Kateřina GROHMANNOVÁ, Barbora ORLÍKOVÁ, Tereza ČERNÍKOVÁ, Eva FRANKOVÁ a Ondřej PETROŠ, 2023. *Zpráva o hazardním hrani v České republice 2023* [online]. Praha: Úřad vlády České republiky [cit. 2024-04-08]. ISBN 978-80-7440-320-0. Dostupné z: https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33890/1222/Zprava_o_hazardnim_hrani_v_CR_2023.pdf
20. INTERNÍ VNITŘNÍ PŘEDPIS CELNÍ SPRÁVY ČESKÉ REPUBLIKY Č. VNP-042-2017, 2017. *Školení gestorů komoditní oblasti „Hazard“*.
21. Jak předcházet závislosti dětí na digitálních technologiích, 2018. *Poradce ředitelky mateřské školy* [online]. 40-43 [cit. 2024-04-16]. Dostupné z: <https://www.skolkakomenskeho.cz/wp-content/uploads/jak-predchazet-digitalni-zavislosti.pdf>

22. KALINA, Kamil a kol., 2001. *Mezioborový glosář pojmů z oblasti drog a drogových závislostí* [online]. Filia Nova [cit. 2024-04-14]. ISBN 80-238-8014-4. Dostupné z: <https://www.drogy-info.cz/publikace/glosar/?g=105>
23. KOPECKÝ, Kamil a René SZOTKOWSKI, 2018. Projevy závislostního chování u dětských hráčů hry Minecraft pohledem kvantitativního výzkumu. *Pediatric pro Praxi*. **19**(1), 35-40.
24. KOPECKÝ, Kamil a Veronika KREJČÍ, 2023. *Sociální síť – úvod do problematiky: úvod do problematiky* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci [cit. 2024-04-14]. ISBN 978-80-244-6370-4. Dostupné z: <https://e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/odborne-studie/166-socialni-site-uvod-do-problematiky-2023-kopeccky-krejci/file>
25. KOZÁK, Petr, Michal RAZÍM, Václav ULRICH a Jan ŘEHOLA, 2023. *Černá kniha nelegálního hazardu*. [Praha]: Institut pro regulaci hazardních her. ISBN 978-80-11-02687-5.
26. KRŠŇÁK, Jan, 2022. *Digiděti ano či ne?: Konference na téma ZDRAVÍ DÍTĚTE 2022*. Dostupné také z: <https://www.youtube.com/watch?v=s9S6hT6Ggfc>
27. MINISTERSTVO FINANCÍ ČESKÉ REPUBLIKY, 2016. *Státní dozor a ukládání sankcí*. Dostupné také z: https://www.mfcr.cz/assets/cs/media/Prezentace_2016-08-01_02-Statni-dozor-a-ukladani-sankci_v02.pdf
28. Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti, c2015. In: *Drogy-info* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.drogy-info.cz/nms/o-nas/narodni-monitorovaci-stredisko-pro-drogy-a-zavislosti/>
29. Nelátkové závislosti: co to je? In: *NZIP – Národní*
30. *zdravotnický informační portál* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/321-nelatkovve-zavislosti-zakladni-informace>
31. NEŠPOR, Karel a Hana PROVAZNÍKOVÁ, 1996. *Slovník prevence problémů působených návykovými látkami*. Fortuna. ISBN 80-7071-034-9.
32. NEŠPOR, Karel, 2021. Hazardní hry u dětí a dospívajících: projevy, rizika, prevence, svépomoc a léčba. In: *Šance Dětem* [online]. [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/hazardni-hry-u-deti-dospivajicich-projevy-rizika-prevence-svepomoc-lecba>
33. Netolismus - závislost na internetu a sociálních sítích, 2019. In: *Human.cz* [online]. [cit. 2024-04-15]. Dostupné z: <https://www.human.cz/zavislost-na-socialnich-sitich/>

34. Poplatky za mobilní hry jsou absurdní. Žádají i tisíc korun na hodinu., 2019. In: *IDNES.cz* [online]. [cit. 2024-04-16]. Dostupné z: https://www.idnes.cz/hry/magazin/mobilni-hry-mikrotransakce-komentar.A190417_205524_bw-magazin_oma
35. Risk Factors for Addiction, 2023. In: *Partnership to End Addiction* [online]. [cit. 2024-04-16]. Dostupné z: <https://drugfree.org/article/risk-factors-for-addiction/>
36. Rizika závislostního chování u dětí a dospívajících a jejich prevence, 2012. In: ŠIKL, Jan a Zuzana JEŽKOVÁ. *Šance Dětem* [online]. [cit. 2024-04-16]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/rizika-zavislostniho-chovani-u-deti-dospivajicich-jejich-prevence#pro-rodice>
37. Rizikové chování. In: *Poradenské centrum* [online]. [cit. 2024-04-15]. Dostupné z: <https://www.poradenskecentrum.cz/rizikove-chovani/>
38. ŘEZNÍČKOVÁ, Lucie, 2017. *ICT v předškolním vzdělávání. Impulsy: Inspirace, náměty a trendy dětského čtenářství.*
39. SADÍLKOVÁ, Zuzana, 2021. Children and Digital Media. *Pediatric pro praxi* [online]. 2021-1-6, **21**(6), 391-394 [cit. 2024-04-08]. ISSN 12130494. Dostupné z: doi:10.36290/ped.2020.081
40. SLÁNSKÁ, Dara, 2022. Závislost na sociálních sítích – jak se definuje a jak ji léčit? In: *Rehabilitace.info* [online]. [cit. 2024-04-04]. Dostupné z: <https://www.rehabilitace.info/nemoci/zavislost-na-socialnich-sitich-jak-se-definuje-a-jak-ji-lecit/>
41. Sociální sítě a gaming u školáků, 2018. In: KALMAN, Michal a Petr BAŘURA. *Zdravá Generace* [online]. [cit. 2024-04-17]. Dostupné z: <https://zdravagenerace.cz/reporty/socialni-site-a-gaming/>
42. STRÁNSKÝ, Martin Jan, 2023. Jak nástup digitální technologie negativně ovlivňuje mysl a budoucnost našich dětí. In: *Přítomnost.cz* [online]. [cit. 2024-04-17]. Dostupné z: <https://www.pritomnost.cz/2023/12/18/jak-nastup-digitalni-technologie-negativne-ovlivnuje-mysl-a-budoucnost-nasich-deti/>
43. The Different Types of Gambling: An Overview, 2022. In: *Focus Gaming News* [online]. [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: <https://focusgn.com/the-different-types-of-gambling-an-overview>
44. The Silent Epidemic: The Growing Problem of Digital Addiction, 2023. In: *Phil McKinney* [online]. [cit. 2024-04-07]. Dostupné z: <https://www.philmckinney.com/the-silent-epidemic-the-growing-problem-of-digital-addiction/>

45. TOMÁNKOVÁ, Aneta, 2019. *Vliv mobilních telefonů na novou generaci dětí*. Praha. Bakalářská práce. Univerzita Karlova.
46. Types of Addiction and How They're Treated. In: *Healthline* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.healthline.com/health/types-of-addiction>
47. Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi osobami - 2022, 2022. In: *Český statistický úřad* [online]. [cit. 2024-04-07]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/3-pouzivani-mobilniho-telefonu-a-internetu-na-mobilnim-telefonu-4x9sr9caql>
48. What is the Definition of Addiction?, 2019. In: *ASAM - American Society of Addiction Medicine* [online]. [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: <https://www.asam.org/quality-care/definition-of-addiction>
49. Závislost: co to je? In: *NZIP - Národní zdravotnický informační portál* [online]. [cit. 2024-01-05]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/320-zavislost-zakladni-informace>
50. Závislost na sociálních sítích a její dopady, 2023. In: *Seznam Médium* [online]. [cit. 2024-04-14]. Dostupné z: <https://medium.seznam.cz/clanek/ondrej-kaci-zavislost-na-socialnich-sitich-a-jeji-dopady-13845>
51. Závislost na sociálních sítích – jak se definuje a jak ji léčit?, 2022. In: *Zdravotní magazín a katalog rehabilitací*[online]. [cit. 2024-04-08]. Dostupné z: <https://www.rehabilitace.info/nemoci/zavislost-na-socialnich-sitich-jak-se-definuje-a-jak-ji-lecit/>
52. *Zbavte se závislosti na digitálních technologiích. Odborník radí, jak na detox*, 2018. Dostupné také z: <https://www.seznamzpravy.cz/clanek/zbavte-se-zavislosti-na-digitalnich-technologiich-odbornik-radi-jak-na-detox-47208>
53. *186/2016 Sb. Zákon o hazardních hrách*, 2016. Dostupné také z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2016-186?text=o%20hazardních%20hrách>

8 Přílohy

Příloha 1: Pravidelné a problematické hraní digitálních her mezi 11–15letými žáky ZŠ – studie HBSC 2022, v %

Pohlaví	Věkové skupiny	Pravidelné hraní her, tj. 4krát týdně nebo častěji	Problematické hraní her
Chlapci	11 let	66	15
	13 let	66	14
	15 let	64	11
Dívky	11 let	35	6
	13 let	27	5
	15 let	17	3

Příloha 2: Doporučení AAP 2016

Děti do 2 let	limitovaný čas, vysoce kvalitní programy za přímé asistence dospělého
Děti 2-5 let	max. 1 hod. denně, kvalitní programy sledované s rodičem / jiným dospělým
Starší děti	konstantní časový limit, který vyhovuje stylu rodiny a konkrétním vývojovým požadavkům dítěte tak, aby nebyl narušen jeho zdravý vývoj, školní výsledky a zájmy, ani rodinný a sociální život

Příloha 3: Hraní o peníze a online hraní: prevalence v posledních 12 měsících v %.

Země	Hazardní hry			Online hazardní hry		
	Chlapci	Dívky	Dohromady	Chlapci	Dívky	Dohromady
Bulharsko	34	19	27	17	4.6	11
Černá Hora	46	18	32	21	4.2	13
Česká republika	24	17	21	9.3	1.8	5.7
Dánsko	21	4.1	12	19	1.2	9.5
Estonsko	21	13	17	13	2.1	7.4
Faerské ostrovy	34	16	25	17	2.8	10
Finsko	41	20	30	14	2.1	7.9
Francie	-	-	-	-	-	-
Gruzie	19	7.8	13	13	3.3	7.6
Chorvatsko	34	9.3	22	15	2.1	8.7
Irsko	30	19	24	10	2.5	6
Island	22	14	18	7.2	1.2	4.1
Itálie	41	22	32	12	2.6	7.6
Kosovo	15	7	11	21	11	16
Kypr	49	22	33	29	7.3	16
Litva	28	17	22	14	2.9	8.5
Lotyšsko	28	17	22	14	2.9	8.5
Maďarsko	28	15	22	13	1.7	7.3
Malta	16	12	14	5.2	2.4	3.8
Monako	36	19	27	16	2.8	9.4

Německo	19	10	15	5.6	0.8	3.1
Nizozemsko	25	17	21	8.8	1.9	5.3
Norsko	-	-	-	6.8	1.2	4.1
Polsko	24	14	19	13	2.3	7.4
Portugalsko	32	14	22	11	1	5.7
Rakousko	20	11	16	8.3	1.3	4.9
Rumunsko	35	14	25	15	2.4	8.6
Řecko	45	23	33	9	1.1	4.9
Severní Makedonie	34	19	27	13	4.8	8.9
Slovensko	24	11	17	12	2.1	6.7
Slovinsko	24	10	17	15	1.8	8.3
Srbsko	36	14	25	20	3.2	11
Španělsko	22	12	17	7.1	1.5	4.2
Švédsko	21	14	18	14	2.6	8.1
Ukrajina	28	14	21	17	2.7	9.5
Průměr	29	15	22	13	2.7	7.9
Min.	15	4.1	11	5.2	0.8	3.1
Max.	49	23	33	29	11	16

Příloha 4: Podíly různých typů hráčů mezi těmi, kteří v posledních 12 měsících hráli o peníze v %.

Země	Hrací automaty	Karty nebo kostky	Loterie	Sportovní sázky nebo sázky na zvířata
Bulharsko	24	55	66	41
Černá Hora	35	22	54	75
Česká republika	7.4	47	61	26
Dánsko	21	41	43	60
Estonsko	13	47	56	33
Faerské ostrovy	29	39	54	49
Finsko	60	43	53	26
Francie	-	-	-	-
Gruzie				
Chorvatsko	24	32	44	76
Irsko	37	41	52	61
Island	20	38	60	32
Itálie	12	43	46	60
Kosovo	20	46	30	61
Kypr	15	44	69	47
Litva	15	52	53	30
Lotyšsko	14	58	59	28
Maďarsko	14	41	54	47

Malta	25	54	48	27
Monako	20	30	36	54
Německo	15	69	19	28
Nizozemsko	19	48	47	23
Norsko	-	-	-	-
Polsko	27	50	45	37
Portugalsko	11	28	55	60
Rakousko	16	50	51	28
Rumunsko	35	66	29	51
Řecko	7.5	41	74	30
Severní Makedonie	24	28	58	50
Slovensko	12	52	29	56
Slovinsko	19	32	51	50
Srbsko	15	24	56	67
Španělsko	17	41	52	41
Švédsko	22	40	61	32
Ukrajina	20	55	28	48
Průměr	21	44	49	45
Min.	7.4	22	19	23
Max.	60	69	74	76

Příloha 5: Zaměření preventivních programů podle typů chování ve školním roce 2021/2022, v %

Zaměření preventivního programu	Počet programů v %
Šikana a projevy agrese	16,2
Kyberšikana	10,4
Kriminální chování	9,2
Záškoláctví	6,8
Užívání alkoholu	6,5
Duševní onemocnění a psychické problémy	6,4
Užívání dalších návykových látek	6,4
Užívání tabáku	6,3
Závislostní chování pro nelátkové závislosti	6,1
Rizikového chování v dopravě	5,9
Rasismus a xenofobie	5,4
Rizikového sexuálního chování	5,2
Rizikové sporty	4,2
Poruchy příjmu potravy	3,5
Působení sekt a extrémistických náboženských směrů	1,5

Příloha 6: Počet hodin specifické prevence nelátkových závislostí (včetně hazardního hraní) obsažených ve školním vzdělávacím programu v jednotlivých ročnících ZŠ a SŠ ve školních letech 2017/2018 až 2021/2022.

	školní rok 2017/2018	školní rok 2018/2019	školní rok 2019/2020	školní rok 2020/2021	školní rok 2021/2022
1. ročník ZŠ	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6
2. ročník ZŠ	0,7	0,7	0,7	0,8	0,8
3. ročník ZŠ	1	1	1	1,2	1
4. ročník ZŠ	1,3	1,3	1,3	1,4	1,3
5. ročník ZŠ	1,6	1,6	1,6	1,7	1,6
6. ročník ZŠ	1,8	1,8	1,8	1,8	1,7
7. ročník ZŠ	1,9	1,9	1,9	2,1	1,8
8. ročník ZŠ	2	2	2	2,2	2
9. ročník ZŠ	2,3	1,9	2	2,1	2