

**Univerzita Palackého v Olomouci**  
**Pedagogická fakulta**

# **DIPLOMOVÁ PRÁCE**

2022

**Bc. Jana Mad'ová**

Univerzita Palackého v Olomouci

Pedagogická fakulta

Diplomová práce

**Rizika online prostředí pro děti  
předškolního a mladšího školního  
věku a možnosti eliminování těchto  
rizik v rodině**

Bc. Jana Mařová

**Katedra technické a informační výchovy**

Vedoucí práce: Mgr. Jan Kubrický, Ph.D.

Studijní program: Předškolní pedagogika

Olomouc 2022

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma Rizika online prostředí pro děti předškolního a mladšího školního věku a možnosti eliminování těchto rizik v rodině vypracovala samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato diplomová práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Datum 12. 04. 2022

.....

podpis

Touto cestou bych ráda poděkovala vedoucímu mé práce Mgr. Janu Kubrickému Ph.D. za jeho cenné rady, vedení a připomínky při psaní této práce. Rovněž bych chtěla poděkovat paní ředitelce Mgr. Radce Otípkové ze ZŠ Dobrá a také paní ředitelce Mgr. Renátě Válkové ze ZŠ a MŠ Baška za jejich ochotu a spolupráci v rozdáni dotazníku zákonným zástupcům jejich zařízení. Také děkuji všem respondentům, bez kterých by tato práce nemohla vzniknout. Za jejich zájem, aby se jejich děti v tomto digitálním světě uměly pohybovat bezpečně. Velký dík patří také mé rodině a blízkým, kteří mě po celou dobu studia podporovali.

## **Anotace**

Magisterská diplomová práce s názvem „*Rizika online prostředí pro děti předškolního a mladšího školního věku a možnosti eliminování těchto rizik v rodině*“ pojednává o rizicích, která na děti číhají v digitálním světě. Co mohou v tomto směru udělat rodiče, aby pomohli svým dětem v online světě žít, jít, být a neprožít žádné trauma, které digitální džungle může způsobit. Cílem této teoreticko – empirické práce je vysvětlit a popsat funkce technologií v období dětí předškolního a mladšího školního věku. Popisuje rizika těchto technologií, ale také se zabývá hlavními prostředky k eliminování těchto rizikových faktorů na internetu: prevence a edukace. Teoretická část je zpracována na základě dostupné české i cizojazyčné odborné literatury. V empirické části je nejprve popsána zvolená výzkumná metoda, jejíž součástí je mimo jiné i stanovení výzkumné otázky, cíle výzkumu a výzkumné hypotézy. Na tuto část plynule navazují výsledky dotazníku a prezentace získaných dat, která vedla k uskutečnění semináře pro rodiče na téma dané téma diplomové práce.

## **Klíčová slova**

Dítě v předškolním a mladším školním věku, rizika v online prostředí, prevence a edukace, rodičovská mediace

## **Annotation**

The master's thesis entitled „Risks of the online environment for children of preschool and early school age and the possibilities of eliminating these risks in the family“ deals with the risks that lie in wait in the digital world for children. What parents can do to help their children live, go, be and not experience the trauma that the digital jungle can cause in the online world. The aim of this theoretical – empirical work is to explain and describe the functions of technology in the period of children of preschool and early school age. It describes the risks of these technologies, but also discusses the main means of eliminating these risk factors on the internet: prevention and education. The theoretical part is based on available Czech and foreign language professional literature. The empirical part first describes the chosen research method, which includes, among other things, determining the research objectives and research questions. This part is continuously followed by the results of the questionnaire and the use of the obtained data, which led to the seminar for parents on the topic of the thesis.

## **Keywords**

Child in preschool and younger school age, risks in the online environment, prevention and education, parental mediation

# Obsah

Teoretická část .....	9
Úvod.....	9
1 Dítě v předškolním a mladším školním věku.....	11
1.1 Specifika vývoje dítěte v předškolním věku .....	11
1.2 Specifika vývoje dítěte v mladším školním věku .....	12
2. Informační společnost.....	15
2.1. Internetová komunikace a její specifika.....	15
2.2. Výzkumy.....	16
3. Rizika v online prostředí.....	18
3.1. Internetová rizika v kontextu legislativy.....	18
3.2. Hodnoty v ohrožení.....	20
3.2.1. Ztráta času rodičů.....	21
3.2.2. Závislost.....	21
3.2.3. Sebe – prezentace na sociálních sítích – ceněný obchodní artikl.....	23
3.2.4. Ztráta sebevědomí.....	25
3.3. Komerční rizika .....	26
3.3.1. Reklama .....	26
3.3.2. Spam, spyware, phishing, hoax.....	27
3.3.3. Gambling, nelegální stahování dat, hackování .....	27
3.3.4. Sharenting .....	28
3.3.5. Trolling .....	28
3.3.6. Flamming .....	29
3.4. Agresivní rizika.....	29
3.4.1. Propagace násilí v komunitě .....	29
3.4.2. Kyberšikana .....	30
3.4.3. Online obtěžování .....	32
3.4.4. Rasismus, drogy .....	33
3.5. Sexuální rizika .....	33
3.5.1. Kybergrooming .....	33
3.5.2. Pornografie.....	34
3.5.3. Pedofilie .....	35
3.5.4. Sexting .....	35

3.5.5.    Kyberstalking.....	36
4.    Prevence a edukace, hlavní prostředek k eliminaci rizikových faktorů na internetu ...	37
4.1.    Primární prevence a edukace .....	37
4.1.1.    Rodičovská mediace – chráníme děti krok za krokem.....	38
Mediační strategie .....	39
4.1.2.    Zabezpečení pod lupou – praktické rady k nastavení sociálních sítí .....	40
Sledování videí pod dozorem.....	40
Zabezpečení mobilního telefonu .....	41
Facebook, dobrý sluha, zlý pán.....	42
Tellonym a nulové soukromí .....	43
TikTok a jeho nastavení .....	43
Instagram .....	44
4.2.    Organizace odborné pomoci – na koho se obrátit.....	44
Praktická část .....	48
5.    Metodika práce.....	48
5.1.    Použité metody.....	48
5.2.    Stanovení cíle výzkumu a výzkumné otázky .....	48
5.3.    Formulace výzkumných hypotéz .....	49
5.4.    Vymezení respondentů.....	49
5.5.    Limity práce .....	50
5.6.    Úkoly práce.....	50
6.    Vyhodnocení dotazníkového šetření.....	51
6.1.    Hlavní demografické znaky dětí .....	51
6.2.    Technologie v rukách dětí.....	53
6.3.    Zjišťování rodičovských kompetencí v digitálním světě .....	62
7.    Seminář se zákonnými zástupci .....	65
8.    Brožura.....	68
Závěr .....	69
Seznam použitých zdrojů.....	71
knižní .....	71
elektronické.....	72
Seznam příloh .....	76
Přílohy.....	77



# Teoretická část

## Úvod

Nad obsahem a tématem diplomové práce jsem dlouho přemýšlela. Vzhledem k tomu, že pracuji v mateřské škole jako ředitelka, mým jediným cílem při výběru tématu diplomové práce bylo, aby tato práce byla k užítku. Abych z ní sama mohla v praxi čerpat, pomoci svými poznatky z nastudované literatury v praxi při vzdělávání dětí. K výběru tématu mě vedla i osobní praxe se svými dvěma dětmi, které mám v mladším školním věku a předškolním věku. Jako rodič vnímám rychlost této doby – vnímám, jak se vše posouvá a co bylo dřív dostupné jen starším dětem, je již dostupné už jinému, mnohem mladšímu věku. To se týká také techniky, ovládnutí techniky, přístup k online světu. A já, jakožto rodič, cítím svou zodpovědnost i v této oblasti, kterou chci mít pod kontrolou.

Téma diplomové práce „Rizika v online prostředí pro děti předškolního a školního věku a možnosti eliminování těchto rizik“ jsem si zvolila na základě denního potýkání se s otázkami typu: „*Můžu na počítač? Můžu si zapnout pohádku? Můžu si zahrát nějakou hru? Můžu jít na YouTube?*“ Otázky, které jsou v dnešní době běžně používány dětmi předškolního věku. Otázky, které denně slyší zákonný zástupce těchto dětí. Pozastavuje se vůbec rodič nad tím, že uživateli v tomto věku hrozí nějaká rizika? A pokud ano, jaká jsou, jak je mohu jako zodpovědný rodič/pedagog eliminovat? Na tyto otázky se pokusím v této práci odpovědět.

Žijeme v době techniky, modernizace, v životě online prostředí, jak se v něm dokážeme orientovat? Považuji za nutné se vzdělávat a „jít s dobou“, protože pokud budeme stagnovat, může to přinést neblahé důsledky, nebudeme ztraceni jen my, ale především naše děti, na kterých nám tak záleží. Je důležité předat jim nejen informace a vědění, ale i schopnosti, které je v tomto digitálním světě ochrání, provedou. Je naší zodpovědností jim pomoci se zorientovat.

Cílem diplomové práce je zmapovat rizika online prostředí pro děti předškolního věku a mladšího školního věku a zároveň identifikovat eliminační prostředky. Díky nim pomoci zákonným zástupcům dětí v předškolním věku snížit rizika na minimum. Jedním z výstupů této práce je zpracovaný manuál pro rodiče,

který je informuje o jednoduchých krocích, jak nastavit zabezpečení nejen své wifi sítě, ale také mít přehled, na jaké stránky, na jaké odkazy se děti dívají. Rodiče si pak mohou nastavit grafový přehled, kolik času tráví na zařízeních, jako je tablet, mobil apod. Mohou použít nástroje, které jim usnadní práci s webovým nastavením.

Pokud by byla má práce nápomocná, byť malému množství rodičů v mém okolí, dle mého záměru by tak splnila svůj účel.

# 1 Dítě v předškolním a mladším školním věku

## 1.1 Specifika vývoje dítěte v předškolním věku

Předškolní věk je období od 3 do 6,7 let, tedy shora ohraničen nástupem do školy. Pro období je výrazný pohybový rozvoj a vnímání, které potom osciluje rozvoj myšlení a řeči. Nerovnoměrně se objevují tzv. senzitivní období, ve kterých se řeč a pohyb výrazně vyvíjí. Vývoj jemné i hrubé motoriky je v tomto období markantní, dítě se zlepšuje v pohybových aktivitách, jeho hlavní činností je hra samostatná i v kolektivu (Morávková, Bartošková 2014). Získaný stupeň pohybových dovedností je v tomto období určující pro zbytek života. Rozvíjí se paměťové schopnosti spojené se zrakovým vnímáním (hra pexesa) a řeči (zapamatování říkánek).

Vývoj řeči je v tomto období markantní. Můžeme jej rozdělit do několika etap, které mají individuální trvání, ovšem žádná by neměla chybět. Od počátku vývoje se setkáváme s předřečovým stadiem, přípravným obdobím, v němž se dítě projevuje zvuky, výkřiky, pláčem, práce s hlasovým ústrojím je zajištěna reflexivně (sací reflex), pudově (pudové žvatlání<sup>1</sup>). Skutečné napodobení řeči probíhá před druhým rokem. Vlastní vývoj řeči následuje uvědomělým používáním pochopených a vyslovitelných pojmů. Od pouhých pojmů nahrazujících celou větu, přes spojování dvou slov, po první věty, kterými dítě reguluje své okolí, samo sebe, se dostává do konce období předškolního věku (Jedlička 2003). Řečové schopnosti se rozvíjí na základě rozvoje jemné motoriky mluvidel, mimických svalů.

Při socializaci, probíhající od narození, se v tomto období střetává s větším vlivem vrstevníků jakožto určujícími složkami pro chování jedince. Aby mohla socializace probíhat optimálně, je potřeba, aby dítě bylo již v prenatalním období v kontaktu s pečující osobou, kdy rozeznává známé zvuky, hlasy. V postnatalním období se zvětšuje míra podnětů, které umožňují dítěti rozvoj a žádoucí aktivitu. Zároveň je úkolem rodiče, aby vytvořil řád, smysluplný vnější svět, který umožní podněty uspořádat do systému a dovolí dítěti se s přibývajícím zkušeností učit. Stále zde primárně převládá potřeba navázání se na nejbližší sociální kontakty,

---

<sup>1</sup> Objevuje se i u neslyšících dětí, ale nepokračuje následující etapou, nýbrž zaniká. Jedná se o činnost svalů, kterou dítě vyvíjí u sacího reflexu, jen je doprovázeno zvukem.

tedy pečující osoby přinášející dítěti pocit jistoty a bezpečí. Zároveň se začíná prohlubovat vědomí vlastního já, sebevědomí, které potřebuje prostor k vlastní seberealizaci, k uplatnění v kolektivu i o samotě. Díky získané integritě pak v dospělosti dítě zaujímá zdravé sociální role a dochází ke kýženým hodnotovým cílům. V tomto období je stále primární socializační jednotkou rodina, kterou sekundárně doplňuje školka. Školka umožňuje nejen kontakt s vrstevníky, ale také má výchovný efekt. Díky vnímání sociálních vzorů si dítě osvojuje sociální role, a kromě vnější socializace zvnitřňuje hodnoty a normy (Hoskocová 2006).

Významnou úlohu ve vývoji předškolního dítěte představuje volná hra. Její charakter je v předškolním období specifický a umožňuje všestranný rozvoj dítěte, které v ní pracuje s fantazií, upravuje si ji podle vlastních potřeb a posiluje volní vlastnosti. Ve hře se dítě seberealizuje, může prožívat pocit radosti a sebeuspokojení, je jí zcela pohlceno, proto mnohdy nevnímá svět kolem sebe. Tomuto období přísluší hry pohybové, konstrukční, na role/náměty, skupinové hry. Hra mohutně rozvíjí kognitivní a sociální schopnosti jedince, nutí jej k pozornosti, rozhodování se, pamatování si, řešení problémů, komunikaci s druhými účastníky hry, k poznání, zpracování nových poznatků a jejich třídění. **Pokud hru, jako hlavní činnost tohoto období nahradí mobilní telefon, tablet, počítač, může dojít k omezení vývoje dítěte** (Krčmářová, Vacková 2012).

## 1.2 Specifika vývoje dítěte v mladším školním věku

Období, které se ve věku 6 let prolíná s předškolním obdobím je mladší školní věk. Trvá do 11 let, tedy je vymezen nástupem do první třídy a přechodem na druhý stupeň či víceleté gymnázium. Vstup do školy je pro samotné dítě i jeho rodiče mezníkem, který přináší postupné tělesné, psychické, sociální a emoční dozrávání definováno jako školní zralost. Jde o komplex dovedností a schopností, které se mu ve školním prostředí budou hodit. Z fyzických jsou jimi zrakové a sluchové rozlišování, odolnost proti nemocem; psychickou zralost naplňuje schopnost záměrného soustředění a zapamatování, realističtější a logičtější pojetí světa, bohatá slovní zásoba, grafomotorická zralost k osvojení si písma, prožívání školní radosti a odolnost vůči stresu; sociální zralost se vyznačuje schopností přijmout novou roli žáka, odloučit se od rodiny, umět se přizpůsobit, spolupracovat, zodpovědně přistupovat k procesu učení. (Šporclová, Šulová 2014, s. 6-8).

Když dítě nastoupí do první třídy, mnoho rodičů si nostalgicky povzdechne, že nějak rychle vyrostlo, mrknutím oka je z batolete „prvňák“, už musí zvládat tolik věcí sám a snad by ho rodičům bylo líto, kdybychom ale nepoukázali na to že pokud vývoj jde kýženým tempem, tento „malý prvňák“ má největší předpoklady, aby vše zvládl. Ano, přerod předškoláka ve školáka je možná ne tak nápadný jako u předcházejících období, ale to proto, že něco, co se formovalo již předtím, čemu se kořeny položili v minulosti, teď konečně dozrálo a sklízí ovoce. Dítě je najednou schopno vnímat morálku autonomně, tedy vnitřně bez ohledu na autoritu dospělého (můžeme si toho povšimnout, když starší sourozenec poučuje mladšího, nebo mu něco vysvětluje). Začíná sdělovat své vnitřní pocity, rozvíjí vnímání svého vnitřního světa, jde mu to o to lépe, když vyrůstá v prostředí, kde se o pocitech otevřeně mluví, a samo si připisuje vlastnosti (směji se, jsem vtipný, veselý). Pro jeho sebehodnocení je důležité kladné povzbuzení a motivace. V obtížných úkolech je dobré děti povzbuzovat a pomoci jim vytvořit strategii k překročení překážky. Dítě je totiž velmi soutěživé, a pokud jej podpoříme v řešení, díky vlastní kreativitě nakonec překoná obtížný úkol, a tím dojde k vlastnímu uznání a podpoří víru v sebe samého.

Díky rozvoji myšlení dítě touží pochopit svět – rádo čte encyklopedie, věrně napodobuje ilustrace, úkoly plní podle předlohy, ale na začátku tohoto období ještě stále vnímá realitu skrze naivní představy. S postupným dozráváním dochází k realismu kritickému, tedy není natolik závislý na vnějším zdroji, sám si začíná utvářet názor na svět, okolní dění. Dítě v mladším školním věku je velmi aktivní a snad až nenechavé, prostě lační po objevování a je mu mentálně přirozené se rozvíjet, proto má rádo pokusy, opírá se o názornost a ukázkou. Přirozeně touží umět více, proto motivace k učení je u začínajících školních dětí velmi silná. S věkem může slábnout, a začíná sílit vliv sociální skupiny.

V období mladšího školního věku je dítě přijato do sociální skupiny „školní třída“. Je to velmi výrazná hybná síla, která dokáže dobře motivovat, ale i demotivovat. Obecně školní třídu můžeme popsat jako uměle vytvořenou skupinu s obvykle neměnným počtem jedinců, kteří musejí dodržovat objektivní pravidla a určité vnitřní normy. Účastníci pak v rámci skupiny plní své individuální nebo skupinové cíle. Školní třída jako skupina je, jak už bylo zmíněno výše, ustanovena vnější okolností – školní docházkou – ze začátku zde proto může panovat nejistá atmosféra. Je na učiteli, aby pomohl dětem vytvořit přátelské prostředí,

ve kterém si děti budou pomáhat, vzájemně se inspirovat, motivovat. Děti ve školní třídě spolu tráví velké množství času, a proto se během života ve třídě začnou utvářet vnitřní vztahy a souvislosti. Může se profilovat schopný a aktivní vůdce skupiny, někdo zas zaujme roli nejoblíbenějšího člena, který není výkonný, ale zato zábavný, označován jako hvězda, pak zde figuruje vyhraněná pozice pro žáka problémového neboli černou ovci, a největší počet mívá skupina průměrných členů, kteří pasivně nebo aktivně podporují jednotlivé mluvčí a jsou tichými pozorovateli situace, nechají se vést. V takové školní třídě je prostor pro vymezování se vůči ostatním, pro dosahování osobnostních cílů, ale také pro rozvoj rizikového chování, které se může přesunout i na sociální síť.

**Úkolem rodiče v této životní fázi je být velmi vnímavý k potřebám svého dítěte, i když je jeho skutečný sociální boom v počátcích, velmi záleží na tom, jestli bude prožívat v rámci školní třídy pocit přijetí, nebo odmítnutí.** Celá záležitost je citlivá a pro rodiče mnohdy ne dobře čitelná, střet mezi tím, co dítě prožívá, a jaká je skutečnost, může být zavádějící, ale základním pilířem pro pravdivý přístup je svědomitý a vnímavý pedagog ochoten upřímně komunikovat s rodiči a partnersky vyjednávat s dětmi. Je to učitel, jehož otevřený osobní přístup k dětem je pro ně samotné vzorem a motivací k přijetí a dodržování morálních hodnot. Nelze tvrdit, že vznik šikany či hůře kyberšikany je vina učitele, to v žádném případě, je ale ze strany pedagoga potřeba střežit přívětivou třídní atmosféru, a podílet se na utváření vztahů uvnitř této skupiny.

Protože se ovšem v současnosti velká část komunikace mezi žáky, a to i o přestávkách, nebo mimo školu, přesouvá na sociální sítě, o to těžší mají učitelé úkol. Je pro ně velmi obtížné odhalit ve vyučovacím procesu nenápadné projevy kyberšikany (Vágnerová 2012). Potřeba vzdělávat se v globální problematice rizikového chování na internetu by měla být pro každého pedagoga primární tužba a prakticky uplatnit prevenci rizikového chování ve školní třídě by měl být dosažitelný cíl.

## 2. Informační společnost

Současné dítě je obklopeno množstvím digitálních a komunikačních technologií, které jsou mu v běžném světě velmi dostupné. Ať je to chytrý telefon s množstvím aplikací, interaktivní televize, tablet, počítač, stolní počítač, notebook, herní konzole a další, vše je součástí jeho života téměř od narození. Dítě je integrováno do tohoto světa, takže technologie jsou do větší či menší míry součástí jeho vývoje, a budou měnit společenské vztahy a procesy. Fenomémem současné společnosti je internetová dostupnost ve všech výše jmenovaných zařízeních. Možnost připojení k internetu je díky mobilním sítím dostupná téměř kdykoliv a kdekoliv. Z toho pramení velké obavy o možné použití internetu jako prostředku ke zneužití. **Velkou výzvou je proto naučit současnou společnost používat internet bezpečně.** (Ševčíková a kol. 2014).

*„Je tady totiž jedna věc, díky které je mobil tak úspěšný. A to je ta jeho okamžitost. Svoje potřeby si díky němu můžete vyplnit okamžitě. Teď a hned. Na nic nemusíte čekat. Vy jste boss. Máte pocit, že máte všechno pod kontrolou. Je to v mnoha ohledech primitivní pud, ale to je právě ten důvod, proč má mobil takový úspěch. Cítíte se s ním dobře.“* (Forbes 2021).

Jak lze definovat tento nástroj, který ovlivňuje masu dětí? Internet je mocný globální prostředek – *inter = mezi, network = síť*, tedy celosvětový systém propojených sítí, jehož počátky se datují do konce 50. let 20. století. Jedná se o informační a komunikační médium, kanál uživatelů, kteří zde poskytují informace, nebo s nimi manipulují, a tím spolu komunikují. Vše se navíc děje okamžitě a současně. Toto médium se vyvíjí v čase, jakožto i způsoby komunikace uživatelů se proměňují podle nástrojů, které internet nabízí.

### 2.1. Internetová komunikace a její specifika

Způsoby používání internetu se liší podle věku, přičemž platí to, že mladší děti hrají více hry, sledují videa, pohádky; děti školou povinné začínají plnit na internetu školní povinnosti, přidávají hraní her, sledování online videí, rozhodně nezhálejí v komunikaci s vrstevníky skrze sociální sítě. Starší (od 12 let) přidávají k působení na internetu hraní online her, stahování dat. Pro neúspěchy vytvářet

vztahy s vrstevníky v off-line prostředí, se děti mohou upínat na možnost navazovat kontakty a přátelství na internetu (Ševčíková a kol. 2014). Ovšem tyto vztahy jsou povrchní, postrádají emoční hloubku, závazek a angažovanost.

Obecně každá komunikace probíhá na úrovni verbální a neverbální s tím, že se obě doplňují v závislosti na kontextu dané situace stanovené reálným časem a reálným místem komunikace. Internetová komunikace se tomu velmi přibližuje, ale protože se odehrává na jakési virtuální rovině, bude vždy postrádat komplexnost reálné komunikace v reálném časoprostoru. Účastníci virtuální komunikace se nemusí vidět<sup>2</sup>, mají proto možnost vystupovat anonymně, pod přezdívkou, mohou tedy bez zábrán a strachu prezentovat své názory a vyzkoušet si různé názorové polohy bez toho, aniž by byli nějak postihováni, mohou také vytvořit jakési fiktivní já, od kterého se v reálném světě distancují a za které nenesou zodpovědnost. Pro výše zmíněné je přirozené podlehnout *solipsistické introjekci*, představovat si komunikačního partnera podle vlastní fantazie a utvářet tak jeho podobu podle vlastních představ a přání, ačkoliv se neshoduje se skutečností. Mezi účastníky virtuální komunikace se smazávají společenské rozdíly a častokrát oni sami rozhodují, za jak dlouho odpoví na předchozí komunikační repliku. Všechna tato specifika v sobě shrnuje *online disinhibiční efekt*. Díky němu komunikující ztrácejí zábrany, nesmělost, ostych či plachost, a to může vést k rizikovým formám komunikace (kyberšikana, kyberstalking, sexting) (Kopecký a kol. 2015).

*„Komunikace s neznámými z internetu může v určitých případech přinést pozitiva jako rozšíření sociálního okruhu jedince, vyšší sociální oporu a zlepšení celkové životní spokojenosti. V jiných případech ale může mít dopady negativní: zvýšenou osamělost, depresivitu či nevyžádané sexuální pobídky.“* (Ševčíková 2014, str. 75).

## 2.2. Výzkumy

Za nejrozsáhlejší nadnárodní výzkum spojený se zjišťováním pobytu dětí v online světě a mírou hrozících rizik evropského rozsahu můžeme považovat EU

---

<sup>2</sup> Při použití mobilních aplikací, které umožňují videohovor, vytváří účastníci nejen zvukovou stopu, ale také obrazovou.



Kids Online, který probíhal opakovaně v několika etapách. První výzkum byl realizován v roce 2006-9 ve 21 zemích, byl zaměřen na zmapování situace v četnosti, intenzitě užívání internetu dětmi a stanovil základní problematiku rizik online světa. Druhá etapa se konala v roce 2009-2011 ve 25 zemích, navazuje na první výzkum a dále zjišťuje přesné údaje o užívání internetu. V letech 2011-2014 následovala další, třetí fáze probíhající ve 33 zemích, která stanovila další výzkumné hypotézy a přinesla množství dat týkající se online pobytu a rizikovosti v rámci znevýhodněných rodin, na základě výsledků byly sestaveny metodické pokyny v případě nadměrného používání internetu, nebo používání malými dětmi. Dosud poslední výzkum proběhl v roce 2014-2018 ve 33 zemích, dále rozšiřuje své působení v oblasti vlivu technologie na malé děti a aktualizuje databázi EU Kids Online. (LSE 2022).

*„EU Kids Online, jeden ze spolupracujících partnerů iniciativy Global Kids Online, je mezinárodní výzkumná síť, která v současnosti zahrnuje 33 zemí. Jeho cílem je koordinovat a stimulovat vyšetřování způsobu, jakým děti používají nová média v Evropě i mimo ni, se zvláštním zaměřením na důkazy o podmínkách, které utvářejí online rizika a bezpečnost.“* (Global kids online 2022).

Jak se testovalo v České republice? Testování v Česku probíhalo pod záštitou Institutu výzkumu dětí, mládeže a rodiny, Fakulty sociálních studií, Masarykovy univerzity v Brně. Data byla anonymně posbírána formou vyplnění dotazníku ve škole. Dotazníkového šetření se v dosud poslední testovací fázi zúčastnilo 2825 dětí a dospívajících ve věku od 9 do 17 let. Za výzkum na české straně zodpovídali prof. PhDr. David Šmahel, Ph.D., doc. Mgr. Hana Macháčková, Ph.D., Mgr. Lenka Dědková, Ph.D. Zjištění výzkumu u českých dětí byla aplikována do jednotlivých oddílů této práce.

V rámci spolupráce Centra prevence rizikové virtuální komunikace Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci se společností O2 Czech Republic vzniklo od roku 2016 několik výzkumů týkající se internetu, dětí a rodičů. Prvním z nich v roce 2016 byla *Kyberšikana zaměřená na české učitele*, v následujícím roce se jednalo o *Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru* (e-bezpečí 2022), který bude pro tuto práci nejvíc klíčový. Tohoto výzkumu se zúčastnilo 4878 od 4 do 15 let, průměrný věk byl 14 let. V roce

2018 se výzkum zaměřil na *Rodiče a rodičovství v digitální sféře* (e-bezpečí 2022), pro rok 2019 se pak realizoval výzkum *České děti v kybersvětě*. Více je o výsledcích výzkumu uvedeno v konkrétních kapitolách níže (o2chytraškola 2022).

### 3. Rizika v online prostředí

Rizikem můžeme chápat každou nežádoucí, negativní událost, která nemusí podmíněčně nastat, lze tomu rozumět jako pravděpodobnost výskytu negativního jevu. Vznik rizikové situace se zvětšuje s rozšířením činnosti dítěte na internetu. Rizika lze rozdělit podle způsobů, jak se s nimi dítě setkává na komerční, agresivní, sexuální, hodnotové (Ševčíková 2014).

*„Naše nová zpráva ukazuje, že online rizika jsou velmi nestejná ve svých účincích a jsou škodlivější pro děti, které jsou již off-line znevýhodněny. Proto je nezbytné, aby dospělí, kteří chtějí podporovat děti online, vytvořili zvláštní opatření pro děti, které jsou zranitelné nebo diskriminované v každodenním životě.“* (Global kids online 2022).

#### 3.1. Internetová rizika v kontextu legislativy

V této kapitole budeme vycházet z rad webové stránky Jak na internet (<https://www.jaknainternet.cz/>, 2022). Internet, jak už je uvedeno výše, shromažďuje velké množství dat, které do něj vkládají jeho uživatelé a nejen to, tato data jsou dále k dispozici široké veřejnosti. Právě proto se musel upravit i autorský zákon číslo 121/2000 Sb. v souvislosti s rozšířením předmětu autorství o softwary, programy, aplikace. Manipulace s nimi a jejich používání, které autor upřesňuje v licenčních podmínkách, zavazuje uživatele k jejich dodržování, primárně nešíření daného objektu autorského zákona, v opačném případě by se jednalo o porušení autorského zákona.

Roku 2018 vstoupil na internetovou scénu i platný soubor pravidel, jak zacházet s citlivými osobními daty, tedy GDPR<sup>3</sup>. Jeho úkolem je ještě více zvýšit

---

<sup>3</sup> Zkratka z anglického General Data Protection Regulation

ochranu uživatelů. Nařízení se tedy netýká pouze internetového prostředí, ale všech subjektů manipulujících s osobními daty. Platnost GDPR je po celé EU zóně a naplňování podmínek GDPR řeší kontrolní orgán na území České republiky ÚOOÚ<sup>4</sup>, jež je podřízen evropskému EDPB<sup>5</sup>. GDPR rozšiřuje práva subjektů – tedy vlastníků osobních údajů – a ukládá nové povinnosti pro zpracovatele údajů. Mezi nová práva subjektů patří právo vznést námitku proti zpracování osobních údajů, právo na přenositelnost osobních údajů, velmi důležité je právo na výmaz nebo právo být zapomenut. „*V souvislosti s Obecným nařízením je často skloňována výše pokut, kterou lze za porušení udělit. Výše pokut je rozdělena do dvou skupin dle porušení, jakého se správce dopustil. Pokutu lze udělit buď do výše 10 000 000 EUR (nebo až do 2 % celkového ročního celosvětového obrátu, jde-li o podnik) nebo do výše 20 000 000 EUR (nebo až do 4 % celkového ročního celosvětového obrátu, jde-li o podnik).*“ (MVCR 2021).

Některé oblasti zneužití internetu a porušení zákona jsou zjevné, jako pornografie, která exaktně prezentuje pohlavní ústrojí dětí skrze videa či fotografie. V takovém případě hrozí postih na základě § 192, § 193 zákona č. 40/2009 Sb., trestního zákoníku (Zákony pro lidi 2009). Problém však nastává v případě zveřejňování nahých dětí na fotografiích vlastními rodiči, kteří je pak uveřejňují na sociálních sítích, byť je jejich úmysl daleko od pornografického či pedofilního zneužití<sup>6</sup>, přesto může takto uveřejněná fotografie v určitém kontextu způsobit nemalé problémy jejím autorům. Rovněž i dospívající dívky mladší osmnácti let publikující na sociálních sítích své fotografie s erotickým obsahem, jsou stále právně považovány za děti, a proto se mohou dopouštět šíření pornografie.

V případě zapojování se do diskusí na sociálních sítích, by si měli dát účastníci pozor na pomluvy (<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40>, 2009), nenávistné, násilné, rasistické vyjadřování či schvalování těchto činů. V uvedených případech může být stíhání založeno na základě paragrafů § 352, § 353, § 355, § 356, § 404, § 365 č. 40/2009 Sb. trestního zákoníku (Zákony pro lidi 2009).

---

<sup>4</sup> Zkratka Úřad pro ochranu osobních údajů

<sup>5</sup> Zkratka Evropský sbor pro ochranu osobních údajů

<sup>6</sup> Navazování nedovolených kontaktů – dle trestního zákoníku je každé setkání s dítětem mladším 15 let se sexuálním motivem považováno za trestné.

Pozornost je potřeba zaměřit i na vyjadřování se na sociálních sítích v souvislosti s nepodloženými až lživými informacemi, které jsou citlivé a mohou ve společenském měřítku manipulativně působit na rozhodování lidí. Takovéto informace označujeme jako dezinformace, hoaxy mající záměrně nepravdivý obsah a mohou dostat urgentnosti poplašné zprávy. Jejich šíření je podle § 357 č. 40/2009 sb. protizákonné. Před uveřejněním těchto informací je potřeba ověřovat zdroj (Zákony pro lidi 2009).

Mnoho dětských/dospívajících uživatelů internetu není seznámeno s rizikem možného nežádoucího kontaktu na sociálních sítích, ale ani s legislativními následky svého rizikového chování v případě uveřejňování nežádoucího obsahu. Děti do 15 let nelze trestně stíhat, možno uložit výchovná opatření. Od 15 do 18 let se uplatňuje relativní trestní zodpovědnost<sup>7</sup>(MVCR 2021).

### **3.2. Hodnoty v ohrožení**

*„Dětský čas je totiž zboží.“ „Být online je nový typ dětské práce.“ (Dočekal, Müller, Harris a Heger 2019, str.13, 14).*

*„Spoluzakladatel Facebooku nedávno připustil, že síť vytvořili záměrně tak, aby vtahovala uživatele, hrála na jejich pudy. Sám se ale zhrozil, jak se jejich geniální komerční tah zvrhl. Vytváří povrchní spojení, která především ty nejzranitelnější – děti a seniory – stahuje ze skutečných komunit a vztahů do povrchních elektronických. Ty jsou v lepším případě neuspokojivé, v horším deptají jejich duševní a fyzické zdraví.“ (Dočekal, Müller, Harris a Heger 2019, str.102).*

Dítě a rodiče, rodina, to je daný vzorec, do kterého se rodíme a přirozeně přijímáme zákonitosti této jednotky, jež má dětem zajistit ideální podmínky pro rozvoj fyziologický, psychický a sociální. Jsou to právě rodiče, kteří nastavují sociální vzorce dosažitelné pro bezděčné osvojování. Dítě by mělo být napojeno více na rodinné příslušníky než na sociální sítě a youtubery. Dětský svět se pak velmi rychle přesouvá do virtuálního (Dočekal a kol. 2019). V tomto musí

---

<sup>7</sup> Rozumová a mravní vyspělost je rozhodující v trestním stíhání jedince.

být vždy moderátor situace rodič, který dokáže usměrňovat požadavky svého potomka a dovolit mu se jen prostě nudit, vrátit se ke knize a číst si, tím zlepšit svoji pozornost a soustředění.

Pro svůj globální dosah jsou do internetové sítě zapojeny miliony lidí, kteří ji plní daty. Nakonec je k dispozici obrovské množství veřejných informací. Je proto potřeba naučit děti informace třídit a přiřadit i patřičnou důležitost, naučit je přemýšlet v souvislostech a do hloubky. To by jim měl přinést proces výuky ve škole, který ale díky nedostatečné osvětě a vzdělanosti mezi učiteli neprobíhá intenzivně. Stejně důležité je i vedení v rodině. Jaké důsledky má potom nedostatečná vzdělanost této internetem lapené společnosti?

### **3.2.1. Ztráta času rodičů**

Dítě se primárně učí formou nápodoby. Nejprve poslouchá své pudové a reflexivní nastavení, které mu umožňuje přežít. Poté se začíná uplatňovat sociální učení nápodobou, kdy opakuje předložené vzorce, kterými jsou v první řadě mateřská osoba – matka, poté otec a rovněž i sourozenci. Mateřská osoba představuje základní šablonu, znamená pro dítě bezpečí, takže vše, co přichází od ní, je důvěryhodné. Je proto přirozené, že když dítě má za vzor rolování palcem po mobilu a koukání do této malé krabičky, velmi pečlivě napodobuje a učí se rychle. Nemůžeme pak očekávat, že ho náš internetový svět nebude zajímat.

My jsme v něm, ono chce být s námi a je mu jedno, kde se zrovna nacházíme. Bezcílné brouzdání na internetu a přispívání do nekonečných diskusí představuje nevinnou, byť velmi návykovou činnost, protože její obsah je nekonečný, vlastně bezedný, i když se kolikrát pomyslného dna dotýká.

### **3.2.2. Závislost**

*„29 % všech českých dětí uvádí, že jsou na svém mobilu online „téměř pořád“. Jak to ovlivní jejich zkušenosti a vystavení riziku?“* (Global kids online 2022).

*„35 % dětí a dospívajících tráví během školního dne 4 a více hodin online, 9 % pak 7 hodin a více. 51 % tráví na internetu 4 a více hodin během víkendového dne, 22 % pak 7 hodin a více.“* (Pedagogické info 2020).

Závislost můžeme spatřovat v projevech negativní, podrážděné reakce při nedostatečném kontaktu s předmětem uspokojení potřeb závislého plynoucí z nutkové potřeby dopřát si jej (droga, patologický vztah, mobil). „*Nadměrné užívání internetu způsobuje fyzické psychické či sociální problémy – nejedná se pouze o kvantitu, ale především o kvalitu.*“ (Ševčíková 2014, str. 38). První projevy dětské závislosti mohou být nenápadné, je ale potřeba je potlačovat, mohou totiž jednoduše vést v pozdějším věku k závislostem na alkoholu, cigaretách a stejně jako jiné závislosti i ty internetové způsobují apatii, depresi, poruchy prožívání a poruchy emocí. Závislost se může projevit jako FOMO fenomén, tedy strach, že když nebudu online, něco zmeškám. Může to dojít do takových měřítek, kdy dítě není schopno usnout, nebo trpí nespavostí. Je proto vhodné před usnutím nastavit *off-line režim* a alespoň hodinu se oprostit od všech internetových vymožeností (Dočekal a kol. 2019).

Nadměrné užívání internetu může samotné závislosti předcházet, u mladších dětí je to v průměru hodina denně, u starších dvě hodiny. U hraní online her se může dítě dostat na pět hodin denně, tedy dvacet pět hodin za týden. Tuto časovou dotaci musí odněkud ukrojit, proto může díky zájmu hraní her zanedbávat školní povinnosti. Významný faktor, který ovlivňuje míru užívání internetu je zvýšená tendence nudit se, zvýšená neschopnost odolávat impulzům, proto rizikovou skupinou mohou být děti s poruchami pozornosti. Těmto dětem vyhovuje rychle přeskakovat mezi „okny“ resp. různými internetovými činnostmi, odolávají trestu a jsou motivovány odměnou, kterou jim nabízí propracovaný systém odměn online her. Velmi rychle si pak vytvářejí návyk. Dalším aspektem, jenž může ovlivnit užívání internetu, je možnost kompenzace. Dítě uniká od reálných stresových faktorů do online světa, kde se mu nabízí možnost rychlého úspěchu, který ale není přenosný do života off-line (Ševčíková a kol. 2014).

Do jaké míry ovlivňuje závislost dítě je otázka k diskusi a na individuálním posouzení, u závislosti je prokazatelně sledováno zhoršení školního prospěchu, u dětí s nadměrným užíváním internetu se tento dopad tolik neukazuje, problémový může být spíše fyzický dopad v podobě snížení výdaje energie a zvýšení příjmu energie, fixování špatných posazovacích poloh, narušení spánkového rytmu mající

za následek únavu a snížení výkonnosti ve škole. Pro zjištění inklinace k závislosti lze použít multidimenzionální dotazník (viz příloha 1).

Jak tedy omezit čas strávený u online technologií? **Prevence je v tomto případě účinnější než řešení důsledků.** Je důležité nepřekročit limity připojení v běžném denním režimu. Je potřebné, aby si stále dítě udržovalo své aktivity mimo ty počítačové. Chodilo ven s kamarády, pravidelně se účastnilo volnočasových aktivit a zájmových kroužků, trávalo čas s rodiči na procházkách, návštěvách, ale taky pomáhalo s úklidem, aktivně se zapojovalo do chodu domácnosti, věnovalo se četbě a časové možnosti dopřálo i přípravě do školy, popř. hře na hudební nástroj či jiné zájmové aktivitě. Všechny tyto činnosti jsou rodiči plánované, a proto je v jejich zájmu a kompetenci úměrně nastavit využívání těchto běžných aktivit.

V ideálním případě by dítě mělo být dostatečně poučené skrze digitální gramotnost ze školy. Mělo by vědět, jaké jsou příznaky a důsledky závislosti na počítači, proč závislosti předcházet. V lepším případě by i rodiče měli být dostatečně informováni, jak včasné předcházet závislosti, jak děti motivovat k aktivitám a lépe plánovat jejich čas. **Řešit již vzniklou závislost lze záměrným omezením času na internetu, cílevědomým vyhýbáním se rizikových aplikací, posilováním volních a emočních složek jedince, dlouhodobě působit a podporovat je.**

### **3.2.3. Sebe – prezentace na sociálních sítích – ceněný obchodní artikl**

Dítě je v internetovém prostředí obklopeno masou dat a informací a zároveň i ono samo je motivováno k prezentaci sebe sama. Vystává hlavní otázka, jaké informace svěřovat internetu? Snad pouze ty, jež se nedotýkají soukromí. Jak rozpoznat soukromou a nesoukromou povahu sdělení? Míra soukromí je závislá od použitého prostředku na internetu (e-mailová komunikace, komunikace na veřejné sociální síti). Protože děti se nejvíc angažují na sociálních sítích, je potřeba se na ně zaměřit. Obecně jsou tato prostředí sociálních sítí a jejich platformách založena na sebe – odkrývání a co nejintenzivnějším sebe – sdílení, které se, byť přístupné pro uzavřenou skupinu lidí, může dostat do veřejného prostředí. Profily na sociálních sítích se pro uživatele staly součástí jejich skutečné identity,

jsou tvůrci jejich podoby na internetu a ovlivňují i to, co si o nich budou myslet příjemci jejich obsahu, proto mají autoři svých profilů tendence prezentovat se v tom lepším světle, ale stále autenticky. K sebe prezentaci patří publikování informací o sobě (jde o informace: kontaktní vlastní fotografie, jméno, příjmení, e mail, telefonní číslo, adresa), které zveřejňuje až polovina uživatelů,<sup>8</sup> a informací osobních (sdělení zážitků, pocitů, nálad, názorů) patřící do procesu sebe – odkrývání. Je to proces sblížení a vytváření důvěry mezi komunikujícími – na sociálních sítích vede sblížení k rozšiřování okruhu přátel a zvyšování popularity. Složení publika sledující uživatele se odvíjí od nastavení jeho soukromí na sociální síti, může být veřejné, může v sobě zahrnovat kontakty známé pouze z online prostředí, tedy někoho, koho jedinec nezná, ale kdo se tváří, projevuje věrohodně, přitom se může jednat o rizikový kontakt (Ševčíková a kol. 2014).

Podle *EU Kids Online IV* se pouze 14 % českých uživatelů na sociálních sítích necítí bezpečně. Většina uživatelů pociťuje větší či menší míru bezpečí a spoléhají se na jistý okruh svých přátel, ke kterým primárně směřují své příspěvky, proto někdy nemusí mít ponětí o dalším nepředpokládaném příjemci svých informací. Ukazuje se, že prohlubování již existujících vztahů je na internetu možné.

Sociální sítě poskytují neuvěřitelné množství dat, které jsou v dnešní digitální době velmi ceněné. Marketingové společnosti vytvářejí algoritmy vyhodnocující nejrůznější souvislosti a aplikují je ve snaze zvýšit prodejnost výrobku či manipulativně působit na společnost. *„Informace, které o sobě poskytujeme, jsou proti nám obráceny jako zbraně, cílené s vojenskou přesností. Obchod s osobními údaji se změnil v datově průmyslový komplex. Je to obyčejné sledování. A ty hory dat slouží jen k obohacení těch, co nás sledují.“* prohlásil Tim Cook, ředitel Apple (Dočekal a kol. 2019, str. 136).

V edukaci je opět prostor pro seznámení dítěte s reálným dosahem internetu, s objasněním, kdo všechno má možnost manipulovat s uveřejněnými příspěvky a k čemu mu mohou posloužit, od marketingových společností k pedofilům (Dočekal a kol. 2019).

---

<sup>8</sup> Vyšlo najevo ve studii EU Kids Online II



### 3.2.4. Ztráta sebevědomí

Se vznikem sociálních sítí se u dětí potýkáme s velkou nespokojeností se sebou samým, dochází ke krizi sebehodnocení, krizi jejich identity. Vliv digitálního světa je obrovský a utváří jejich pojetí o skutečnosti, o pravdě. Dítě emotivně prožívá každý okamžik na síti a nekriticky přijímá obrázky, zkušenosti, emoce, informace. Existence sociálních sítí přinesla mladé generaci identifikační boom.

Děti se v průběhu života stále s někým identifikují, ztotožňují a přijímají jeho hodnoty za své. Nejprve se dítě ztotožňuje s mateřskou osobou, matkou. Vnímá sebe samo v rámci její osoby, ve třetím roce života si začíná uvědomovat samo sebe a začíná budovat svoji roli v rodině, upevňovat identitu v rámci sourozeneckých vztahů. Dítě se seznamuje se sociálním prostředím, vzorce sociálně výhodné opakuje, nevýhodné se snaží neuplatňovat. V sociální skupině dětí jedinec buduje svoji pozici člena a zkouší různé techniky, jak skloubit své touhy s cílem celé skupiny a ostatními členy. Je to nekončící proces sociálního dozrávání a učení se, díky kterému se dítě osamostatňuje od rodičů a více uplatňuje mezi vrstevníky.

Dnešní internetový svět ale zasahuje do dosud známé podoby sociálního učení. Přináší další mechanismy sociální interakce, která se odehrává v online rovině a ovlivňuje další aspekty off-line života. Jedním z výrazných fenoménů sociálních sítí je princip *influence* (*vliv, působení*). Totiž internetový obsah ovlivňuje uživatele a zároveň uživatelé se podílejí na tvorbě obsahu. Pro dětskou generaci má forma *influence* velmi přitažlivou podobu, každý uživatel se může stát někým, kdo může ovlivňovat ostatní, tedy *influencerem*, záleží na množství uživatelů, kteří jej budou sledovat, tedy množství *followerů*. Stát se úspěšným *influencerem* je časté přání dorůstající generace. Tyto děti jsou věrnými příznivci vlivných *influencerů*, aktivně je sledují a touží se jim podobat. Dívky si přejí vypadat, jako ostatní úspěšné vrstevnice na fotografiích s velkým množstvím lajků, dožadují se používat stejné výrobky, které jsou jim doporučovány, shodně se vyjadřovat k tematickým věcem, mít stejný styl oblékání, být stejně oblíben.

Chovat se podle svého vzoru, to je dětem přirozené, je to další projev sociálního učení, ovšem cíle vytyčené dětskými uživateli jsou mnohdy nereálné, protože nevychází z pravdivé situace. Dívky již v mladším školním věku propadají,

pod vlivem nereálné prezentace fotografií na sociálních sítích, tendenci držet diety, ztrácejí sebevědomí, jsou pod tlakem.

*„Samotné telefony disponují řadou funkcí, které dělají fotografie zajímavější. Třeba v Applu dnes máte k dispozici „natural light“, při kterém vypadáte přirozeně. Dalším režimem je „studio light“, kde vypadáte, jako byste byli profesionálně nasvíceni ve fotostudiu. S „contour light“ pak máte pěkně podsvícené obrysy. Pokud chcete působit jako rocková hvězda na jevišti, aplikujte na sebe „stage light“. Černobílou verzi pak získáte přes „stage light mono“. A k tomu existují na sociálních sítích různé aplikace, které vyhladí pleť, zvětší oči, zmenší nos, upraví tvar obličeje.“* (Dočekal a kol. 2019, str. 164).

Toto pokřivené vnímání sebe sama má za následek podhodnocování vlastního já. O to víc se snaží uživatelé získat na sociální síti pozitivní zpětnou vazbu, stávají se víc závislí, více času tráví na síti a zvyšují míru rizikovosti. Skutečnost a spletitost života je v prostředí digitálních technologií zdeformována, pro dospělého uživatele je to snad úsměvné pozastavení nad tlacháním, pro dítě, které se zatím vše učí, zkouší, jde o intenzivní zkušenost, která může mít vážný dopad, ať už ve formě poruch příjmu potravy, psychické závislosti či deprese. Ve výzkumu *Rodič a rodičovství v digitální éře* vyšlo najevo, že 85 % rodičů se o youtubery nezajímá, ale zároveň 80 % rodičů jim sledování oblíbeného youtubera ani nezakazuje a 44 % hodnotí youtubery záporně. V této rovině by měl být naopak rodič velmi nápomocen, měl by se zajímat o influencerské vize a vzory svého dítěte, shazovat a podrývat autoritu není úplně užitečné, ale uznat úspěch je cesta k pochopení potřeb potomka. Zároveň by měl rodič hledat i jiné, silné, pozitivní motivy v reálném životě, které dítě více přitáhnou do prožívání mimo internet, jeden z nejdůležitějších je společně trávit čas v rámci různých rodinných aktivit. (Dočekal a kol 2019).

### **3.3. Komerční rizika**

#### **3.3.1. Reklama**

*„Stále více je diskutována otázka role majitelů aplikací. I když je nastavení uživatele maximálně soukromé, přístup k informacím a jejich vlastnictví je v rukou majitelů dané platformy.“* (Ševčíková 2014). Tato data pak slouží marketingovým

společnostem pro jejich cílené reklamy. Je proto nezbytné dítě seznámit se zákonitostmi sbíráním dat a reklamou. Že sbíráním „selfiček“ na Instagramu lépe zacílí marketingové společnosti na jednotlivce a podle aktuální nálady algoritmicky nabídnou vhodnou reklamu (Dočekal a kol. 2019).

### **3.3.2. Spam, spyware, phishing, hoax**

Při aktivitách na internetu dítě může narazit na nevyžádané informace, které se masově šíří internetem. Může jít o data s reklamním či virovým obsahem označenými jako spamy, nebo zprávy se lživou informací, tedy hoaxy. Spyware je špionážní program mající za úkol odvádět data z počítače bez vědomí uživatele. Phishing je způsob, jak okrást skrze falešné přístupové stránky vyžadující zadání hesel a umožňující získat citlivá data. V těchto případech je povětšinou dítě příjemce a nevědomky může způsobit zavirování počítače, nebo otevření nevyžádaných dat. V EU Kids Online IV se ukazuje, že ve věku od 9 do 11 let se 19 % dětí setkalo s libovolnou formou těchto rizik.

### **3.3.3. Gambling, nelegální stahování dat, hackování**

Gambling označuje hazardní hráčství, tedy činnost, která ohrožuje sociální a finanční jistoty hráče. Gambler se velmi často vlivem závislosti na hře potýká s finančními problémy, proto se může uchýlit ke krádežím, zpronevěrám a dalším trestným činnostem. I hazardní hry jsou ve velkém měřítku dostupné v online prostředí. Závislost na hazardních hrách se může jevit zpočátku velmi nevinně, a protože se gambler může účastnit hazardních her z vlastního obydlí, bude jeho závislost nenápadná (Wave rozhlas 1997).

Problematika nelegálního stahování dat nemusí být uživatelům internetu zřejmá. Nejčastěji stahované položky jsou filmy, hudba a softwary. Jednoduše může vyznít tvrzení, že stahování dat je povoleno, ale jejich šíření nikoliv. Pokud probíhá stahování filmu přes Torrent, potom dochází i k jeho šíření, a tak už se stahující dopouští porušení zákona. Stahování ze serverů není primárně nelegální, ale pokud se vezme v úvahu pořízení této kopie umístěné na libovolný web ke stažení, nebude to legální cestou. U softwarů je i jeho stahování nelegální, uživatel si jej může pořídit placenou – legální cestou a zálohovat si jej. V reálném měřítku počtu uživatelů je velmi obtížné vymáhat právo proti nelegálnímu stahování

po každém uživateli, zároveň je ale důležité seznámit žáky se základními zásadami legálního používání dat na internetu. Je podstatné si uvědomit, že kulturu internetu určuje každý jedinec a jeho zodpovědný přístup k informacím a manipulaci s nimi. (Hermanová 2013).

Hackování je specifický ilegální internetový fenomén, který vyžaduje technickou znalost, aby mohl být prováděn. Jde o využívání internetových děr v zabezpečení serverů, počítačů, sítě, tím dojde k jejich prolomení a ovládnutí hackerem. Motivace hackerů nemusí být vždy finanční, může jít o formu zábavy, protestu. V případě dětských uživatelů se výjimečně mohou stát i oběťmi hackerů.

#### **3.3.4. Sharenting**

Zveřejňování informací do veřejného, ba přímo globálního systému je vždy velmi citlivá záležitost. Každý uživatel by si měl uvědomit, že uveřejnění na internet je nevratné, a proto je vždy vhodné zvážit míru a obsah informací. Sharenting je přímo přehnaná prezentace dětí obvykle způsobena rodiči. S takovýmto přístupem nesouhlasilo celkem 8 % dotazovaných dětí ve výzkumu *Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru*. Ve výzkumu *Rodič a rodičovství v digitální éře* umístilo 75 % dotazovaných fotografií se svým dítětem na sociální síti, kde byla zpřístupněna pouze přátelům, 5 % umístilo fotografii na veřejný profil. Ve výzkumu *EU Kids Online IV* celkem 15 % českých dětí uvádí, že jejich rodiče zveřejňují jejich fotografie. Je proto nasnadě očekávat od dětských uživatelů, že budou schopni rozpoznat, které informace si mají ponechat pro sebe a které prezentovat do světa.

#### **3.3.5. Trolling**

Trolling se uplatňuje v diskusích na sociálních sítích. Troll je uživatel, který provozuje trolling. Jedná se o produkci nevyžádaných příspěvků, které negativně působí na vývoj diskuse, narušují obsah, mají často agresivní náboj. Trollové se snaží rozvrátit diskusi, často můžou propagovat dezinformace, šířit hoaxy. Pro dítě může být setkání s trollem na sociální síti rizikové, může vyústit v kyberšikanu (Kar 2017).

### 3.3.6. Flamming

S trollingem je zaměnitelný flamming. Opět se útočník realizuje na sociálních sítích, jeho příspěvky jsou agresivní, ovšem zaměřeny na konkrétní osobu, kterou napadá, útočí na ni, nedává argumenty, ale urážky. Následky při setkání s tímto útokem mohou být opět velmi nepříjemné (Redakce e-bezpečí 2008).

## 3.4. Agresivní rizika

Ve věku pěti, šesti let se děti v souvislosti s porozuměním textu a rozvojem psaní otevírají na internetu nové možnosti. Může začít komunikovat se svými kamarády ze sociálních skupin, nejčastěji školních kolektivů nebo zájmových kroužků. Dítě se začíná registrovat na chatovací aplikace, začíná pronikat do online her. V obou případech rozvíjí intenzivní chatovací aktivitu. V tomto nezralém věku se jednoduše může stát obětí krádeže účtů, herních prvků, nebo se z něj bude snažit neznámý, vydávající se za vrstevníka, vymámit skrze fiktivní formuláře citlivé informace. Je velmi důležité dítě upozornit na tyto hrozby a nesdělovat mu přihlašovací hesla, mobilní čísla atd. V souvislosti s agresivními riziky je podstatné dítě seznámit se skrytou identitou podvodníků, kteří si vytváří profil tak, aby nevzbuzoval u dětí žádné podezření. Na prezentované fotce může jít o mladou slečnu, ve skutečnosti sedí za počítačem zralý muž. Důvěra dětí může být velmi rychle zneužita, pokud je neupozorníme na cizí lidi, kterých je třeba se bát, a pokud si nejsou jisté, je důležité nabídnout pomoc dospělého a také prověřovat dětské profily.

Jak se tedy chovat k cizím lidem? V první řadě nepokračovat v započaté konverzaci, v žádném případě nesdělovat informace ze svého soukromí o sobě ani o rodičích, nepřidávat si je do skupiny svých přátel, nesdělovat adresu, telefonní číslo, neposílat vlastní fotografie a videa, nestahovat si žádná cizí data do počítače, mobilu, nikdy s cizími lidmi nikam nechodit (Dočekal a kol. 2019). **V těchto situacích je na místě budovat důvěru mezi rodičem a dítětem.**

### 3.4.1. Propagace násilí v komunitě

V dětském, adolescentním světě propojeném s internetem se dítě stává součástí nejen sociálních skupin v off-line světě, ale s věkem může vstupovat

do online sociálních skupin, komunit, které bývají velmi specifické. Internetovou komunitu spojuje jedna platforma a společné téma. Tato komunita, ačkoliv má různorodé, až celosvětové složení členů, může mít pro svá vnitřní pravidla, pocit sounáležitosti a osobní zainteresovanost každého jedince má velký vliv na uživatele. V případě, kdy se jedná o komunitu prohlubující schopnosti v ručních pracích, nebo v rybaření, nebude obsahem žádné negativní až násilné poselství, existují ale i takové komunity, jejichž obsahem je podporovat členy v poruchách příjmu potravy, sebepoškozování, sebevraždách, rasismu, xenofobii, drogové závislosti. Členové těchto komunit nejen vstřebávají informace, ale také přizpůsobují svůj názor, a vliv skupiny může mít silný normalizační efekt, tedy svůj nestandardní problém zde vnímají jako normu, kýženu záležitost. Z projektu RUIDaD vyplývá, že jedinci, kteří si nejsou sociálně jistí v off-line prostředí a ani zde nejsou moc přijímání, se uchylují do off-line světa a realizují zde své nenaplněné potřeby (Ševčíková 2014). Mohou se jednoduše uchýlit ke komunitě, ve které vnímají odezvu, podporu a identifikují se s ní. Je potřeba dodat, že členství v takovéto rizikové skupině je stále mezi dětmi velmi ojedinělý jev, přesto jej do rizikivosti internetu musíme zahrnout.

### 3.4.2. Kyberšikana

Pod pojmem *šikana* se rozumí chování obsahující tyto složky: opakované, úmyslné agresivní (ponižování, osočování, ztrapňování, útoky) chování s mocenským rozdílem, agresor má převahu nad obětí, která se nemůže bránit a je jí ubližováno. Šikana a kyberšikana mohou být propojeny a probíhat současně na jedné oběti. Kyberšikana vychází ze stejného principu, jen se přesouvá do online prostředí. Velmi zrádný může být efekt kyberšikany v podobě agresorem uveřejněného videa/fotky s citlivým obsahem. Protože samotní příjemci této informace, jejichž rozsah může být veliký, mohou být těmi, kdo oběť zraňují. **Pocit ponížení může dosáhnout u oběti zničujících rozměrů.**

Převaha na internetu se neprojevuje fyzicky nebo sociálně, ale spíše nemožností uniknout před útočníkem, většina obětí agresora zná, pokud je anonymní, o to více se umocňují jeho internetové prostředky. Online prostor mění i tradiční sociální role ve skupině – např. iniciátor kyberšikany může být v off-line světě obětí šikany, která se tímto způsobem brání, rovněž i jedinec s velmi silnou pozicí

ve skupině se může stát obětí kyberšikany. Protože agresor se sníženou mírou empatie obvykle nevidí přímou reakci oběti na kyberšikanu, může popírat vážnost celé situace. S určitou formou agrese – kyberšikany se mělo setkat podle výzkumu *EU Kids Online IV 25 %* českých dětí.

U kyberšikany se podle Aleny Černé setkáváme s dvojitým dělením na nepřímou a přímou. Nepřímá verze využívá cizích profilů, funkcí, aby agresor dosáhl svého cíle např. zrušit účet oběti, vyloučit oběť ze skupiny atd. Přímá varianta se může projevit jako záměrně pořízené video s obětí, které je pak umístěno na sociální síť a nekontrolovatelně se šíří prostředím internetu. V předpokladu vzniku šikany/ kyberšikany nejvíc figuruje kvalita vztahů v sociální skupině, daleko méně hraje roli sociální, fyzická prevalence dětí (Ševčíková, 2014).

Jak poznat, že dítě se potýká s kyberšikanou? **Je potřeba všimnout si změn v chování.** Stres vznikající jako důsledek kyberšikany se může projevit i psychosomaticky, bolestí břicha, nevolnostmi, nespavostí. Dítě ztrácí radost z běžných činností, vyhýbá se kontaktu na internetu, ačkoliv předtím tomu tak nebylo. V případě podezření je důležité navodit atmosféru důvěry, v soukromí s dítětem komunikovat o této problematice a v kontextu situace vyhodnotit, zda se skutečně jedná o kyberšikanu (Černá a kol. 2013).

Jaké mechanismy má oběť k dispozici, aby se s kyberšikanou vyrovnala? Podle výzkumů, které probíhaly v Česku i v zahraničí<sup>9</sup> nejčastěji dojde k odstranění negativního obsahu a blokování agresora, zároveň oběť hledá důvody, proč se kyberšikana děje, zaměřuje se na agresora, který je v představách oběti degradován, oběť zaměří svou pozornost na jinou oblast nebo se o kyberšikaně někomu svěří, ve většině případů se tak svěřují oběti svým vrstevníkům (Ševčíková 2012). Tady je prostor pro intervenci, jak podpořit tyto děti, dospívající, aby měli dostatečnou oporu v dospělých rodičích/učitelích a mohli otevřeně mluvit o kyberšikaně. Oběti mají strach kvůli případnému zamezení přístupu na internet ze strany dospělých, bojí se sekundárního důsledku kyberšikany – vyčlenění

---

<sup>9</sup> Zahraniční výzkum provedli Parris, Varjas, Meyers a Cutts v roce 2012, v roce 2011 to byla Šléglová, Černá a v roce 2012 výzkum v Jihomoravském kraji Macháčková, Černá, Dědková, Ševčíková, Blažková

se ze sociální skupiny. V případě, že se dítě potýkající se s kyberšikanou, svěří dospělému, má větší šanci se zbavit tohoto problému.

I ve škole je potřebné pracovat s třídním kolektivem a seznamovat jej s kýženými reakcemi na šikanu/kyberšikanu, aby se děti byly schopny postavit tomuto fenoménu. Pokud je ve škole kyberšikana zaznamenána, učitel má povinnost podle metodického pokynu MŠMT tuto situaci neprodleně řešit. *„Škola má odpovědnost za žáky. V souladu s ustanovením § 29 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, jsou školy a školská zařízení povinny zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit ... Z tohoto důvodu pedagog musí šikanování mezi žáky neprodleně řešit a každé jeho oběti poskytnout okamžitou pomoc.“* (MSMT 2013).

Protože se kyberšikana a šikana mohou prolínat, je dobré při zjištění jedné z těchto skutečností důrazně prošetřit přítomnost druhé, přitom platí, že čím dříve se šikana/kyberšikana objeví, tím menší následky může pro oběť a agresora mít. *„Kyberšikana obdobně jako školní šikana sice není sama o sobě trestným činem ani přestupkem, ale její projevy mohou naplňovat skutkovou podstatu např. těchto trestných činů: nebezpečné pronásledování (tzv. stalking, § 354 trestního zákoníku) – např. dlouhodobě opakované pokusy kontaktovat všemi dostupnými prostředky oběť, která proto pocituje důvodné obavy o život nebo zdraví své či svých blízkých; účast na sebevraždě (§ 144 trestního zákoníku) – např. zaslání SMS oběti s úmyslem přimět ji k sebevraždě, kterou skutečně spáchá či se o ni pokusí; porušení tajemství dopravovaných zpráv (§ 182 trestního zákoníku) – např. porušení tajemství listin a jiných dokumentů uchovávaných v soukromí (§ 183 trestního zákoníku), např. zveřejnění fotografií z telefonu oběti; pomluva (§ 184 trestního zákoníku) – např. vytvoření webových stránek, které nepravdivě zesměšňují oběť; šíření pornografie dle § 191 trestního zákoníku (viz sexting); výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií (dítětem se rozumí osoba mladší 18 let) dle § 192 trestního zákoníku (viz sexting)“* (MSMT 2013).

### **3.4.3. Online obtěžování**

Jedná se o projev internetové agrese, který nenesé všechny znaky kyberšikany. Může se jednat o jednorázový útok, tedy negativní projevy v diskusi,



ponižování. V případě, že potenciální oběť nevnímá útok jako agresi, mluví se o kyberškádlení. Každé online obtěžování by stejně, jako kyberšikana, mělo být řešeno správnými ohleduplnými, ale důslednými kroky vycházející ze zájmu o oběť.

#### **3.4.4. Rasismus, drogy**

Dítě se na internetu může setkat s agresivním chováním uživatelů jako reakcí na odlišnou sociální skupinu. Nejmarkantněji je ve společnosti vnímán rasismus vůči národnostním menšinám či homofobní postoje k lidem s jinou sexuální orientací. Na nesnášenlivost a intoleranci může dítě narazit v souvislosti s náboženským vyznáním nebo handicapem, osobní odlišností. Všechny tyto negativní až agresivní projevy jsou úzce spjaty s kyberšikanou a vedou k úzkostným pocitům, skutkově neopodstatněným proviněním, se kterými se těžko vyrovnává. Traumata získaná z rasistického přístupu k oběti mohou vést k sebepoškozování, ne-li k sebevraždám.

Dostupnost internetu kdekoli a kdykoli otevírá cesty nejen kyberšikaně, ale i mnoha drogovým dealerům, kteří díky extrémní dosažitelnosti drog – jednoduchým objednávkami a doručením až k domovním dveřím, vytvořili další nebezpečnou zbraň. I když jsou tyto obchodní portály součástí darknetů, tedy sítí přístupných pouze se speciálním nastavením či softwarem, jejich celosvětový dosah je až děsivý (Kresa 2017). Tento problém se až tak nedotýká cílené věkové skupiny, přesto je zde uveden k doplnění výčtu zásadních rizik pro společnost, kterými drogy skutečně jsou.

### **3.5. Sexuální rizika**

#### **3.5.1. Kybergrooming**

Jedná se o manipulativní taktiku útočníka, který se při chatování na sociální síti snaží přátelsky a nevinně vylákat dítě na osobní schůzku, za kterou se může skrývat sexuální zneužití, pornografie. Jedinec působí na dítě dlouhodobě, snaží se vyvolat důvěru, prezentuje se jako vrstevník či atraktivní partner (Dočekal a kol. 2019). Dítě si není vědomo, s kým si píše, že je v ohrožení, proto je potřeba, aby ve školách, rodinách probíhalo pravdivé obeznámení s touto problematikou. Nápomocen k tomu může být i webový portál seznamsebezpecne.cz.

Ve výzkumu *EU Kids Online II* 46 % dotázaných českých dětí ve věku 9-16 let potvrdilo, že byli na internetu v kontaktu s osobou, kterou předtím neznali, 2 % uvedla, že se jednalo o nepříjemné setkání. 5 % českých dětí ve věku 9-10 let prožilo osobní setkání s neznámým člověkem, celkem se na internetu setkala v této věkové skupině 26 % dětí, přesto se tato problematika týká více dospívajících než dětí. U analýzy dospívajících vyšlo najevo že ti, kteří se s nikým nesešli, trávili méně času na internetu, měli menší potřebu intenzivně komunikovat na online sítích, více se vztahově realizovali mimo digitální prostředí. Naopak skupina, která kontakt realizovala, měla větší touhu po nových a adrenalinových zážitcích (Ševčíková 2014).

Z výzkumu *Sexting a rizikové seznamování* Palackého univerzity a společnosti O2 vyplývá, že celkem 31 % dětí by si do kontaktu na sociální síti přidala neznámého ale přitažlivého chlapce nebo dívku. 22 % dětí uvedlo, že tento internetový kamarád požadoval utajení obsahu komunikace. V případě, že by jej tento kontakt pozval na osobní schůzku, 17 % dětí by souhlasilo a pravděpodobně by i dorazilo, 31 % případů takovou nabídku obdržela (e-bezpečí 2022).

Další výzkum zabývající se problematikou kybergroomingu proběhl na Fakultě sociálních studií Masarykovy univerzity v roce 2011. Vyplývalo z něj, že s podobou kybergroomingu, jak je popisován v příručkách a jiných metodických materiálech, se setkávají účastníci výjimečně. Problematika se týká spíše dospívajících a ti jsou ve většině případů obeznámeni s požadavky protějšku, na sexuální kontakt většinou přistoupí, výjimečně se stanou obětí sexuálního zneužití (Ševčíková 2014).

### **3.5.2. Pornografie**

Přímé zobrazení sexuálního aktu, vnějších pohlavních orgánů – s tím se na internetu může dítě setkat při návštěvě podezřelých webů. V nejširším slova smyslu můžeme použít označení sexuální obsah. Pro věkovou skupinu dětí do 11 let se bude jednat o nezáměrné vystavení se nechtěnému obsahu, který je škodlivý především po psychologické stránce. V zahraniční studii, kterou provedla společnost Bitdefender, se ve věku do 10 let s pornografickým obsahem setkala 22 % dětí, s věkem stoupá i četnost setkání se s pornografií.

Pro mladší děti je vhodné nastavit do prohlížeče filtry a blokátoři vyskakovacích oken, ve kterých se sexuální obsah objevuje, ačkoliv původně zrovna dítě sleduje svou oblíbenou pohádku. I při chatování na sociálních sítích může dojít k nevyžádanému kontaktu s tímto obsahem. Podle výzkumu společnosti Bitdefender<sup>10</sup> se ve věku do 10 let s pornografií setkala 22 % dětí, ve věku 10 až 14 let 35 % a mezi 15 až 18 rokem celkem 40 % dětí (Dočekal a kol. 2019).

Přesto je kontakt s pornografickým obsahem v předškolním a mladším školním věku vzácný a nepodílí se na budoucím vnímání sexuality jako takové. Teprve časté vyhledávání pornografického obsahu může v dospívání ovlivnit vztah k sexualitě a může mít za následek závislost. Klíčovou roli by měla mít ve vývoji dětí sexuální výchova, která seznámí dospívající s riziky pornografie.

### 3.5.3. Pedofilie

*„Pedofilie je celoživotní erotická a často i citová náklonnost k dětem ve věku před dosažením puberty nebo v rané pubertě, tedy zhruba do třinácti let.“* (Pedofilie 2010).

Pedofilní činnost na internetu souvisí s jeho obsahem a množstvím nabízených fotografií nahých dětí, které zde umisťují jejich rodiče. Jejich zneužití za účelem pedofilního uspokojení je těžko prokazatelné. Je ale třeba zdůraznit, že skutečné sexuální zneužití dítěte v 90 % případů způsobí nepedofilní útočník, který může mít jiné sociální či psychické deviace (Žák 2009).

*„Většina pedofilně orientovaných lidí se trestního činu sexuálního zneužití dítěte nikdy nedopustí.“* (Muni 2022).

### 3.5.4. Sexting

Sexting, tedy neoprávněné zasílání SMS, MMS, e-mailů, fotografií, videí v chatu, s erotickým a sexuálním podtextem, se nejvíce týká dospívajících a nejčastěji probíhá mezi vrstevníky. Podle *EU Online Kids IV* se týká problematika přijímání těchto sexuálních zpráv 25 % českých dětí ve věku od 12 do 14 let a 45 % od 15 do 16 let, odesílatelem se stalo 5 % dětí ve věku od 12 do 14 let a 17 % dětí ve věku

---

<sup>10</sup> Bitdefender je Rumunská společnost zabývající se od roku 2001 ochranou počítačů a dalšími internetovými technologiemi, které zajišťují bezpečí na internetu

od 15 do 16. Ve výzkumu *Sexting u českých dětí* Palackého Univerzity přijalo takovouto zprávu celkem 40 % dotazovaných, dále bylo zjištěno, že největší motivací dotazovaných dívek (62 %) a chlapců (52 %) k zaslání zprávy se sexuální náplní je touha upoutat pozornost a nejčastějším prostředkem k poslání sexuálního obsahu byla sociální síť Facebook (65 %). K zamyšlení vede i další fakt, že v případech zneužití sexuálního obsahu by se celkem 38 % svěřilo rodičům, ale 32 % by se nesvěřila nikomu.

*„Alarmující je, že více než 7 % dětí provozujících sexting bylo k tomuto jednání domuceno jinou osobou a intimní materiál nebyl odeslán dobrovolně.“* (e-bezpečí 2017).

Pokud komunikace tohoto typu probíhá mezi nezletilými do 15 let, jde o porušení zákona. Problém nastává při zneužití sexuálně nabitého materiálu opačnou stranou. Pak může dojít k vydírání, zesměšňování, kyberšikaně.

### **3.5.5. Kyberstalking**

Kyberstalking je odvozen od své off-line verze stalking – šmírování, obtěžování. Se vznikem internetu se rozvinula i tato trestná činnost. Kyberstalking se týká spíše dospívajících, kteří zažívají své první skutečné lásky. I proto se mohou setkat s tímto typem chování na internetu i mimo něj. Kyberstalking se projevuje nejdříve nenápadným špehováním, které postupně přerůstá v otravné pronásledování, může dojít i k vyhrožování ze strany stalkera (Dočekal a kol. 2019).

## 4. Prevence a edukace, hlavní prostředek k eliminaci rizikových faktorů na internetu

### 4.1. Primární prevence a edukace

Prevenci lze chápat jako soubor funkčních opatření, která zabraňují vzniku nežádoucího jevu. Sociální prevence hledá příčiny a souvislosti jevů odehrávajících se ve společnosti a hledá klíčové metody k zamezení zrodu rizikových variant chování. Prevence v sobě obsahuje edukaci, tedy záměrnou výchovu k ideálnímu cíli – eliminaci rizik online prostředí. **V edukaci dítěte by měl nejvýše figurovat rodič, poté širší sociální prostředí – škola.** Každá škola má svého Školního metodika prevence a Výchovného poradce. V praxi se jedná o učitele s běžnou náplní práce, a navíc je mu dáno za úkol vést preventivní programy pro celou školu. Proto se potom metodik prevence uchyluje ke zvaní externích pracovníků, kteří na škole zajistí potřebné preventivní programy, což ovšem není na škodu. Problémem ale zůstává skutečnost, že největší vzdělanost v této oblasti by měli mít všichni učitelé, kteří by pak měli v průběhu celého školního roku působit na své žáky a postupně je vzdělávat v této oblasti. Školní metodik prevence by měl být v ideálním případě koordinátorem aktivit. Velmi užitečná je v této problematice i přítomnost školního psychologa a jeho profesionální pomoc dětem. Ten ale není k dispozici na všech školách (Kopecký 2020).

V rámci prevence by se měla dodržovat pravidla ve způsobu komunikace s dětmi. Podle portálu e – bezpečí jsou to tyto zásady. Prevence nemá být založena na negativní zkušenosti, měla by mít pozitivní závěr, aby děti získaly nové poznatky a rozšířili svoje pojetí o internetu. Prevence musí být vždy vedena v bezpečném prostředí, kde dítěti mohou být zodpovězeny otázky, vyjasněny obavy a může probíhat otevřená diskuse o problematice. Pro zajištění bezpečí a důvěry je vhodné prevenci realizovat v malých sociálních skupinách do 30 dětí. Hlavním úkolem je správnou prevencí dovést dítě k vytvoření si správného postoje k dané věci, posilovat jeho charakter a tím zamezovat rizikovému chování na internetu. Poslední zásadou je ohleduplnost a přiměřenost prevence k věkovým specifickým dětem.

#### **4.1.1. Rodičovská mediace – chráníme děti krok za krokem**

Internet je již součástí života dětí a rodin, proto je důležité, aby rodičovská mediace uměla z internetu vytěžit maximum dobrého a snížit rizika na minimum, aby se hodnoty předávané pečujícími osobami skloubily s hodnotami, které nabízí internet. Rodičovská pomoc se proto odvíjí nejen od vlastního hodnotového přístupu ke světu, potažmo internetu, ale závisí i na znalostech o něm. Při plánování času a aktivit dítěte, by měla být dobrým a základním vodítkem prevence závislosti na internetu. Na straně rodičů je rovněž stanovování jasných pravidel a limitů. V přístupu k usměrňování dětí můžeme rozlišit 4 typy: autoritativní, jež vyžaduje dodržování jasně stanovených pravidel s otevřeným a kladným emočním přístupem vedoucí k samostatnosti, autoritářský požadující poslušnost při plnění vyšší míry požadavků bez potřeby vysvětlovat dítěti principy nároků, permissivní styl charakteristický mírnými požadavky s emoční blízkostí rodiče a dítěte, zanedbávající styl specifikovaný jako emoční otažitost rodičů, dítěte s absencí požadavků (Ševčíková a kol. 2014).

Pro kontakt předškolních dětí s internetem je důležité stále více upřednostňovat přirozenou hru na role, čas strávený u digitální technologie zkrátit na minimum (maximálně půl hodiny denně) (Dočekal a kol. 2019). Vývoj mozkové aktivity dítěte je výrazný, a proto musíme maximálně využít přirozený potenciál běžných činností, sociálních vztahů, a tím jej maximálně rozvíjet. V předškolním věku nebude plně ohroženo riziky běžně komunikující mládeže, neumí ještě dobře číst a psát, ne-li vůbec, ale vytváří si primární návyky pro budoucí léta, proto je vhodné dítě seznamovat v malé míře s technickým světem. Rodič by měl zastat roli rádce a průvodce, měl by mít podrobný přehled o tom, na co se dítě kouká, a jak se na internetu pohybuje, jednak je stále pod vlivem reklam, které může dozorující osoba omezit na minimum, jednak se může proklikat ke stažení viru, nebo zaplatit slušnou částku za bezvýznamný herní doplněk.

V období mladšího školního věku se dítě může ocitát pod větším tlakem sociální skupiny, aby bylo více na sociálních sítích, intenzivněji komunikovalo se spolužáky, a tím bylo jednoduše kdykoliv dostupné. Opak může pro jedince znamenat postupné vydělování ze skupiny a může se rovněž stát obětí šikany pro neúčast na skupinové online komunikaci. Proto rodiče řeší dilema, kdy dítěti

pořídit mobil. Je to vhodné již do první třídy, nebo počkat až na pozdější věk? Podle výzkumu *Rodič a rodičovství v digitální éře* vyplývá, že v pěti letech mají děti často mobil vypůjčen od rodičů. Vlastní mobil české děti nejčastěji dostávají v období 7 až 9 let. Ve výzkumu *Rodič a rodičovství v digitální éře* se ukázalo, že rodiče dětem zapůjčují mobil od 1 roku a v 6,7 letech pořizují vlastní. Za zmínku ovšem stojí fakt, že „*nadužívání jakékoliv obrazovky je zdravotní problém. Pro děti a mládež je to úplně stejná komplikace jako alkoholismus nebo drogy.*“ (Dočekal a kol. 2019). Otázkou však stále zůstává, kdy je ten vhodný čas.

### **Mediační strategie**

Níže zmíněná taxonomie vznikla z projektu *EU Kids Online*. Protože se v této práci odkazují na výsledky výzkumu, je dobré uvést i typy strategie, které rodiče mohou použít v mediaci dětí. Prvním typem je aktivní mediace, která je postavena na společně stráveném času na internetu. Dítě s rodičem poznává prostředí bezpečně, rodič poskytuje ochranu při kontaktu na sociálních sítích, povzbuzuje dítě ke vhodným aktivitám na internetu, zároveň vysvětluje rizika užívání. Dítě se může kdykoliv svěřit rodiči s úskalími, se kterými se setkalo během svého online objevování, rodič tak citlivě radí, směřuje, pomáhá. Restriktivní mediace spočívá v odtahitím přístupu rodiče k dítěti, rodič není průvodcem, ale zakazuje oblasti, na jejichž stránky je dítěti vstup odepřen bez vysvětlení, naopak funguje spíše na bázi příkazu. Kontrolní mediace je zpětné sledování činnosti dítěte na internetu, nahlédnutí do záznamu historie. Technická mediace upřednostňuje instalaci a používání programů, které filtrují a blokují přístup na určité webové stránky, instalaci softwarů nebo programů, aplikací. Za nejúčinnější je považována restriktivní strategie, která omezuje přístup, a proto zamezuje dítěti kontakt s rizikem.

Z výzkumu *EU Kids Online* vyplývá, že rodiče zkušenější jsou lépe informováni o rizicích na internetu a často uplatňují zmíněné strategie. Ve výzkumu *Rodič a rodičovství v digitální éře* sledujeme, že 73 % rodičů omezuje svým dětem čas u internetu a nejčastější formou prevence (76 %) je poučný rozhovor o rizicích, do kterých patří: komunikace s neznámými lidmi (80 %), ochrana osobních údajů (64 %) a agrese na internetu (55 %) (Ševčíková a kol. 2014). Aplikace těchto strategií závisí na věku dítěte, s věkem se restrikce a kontrola snižují, v předškolním

a mladším školním věku by měla být kontrola co největší a pobyt dítěte na internetu veden rodičem. Strategie by měla pomáhat při prevenci, měla by sloužit rodiči a jeho aktivnímu zájmu o dítě, o jeho záliby, koníčky, přátele.

Jak děti vést k prospěšnému chování na internetu? Podle e – bezpečí fungují tato pravidla: začít spolu s dítětem, objevovat online svět spolu s ním a debatovat nad společnými objevy. Společně můžou narazit na problémy, které lze společně i řešit, a dítě se tak naučí vhodný vzorec řešení problémů v online prostředí. Pokud je dítě o krok napřed, měl by jej rodič vyzvat, aby mu objasnil, jak fungují nové technologie. Dítě a rodič budou mít společné téma, dítě bude mít snahu o vysvětlení, bude mít radost ze zájmu rodiče o sebe samo (e-bezpečí 2022).

#### **4.1.2. Zabezpečení pod lupou – praktické rady k nastavení sociálních sítí**

V těchto kapitolách se budeme věnovat konkrétním vybraným možnostem zabezpečení či omezení vlivu internetu a jeho rizik. Jde o rady mířené na rodiče dětských uživatelů, které jsou vybrány z projektu 365tipu<sup>11</sup>. Ve snaze se co nejvíc vyvarovat rizikům online světa můžou sloužit i další publikace jako: Buď pánem svého prostoru<sup>12</sup>, Jak na internet bezpečně<sup>13</sup> a další, které velmi konkrétně pomáhají uživateli objasnit, jednak jakými kroky zabezpečit pobyt na internetu, a také vysvětlují širší souvislosti v internetovém světě. V šetření *Rodič a rodičovství v digitální éře* bylo zjištěno, že 82 % rodičů je obeznámena s tím, co jejich děti na internetu sledují, jaké webové stránky navštěvují.

#### **Sledování videí pod dozorem**

Ke sledování dětských videí na internetu je vhodné volit televizní obrazovku než mobil, je příjemnější pro jejich zrak a rovněž se zabrání nechtěnému pádu při manipulaci dítěte s mobilem. Pokud chce rodič dopřát potomkovi videa oblíbených dětských zpěváků, je dobré vytvořit si vlastní playlist a vyvarovat

---

<sup>11</sup> Jedná se o webový manuál, vytvořený specialistou na sociální sítě Danielem Dočkalem, který se podílel na rozvoji českého internetu. 365tipu obsahuje mnoho praktických rad, jak se bezpečně pohybovat na internetu.

<sup>12</sup> Mccarthy, Weldon-siviy, ed. Buď pánem svého prostoru: jak chránit sebe a své věci, když jste online. Praha.

<sup>13</sup> Vaněk, Novák a Kalika., 2018



se tak „náhodnému“ výběru následujícího videa, jehož obsah může být pro malého diváka absolutně nevhodný. V takovém případě je doporučeno nahlásit video správci sítě. Pro sledování na YouTube se hodí i YouTube Kids, tedy jeho obdoba pro děti, která by měla splňovat kritéria určité úrovně. Pokud děti brouzdají na internetu, může se stát, že po chvíli je poměrně rychle počítač zavirován, je potřeba mít nainstalovanou antivirovou a antimalware ochranu. Pro Microsoft stolní počítač, mobil, tablet je vhodná aplikace Family Safety. Jednak monitoruje čas strávený u obrazovky, navíc informuje o činnosti v konkrétních aplikacích, webech, aplikace je schopna hlídat online nákupy.<sup>14</sup>

### **Zabezpečení mobilního telefonu**

Pokud je dítě školou povinné mobil již vlastní, je dobré jej ochránit nejen proti poškození pádem (vhodný obal, ochranná vrstva na přední kryt), ale i proti krádeži, protože chytré mobily obsahují zneužitelná a soukromá data. Vhodné je kódování zámekem, ať už pinem<sup>15</sup>, nebo otiskem prstu. Pinem je potřeba opatřit i SIM kartu a dvoufázově je nutné zakódovat i mobilní účet. Při odemknutí telefonu bude potřeba odemknout i SIM kartu. V zamčeném režimu je dobré jednak vypnout přístup k aplikacím<sup>16</sup>, Siri, fotoaparátu a dal., a také zrušit zobrazování různých upozornění na plochu, mohlo by jít o prozrazení soukromých informací. V případě krádeže se doporučuje mít v mobilním telefonu aktivovanou GPS lokaci, i když hrozí zneužití ze strany poskytovatelů, na druhou stranu má rodič přehled o pohybu dítěte. Pokud o mobilní telefon dítě přijde, lze jej smazat na dálku, ale musí mít aktivované služby u svého mobilního provozovatele, u Androidu je to Android Device Manager, u iOS Apple je služba k dispozici pouze v případě aktivovaného sledování polohy na [icloud.com/find](https://icloud.com/find) či skrze aplikaci Find My iPhone.

Slůvko aplikace je pro děti téměř kouzelné a často se tak stává, že děti stahují cizí aplikace, které ale mohou poškodit původní zařízení. Roli hraje věrohodný původ aplikace, která by měla být primárně stažena z Google Play (pro Android) nebo z App Store (pro iPhone). Velkým pomocníkem při vývěru aplikace jsou uživatelské komentáře a recenze reflektující kvalitu aplikace.

---

<sup>14</sup> Aplikace Family Safety nabízí rodičovskou kontrolu napříč produkty Microsoft.

<sup>15</sup> PIN několikamístný číselný kód sloužící k zabezpečení.

<sup>16</sup> Virtuální asistent v mobilním telefonu.

Při samotném brouzdání na počítači se dítě setkává s velkým množstvím reklam, aby se jim vyhnulo, hodí se do mobilního zařízení nainstalovat Adblock plus for Android, pro iOS pak AdBlock for iOS, nejenže se skrze blokátory vyhnou děti reklamě, navíc uspoří data a zamezí jejich šírování. Pro stolní počítač je nabídka širší, nejvhodnější je µBlock Origin. Za zvážení stojí i výběr prohlížeče, velmi nespolehlivým je Internet Explorer, a jeho pravidelná aktualizace, kterou je dobré nezanedbávat. Při jejich užívání narazí uživatel na nabídku rozšíření, je potřeba zvážit jejich instalaci na základě ověření si kvality, nejčastějšími nositeli viru jsou právě rozšíření. Předvyplnění hesel a údajů je doporučeno nevyužívat, v případě těchto požadavků je vhodnější obrátit se na samotného Správce hesel. 20 % rodičů ve výzkumu *Rodič a rodičovství v digitální éře* omezuje obsah svým dětem skrze režim pro děti, 15 % používá omezující software.

### **Facebook, dobrý sluha, zlý pán**

Facebooková generace pomalu odrůstá, dorůstající mládež, byť registrovaná i na Facebooku, dává přednost spíše jiným sociálním sítím, přesto má Facebook pořád stále největší členskou základnu (70-80% internetové populace) (Dočekal a kol. 2019). Založit dítěti Facebook či nikoliv? Pokud dítě mluví o touze mít účet na této síti, pak je lepší mu jej založit a postarat se o bezpečné nastavení, jakmile by rodič jeho náznaky ignoroval, dítě si založí účet samo, nebo se o to postará spolužák, a jeho působení na Facebooku „na černo“ rodič těžko ohlídá.

Jak je to s bezpečností jeho užívání? Asi by bylo nošení do lesa vysvětlovat na jakém principu funguje Facebook, ale je dobré zdůraznit, že se jedná o velmi veřejný prostor, který je povolen od 13 let. I přesto je věková hranice dětských uživatelů nižší. Nejdříve je důležité zvolit dvoufázové ověření, tedy k přihlášení splnit dva kroky, zaručuje to větší bezpečí proti krádeži účtu. Pro dětské uživatele je více než vhodné nastavit nově vzniklé příspěvky viditelné pouze pro přátele, také seznamy, stránky zobrazovat pouze pro přátele. Možnost poslat žádost o přátelství zvolit pro přátele přátel, stejně tak jako seznam přátel omezit pro přátele. Vyhledávání podle telefonního čísla a e-mailové adresy je vhodné blokovat, zvolit možnost – jenom já, e-mailová adresa a telefonní číslo může být zneužito i širší skupinou přátel. V dalším oddíle je dobré vybrat přidávání příspěvků na zeď uživatele opět pouze od přátel, stejně jako možnosti sdílení veškerých příspěvků na zdi omezit

pouze na přátele. Stejně tak se doporučuje aktivovat si kontrolu označení uživatele na příspěvku před jeho zveřejněním a ve volbě sledování opět upřednostnit přátele před veřejným. Uživatel by se měl vyhnout vyplnění informací o vlastní osobě, neuvádět konkrétní data, místa, podrobnosti. V záložce: informace, v případě uvedení telefonního čísla na dvoufázové ověření, blokovat viditelnost čísla pro veřejnost. Natavení Facebook pravidel na soukromé, nebo pouze pro přátele, vypadá možná jako dostatečně dobrá ochrana, rodiče by však neměli usnout na vavřínech a snad skončit s kontrolou činnosti svého dítěte na sociální síti, jakákoliv fotografie či video, byť je určena pouze pro přátele, může být jednoduše zneužita. Možnost stahovat, screenovat obrazovky a sdílet dál, je velmi jednoduché, a tak se jedna fotografie může stát černou mřouou nejednoho dítěte. Bedlivě kontrolovat obsah uživatelského účtu dítěte je možná nepříjemná cesta pro obě strany, ale jediná, která zamezí otevření Pandořiny skříňky.

### **Tellonym a nulové soukromí**

Tellonym.me je další sociální síť v řadě nabízející komunikaci uživatelů skrze pokládání a odpovídání na otázky. Po založení účtu si uživatelé chatují na svých profilech, vše se děje anonymně a veřejně, tedy jakmile uživatel odpoví na otázku tazatele, jejich diskuze se objeví na profilu a je veřejná pro všechny. Protože ve skutečnosti nelze nastavit jakoukoliv úroveň soukromí a vše se odehrává v anonymní rovině, mají zde velký prostor pro své působení rizikovní uživatelé, kteří mohou útočit formou násilí, slovní agrese, šikany nebo pro uspokojení sexuálních potřeb. Tato síť je pro dětské uživatele velmi nevhodná až nebezpečná, jednak se jednoduše dostane k neadekvátnímu obsahu, velmi lehce se může stát obětí nebezpečných technik jiných uživatelů. Proto tady platí pro rodiče doporučení, aby důkladně zvážili, jak s touto sociální sítí jejich děti naloží, popř. cíleně a pravidelně kontrolovali obsah komunikace jejich dětí na síti.

### **TikTok a jeho nastavení**

Na této oblíbené sociální síti provozované čínskou společností, kde uživatelé sdílejí nejružnější videa, bude opět dětský uživatel, resp. jeho rodič, zápasit s primárním veřejným nastavením. Veškerý obsah je volně dostupný komukoliv, proto je i TikTok „rájem“ pro osoby s pochybnými záměry. Přístup na tuto sociální

síť je limitován šestnáctým rokem, realita, stejně jako u jiných sítí, je taková, že ji používají děti na prvním stupni. Pokud je to jen trochu možné, měly by se děti této sociální sítí vyhnout, pokud není zbytí, je potřeba zaměřit se na nastavení soukromí. Při založení účtu je nutné mít dostatečně silné heslo, TikTok nenabízí dvou faktorové ověření, proto by dítě své heslo nemělo sdělovat ani kamarádům. Účty si pak děti mohou navzájem krást a zneužít jejich obsah a vliv. V nastavení soukromí je nutné vypnout doporučování profilu dítěte ostatním uživatelům, aktivovat soukromý účet, to znamená že žádosti o sledování profilu je nutné schválit a videa nejsou volně dostupná, rovněž je důležité deaktivovat možnost volně stahovat videa z účtu dítěte. V oznámeních je vhodné zakázat upozornění na cizí videa a příspěvky a v nastavení určit omezený režim, který zabraňuje přísun nevhodných videí. Při uvádění údajů na profilu je důležité vyhnout se veškerým reálným informacím, od fotografie, videa po datum narození, adresu, telefonní číslo. Vyplňování těchto údajů na sociální sítě je obecně nevhodné a velmi rizikové.

### **Instagram**

Pro úplnější výčet sociálních sítí je nutné zmínit Instagram, fungující na sdílení fotografií a videí. Tato sociální síť se stává více oblíbenou, přesouvají se na ni vlivné osobnosti internetového světa, které následují jejich uživatelé. Soukromé, dvoufaktorové nastavení účtu je i zde nutností, protože Instagram více nutí do prezentace fotkou, o to více musí mít rodič pod kontrolou činnost dítěte. Veškerá pravidla pro Facebook, by se dala aplikovat na Instagram, opět platí čím méně, tím lépe.

## **4.2. Organizace odborné pomoci – na koho se obrátit**

S rozvojem internetu na území České republiky vznikly i mnohé organizace zajišťující preventivní programy, poradenství, ale i odbornou intervenci. Vyjma Policie ČR, která nabízí telefonické spojení v případě jakéhokoliv typu agresivního a protiprávního chování, se dítě v obtížné situaci může obrátit i na oddělení sociálně – právní ochrany dítěte při městském úřadu. Mezi další organizace nabízející pomoc patří Linka bezpečí, která vede zdarma 24hodinovou telefonickou intervenci. Podstatou linky bezpečí je hledání akutního východiska a nasměrování dítěte k dlouhodobému a odbornému řešení situace. Linka bezpečí funguje na anonymní

bázi a jednosměrně, kontakt přichází vždy od dítěte. Linka bezpečí nabízí již 20 let i poradenskou pomoc pro rodiče na rodičovské lince a navštěvuje se svými preventivními programy školní kolektivy (Linka bezpečí 2022).

Dalším podařeným projektem je e – bezpečí, webový portál založený Centrem prevence rizikové virtuální komunikace Pedagogické fakulty Univerzity Palackého nabízející kompletní primární preventivní programy pro veřejnost, školy a společenskou osvětu ve využití IT technologií. V rámci e – bezpečí je vedena poradna pro oblast rizikového chování na internetu, kterou zájemci kontaktují skrze vyplněný formulář. V rámci preventivních programů jde e – bezpečí cestou podpořit učitele, aby sami aktivně pracovali se svou třídou. Na portále je proto možnost zdarma stáhnout množství kvalitně zpracovaných materiálů k prohloubení vzdělání učitelů nebo rodičů. Jedná se o metodické karty, metodické průvodníky k filmům *V síti*<sup>17</sup>, *Na hory*, náměty pro výukové aktivity, skládačky, monografie, DVD materiály. V sekci *rodičům, učitelům a žákům* se lze dále o problematice informovat skrze uveřejněné populárně naučné články, které zde publikuje doc. Kamil Kopecký, jeden z hlavních představitelů Centra prevence rizikové komunikace. Jeho osvětová činnost napříč širokou veřejností znamená velký posun ve vnímání internetu a jeho rizik v české populaci. Činnost aktérů centra nespočívá jen v publikaci, ale pouští se do terénu při práci s dětmi, školními kolektivy, učiteli, rodiči ( e-bepečí 2022).

Bezpečný internet je opět velmi dobrý projekt, zaměřený na praktickou pomoc uživateli, dětem, rodičům, školám. Nabízí hned pět kurzů podle typu zájemce a také vede poradenskou činnost. Zakládajícími partnery jsou Česká spořitelna, Microsoft, Seznam.cz, dalšími partnery projektu jsou CZ. nic, Hoax.cz, Policie ČR, Pierstone, Qauntasoft (Bezpečný internet 2022).

Webová stránka zabývající se dezinformacemi, falešnými a poplašnými zprávami šířící se internetem se označuje Hoax.cz. Díky svému obsahu jasně

---

17 „Dokumentární film Barbory Chalupové a Víta Klusáka otevírá tabuizované téma zneužívání dětí na internetu. Tři dospělé herečky s dětskými rysy se vydávají na sociální síť, aby v přímém přenosu prožily zkušenost dvanáctiletých dívek online. Ve věrných kopiích dětských pokojů chatují a skypují s muži, kteří je na netu aktivně vyhledali a oslovili. Drtivá většina těchto mužů požaduje sex přes webkameru, posílá fotky svých penisů a odkazy na porno. Děti jsou dokonce vystaveny vydírání.“

a pravdivě uvádí kolující fámy na pravou míru a přináší faktické objasnění dané problematiky (Hoax 2022).

V pořadí dalším užitečným projektem je web bezpečně-online.cz založený Národním centrem bezpečnějšího internetu (NCBI). Obě webové stránky – projektu i centra – jsou napěchované metodikami, výukovými materiály pro učitele i rodiče při řešení problematiky spojené s internetem. NCBI navíc realizuje projekty iniciované Evropskou komisí, např. projekt eSafety Label+ zaměřený na podporu a zvýšení internetové technologie ve školách (Bezpečně online 2022).

Sdružení CZ.NIC, jehož hlavní činností je registrace českých domén, má na svém kontě hned několik osvětových počinů. Zavedlo stoponline.cz, díky kterému se Česká republika připojila do organizace Fighting CSAM. Tato celosvětová organizace sdružuje 46 zemí a propojuje 50 horkých linek, jejichž úkolem je zneškodnění protizákonného obsahu na internetu (In hope 2022). Dále CZ.NIC provozuje nadnárodní projekt Safer internet nabízející řadu praktických doporučení pro jeho bezpečné užívání (od návodu na dětské nastavení sítě, přes používání kryptoměn, po popis jednotlivých aplikací a jejich nástrah) (Safer internet 2022). Dále CZ.NIC produkoval dva vícedílné seriály Jak na internet a Nebojte se internetu, jejichž obsahem jsou praktické návody pro internetové uživatele a podílel se na vzniku filmu V síti. V knižní edici CZ.NIC vyšly tituly Buď pánem svého prostoru, Jak na internet bezpečně, pro děti potom On-line ZOO (NIC 2022).

Obdobné aktivity jako výše uvedená centra nabízí i lokální ostravský spolek Nebuď obětí! Velmi se zaměřuje na primární prevenci ve školách, v rámci toho produkuje různé typy programů seznamujících děti s rizikovými faktory na internetu (Nebuď obětí 2022).

V kontextu digitalizovaného světa docházíme k tomu, že vedle globalizace, dostupnosti, informovanosti a zábavy, se střetáváme s nástrahami, strachem, obavami, riziky. Je velmi zapotřebí dále pokračovat v masivní osvětě společnosti dospělých, ale i dětí. Protože se internetový svět a jeho prostředky vyvíjí převratně, reakce společnosti bude vždy opožděná, nemělo by to ale způsobit její křeč a ustrnutí. Cílem společné snahy by měla být touha podpořit mladou generaci v mediální

a internetové vzdělanosti pevně opřenu o morální hodnoty, které pak pomohou odolávat riziku číhajícím v online prostředí. Klíčem je odborně podpořit pedagogy a další pracovníky s dětmi, dát jim čas a prostor zahrnout do výuky, vzdělávání bezesporu důležitou mediálně digitální výchovu, vytvořit pevnou koncepci výuky této problematiky a umožnit i rodičům dále se v této oblasti různorodě vzdělávat. Pro detabuizování rizik internetu je potřeba vytvořit při školce, škole či obecnímu zařízení nízkoprahové dostupné odborně zajištěné pracoviště pro děti prožívající zátěž z rizik spojených s internetem a mohou s rodiči požádat o odbornou pomoc. Každá publikace, přednáška, beseda, výzkum či jakákoliv další činnost v této oblasti napomáhá se lidem zorientovat v digitálním proudu a může zamezit kontaktu dítěte s rizikovým aspektem internetu.

Cílem práce je podpořit informovanost ve společnosti, proto na základě dotazníku byl vytvořen krátký manuál pro rodiče, který jim bude nápomocen při práci s internetem. Dále bude při předškolním zařízení otevřen kurz digitálních technologií odborně zajištěn IT pracovníky, jehož úkolem bude seznámit účastníky s problematikou zabezpečení internetu a nasměrovat je konkrétními kroky k zabezpečení domácí sítě.

# Praktická část

## 5. Metodika práce

### 5.1. Použité metody

*Výzkum je systematický způsob řešení problémů, kterým se rozšiřují hranice vědomostí lidstva. Výzkumem se potvrzují či vyvracejí dosavadní poznatky, anebo se získávají nové poznatky* (Gavora 2000, str. 29). Ve vědách můžeme rozlišovat dva metodologické přístupy. Jde o kvantitativní a kvalitativní přístup. Cílem kvalitativního výzkumu je hloubkové zkoumání určitého jevu, který se nachází v přirozených podmínkách. Postup tohoto výzkumu je induktivní, hypotézy se generují a rozvíjí se tvorba teorie. Tento výzkum neprobíhá strukturovaně, spíše se jedná o pružný charakter. Kvantitativní výzkum má za cíl ověřit předem stanovené hypotézy a je strukturovaný. V pedagogickém výzkumu bývá tradičnější. Výzkum můžeme stavět na jednom či druhém metodologickém přístupu, nebo využít jejich kombinaci. Současná doba podporuje propojenost těchto orientací, protože každá má své výhody i nevýhody a navzájem se mohou doplňovat (Hendl 2005).

Na základě výzkumného problému a hlavní výzkumné otázky jsem zvolila kvantitativní výzkumnou metodologii – metodu dotazníku. V pedagogickém výzkumu jde o velmi frekventovanou metodu získávání hromadných dat. Jedná se o předem připravenou soustavu pečlivě formulovaných otázek, promyšleně seřazených, na které respondenti odpovídají písemně. V tomto výzkumu dotazník obsahuje 13 uzavřených a 3 otevřené otázky. Celý dotazník je k nalezení v přílohách této diplomové práce.

### 5.2. Stanovení cíle výzkumu a výzkumné otázky

#### Otázka 1:

**Jak vnímají rodiče rizika online prostředí u svých dětí?**



## **Otázka 2:**

### **Mají informace pro eliminování těchto rizik a jakým způsobem je skutečně minimalizují?**

Takto jsem si stanovila výzkumný problém, výzkumnou otázku, kterou se chci zabývat. V rodinném prostředí se jedná právě o rodiče, kteří jsou hlavními podněcovateli dětských aktivit a činností, a proto je pohled rodičů na daný problém stěžejní. Vnímají toto téma rodiče vůbec jako problém, anebo jej přijímají jako součást tohoto „nového“ věku, součást digitálního světa?

### **Cíl práce:**

Cílem práce je seznámit se se situací ve vybrané lokalitě. V rámci kvantitativního výzkumu bylo rovněž za cíl zjistit, zda by měli zákonní zástupci dětí zájem o seminář, na kterém by měli možnost se jednoduchými kroky naučit, jakým způsobem pracovat s bezpečností dětí na internetu.

## **5.3. Formulace výzkumných hypotéz**

### **Hypotéza 1:**

Dítě v předškolním věku tráví méně času v digitálním prostředí, má proto menší pravděpodobnost setkání se s online rizikem.

### **Hypotéza 2:**

Dítě v mladším školním věku více podléhá tlaku sociální skupiny, proto se více realizuje v digitálním světě a má větší pravděpodobnost setkání se s rizikovým faktorem.

## **5.4. Vymezení respondentů**

Dotazník byl zaslán pomocí odkazu na dvě základní školy a dvě mateřské školy v okrese Frýdek – Místek (ZŠ Dobrá, MŠ Dobrá, ZŠ a MŠ Baška). Oslovenými respondenty jsou zákonní zástupci dětí předškolního věku a mladšího školního věku. Dotazník byl vyplněn 190 respondenty z oslovených 300 v časovém horizontu od 01. 01. 2022 do 31. 01. 2022. Data byla zpracována Google formulářem.

## **5.5. Limity práce**

Výsledky výzkumu v této diplomové práci jsou limitovány svým rozsahem a determinovány lokalitou. Mají své geografické omezení vzhledem k množství respondentů a množství základních a mateřských škol v České republice, proto je i realizace semináře pro rodiče zaměřena lokálně – na místní základní školy, mateřské školy.

## **5.6. Úkoly práce**

Práce obsahovala několik úkolů. Nejprve prostudovat příslušnou literaturu, poté vybrat výzkumný vzorek, uskutečnit vlastní výzkumné šetření, vyhodnotit získané výsledky, vyhodnotit závěry z výzkumného šetření.

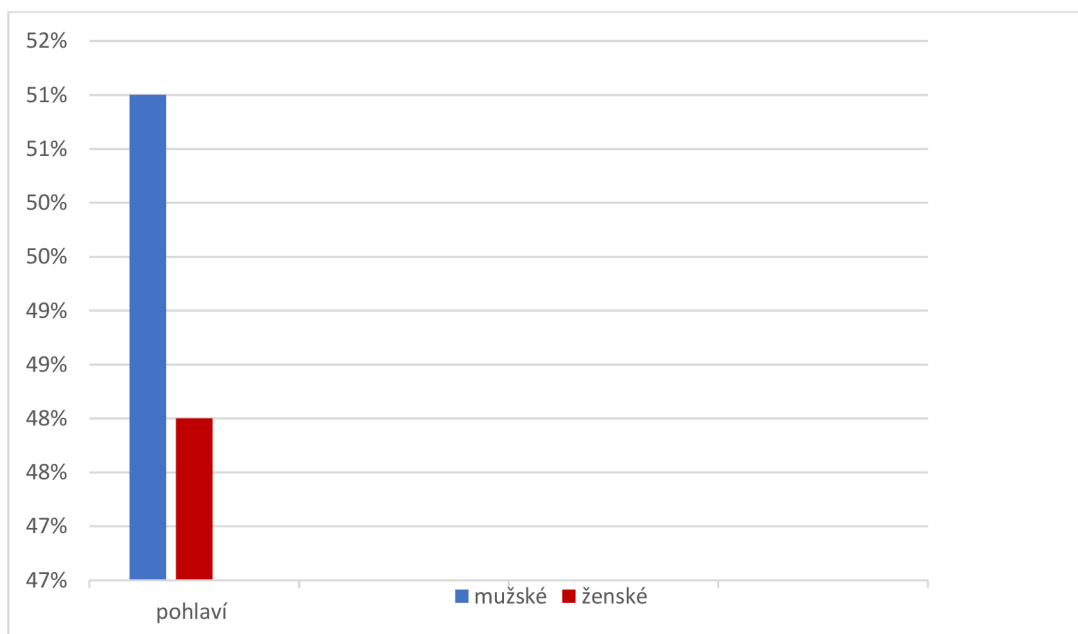
## 6. Vyhodnocení dotazníkového šetření

V této kapitole jsou konečně prezentovány jednotlivé části dotazníku. K lepší ilustraci poslouží i přiložené grafy, které znázorňují výsledky jednotlivých otázek. Jak už bylo zmíněno výše, dotazník o respondentech vyplňovali zákonní zástupci, proto nelze očekávat, že výsledky odpovídají přesné skutečnosti tak, jak se stala, spíše závěry odpovídají hledisku rodiče, jak skutečnost rodič vnímá, vyhodnocuje ji a do jaké míry nad ní má kontrolu. Protože je diplomová práce zaměřená především na eliminování rizik v rodině, je důležité zjistit názor zákonných zástupců na danou problematiku.

### 6.1. Hlavní demografické znaky dětí

V případě **pohlaví** (graf 1) lze sledovat poměrně souměrné rozdělení v dotazované skupině. Ženské pohlaví je zastoupeno v 48 %, mužské pohlaví potom v 51 %.

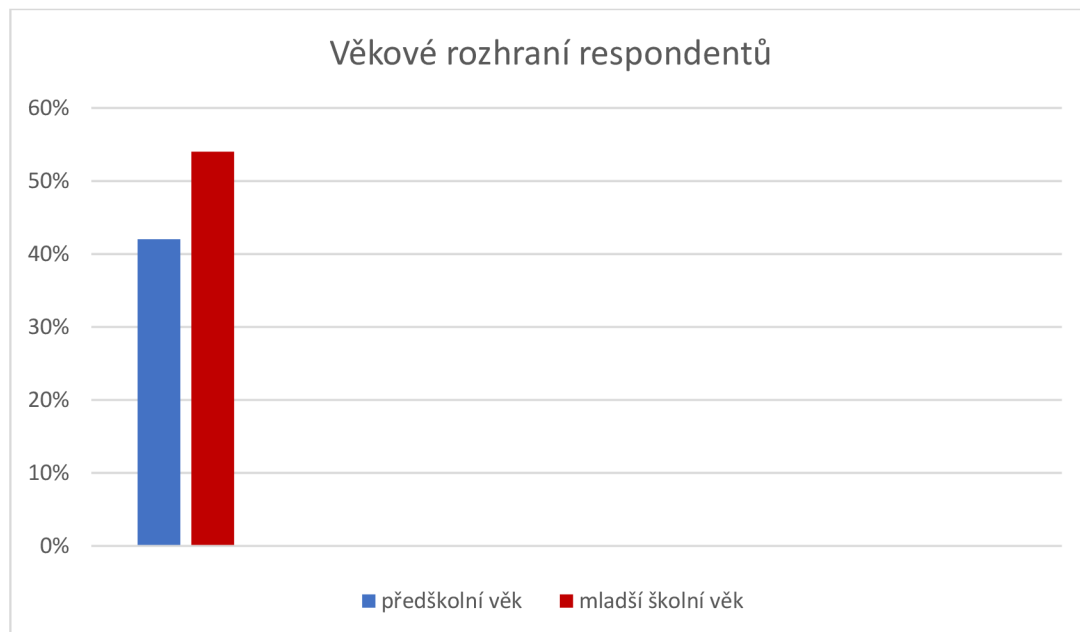
Graf 1 – Pohlaví dětí respondentů



Dalším sledovaným znakem byl **věk** (graf 2). Předškolní věk společně s mladším školním věkem byl v tomto dotazníku zastoupen nejvíce. Věk mezi 2-3 lety byl obsazen 4 %, protože jsou tyto děti minimálně zařazovány do vzdělávacího

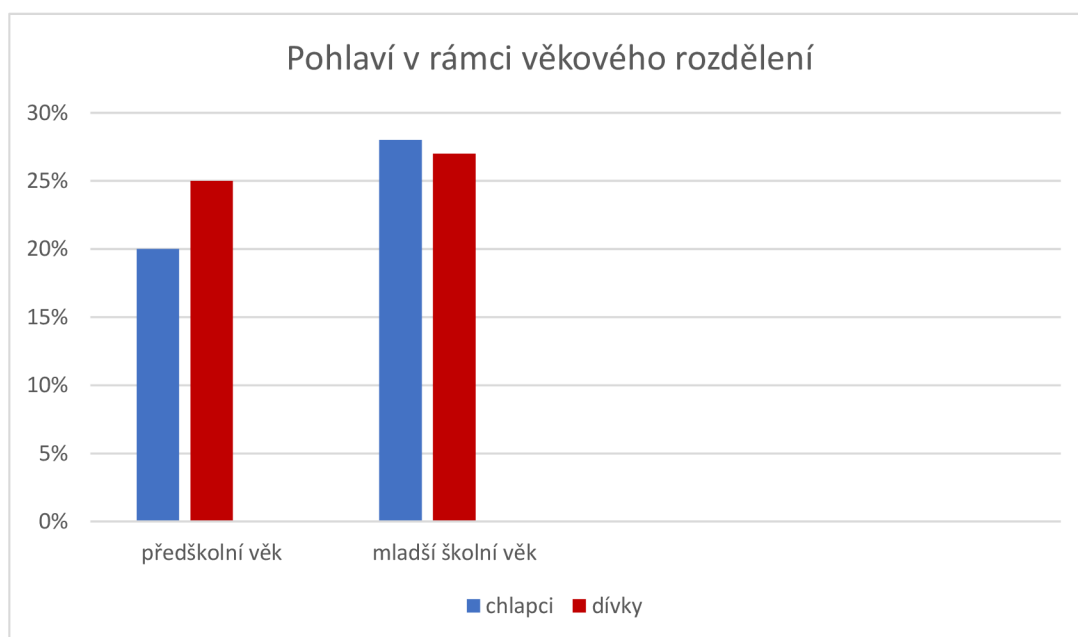
zařízení. Skupinu předškolního věku zastoupilo 42 % dětí, mladší školní věk byl zastoupen 54 %.

Graf 2 – Věk dětí respondentů



U věkové kategorie předškolního věku je 25 % dívek a 20 % chlapců. Kategorii mladšího školního věku zastupuje 27 % dívek, 28 % chlapců. (graf 3)

Graf 3 – Pohlaví v rámci věkového rozdělení

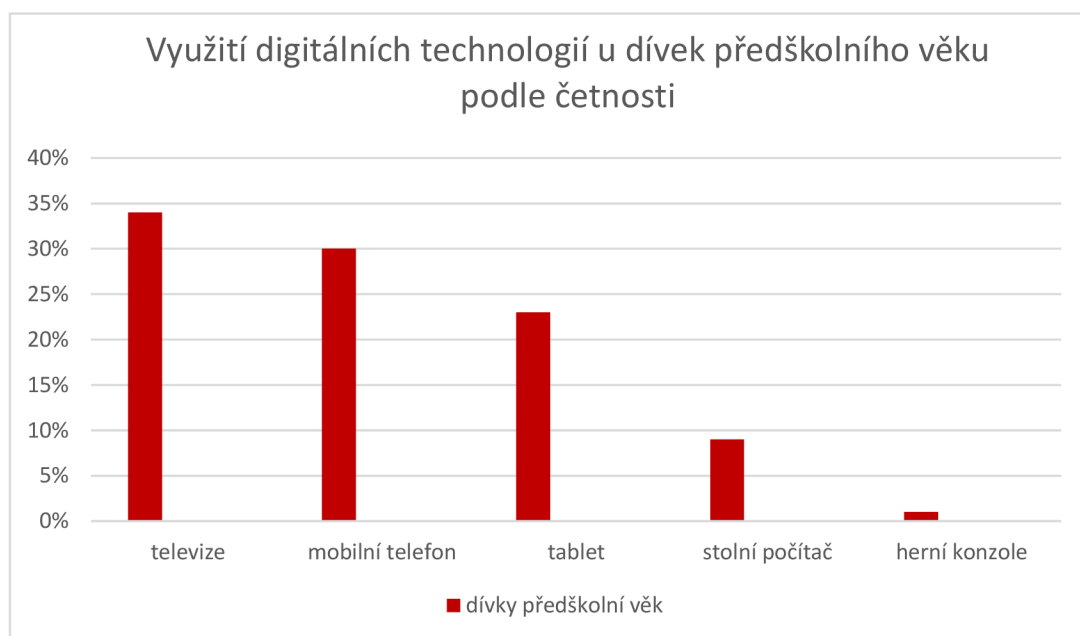


## 6.2. Technologie v rukách dětí

V této části se dotazník zaměřoval na využití technologií v dětské populaci. Úkolem rodičů bylo u **ot. č. 2** vyhodnotit, jaké technologie děti používají nejčastěji, jaké naopak nejméně, a podle daného kritéria oznámkovat.

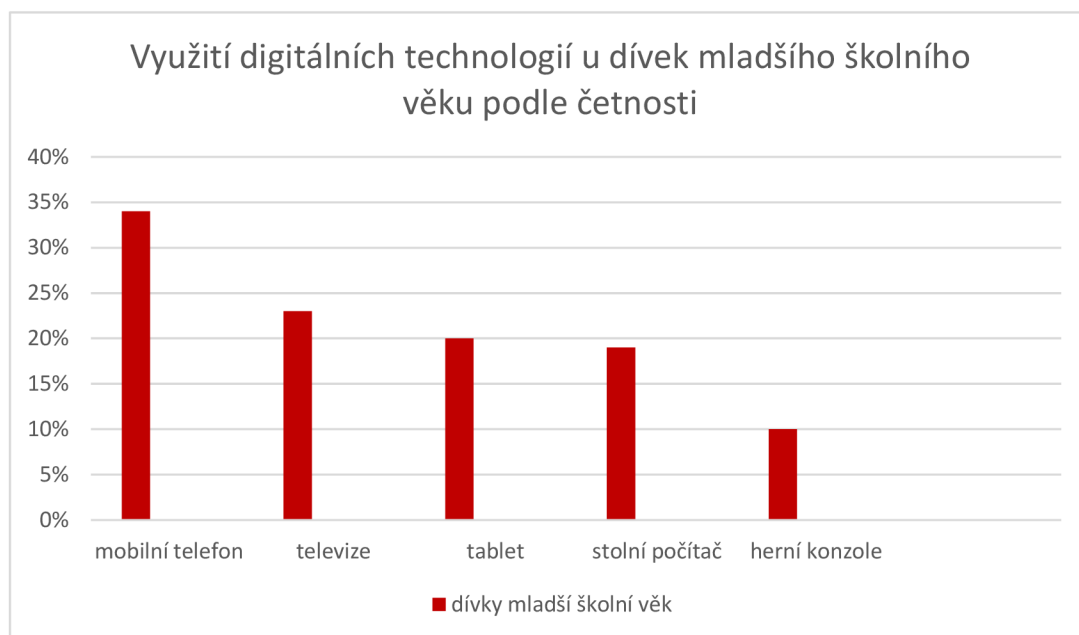
Ze zjištění vyplývá, že dívky předškolního věku nejčastěji sledují televizi, celkem 34 %, hned 30 % využívá mobilní telefon, tablet 23 %, 9 % má možnost využití stolního počítače a pouze 1 % se baví na herní konzoli (graf 4).

Graf 4 – Využití digitálních technologií u dívek předškolního věku podle četnosti



Dívky mladšího školního věku (graf 5) jsou zaměřeny z 34 % primárně na mobilní telefon, tam tráví nejvíce digitálního času, poté se z 23 % uchylují k televizi, stejně tak využívají i tablet (20 %) a stolní počítač 19 %, méně často potom herní konzole (10 %).

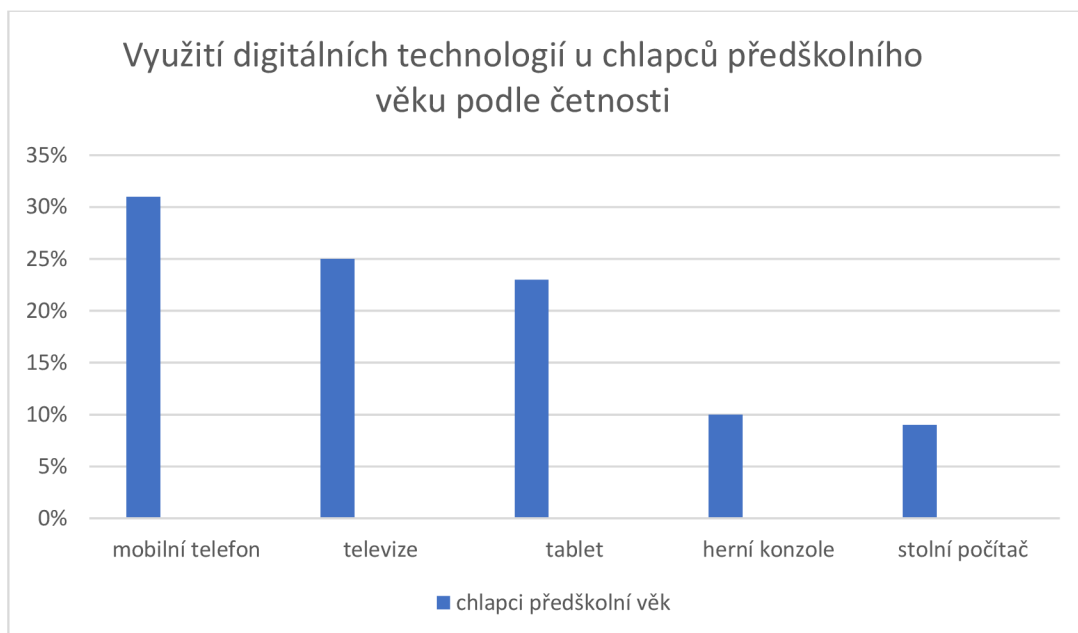
Graf 5 – Využití digitálních technologií u dívek mladšího školního věku podle četnosti



V porovnání s dívkami předškolního věku jsou dívky mladšího školního věku více aktivní na chytrých mobilních telefonech, které jim nabízí větší možnost zapojit se do sociální komunikace s vrstevníky než televize, která více převažuje u dívek předškolního věku. Naopak herní konzole se u obou skupin umístila na posledním místě.

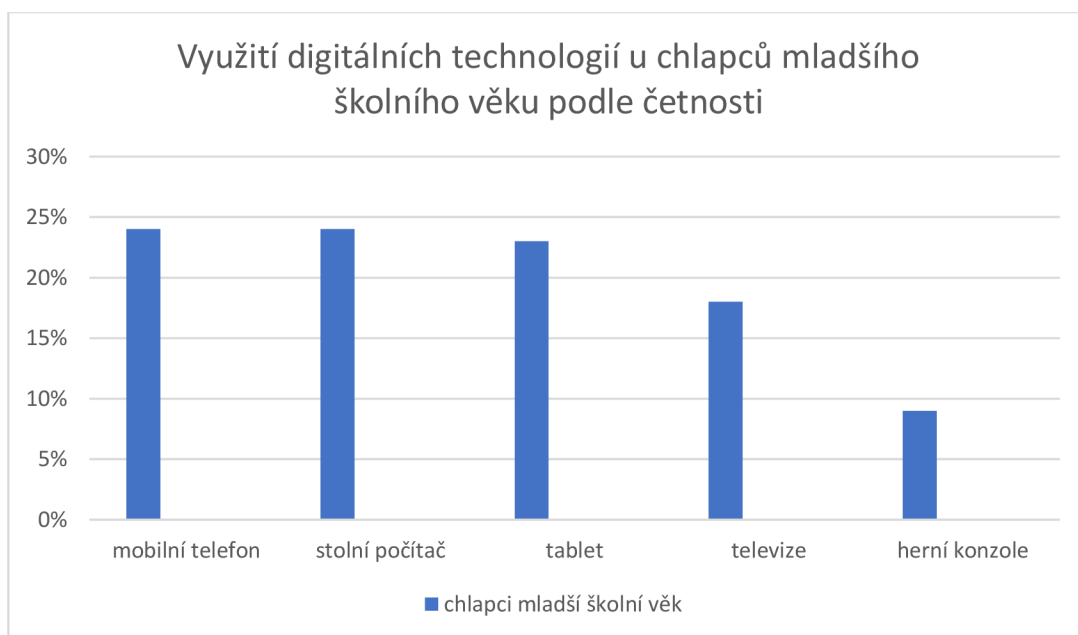
U chlapců předškolního věku (graf 6) byla na první místě označována odpověď s 31 %, která uvádí, že chlapci nejvíce času tráví u mobilního telefonu, následuje sledování televize z 25 % a tabletu (23 %). Herní konzole využívají chlapci z 10 %, stolní počítač uvedli rodiče u celkem 9 % chlapců.

Graf 6 – Využití digitálních technologií u chlapců předškolního věku podle četnosti



Chlapci mladšího školního věku (graf 7) používají z 24 % nejčastěji procentuálně shodně mobilní telefon i stolní počítač. Hned 23 % těchto dětí pracuje také i s tabletem, 18 % sleduje televizi a nejméně často se uchylují k herní konzoli (9 %).

Graf 7 – Využití digitálních technologií u chlapců mladšího školního věku podle četnosti



Otázkou zůstává, jestli výsledky, tak jak se vykreslily v dotazníku, odpovídají skutečnému zájmu dětí, nebo jsou ovlivněny i technickou vybaveností domácnosti. Je potřeba brát v úvahu oba tyto aspekty a chápat je v souvislostech dnešní technologické společnosti, která zásobuje dorůstající generaci digitálními prostředky, zároveň však vnímáme ekonomickou náročnost a výchovné hledisko rodičů při posouzení množství dostupných digitálních médií dětem.

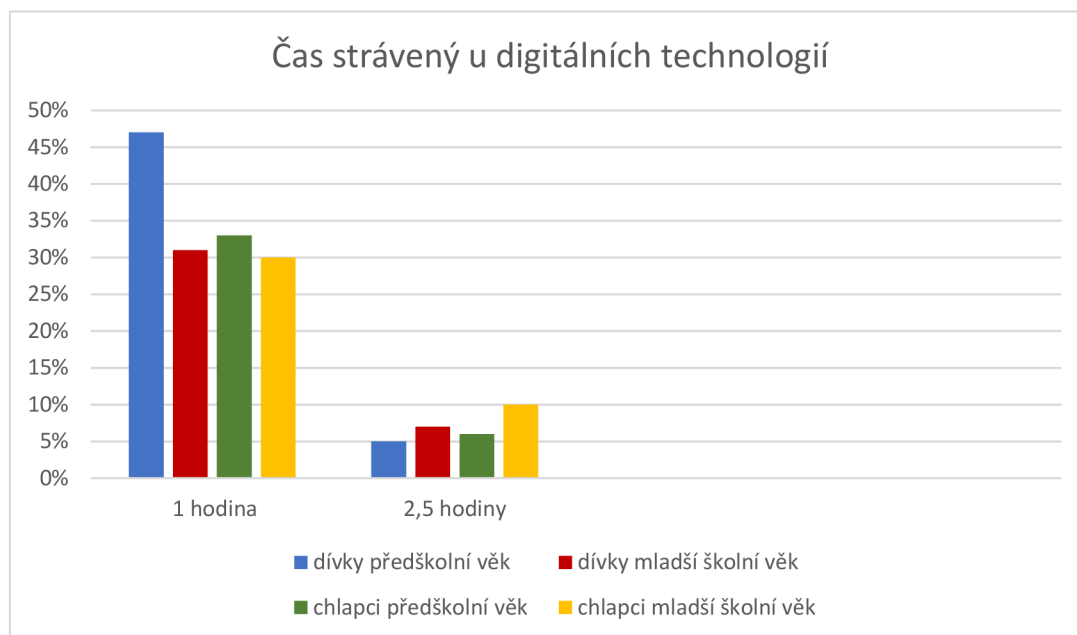
Možnosti digitalizace úzce souvisí se stráveným časem. U dětí je tato časová zátěž velmi diskutovaný jev. Podle dotazníkového šetření se v **ot. č. 3** ukázalo (graf 8), že 47 % dívek předškolního věku tráví čas u digitálních technologií 1 hodinu denně. Pouze 5 % těchto dětí tráví tento čas 2,5 hodiny denně. U dívek mladšího školního věku se dívá 1 hodinu 31 %, 7 % zvyšuje tuto dobu na 2,5 hodiny za den.

Chlapci předškolního věku tráví čas u digitálních technologií ve 33 % 1 hodinu, 6 % chlapců tráví čas až 2,5 hodiny denně. Chlapci mladšího školního věku tráví stejně jako jejich vrstevnice (30 %) 1 hodinu denně, až 10 % chlapců stráví u dig. technologií 2,5 hodiny denně. Zde je zřejmý nárůst dětí, které tráví více než jednu hodinu denně u digitálních technologií.

Podle mého mínění jsou výsledky této otázky subjektivně pozitivní, možná snahou rodičů vnímat výchovnou realitu spíše pozitivně než si přiznat skutečnost, nebo ve zkresleném vnímání poměru času na dig. technologii ke zbytku dne: „*čas strávený u pohádek vždy tak rychle uteče, že nabudeme pocitu, že uběhlo deset minut, ačkoliv to je celá hodina.*“. V úplném součtu času stráveném na digitálních technologiích (když dítě čeká na rodiče, autobus, když má volnou chvíli doma) může být tento čas daleko vyšší, proto by bylo vhodné u otázky upřesnit, že se skutečně jedná o celkový součet všech chvil strávených u digitální technologie během dne.



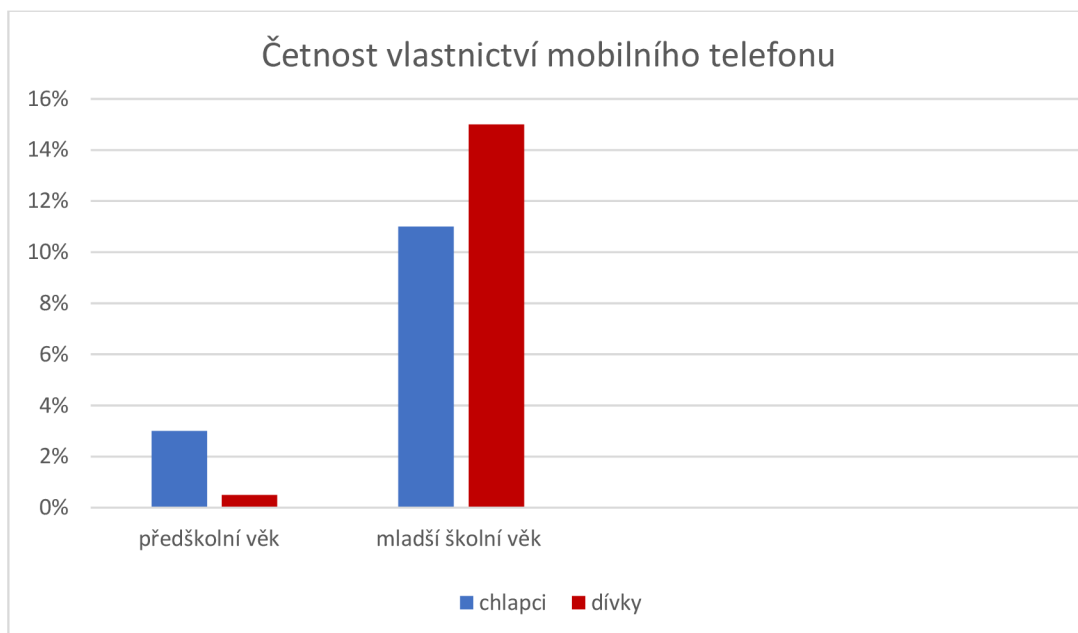
Graf 8 – Čas strávený u digitálních technologií



Kdy je vhodné pořídit dítěti mobilní telefon? Tato otázka je velmi diskutovaná i v dostupné literatuře. Jak se ukázalo u **ot. č. 4** v předškolním věku má pouze 0,5 % dívek vlastní mobilní telefon, u chlapců jsou to už 3 %. V mladším školním věku lze sledovat nárůst dětí, které vlastní mobilní telefon. 15 % dívek má již mobilní telefon, ve skupině chlapců jich je 11 % (graf 9).

Tento nárůst souvisí s nástupem do základní školy, ve které se jedinec dále osamostatňuje a navazuje širší sociální kontakty. Pod určitým sociálním tlakem se dítě vyrovnává s potřebou mít svou online sociální skupinu kdykoliv dostupnou a snahou vymanit se dohledu rodičů, zároveň mobilní telefon rodič využívá k možnosti jednoduše dítě kontaktovat a kontrolovat jeho pohyb mimo domov.

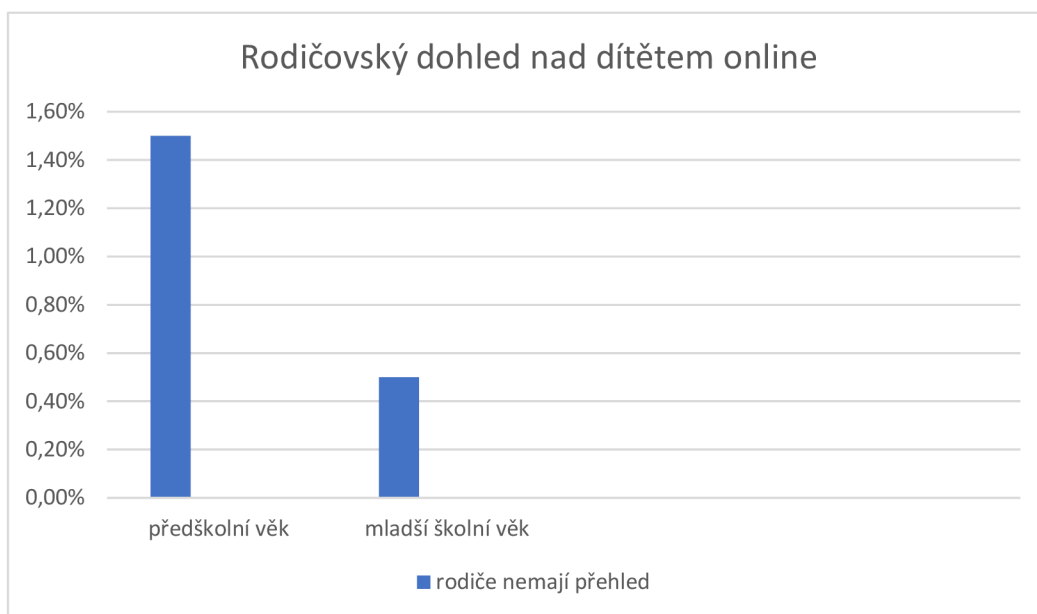
Graf 9 – Četnost vlastnictví mobilního telefonu



Otázka č. 5 zjišťovala, do jaké míry mají rodiče přehled o činnosti dětí na internetu. Z tohoto šetření vyplývá, že drtivá většina zákonných zástupců ví, jaké obsahy děti sledují, a tak lze předpokládat, že jsou angažováni i do možnosti rizik, se kterými by se dítě potenciálně mohlo setkat.

Ve skupině předškolního věku pouze 1,5 % rodičů neví o sledovaném obsahu dítětem. U mladších školáků pouze 0,5 % rodičů pochybuje o vlastním dohledu nad dítětem, které je online. (graf 10).

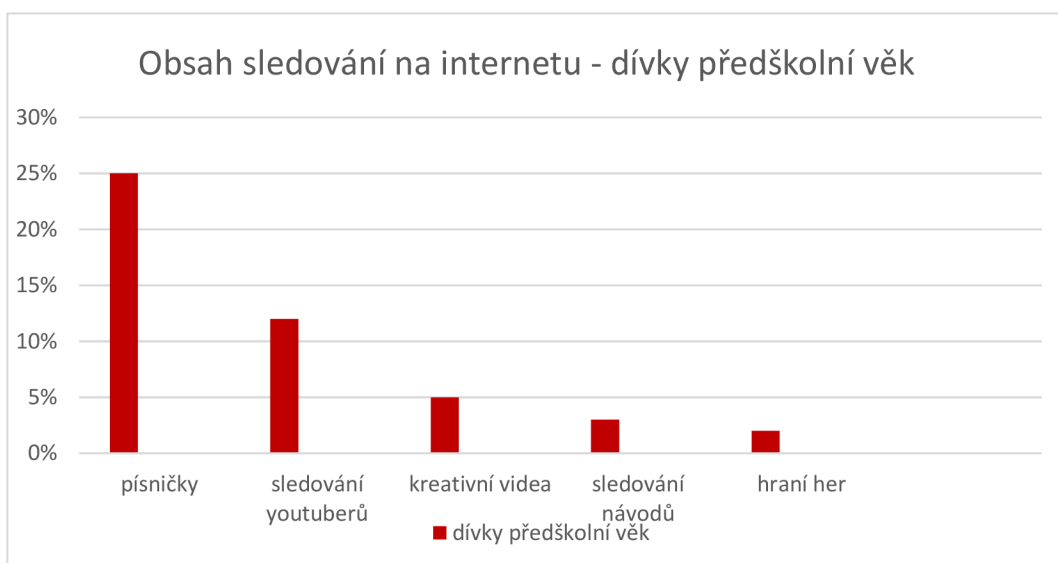
Graf 10 – Rodičovský dohled nad dítětem online



Další částí otázky bylo konkrétní vypsání nejčastěji sledovaného obsahu na internetu, vycházejí z toho, že nejčastěji sledováno znamená pro dítě nejvíc žádaný obsah, který zároveň projde rodičovskou cenzurou.

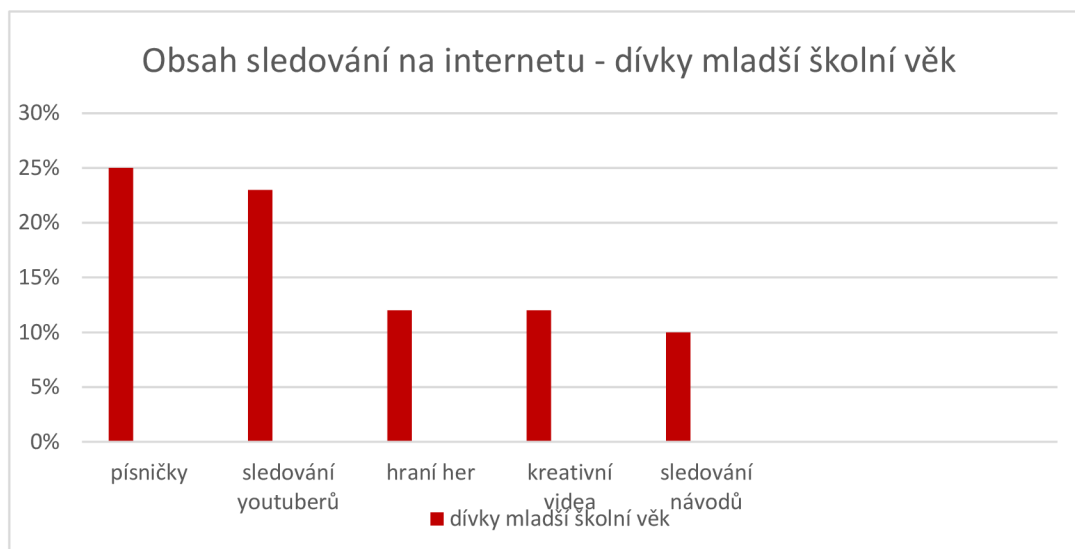
V předškolní skupině dívek k nejčastěji sledovanému obsahu patří (graf 11) pohádky (48 %), poté písničky (25 %), následují youtuberi (12 %), kreativní videa (5 %), návodná videa (3 %), 2 % dívek stahují hry.

Graf 11 – Obsah sledování na internetu – dívky předškolní věk



Skupina dívek mladšího školního věku preferuje (graf 12) z 25 % písničky, 23 % sleduje youtubery, 18 % dívek baví kreativní videa, 12 % hraje hry a rovněž stejné procento se dívá na pohádky, 10 % se zajímá o návodná videa.

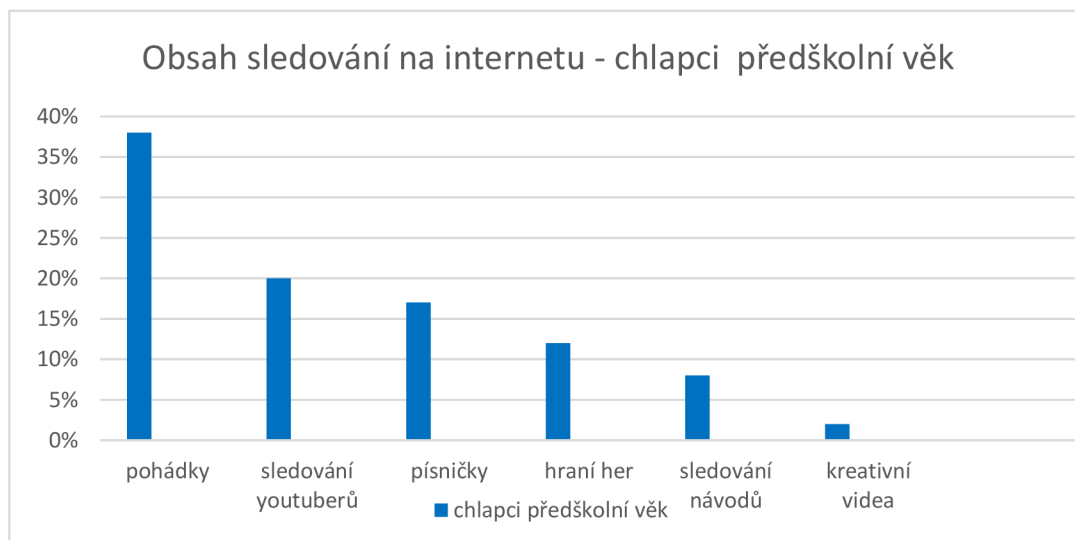
Graf 12 – Obsah sledování na internetu – dívky mladší školní věk



Při srovnání věkových skupin dívek se preference činnosti mění, sledování pohádek ve starším věku není prioritní, významně posiluje sociální aspekt školní třídy a sledování youtuberů.

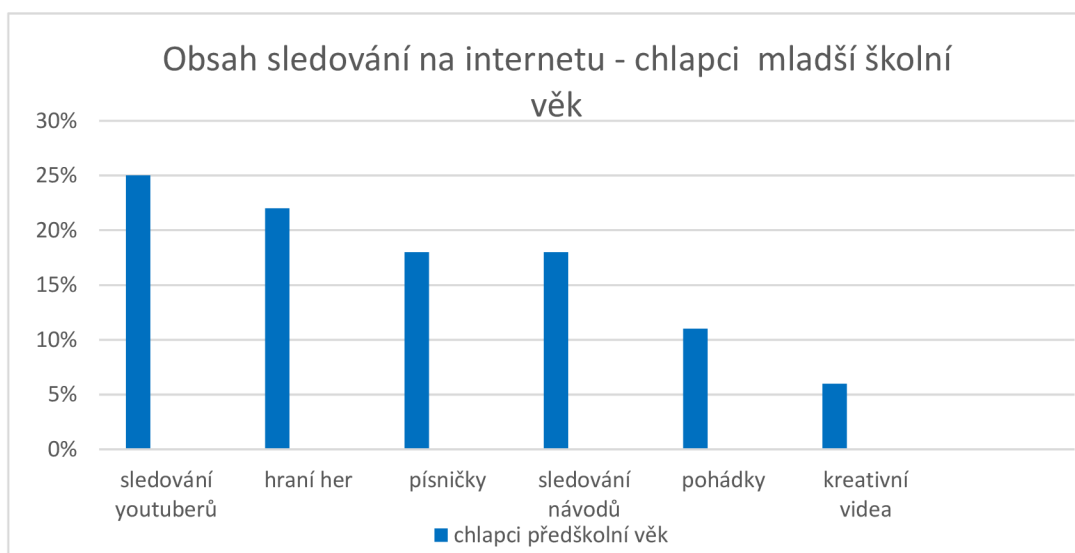
Skupina chlapců předškolního věku nejčastěji sleduje (graf 13) pohádky (38 %), poté youtubery (20 %), 17 % dětí rádo sleduje písničky, 12 % stahuje hry, při sledování návodů vydrží 8 % chlapců a 2 % baví kreativní videa.

Graf 13 – Obsah sledování na internetu – chlapci předškolní věk



Chlapci mladšího školního věku (graf 14) jsou zaměřeni nejprve na sledování youtuberů (25 %), také na hraní her (22 %), sledování písni a herních návodů provozuje 18 %, 11 % se vrací ke sledování pohádek, 6 % těchto dětí baví kreativní videa.

Graf 14 – Obsah sledování na internetu – chlapci mladší školní věk



I zde, při srovnání chlapců různého věku (předškolní a mladší školní věk) se ukazuje posilování sociální potřeby, proto vzrůstá tendence sledování youtuberů, hraní her s sebou rovněž obnáší sociální prvek, který může být rozhodujícím při časové náročnosti aktivity.

Otázka č. 6 se dále zaměřovala na YouTube a sledování youtuberů. YouTube jako mediální prostředek používá celkem 13 % dívek předškolního věku, naopak 8 % dívek kanál nesleduje. Chlapci stejné věkové skupiny sledují YouTube z 16 %, 18 % nesleduje YouTube.

Rodiče dále vypisovali konkrétní názvy objektů zájmu svých online diváků. Co se týká her, nebo návodů na ně, v mladším školním věku se nejčastěji zajímají o hry Minecraft, Roblox, Brawl Stars. Nejčastěji zastoupený youtuber napříč věkovou kategorií je Tary Youtuber, přesto je nutno dodat, že většina rodičů nezná jména youtuberů a pravděpodobně lze očekávat, že v této oblasti youtuberů nemá úplný přehled o obsahu, který děti přijímají.

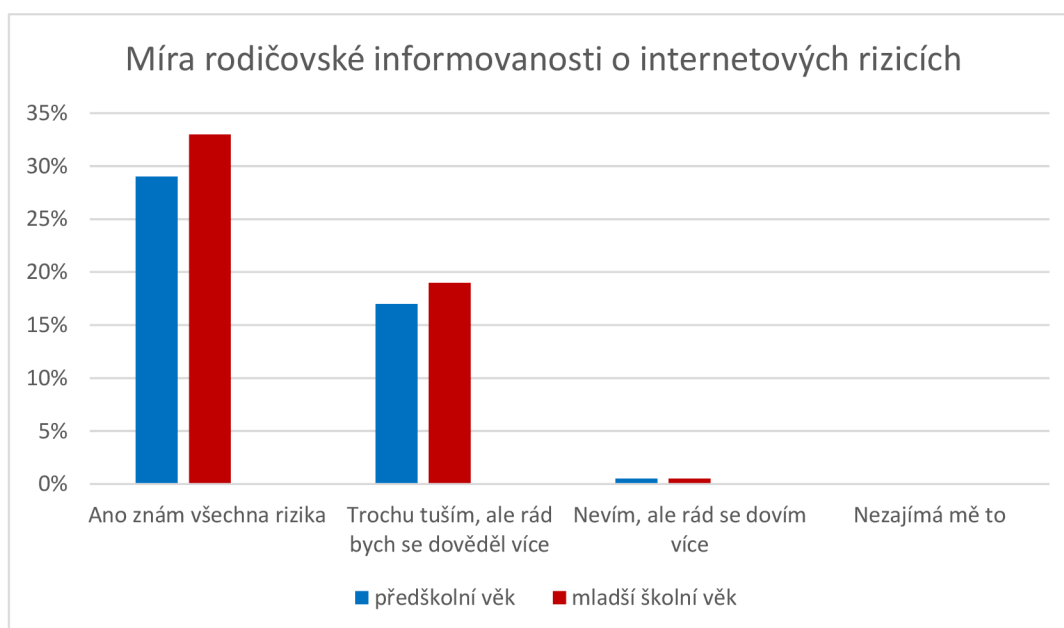
### 6.3. Zjišťování rodičovských kompetencí v digitálním světě

V této oblasti se dotazník zaměřuje na kompetence rodičů, zjišťuje míru informovanosti o rizicích spojených s internetem, mapuje zkušenosti z dosavadních situací, přináší řešení pro rodiče, kteří si nejsou jisti svými schopnostmi.

Na otázku č. 7 se u obou věkových skupin prokázala dobrá informovanost rodičů, Celkem 63 % rodičů zná všechna rizika internetu, 36 % tuší a ráda by se dověděla něco víc. Tedy jejich mínění o tom, jak posuzují svoji míru znalosti internetových rizik (graf 15) je velmi chvályhodné. Považují se za rodiče orientující se v problematice rizik.

Tento výsledek lze považovat za důležitý předpoklad pro primární úspěch ve správné orientaci dětí na internetu.

Graf 15 – Míra rodičovské informovanosti o internetových rizicích

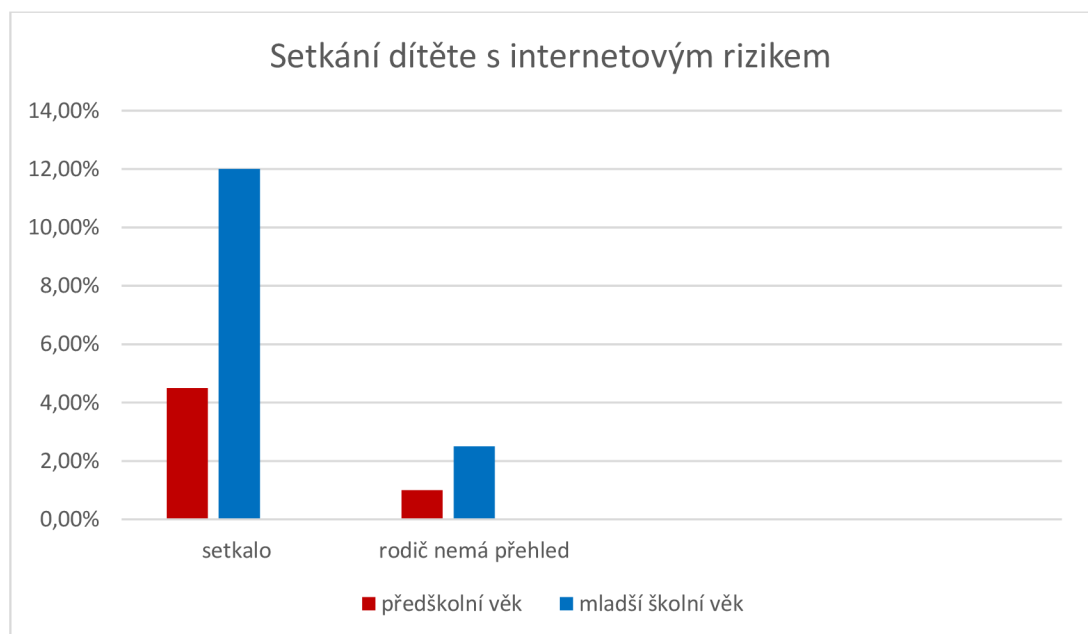


**Otázka č. 8** se pak zaměřuje na konkrétní zkušenost rodičů a dětí s rizikovou událostí na internetu. Podle dotazníku se celkem 4,5 % dětí předškolního věku setkalo s nežádoucím internetovým vlivem. U dětí mladšího školního věku je to celkem 12 % (graf 16), což je o dost větší nárůst, který si můžeme vysvětlit větší volností na internetu, větším rozsahem činností, kterými se děti na prvním stupni zabývají.

Pouze 3,5 % rodičů přiznala, že nemá přehled o tom, zda se dítě setkala s rizikovou událostí v online prostředí. Hned záhy u této otázky rodiče konkretizují, s jakým typem rizika se děti setkávají. Rodiče předškolních dětí uvedli v odpovědi nevhodnou, nevyžádanou reklamu ve vyskakujícím oknu, poté vyskakující okno s pornografickým obsahem. Tatáž odpověď se opakuje u rodičů mladších školních dětí, navíc se v jednom případě ukazuje kyberšikana, posílání nevhodných fotografií a nepatřičné používání výrazů při online hrách.

V této otázce vyšlo najevo, že se děti běžně na internetu nepotýkají se závažným rizikem, mnohem více dochází k narušení dětského prostředí skrze reklamu, hůře potom díky vyskakujícímu oknu s pornografickým obsahem. Jsou to rizika, která lze technicky zabezpečit a předcházet jim.

Graf 16 – Setkání dítěte s internetovým rizikem



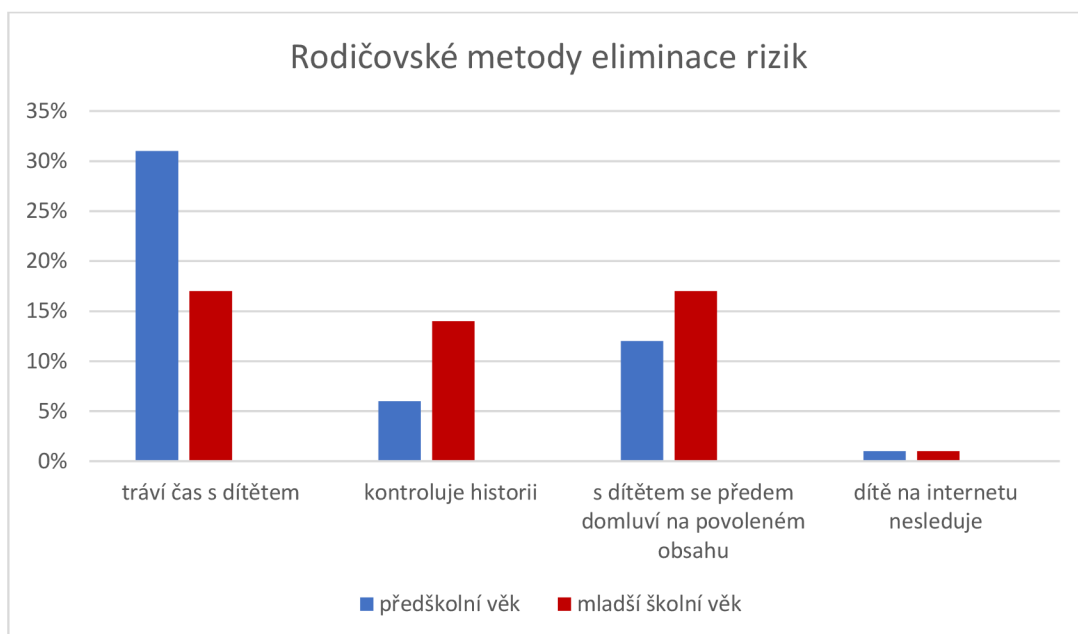
Pokud se děti mohou setkat s rizikovou událostí, je potřeba použít metody, které zabrání opakování situace nebo preventivně zajistí, aby se zabránilo vzniku negativního jevu. Rodičům bylo v **otázce č. 9** představeno několik metod, které mohou vybrat, nebo upřesnit vlastní metodu, jak pracují s bezpečností na internetu.

Celkem 31 % rodičů (graf 17) předškolních dětí tráví čas na internetu s nimi, takže má přehled o dítěti a sám rodič ovlivňuje a zajišťuje bezpečnost dítěte

na internetu. 6 % rodičů využívá možnosti zjistit si z historie obsahy webových stránek, 12 % se s dítětem domluví předem, které webové stránky může dítě navštěvovat, které nesmí. 1 % rodičů uvedlo, že nesleduje, na co dítě dívá.

Rodiče mladších školních dětí se k situaci staví následovně. 17 % rodičů tráví čas na internetu s dítětem, 17 % rodičů se předem ústně domluví, které webové stránky dítě nesmí volit. 14 % rodičů zpětně kontroluje historii, pouze 1 % uvedlo, že nesleduje dítě na internetu. Používání dětského profilu nebylo označeno ani v jednom případě u žádného z dotazovaných rodičů.

Graf 17 – Rodičovské metody eliminace rizik



Výsledky **otázky č. 10** jsou překvapivé. Pouze čtyři děti předškolního věku mají vlastní profil na Facebooku, v mladším školním věku je těchto dětí celkem 11 (5 chlapců, 6 dívek). Rodiče uvádí nastavení jejich profilu jako soukromé. Počet dětí, o kterých rodiče ví, že mají zřízen Facebook je malé množství. Je pravděpodobné, že děti mladšího školního věku, které jsou na její vyšší věkové hranici, mohou mít svůj účet zřízen i bez jejich vědomí.

Poslední, **16. otázka** se zaměřuje na zjištění zájmu o seminář, na kterém by se rodiče dozvěděli více informací o internetových rizicích a zabezpečení pohybu dětí na internetu. O seminář projevilo zájem v předškolní skupině celkem 52 %, v mladší školní skupině dětí celkem 48 %.



## 7. Seminář se zákonnými zástupci

Dne 23. 02. 2022 proběhl na základě zájmu z dotazníkového šetření seminář pro zákonné zástupce dětí. Seminář se uskutečnil v prostorách MŠ Dobrá od 16:00 hod. Přítomno bylo 45 rodičů a dva řečníci – vedení mateřské školy (autorka této diplomové práce) a IT specialista. Program semináře probíhal v tomto pořadí: přivítání, poděkování, seznámení s průběhem semináře, prezentace odborníka, čas pro dotazy, popřípadě pro podněty, rozloučení, individuální dotazy. (viz příloha 3.)

Na začátek celého programu byli všichni přítomni přivítáni a také jim bylo vyjádřeno poděkování za vyplněné dotazníky, které posloužily nejen k této diplomové práci, ale taky k tomu, že může probíhat i tento seminář, kdy rodičům není lhostejná bezpečnost dětí na internetu a mají zájem dělat nějaké kroky k eliminování jeho rizikům. Poté byli přítomni seznámeni s programem semináře, kdy byla zpuštěna prezentace.

U prvního slidu se mohli rodiče hned zamyslet nad tím, zda ví, co jejich děti dělají na internetu. Bylo jim sděleno, že je důležité dětem nastavit heslo pro používání počítače a omezit surfování pouze v době, kdy mohou sami zákonní zástupci jejich aktivity monitorovat. Také, že je velmi důležité dětem v otevřené diskusi stanovit pravidla pro používání internetu. Pokud používají operační systém Windows, aby nastavili dítěti v počítači profil dítěte a omezili aplikace, weby a denní čas používání PC. K tomuto všemu jim byl doporučen odkaz na webové rozhraní Family safety, kde je možnost všechny tyto body nastavit. Na dalších třech slidech bylo zákonným zástupcům ukázáno, jak potom mohou na svých mobilních zařízeních, nebo v mailech vidět přehled pohybu svého dítěte na internetu, kdy jim to vygeneruje a ukáže sama aplikace.

Další téma bylo apelující na rodiče, aby používali pouze legální software. Informace pro ně, že většina nelegálního softwaru dostupného na internetu obsahuje viry, malware nebo trojské koně, které útočnickům častokrát umožňují monitorovat navštívené stránky na internetu, přístup k webkameře a mikrofonu. Tímto může být jejich soukromí hodně narušeno, a to určitě nechtějí. Bylo jim doporučeno, aby používali kvalitní antivirové programy, jako např. ESET, nebo Microsoft.

Jaké hesla rodiče používají? Tím jsme se zabývali na dalším slidu. V čem jim může pomoci, když budou používat správce hesel. Apel na ně, aby nepoužívali jedno heslo na všechno. Každý účet, který vy nebo vaše dítě používá by měl mít unikátní heslo. Tyto hesla si ovšem není možné zapamatovat. Proto je moudré používat správce hesel, jako je např. OnePassword, LastPass, nebo KeyPass.

Co je jednou na internetu už z něj nezmizí. Toto bylo naše další téma, kdy jsme vedli rodiče k uvědomění, aby tak vedli i své děti. Že jednou uveřejněné fotografie nebo videa na internetu jsou archivovány a je možné k nim získat opět přístup. To, co nahrají oni, nebo jejich děti na internet již nelze vzít zpět. Chránit své soukromí, nejen tímto způsobem, ale také je důležité poučit děti, aby na internetu nekomunikovali s nikým, koho osobně neznají. Obzvláště nejmenší děti by neměli poskytovat osobní údaje, adresy, telefony, nebo jiné kontaktní údaje.

Minimální věk pro sociální sítě? Na zákonné zástupce byl apel, aby četli podmínky užívání sociálních sítí. Všechny sítě včetně Facebook, Instagram, Snapchat, Youtube, Discord, Twitch, Omegle, apod. mají v podmínkách užívání minimální věk 13 let. Např. WhatsApp omezuje užívání do 16ti let.

Je velmi důležité s dítětem hovořit o tom, s čím se na internetu setkalo. Ptát se svých dětí, jestli na internetu viděli, nebo četli něco, co jim nepřijde správné, nebo čemu nerozumí. Pravidelně kontrolovat jejich aktivitu pohybu na internetu. A pokud máme jako rodiče podezření, že se naše dítě stalo obětí kyberšikany, tak včas zakročit.

Další kapitolou bylo téma limity na mobilních zařízeních. Oba největší operační systémy Android i iOS dnes nabízejí možnosti rodičovské kontroly. Posluchačům semináře byly nabídnuty dva odkazy, díky kterým se mohou dostat k nastavení limitů na mobilním zařízení. Díky této aplikaci mohou omezit, které kontakty mohou se zařízením dítěte komunikovat, nastavit časové limity používání mobilního zařízení, omezit čas používání aplikací, povolit aplikace, které lze využívat kdykoli, omezit přístup k webovým stránkám i nastavit klidový čas.

Poslední kapitola prezentace apelovala na rodiče, aby skryli dětem na internetu reklamu. Internetové prohlížeče dnes umožňují běh různých doplňků, tzv. rozšíření.

Jedním z nejdůležitějších jsou blokátory reklam, které často zablokují nevhodnou reklamu, kterou nechcete vašim dětem zobrazovat. Mezi nejznámější z nich patří Adblock, nebo uBlock Origin. Určitě je vhodné si je do internetových prohlížečů nainstalovat, a to nejen našim dětem, ale i sobě.

Po ukončení tohoto bloku semináře měli rodiče možnost se veřejně dotazovat. Dotazy se týkali praktických otázek k proběhlým tématům, k možnosti nainstalování různých aplikací do technických zařízení. Velmi zajímavý dotaz byl, kdy můžeme mluvit o tom, že jsme my, nebo naše dítě závislé na technice/ na internetu? Což velmi přirozeně vedlo k rozdáni připravených brožur, kde se přímo jedna stránka v této brožuře zabývá primárním testem k zjištění závislosti. Vzhledem k tomu, že nikdo z přítomných nejsme odborníci k tématu závislosti apod. byli zákonní zástupci odkázáni na kontakty a webové stránky na brožuře. Zde jsou uvedeny skupiny, instituce, které se tímto odborně zabývají.

Po zodpovězení všech otázek proběhlo oficiální poděkování a rozloučení. Poté zůstalo ještě pár jedinců z řad rodičů, kteří měli individuální dotazy, zájem o pomoc IT specialisty ohledně různých aplikací a zabezpečení.

Zpětná vazba rodičů na proběhlý seminář byla velmi pozitivní. Díky proběhlému semináři a referencí z něj nás kontaktovali další zákonní zástupci se zájmem, aby se tento seminář zopakoval.

## **8. Brožura**

Návštěvníci proběhlého semináře obdrželi brožuru, která byla také výsledným produktem této diplomové práce. Vnímala jsem jako stěžejní, aby měli zákonní zástupci, návštěvníci semináře povědomí nejen o rizicích online prostředí a jak tyto rizika eliminovat, ale hlavně také o prevenci, o možnosti, kde čerpat informace, popřípadě na koho se obrátit. K tomu může přispět i brožura, která je součástí přílohy. (viz. příloha 4)

## Závěr

Tato diplomová práce souhrnně pojednává v teoretické části o problematice rizik na internetu a vymezuje věkové období dětí, pro které jsou rizika dále v praktické části aktuální. V teoretické části se dále práce věnuje soudobé společnosti a jejímu sepětí s digitální technologií, představuje specifické komunikační prostředky digitálního světa a zabývá se formami rizik z hlediska hodnotového, komerčního, agresivního a sexuálního. Poslední část prosazuje potřebnou prevenci, edukaci k eliminaci těchto jevů. Zde se poukazuje na velký aktivizační činitel, a to přístup rodičů a jejich míru informovanosti.

Protože možnost ovlivnit pobyt dítěte na internetu v předškolním a mladším školním věku mají nejvíce rodiče, v praktické části práce zjišťuje jejich pohled na celou problematiku a zkoumá, jak v dané lokalitě vnímají problém rizik spojených s internetem a možnosti jejich eliminace právě oni. Dotazníkové šetření bylo cíleno na zákonné zástupce předškolních a mladších školních dětí. Bylo rozděleno do třech částí. První část rozlišuje věk a pohlaví dětí, druhá část se dále zaměřuje na zjištění kontaktu dítěte s online rizikem, o kterém rodič ví, ve třetí části se hledá odpověď, zda – li rodič zná metodu, jak eliminovat rizika a jestli by měl zájem o účast na odborném semináři ohledně této problematiky.

Z výzkumu vyplynulo, že děti v předškolním věku se setkávají s internetovým rizikem minimálně (4 %), v mladším školním věku riziko, vlivem sociálních kontaktů a možnosti vlastnit mobilní telefon (26 % dětí mladšího školního věku), narůstá (12 %). Rizikové jsou nejčastěji reklamy a vyskakující okna s pornografickým obsahem, pouze dva rodiče mladšího školního věku uvedli, že se dítě setkala s kyberšikanou a jedno dítě se sextingem. I tohle zjištění lze považovat za dobrou zprávu, děti dotazovaných rodičů se setkávají s internetovými riziky v menší míře a s méně závažnou formou těchto rizik. Lze to přičíst i výsledku otázky ohledně eliminace rizik, na kterou rodiče odpověděli, že tráví čas na internetu s dítětem, používají kontrolu historie a obvykle se ústně dohodnou na možnostech a omezeních dítěte na internetu. V obou věkových kategoriích má až 30 % rodičů přesné povědomí o rizicích na internetu a až 19 % v každé kategorii sice tuší míru rizika, ale rádo by se informovalo dále. Téměř všichni zúčastnění rodiče se tedy o informace nějakým způsobem zajímají a hledají je. Stejný počet rodičů v obou skupinách

projevil zájem o následně realizovaný seminář na téma seznámení se s internetovými riziky a jejich eliminace. Je velmi aktuální a nutné podporovat zájem rodičů o tuto problematiku a na úrovni školské organizace jim poskytovat potřebné informace.

Výstupem této práce byl seminář, o který byl u rodičů zájem. Proběhl ve školském zařízení a byl veden odborným specialistou na internetové technologie a zabezpečení internetu. Rodiče měli možnost se individuálně informovat a zlepšit zabezpečení svých digitálních médií, jež děti používají. Doufám, že diplomová práce bude motivovat k vytvoření další, byť lokální, ale potřebné činnosti edukace a realizace preventivních programů spojených s touto problematikou.

## Seznam použitých zdrojů

### knižní

BLINKA, Lukáš. *Online závislosti: jednání jako droga?: online hry, sex a sociální síť : diagnostika závislosti na internetu : prevence a léčba*. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5311-9.

ČERNÁ, Alena. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada, 2013. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4577-0.

DOČEKAL, Daniel, Jan MÜLLER, Anastázie HARRIS a Luboš HEGER. *Dítě v síti: manuál pro rodiče a učitele, kteří chtějí rozumět digitálnímu světu mladé generace*. Praha: Mladá fronta, 2019. Flowee. ISBN 978-80-204-5145-3.

JEDLIČKA I. Vývoj řeči. In: ŠKODOVÁ, E. a Ivan JEDLIČKA a kol. *Klinická logopedie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-546-6.

JOSHI, Liat Hughes. *Odpojte své dítě od sítě: 101 způsobů, jak se odtrhnout od přístrojů a užívat si skutečného života*. Přeložil Jitka ONDRYÁŠOVÁ. Praha: Euromedia, 2018. Esence. ISBN 978-80-7549-632-4.

KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8.

MCCARTHY, Linda a Denise WELDON-SIVIY, ed. *Bud' pánem svého prostoru: jak chránit sebe a své věci, když jste online*. Praha: CZ.NIC, [2013]. ISBN 978-80-904248-6-9.

SIEBERG, Daniel. *Digitální dieta: čtyři kroky k překonání závislosti na moderních technologiích a znovunalezení rovnováhy v životě*. [Praha]: Synergie, c2014. Profesionál (Synergie). ISBN 978-80-7370-315-8.

ŠEVČÍKOVÁ, Anna. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5010-1.

VANĚK, Jiří, Jiří NOVÁK a David KALIKA. *Jak na Internet bezpečně*. Ilustroval Aneta BISKUPOVÁ. Praha: CZ.NIC, z.s.p.o., 2018. CZ.NIC. ISBN 978-80-88168-29-4.

## **elektronické**

About Bitdefender: 17 Years of Innovation in CyberSecurity. Bitdefender - Global Leader in Cybersecurity Software [online]. Copyright © 1997 [cit. 04.01.2022]. Dostupné z: <https://www.bitdefender.com/company/>

Aplikace Family Safety nabízí rodičovskou kontrolu napříč produkty Microsoft - E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí - E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rodicum-ucitelum-zakum/2046-aplikace-family-safety-nabizi-rodicovskou-kontrolu-napric-produkty-microsoft>

Co je darknet a jak funguje? – KYBEZ. KYBEZ – Platforma kybernetické bezpečnosti [online]. Copyright © [cit. 04.01.2022]. Dostupné z: <https://www.kybez.cz/co-je-dark-web-a-jak-funguje/>

Co je flaming - E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí - E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/dalsi-temata/38-35>

Co spojuje internetové trolly? Psychologové vypracovali jejich nelichotivý profil — ČT24 — Česká televize. ČT24 — Nejdůvěryhodnější zpravodajský web v ČR — Česká televize [online]. Copyright © Česká televize 1996 [cit. 03.01.2022]. Dostupné z: <https://ct24.ceskatelevize.cz/veda/2178160-co-spojuje-internetove-trolly-psychofogove-vypracovali-jejich-nelichotivy-profil>

CZ.NIC. CZ.NIC [online]. Copyright © 2022 CZ.NIC, z. s. p. o. [cit. 06.01.2022]. Dostupné z: <https://www.nic.cz/>

České děti v kybersvětě (2019) - E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí - E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/veda-a-vyzkum/ceske-deti-v-kybersvete-2019>



Evropské nařízení GDPR – KYBEZ. KYBEZ – Platforma kybernetické bezpečnosti [online]. Copyright © [cit. 04.01.2022]. Dostupné z: <https://www.kybez.cz/evropske-narizeni-gdpr/>

HOSKOVCOVÁ, Simona. Psychická odolnost předškolního dítěte. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1424-8.

Informační systém [online]. Copyright © [cit. 03.01.2022]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/th/nvqsc/DIPLOMOVA\\_PRACE.pdf](https://is.muni.cz/th/nvqsc/DIPLOMOVA_PRACE.pdf)

Informační systém [online]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/th/mj5yu/Pedofilie-bakalarska\\_prace\\_autor\\_Karel\\_Zak.pdf](https://is.muni.cz/th/mj5yu/Pedofilie-bakalarska_prace_autor_Karel_Zak.pdf)

INHOPE | Our Story. [online]. Copyright © [cit. 06.01.2022]. Dostupné z: <https://www.inhope.org/EN/our-story>

KOPECKÝ, Kamil. Úloha primární prevence aneb Jak informovat o rizikových jevech spojených s internetem. E-Bezpečí, roč. 2, č. 1, s. 27-33. Olomouc: Univerzita Palackého, 2017. ISSN 2571-1679. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=1235>

Linka Bezpečí | Linka bezpečí. Linka Bezpečí | Linka bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.linkabezpeci.cz/>

Metodický\_pokyn\_2016.pdf, MŠMT ČR. MŠMT ČR [online]. Copyright ©2013 [cit. 06.01.2022]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/38988/>

MORÁVKOVÁ Š. a Alena BARTOŠKOVÁ. Úvod z pedagogiky a psychologie dítěte. (Vzdělávací program). Plzeň. 2014 Retrieved from [http://www.techmania.cz/data/fil\\_7480.pdf](http://www.techmania.cz/data/fil_7480.pdf).

Nebud' obět'! | Rizika internetu a komunikačních technologií. Nebud' obět'! | Rizika internetu a komunikačních technologií [online]. Copyright © [cit. 06.01.2022]. Dostupné z: <http://nebudobet.cz/>

O nás. O nás [online]. Copyright © [cit. 06.01.2022]. Dostupné z: <https://ncbi.cz/>

Online on the phone: Czech children's internet use | Global Kids Online. Google Translate [online]. Copyright © LSE, 2022 [cit. 05.01.2022]. Dostupné z: [https://globalkidsonline-net.translate.google.com/czech-republic/?x\\_tr\\_sl=en&x\\_tr\\_tl=cs&x\\_tr\\_hl=cs&x\\_tr\\_pto=sc&x\\_tr\\_sch=http](https://globalkidsonline-net.translate.google.com/czech-republic/?x_tr_sl=en&x_tr_tl=cs&x_tr_hl=cs&x_tr_pto=sc&x_tr_sch=http)

Popisuje svět, jaký skutečně je. Profesora Smila hltá Zuckerberg i Bill Gates . Forbes [online]. Copyright © 2021 MediaRey, SE [cit. 01.12.2021]. Dostupné z: <https://forbes.cz/popisuje-svet-jaky-skutecne-je-profesora-smila-hlta-zuckerberg-i-bill-gates/>

Projekt E-bezpečí - E-Bezpečí [online]. Copyright ©j [cit. 05.01.2022]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/96-sexting-a-rizikove-seznamovani-2017/file>

Safer Internet -. Safer Internet - [online]. Dostupné z: <https://www.saferinternet.cz/>

Sankce - Ochrana osobních údajů. Úvodní strana - Ministerstvo vnitra České republiky [online]. Copyright © 2021 Ministerstvo vnitra České republiky. Všechna práva vyhrazena. [cit. 04.01.2022]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/gdpr/clanek/sankce.aspx>

Sexting a rizikové seznamování dětí v kyberprostoru (2017) - E-Bezpečí. Projekt E-bezpečí - E-Bezpečí [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/veda-a-vyzkum/sexting-vyzkum-2017>

Stahování: Legální nebo nelegální? | Chip.cz - recenze a testy. Informace, testy a novinky o hardware, software a internetu – CHIP.cz [online]. Copyright © 2003 [cit. 03.01.2022]. Dostupné z: <https://www.chip.cz/casopis-chip/earchiv/vydani/r-2010/chip-07-2010/stahovani-legal-ilegal/>

Stručné odpovědi | ČEPEK – Československá pedofilní komunita. ČEPEK – Československá pedofilní komunita | Informační web o pedofilii [online]. Copyright © 2010 [cit. 04.01.2022]. Dostupné z: <https://pedofilie-info.cz/strucne-odpovedi/>

ŠEVČÍKOVÁ, Anna. Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80247-5010-1.

Úvod. Úvod [online]. Copyright © Národní centrum bezpečnějšího internetu [cit. 06.01.2022]. Dostupné z: <https://bezpecne-online.ncbi.cz/>

Výzkum: Čas, který tráví děti na internetu, se za poslední dekádu zdvojnásobil | Masarykova univerzita. Masarykova univerzita [online]. Copyright © 2021 [cit. 01.12.2021]. Dostupné z: <https://www.muni.cz/pro-media/tiskove-zpravy/vyzkum-cas-ktery-travi-deti-na-internetu-se-za-posledni-dekadu-zdvojnásobil>

@365tipu – Jeden tip denně (po-pá), starší často aktualizované. Na Twitteru i Facebooku navíc použijeme i nějaké ty tipy extra, co to nedají do velké článkové podoby.. @365tipu – Jeden tip denně (po-pá), starší často aktualizované. Na Twitteru i Facebooku navíc použijeme i nějaké ty tipy extra, co to nedají do velké článkové podoby. [online]. Dostupné z: <https://365tipu.cz/>

## **Seznam příloh**

- 1. Dotazník na zjištění závislosti**
- 2. Vypracovaný dotazník pro zákonné zástupce**
- 3. Prezentace k semináři pro zákonné zástupce**
- 4. Brožura – Na internetu bezpečně, jako doma**

# Přílohy

## Příloha 1

### Dotazník na zjištění závislosti

možnosti odpovědi – nikdy – zřídka – často – velmi často

1.– 3 ot. dimenze význačnosti (1.ot. behaviorální, 2. ot. kognitivní, 3 ot. kontrola činnosti)

4 – 5 ot. dimenze měřící toleranci

6. ot. – dimenze změny nálad

7. ot. – dimenze abstinčních příznaků

8 ot. – dimenze relaps

9. – 10. ot. – dimenze sociálního konfliktu

Pokud na jednu položku ze všech výše uvedených dimenzí testovaný uvede odpověď velmi často, často, považuje se za potenciálně závislého.

1. Zanedbáváte někdy své potřeby (např. jídlo či spánek) kvůli internetu?
2. Představujete si, že jste na internetu, i když na něm právě nejste?
3. stává se vám, že jste na internetu byl/a výrazně déle, než jste původně zamýšlel/a?
4. Máte pocit, že na internetu trávíte stále více a více času?
5. Přistihnete se, že brouzdáte internetem, i když vás to už vlastně nebaví?
6. Cítíte se veselejší a šťastnější, když se dostanete konečně na internet?
7. Cítíte se neklidný/á, mrzutý/á nebo podrážděný/á, když nemůžete být online?
8. Pokusil/a jste se někdy neúspěšně omezit čas, který jste na internetu?
9. Hádáte se někdy se svými blízkými (rodina, přátelé, partner/ka) kvůli času, který trávíte na internetu?
10. Strádá vaše rodina, přátelé, práce či zájmy kvůli času, který trávíte na internetu?

(Ševčíková a kol. 2014)

## Příloha 2

### Bezpečný internet pro naše děti, bezpečný domov

Dobrý den, děkuji, že jste si udělali čas na vyplnění mého dotazníku, který bude sloužit jako podklad k diplomové práci na téma Rizika online prostředí pro děti předškolního a mladšího školního věku a možnosti eliminování těchto rizik v rodině. Mým úkolem je zmapovat situaci v rodinách a zároveň nabídnout preventivní postupy při ochraně dětí v internetovém prostředí. Tento dotazník vyplňujte anonymně. Pokud bude otázka nabízet, zodpovězte další rodinné specifikace, uveďte. Tímto zodpovědně vyplněným dotazníkem pomůžete vytvořit seminář pro rodiče, který bude o to více reagovat na aktuální potřeby Vás, rodičů, v otázce internetové technologie a jejího zabezpečení. Děkuji Vám a přeji, ať je jeho vyplňování i pro Vás zpětnou vazbou a možností zastavit se a zvážit míru bezpečí našich dětí na internetu.

Autor: Bc. Jana Maďová

1. Pohlaví dítěte. \*

- Muž
- Žena

2. Věk dítěte. \*

- 2-3
- 3-4
- 4-5
- 5-6
- 6-7
- 7-8
- 8-9
- 9-10

3. Jaké technologie, nabízející přístup k internetu používají Vaše děti? \*

- Stolní počítač
- Tablet
- Chytrý telefon
- Chytrá televize
- Herní konzole (playstation, Xbox)

4. Kolik času celkem v průměru stráví Vaše dítě u internetové technologie denně? \*

- 0,5 hodiny
- 1 hodinu
- 1,5 hodiny
- 2 hodiny
- 2,5 a víc

5. Má dítě vlastní mobil? \*

- Ano
- Ne

6. Víte, co Vaše dítě na internetu sleduje? \*

- Ano
- Ne

7. Pokud víte, co Vaše dítě na internetu sleduje, rozepište co.

Text stručné odpovědi

---

8. Dívá se Vaše dítě na YouTube, sleduje nějaké YouTubery/kanály? \*

Ano

Ne

9. Pokud Vaše dítě sleduje YouTubery/kanály, uveďte jaké.

Text stručně odpovědi

.....

10. Víte, jaká rizika hrozí dítěti na internetu? \*

Ano, znám všechna rizika a vím co znamená kyberšikana, kybergrooming, hoax, shareting, sexting, trolling ...

Trochu tuším, ale rád bych se o tom dozvěděl více.

Nevím, ale rád bych se o tom dozvěděl více.

Nevím a nezajímá mě to.

11. Setkalo se již Vaše dítě s nějakým, byť nenápadným negativním jevem na internetu? \*

Ano

Ne

Nevím, nemám přehled



12. Pokud se Vaše dítě setkala s negativním jevem na internetu, konkretizujte jakým (může jít o nevhodnou reklamu, vyskakující okno s pornografickým obsahem, až po kyberšikanu).

Text stručné odpovědi

13. Jakými metodami zabezpečujete, co sleduje Vaše dítě na internetu? \*

- Zpětně se podívám do historie, a poté zjistím, jestli navštívilo rizikovou stránku.
- Čas na internetu trávím společně s dítětem.
- Nesleduji, na co se dítě dívá.
- Ústně mu předem zakážu, jaké webové stránky nesmí navštívit.
- Mé dítě používá na internetu dětský profil s úpravami, které zabezpečují jeho pohyb na internetu.
- Jiná...

14. Má Vaše dítě vlastní profil na sociálních sítích (Facebook, TikTok, Instagram atd.)? \*

- Ano
- Ne

15. Pokud má Vaše dítě vlastní profil, jaké nastavení používá?

- Soukromé
- Veřejné
- Nevím

16. Měli byste zájem se zdarma zúčastnit semináře pro rodiče, který by vás naučil, jakým způsobem pracovat s bezpečností dětí a jejich zařízení na internetu?

- Ano
- Ne

Zdroj: vlastní zpracování//citace

## Příloha 3

# RIZIKA ON-LINE PROSTŘEDÍ A MOŽNOSTI ELIMINOVÁNÍ TĚCHTO RIZIK V RODINĚ

## Obsah semináře

- Přivítání
- Poděkování, seznámení s průběhem semináře
- Prezentace
- Čas pro dotazy, popřípadě pro podněty
- Rozloučení
- Individuální dotazy

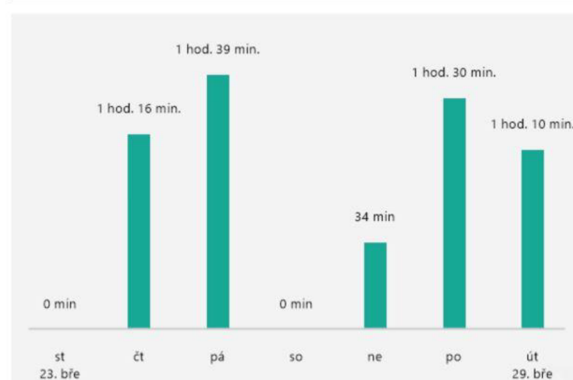
## Na internetu bezpečně

- Víte, co dělají Vaše děti na internetu?
  - *Nastavte dětem heslo pro používání počítače a omezte surfování pouze v době, kdy můžete jejich aktivity monitorovat. Dětem v otevřené diskusi stanovte pravidla používání internetu.*
  - *Pokud používáte operační systém Windows, nastavte dítěti v počítači profil dítěte a omezte aplikace, weby a denní čas používání PC*
  - <https://account.microsoft.com/family/about>

bře 23 - bře 29

Doba strávená před obrazovkou (6 h 9 min)

[Změna nastavení](#)



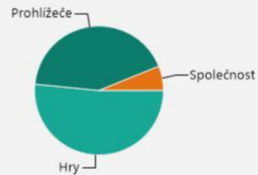
PC-ADAM-INTELNU  
Windows 10 PC

6 hod. 9 min.

## Informace podle kategorie aplikací

Náhled

Vytváříme nové užitečné informace o vaší rodinné skupině. V současnosti budou dostupné pouze v tomto e-mailu, ale pracujeme na lepším poskytování informací o aktivitách.



Kategorie	Celkový čas aplikace	Změna z minulého týdne
Hry	5 hod 28 min	37 min
Prohlížeče	4 hod 29 min	- 39 min
Společnost	39 min	- 2 hod 59 min
Pracovní aplikace	1 min	- 1 hod 22 min
Jiné	1 min	- 1 hod 11 min

Pomohli vám tyto informace? Dejte nám vědět, co si myslíte..

## Na internetu bezpečně

- Používejte pouze legální software

- Většina nelegálního softwaru dostupného na internetu obsahuje viry, *malware* nebo trojské koně, které útočnickům častokrát umožňují monitorovat navštívené stránky na internetu, přístup k webkameře a mikrofonu. Jistě nechcete, aby bylo Vaše soukromí narušeno.

- Používejte kvalitní antivirový program. Např. od výrobce ESET nebo Microsoft.

## Na internetu bezpečně

- **Chraňte své soukromí**
  - *Poučte své děti aby na internetu nekomunikovali s nikým koho osobně neznají. Obzvláště nejmenší děti by neměli poskytovat osobní údaje, adresy, telefony nebo jiné kontaktní údaje.*
- **Minimální věk pro sociální sítě**
  - *Čtěte podmínky užívání sociálních sítí. Všechny sítě včetně [Facebook](#), [Instagram](#), [Snapchat](#), [YouTube](#), [Discord](#), [Twitch](#), [Omegle](#), apod. mají v podmínkách užívání minimální věk 13 let. Např. [WhatsApp](#) omezuje užívání do 16ti let.*

## Na internetu bezpečně

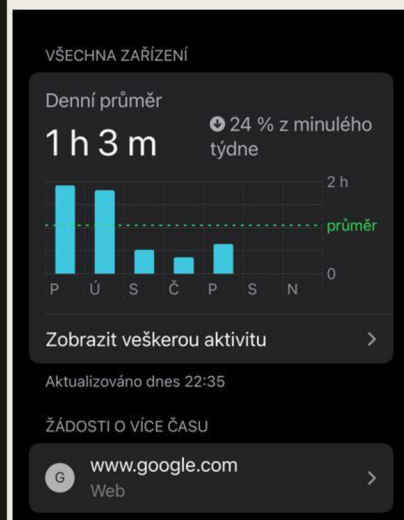
- **Používejte správce hesel**
  - *Nepoužívejte jedno heslo na všechno. Každý účet, který vy nebo vaše dítě používá by měl mít unikátní heslo. Tyto hesla si není možné zapamatovat. Používejte proto správce hesel. Například [OnePassword](#), [LastPass](#) nebo [KeyPass](#).*
- **Co je jednou na internetu už z něj nezmizí.**
  - *Rodiče i děti by si měli uvědomit, že jednou uveřejněné fotografie nebo videa na internetu jsou archivovány a je možné k nim získat opět přístup. To co nahrajete vy nebo Vaše dítě na internet už nelze vzít zpět.*

## Na internetu bezpečně

- Hovořte s dítětem o tom s čím se na internetu setkala
  - Ptejte se svých dětí jestli na internetu viděli nebo četli něco, co jim nepřijde správné nebo čemu nerozumí.
  - Pravidelně kontrolujte jejich aktivitu pohybu na internetu.
  - Pokud se Vaše dítě stane obětí kyberšikany, zakročte včas.

## Na internetu bezpečně

- Limity na mobilních zařízeních
  - Oba největší operační systémy Android i iOS dnes nabízejí možnosti rodičovské kontroly
  - <https://families.google.com/familylink/>
  - <https://support.apple.com/cs-cz/HT208982>



## Na internetu bezpečně

### ■ Limity na mobilních zařízeních

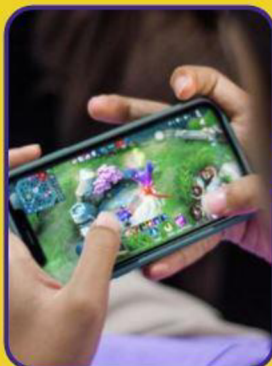
- *Můžete omezit které kontakty mohou se zařízením dítěte komunikovat, nastavit časové limity používání mobilního zařízení, omezit čas používání aplikací, povolit aplikace, které lze využívat kdykoli, omezit přístup k webovým stránkám i nastavit klidový čas*

## Na internetu bezpečně

### ■ Skryjte dětem na internetu reklamu

- *Internetové prohlížeče dnes umožňují běh různých doplňků, tzv. rozšíření. Jedním z nejdůležitějších jsou blokátory reklam, které často zablokují nevhodnou reklamu, které nechcete vašim dětem zobrazovat. Mezi nejznámější z nich patří [Adblock](#) nebo [uBlock Origin](#). Určitě je do internetových prohlížečů nainstalujte nejen dětem ale i Vám.*

Zdroj: vlastní zpracování//citace



## DOTAZNÍK NA ZJIŠTĚNÍ ZÁVISLOSTI

1. Zanedbáváte někdy své potřeby? (např. jídlo, spánek) kvůli internetu?
2. Představujete si, že jste na internetu, i když na něm právě nejste?
3. Stává se vám, že jste na internetu byl/a výrazně déle, než jste původně zamýšlel/a?

1. Máte pocit, že na internetu trávíte stále více a více času?
2. Přistihnete se, že brouzdáte internetem, i když vás to už vlastně nebaví?

1. Cítíte se veselejší a šťastnější, když se dostanete konečně na internet?

1. Cítíte se neklidný/a, mrzutý/a nebo podrážděný/a, když nemůžete být online?

1. Pokusil/a jste se někdy neúspěšně omezit čas, který jste na internetu?

1. Hádáte se někdy se svými blízkými (rodina, přátelé, partner/ka) kvůli času, který trávíte na internetu?
2. Strádá vaše rodina, přátelé, práce či zájmy kvůli času, který trávíte na internetu?

Možnosti odpovědi: nikdy-zřídka-často-velmi často.  
Pokud testovány odpoví na jednu otázku z daných skupin často, velmi často, považuje se za potenciálně závislého.

## JAK NA BEZPEČNÝ INTERNET



[www.bezpecne-online.ncbi.cz](http://www.bezpecne-online.ncbi.cz)

[www.365tipu.cz](http://www.365tipu.cz)

[www.saferinternet.cz](http://www.saferinternet.cz)

[www.nebudobet.cz](http://www.nebudobet.cz)

Nebud' obět' Ostrava:



+420 774 242 507

+420 734 147 317



KONTROLA  
HRANICE  
BEZPEČÍ  
DŮVĚRA  
JISTOTA



NA INTERNETU  
BEZPEČNĚ  
JAKO DOMA





[www.linkabezpečí.cz](http://www.linkabezpečí.cz)

● 24hodinová telefonická intervence



## INTERNETOVÉ HROZBY

### Agresivní rizika

- Propagace násilí
- Kyberšikana
- Rarismus, drogy

### Sexuální rizika:

- Kybergrooming
- Pornografie
- Pedofilie
- Sexting
- Kyberstalking

**VÝCHOVA DĚTÍ V  
DIGITÁLNÍM SVĚTĚ  
JE SLOŽITÁ, ALE NE  
NEŘEŠITELNÁ**

## PROJEKT E-BEZPEČÍ

[WWW.E-BEZPECI.CZ](http://WWW.E-BEZPECI.CZ)

Národní projekt prevence rizikového chování v online prostředí

Vzdělávání nejen pro děti, ale i jejich rodiče

Témata, osvěta, poradenství, výzkum a vývoj, intervence



## Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

Jméno a příjmení: **Bc. Jana MAĎOVÁ**  
Osobní číslo: **D201090**  
Adresa: **Ostravská 278, Sviadnov, 73925 Sviadnov, Česká republika**  
Téma práce: **Rizika v online prostředí pro děti předškolního věku a možnosti eliminování těchto rizik**  
Téma práce anglicky: **Risks in the online environment for preschool children and the possibility of eliminating these risks**  
Vedoucí práce: **Mgr. Jan Kubrický, Ph.D.**  
**Katedra technické a informační výchovy**

### Zásady pro vypracování:

- čerpání teor. poznatků z domácí i zahraniční literatury
- dodržení platných citačních norem a citační etiky
- dodržení stanoveného rámce práce
- konzultace a odevzdání práce ve stanovených termínech

### Seznam doporučené literatury:

- VANĚK, Jiří, Jiří NOVÁK a David KALIKA. *Jak na Internet*. Praha: CZ.NIC, z.s.p.o., 2017? CZ.NIC. ISBN 978-80-905802-8-2.
- KRČMÁŘOVÁ, Barbora, Jiří NOVÁK a David KALIKA. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. CZ.NIC. ISBN 978-80-904920-2-8.
- ŠEVČÍKOVÁ, Anna, Jiří NOVÁK a David KALIKA. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5010-1.
- ECKERTOVÁ, Lenka, Daniel DOČEKAL a David KALIKA. *Bezpečnost dětí na internetu: rádce zodpovědného rodiče*. Brno: Computer Press, 2013. Psyché (Grada). ISBN 978-80-251-3804-5.
- DOČEKAL, Daniel, Jan MÜLLER, Anastázie HARRIS a Luboš HEGER. *Dítě v síti*. Praha: Mladá fronta, 2019. Flowee. ISBN 978-80-204-5145-3.
- DOČEKAL, Daniel, Jan MÜLLER, Anastázie HARRIS a Luboš HEGER. *Dítě v síti: manuál pro rodiče a učitele, kteří chtějí rozumět digitálnímu světu mladé generace*. Praha: Mladá fronta, 2019. Flowee. ISBN 978-80-204-5145-3.
- SIEBERG, Daniel, Jan MÜLLER, Anastázie HARRIS a Luboš HEGER. *Digitální dieta: čtyři kroky k překonání závislosti na moderních technologiích a znovunalezení rovnováhy v životě*. [Praha]: Synergie, c2014. Profesional (Synergie). ISBN 978-80-7370-315-8.
- BLINKA, Lukáš, Jan MÜLLER, Anastázie HARRIS a Luboš HEGER. *Online závislosti: jednání jako droga? : online hry, sex a sociální sítě : diagnostika závislosti na internetu : prevalence a léčba*. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5311-9.