



# Vliv vybraných sociálních sítí na sociální dovednosti mladistvých

## Bakalářská práce

*Studijní program:*

B7505 Vychovatelství

*Studijní obor:*

Pedagogika volného času

*Autor práce:*

**Simona Hamáčková**

*Vedoucí práce:*

PhDr. Michaela Houdková, Ph.D.

KNL, a.s. odd. psychiatrie





## Zadání bakalářské práce

# Vliv vybraných sociálních sítí na sociální dovednosti mladistvých

*Jméno a příjmení:* **Simona Hamáčková**  
*Osobní číslo:* P19000501  
*Studijní program:* B7505 Vychovatelství  
*Studijní obor:* Pedagogika volného času  
*Zadávající katedra:* Katedra pedagogiky a psychologie  
*Akademický rok:* **2020/2021**

### Zásady pro vypracování:

Osnova:

- 1) Stanovení cílů a formulace výzkumných otázek
- 2) Teoretická charakteristika
- 3) Výzkumná část
- 4) Formulace závěrů a zhodnocení výzkumných otázek

Práce má za cíl zmonitorovat, jak vybrané sociální sítě ovlivňují sociální dovednosti a fungování mladistvých v mezilidských vztazích včetně toho, kolik volného času mladí lidé orientačně věnují sociálním sítím.

Cíle:

- Zjistit vliv sociálních sítí na volný čas, sociální dovednosti a interpersonální vztahy mladistvých.
- Charakterizovat význam využívání sociálních sítí v rámci volného času mladistvých, uvést typické negativní či sociálně patologické jevy spojené s užíváním vybraných sociálních sítí.
- Získat vhled do problematiky sociálních dovedností v kontextu sociálních sítí u mladistvých.

Metody: pozorování, diskuse, dotazníkové šetření

*Rozsah grafických prací:*  
*Rozsah pracovní zprávy:*  
*Forma zpracování práce:*  
*Jazyk práce:*

tištěná/elektronická  
Čeština



## Seznam odborné literatury:

### Zdroje:

BOYD, danah. Je to složitější: sociální život teenagerů na sociálních sítích. Praha: Akropolis, 2017. ISBN 978-80-7470-165-8.

DEVITO, Joseph A. Základy mezilidské komunikace: 6. vydání. Praha: Grada, 2008, 502 s. Expert. ISBN 978-80-247-2018-0.

GREENFIELD, Susan. Změna myšlení: jak se mění naše mozky pod vlivem digitálních technologií. Brno: BizBooks, 2016. ISBN 978-80-265-0450-4.

JANOŠOVÁ, Pavlína. Dívčí a chlapecká identita: vývoj a úskalí. Praha: Grada, 2008, 285 s. Psyché. ISBN 978-80-247-2284-9.

KONEČNÝ, Štěpán. Fenomén lhaní v prostředí internetu. Brno: Masarykova univerzita, 2011, 121 s. ISBN 978-80-210-5488-2

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

ŠIRŮČEK, Jan a Michaela ŠIRŮČKOVÁ. Vývoj a zkoumání vrstevnických vztahů. s. 41-54. In: MACEK, Petr a Lenka LACINOVÁ, ed. Vztahy v dospívání. 2. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2012. ISBN 978-80-87474-46-4.

ŠMAHEL, David a Štěpán KONEČNÝ. Vztahy na internetu: fantazie i zklamání. s. 161-174. In: MACEK, Petr a Lenka LACINOVÁ, ed. Vztahy v dospívání. 2. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2012. ISBN 978-80-87474-46-4.

### Internetové zdroje:

HAUPTOVÁ, Šárka, 2019. Vliv internetu a sociálních sítí na oblast komunikace a vytváření mezilidských vztahů u dětí a mládeže [online]. Pardubice. Dostupné z: [https://dk.upce.cz/bitstream/handle/10195/73448/HauptovaS\\_VlivInternetu\\_ME\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dk.upce.cz/bitstream/handle/10195/73448/HauptovaS_VlivInternetu_ME_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Diplomová práce. Univerzita Pardubice. Vedoucí práce PhDr. Marcela Enhlová, Ph.D.

KINCL, Jaromír, 2018. Virtuální sociální síť a jejich vliv na reálné sociální vazby dětí a mladistvých [online]. Hradec Králové. Dostupné z: <https://theses.cz/id/0ff0f2/27079456>. Bakalářská práce. Univerzita Hradec Králové. Vedoucí práce PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.

SEITL, Martin, 2012. Poznávání interpersonálních charakteristik osobnosti [online]. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3320-2. Dostupné z: [https://psych.upol.cz/fileadmin/userdata/FF/katedry/pch/vyzkum/Poznavani\\_Interpersonalnich\\_Charakteristik\\_Osobn](https://psych.upol.cz/fileadmin/userdata/FF/katedry/pch/vyzkum/Poznavani_Interpersonalnich_Charakteristik_Osobn)

*Vedoucí práce:* PhDr. Michaela Houdková, Ph.D.  
KNL, a.s. odd. psychiatrie

*Datum zadání práce:* 30. dubna 2021

*Předpokládaný termín odevzdání:* 28. dubna 2022

L.S.

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.  
děkan

doc. PhDr. Tomáš Kasper, Ph.D.  
vedoucí katedry

V Liberci dne 6. dubna 2020

## Prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má bakalářská práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

8. září 2022

Simona Hamáčková

## **Poděkování**

Poděkování patří mé vedoucí bakalářské práce PhDr. Michaelae Houdkové, Ph.D., která mi vždy při konzultacích trpělivě a s ochotou poskytovala cenné rady a připomínky. Dále bych ráda touto cestou poděkovala kolegyním, své rodině a blízkým za jejich podporu.

## **Anotace**

Práce se soustředí na problematiku užívání sociálních sítí a analyzuje aktuální situaci v prostředí jedné třídy ZŠ. Nejprve jsou přiblíženy pojmy týkající se adolescence a volného času, následně se práce soustředí na téma sociálních sítí, nejoblíbenější sociální sítě a trendy mezi mladistvými, včetně možné pozitivní a negativní dopady plynoucí z užívání. V praktické části je proveden kvantitativní výzkum mezi žáky základní školy týkající se otázky užívání sociálních sítí.

## **Klíčová slova**

sociální sítě, mladiství, sociální dovednosti, Tiktok, Instagram, edukace

## **Annotation**

The thesis focuses on the issue of social media use and on analyzing the current situation in a class of secondary school students. In the first place, concepts related to adolescence and free time are introduced, then the work focuses on the topic of social networks, the most favourite social networks and also the trends amongst the adolescents in the social media use, including the description of possible positive and negative impacts of social media use. In the practical part, quantitative research is done among primary school students related to the use of social networks.

## **Key words**

Social media, teenagers, social skills, Tiktok, Instagram, education



## Obsah

Seznam grafů .....	10
Seznam tabulek.....	10
Úvod .....	11
TEORETICKÁ ČÁST .....	12
1 Adolescence.....	12
1.1 Charakteristika.....	12
1.2 Adolescence z pohledu vývojové psychologie .....	12
1.3 Sociální potřeby .....	13
1.4 Socializace .....	14
1.5 Sociální dovednosti .....	15
2 Volný čas .....	16
2.1 Základní východiska.....	16
2.2 Historie volného času .....	18
2.3 Způsob trávení volného času adolescentů .....	19
2.4 Instituce pro volnočasový prostor.....	21
2.5 Trendy v oblasti volnočasových aktivit.....	21
3 Sociální sítě .....	22
3.1 Vymezení.....	22
3.2 Nejpoužívanější sociální sítě .....	23
3.2.1 Facebook.....	24
3.2.2 Instagram .....	24
3.2.3 Tik Tok .....	25
3.2.4 Twitter .....	25
3.2.5 Snapchat .....	25
4 Vliv sociálních sítí na mladistvé.....	27
4.1 Základní východiska.....	27
4.2 Pozitivní dopady užívání sociálních sítí .....	28
4.3 Negativní dopady užívání sociálních sítí.....	29
PRAKTICKÁ ČÁST .....	30
5 Cíle průzkumu .....	30
5.1 Metody.....	30
5.2 Prostředí průzkumu, průzkumný vzorek .....	31
5.3 Analýza a interpretace dat .....	31

5.4	Demografické údaje.....	31
5.4.1	Užívání sociálních sítí mladistvými .....	32
5.4.2	Komunikační dovednosti.....	34
5.4.3	Mezilidské vztahy.....	37
6	Zhodnocení výzkumných otázek.....	39
7	Diskuse .....	41
8	Navrhovaná opatření .....	43
	Závěr.....	46
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	47
	SEZNAM PŘÍLOH .....	54

## **Seznam grafů**

GRAF 1 POČÁTEK UŽÍVÁNÍ SOC. SÍTÍ .....	33
--	----

## **Seznam tabulek**

TABULKA 1 POUŽÍVANÉ SOCIÁLNÍ SÍŤE .....	32
TABULKA 2 CO VÁM VADÍ PŘI KOMUNIKACI NA SOC.SÍTÍCH? .....	35

## Úvod

Globálním trendem dnešní doby je nadměrné užívání sociálních sítí. Tato problematika je poté řadou diskuzí, jelikož i přes ohromný pokrok, který digitální média neustále zažívají, společně s neustále rostoucím počtem uživatelů, se projevují kromě pozitivních dopadů užívání i ty negativní. Zejména poté u mladších generací se jedná o řadu možných negativních dopadů na psychický a sociální vývoj, v některých případech dokonce i na fyzický. Tato skutečnost je způsobena nízkým věkem, při které jedinci nejsou schopni rozeznat a identifikovat v první řadě veškerý obsah na sociálních sítích, a následně také dopad nadměrné konzumace tohoto obsahu.

Bakalářská práce na téma „Vliv vybraných sociálních sítí na sociální dovednosti mladistvých“ se soustředí na vymezení dopadu užívání sociálních sítí na generaci dospívajících, a na zmapování, k čemu mladiství primárně sociální sítě využívají, co jejich užívání přináší. Dále se práce soustředí na zjištění, zda se dají sociální sítě využít také k pedagogickým účelům a pozitivnímu ovlivňování sociálních dovedností mladistvých. V teoretické části práce jsou vymezeny základní teoretické pojmy spjaté s pojmem adolescence, která je řadou věcí specifická, a spadají do ní rovněž i témata týkající se sociálních dovedností, socializace, a sociálních potřeb. Následně je čtenáři přiblížen volný čas, způsob trávení volného času a historie volného času, v rámci které je rovněž zmíněno, jakým způsobem trávili svůj volný čas mladiství dříve, a jak je tomu dnes. Třetí kapitola se soustředí na přiblížení sociálních sítí a také nejčastěji používaných platforem dnešní doby, mezi které se v globálním měřítku řadí Facebook, Instagram, Tik Tok, Snapchat, a Twitter. Každá z uvedených sítí nabízí svým uživatelům jedinečné funkce, díky kterým mohou konzumovat, sdílet, a reagovat na příspěvky. Poslední kapitola teoretické části této práce se soustředí na vliv sociálních sítí na mladistvé. Nejprve je přiblížená problematika užívání sociálních sítí mladistvými, nejpoužívanější sítě, a možné negativní a pozitivní dopady plynoucí z užívání sociálních sítí.

Praktická část práce obsahuje cíle výzkumu, pro jehož účely bylo využito kvantitativní dotazníkové metody. Po základním přiblížení provedeného dotazníkového šetření jsou pomocí grafů prezentovány zjištěné informace, na základě čehož je následně provedeno zhodnocení a jsou navržena opatření. V závěru práce jsou shrnuty veškeré poznatky práce a také je zpětně zhodnocen provedený výzkum.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1 Adolescence

### 1.1 *Charakteristika*

Adolescence označuje období dospívání a označení „mladistvý“ označuje v jednoduchém slova smyslu člověka na rozmezí dětství a dospělosti. Toto období je rovněž často označováno jako dorostové období, nebo vývojové období mladého člověka mezi pubertou a ranou dospělostí. Jedná se o přechodné období mezi dětstvím a dospělostí a je specifické svou dynamičností. Charakteristickým znakem dospívání je hledání vlastní identity, tedy hledání sebe sama. Člověk hledá své vlastní já, bojuje s nejistotou, a s pochybnostmi o sobě samém a o své roli, kterou ve společnosti ve vztahu k ostatním zastává (Zacharová, 2011). Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje období dospívání v rozmezí 10-19 let (Sawyer, 2018).

### 1.2 *Adolescence z pohledu vývojové psychologie*

Z hlediska vývojové psychologie se období adolescence dělí do dvou fází:

1. *Raná adolescence* (11-15 let) je rovněž označována jako *pubescence*. V tomto období dochází zejména k tělesným a duševním změnám (vývoj způsobu myšlení), utváření životního stylu, pomocí kterého se jedinci odlišují od svých vrstevníků a dalších osob. Pro člověka je důležité najít své místo ve společnosti, být respektován a pochopen.

2. *Pozdní adolescence* (15-20 let) je období života, ve kterém dochází k prvnímu pohlavnímu styku, osobnost se dále vyvíjí a prochází změnami, jedinec upevňuje své sociální postavení a hledá identitu sebe sama (Říčan, 2021, s. 191-192).

**Tělesné faktory** dospívání se projevují zejména v tělesném růstu, růstu končetin, prvními projevy pohlavní zralosti, a dalšími změnami. Veškeré tyto faktory mají podíl na mnohem větším subjektivním významu a větší pozornosti směřované ke svému tělu, vzhledu, ale i k oblečení a řadě dalších vlastností, které utváří identitu jedince. Co se týče **duševního vývoje**, dochází k proměně způsobu myšlení, k přemýšlení již není třeba znát realitu, děti získávají postupně schopnost uvažovat hypoteticky. Dochází k prudkým

změnám nálad, děti jsou vzdorovité a vznětlivé, impulzivní (Zacharová, 2011, s. 80-85). V období dospívání dochází k proměně osobnosti ve všech rovinách – v rovině tělesné, psychické, ale i sociální. Jak již bylo zmíněno, řada změn je podmíněna biologicky, což má poté vliv právě na psychické a sociální faktory. Dospívání jedinců se značně liší v závislosti na kulturním a společenském prostředí, které hraje významnou roli v otázce vztahu společnosti vůči dospívajícím. Lze konstatovat, že dospívání se vyznačuje přehodnocováním veškerých hodnot, hledáním sebe sama ve vztahu k sobě samému a také ve vztahu k okolí (Vágnerová, 2021).

Co se týče **sociálního vývoje** v období adolescence, jedná se o složité období dospívajícího **ve vztahu** ke svému okolí – tedy ke svým rodičům, rodině, vrstevníkům, a dalším dospělým. Typickým rysem je v této době mnohem větší výskyt konfliktů, zejména mezi dospívajícím a jeho rodiči. Jedinec se snaží co nejvíce osamostatnit, vzdoruje, reaguje podrážděně. Naopak největší rozvoj vztahů lze pozorovat mezi vrstevníky dospívajícího. V tomto období se dospívající snaží co nejvíce ztotožnit se svými vrstevníky, s jejich zájmy a názory. Přátelství v této fázi začíná být mnohem méně náhodné, vrstevníci si budují důvěrnější a pevnější vztah založený na vzájemné podpoře. Pohled na svět se u adolescentů liší v závislosti na kognitivním vývoji. Klíčovým aspektem adolescence je psychický vývoj jedince, při kterém se upevňuje postavení jedince ve společnosti, čímž se utváří i hodnoty a formují se ideály v závislosti na prostředí. Čím je jedinec starší, tím dochází k opětovnému zklidnění emočních výkyvů a postupnému ustálení chování (Slaměník, 2011).

### **1.3 Sociální potřeby**

Sociální potřeby jedince jsou podmíněny lidskými vztahy. Fungováním v rámci lidských vztahů dochází k uspokojení citových a sociálních potřeb, které zahrnují životní jistoty jedince, potřebu identity sebe sama. Osvojování sociálních dovedností je rovněž označováno jako **sociální učení**. Dítě při kontaktu s lidmi získává první zkušenosti s fungováním ve společnosti. Potřeba pozitivní identity znamená, že dítě se cítí jako součást společnosti, patří do určité skupiny lidí, ve kterých má jistotu – může jim důvěřovat a spolehnout se na ně v situacích týkajících se jistoty, bezpečí, podpory, stálosti ve vztahu. Identita dítěte se těmito vztahy utváří. Prvotně sociální potřeby a utváření identity jedince ovlivňuje rodinné prostředí (Gillernová, 2012).

Díky fungování s ostatními lidmi se dítě učí orientovat ve vztazích, osvojuje si žádoucí způsob chování a komunikace. Sociální učení je nejvíce závislé na napodobování a následné vlastní aplikaci naučeného způsobu chování. Rodiče pro dítě v tomto ohledu představují největší vzor a přímo tím způsobem ovlivňují další vývoj dítěte (Výrost, 2019). Sociální učení zahrnuje sociální dovednosti, mezi které patří primárně:

- Verbální a neverbální komunikace
- Sebepojetí a sebehodnocení
- Adaptace na nové prostředí
- Porozumění sobě samému, vlastním pocitům
- Porozumění emocím a chování ostatních lidí
- Sebeovládání
- Osvojení si způsobu reagování na nové situace (Gillernová, 2012, s. 83)

Výše uvedené sociální potřeby úzce souvisí s otázkou sociálních dovedností, které jsou definovány v kapitole 1.4 Socializace.

## **1.4 Socializace**

Pojem socializace lze definovat různými způsoby, přičemž základní vymezení socializace zahrnuje sociální interakci s ostatními lidmi v rámci určitého společenského okolí daného jedince. Během této interakce si člověk postupně osvojuje společenské normy a hodnoty daného prostředí (Výrost, 2019). K socializaci dochází v průběhu celého života pomocí sociálního učení. Zde je důležitý charakter individuálního vědomí, který je formován pomocí vědomí sebe sama (osobní identita) a utvářením názorů a postojů na základě okolí (sociální identita), čímž je tvořena sociální část vědomí dané osoby.

Na počátku socializace je člověk utvářen zejména pohledem primární skupiny – rodina, blízcí. V další fázi socializace poté dochází k personalizaci a formování osobnosti. Socializaci lze rozlišovat na *záměrnou a nezáměrnou*. **Záměrná socializace** zahrnuje výchovu, oproti tomu **nezáměrná** vyjadřuje veškeré přejaté vzorce chování. Oba tyto typy se neustále navzájem ovlivňují. V první části socializace dochází vlivem již zmíněného blízkého okolí jedince k nezáměrné socializaci, při které se učí základním návykům

a věcem, na což postupně navazuje záměrná socializace, v rámci které na jedince působí širší okolí (Boháček, 2020).

## 1.5 Sociální dovednosti

Nelze jednoznačně definovat pojem sociálních dovedností, jelikož se jedná o velice široce pojatý fenomén. Dost často se tedy lze v rámci definic různých autorů setkat s decentně odlišným vymezením. Například v rámci jednoho rozdělení se jedná o dimenze, ve kterých se rozlišují jednotlivé sociální dovednosti. První kategorií je dimenze **vrstevnických vztahů**, jež obsahuje veškeré činnosti týkající se interakcí s vrstevníky. Dospívající, jež mají v této oblasti odpovídající dovednosti, jsou v dlouhodobém horizontu schopnější udržovat si dlouhodobé přátelské vztahy. Tyto osoby jsou schopné komunikovat s lidmi, kteří se nějakým způsobem liší. Jsou velice schopní využívat verbálních i neverbálních projevů. Na základě jednotlivých činností si mladiství osvojují způsob přemýšlení, jednání a reakcí (Krejčová, 2011).

Druhá dimenze představuje *seberegulační mechanismy*, čímž dospívající kontroluje své chování a způsob reagování na okolní podněty. Schopnost adekvátně reagovat na podněty a akceptovat kritiku představuje předpoklad nekonfliktního chování, a naopak podporuje schopnost přistupovat s nadhledem ke konfliktním situacím při zohlednění postojů všech zúčastněných. Třetí dimenze je tvořena **aspekty**, jež se týkají **vzdělávání** a také školní docházky. V této oblasti se jedná zejména o studijní výsledky, vztahy se spolužáky a kantory, účast v hodině, domácí úkoly, a další související. Čtvrtou dimenzí je tzv. „**vzájemný soulad**“, který vyjadřuje schopnost fungování s okolím, rovněž nazývanou jako kooperace. Do této dimenze spadají veškeré aspekty týkající se sociálních pravidel, rovněž se také často hovoří o sociálně zodpovědném chování. V rámci této kategorie se hovoří také o sociálních rolích, které jedinec má v rámci dané společnosti/skupiny. Rovněž sem lze zařadit také způsob komunikace v rámci jednotlivých sociálních skupin. Poslední skupina se zaměřuje na **schopnost prosadit se** v kontextu interakce s ostatními osobami. Přesněji se jedná o způsob konverzace a interakce s ostatními (Gillernová, 2012).



## 2 Volný čas

### 2.1 Základní východiska

Lze se setkat s řadou odlišných definic, pojem není lehce a jednoznačně definovatelný. Jedná se o všeobecný význam, jež je spjatý s řadou životních oblastí. Nejjednodušší definicí volného času, která je ovšem poměrně široce pojatá popisuje volný čas jako, dobu, ve které se člověk nemusí věnovat žádným povinnostem – práci/studiu, společenským a rodinným povinnostem“ (Mansfield, 2020). Jiná definice volný čas dělí v rámci několika dílčích kategorií, např. volnočasové aktivity, tedy širokou škálu činností, mezi které patří veškeré sportovní, kulturní činnosti, vzdělávací činnosti, nebo například počítačové hry. Výchovou lze dítě vést k aktivitám, jež budou pro jeho budoucí život prospěšné a zároveň ho budou bavit.

Trendem posledním doby je skutečnost, že stále větší procento mladistvých tráví svůj volný čas u počítače, mobilního telefonu, nebo na jiných technologiích (Kolář, 2012). Volný čas poskytuje odpočinek, zábavu a u dětí rovněž kompenzaci často jednostranných učebních činností. Pomocí volnočasových aktivit lze díky těmto činnostem také poznat různé aspekty společenského života. Následně se na základě toho rozvíjejí vědomosti a dovednosti jedince. Volnočasové aktivity rovněž nabízejí prostor svůj volný čas trávit k prospěchu tělesného a duševního zdraví. Tímto způsobem se dále rozvíjí životní zkušenosti jedince a rozvíjí se osobnost (Knotová, 2011).

Většina definic volného času se odvíjí od rozdělení *na čas věnovaný práci, a na čas určený volnu*. Základní myšlenka jednotlivých pojetí volného času zůstává stejná, liší se ovšem hlavní zaměření daného pojetí, nebo pohled na věc. Jedná se například o následující pojetí volného času:

- čas, v rámci kterého se lze věnovat činnostem, které máme rádi, dělají nám potěšení, baví nás, přinášejí nám radost a uvolnění do běžných dnů,
- pozitivní pojetí volného času ho spatřuje jakožto nezávislé a svobodné rozhodnutí k vykonání určité činnosti,
- volný čas je kontrastem pracovním povinnostem a umožňuje člověku nabrat síly (Hájek, 2011, s. 65-68)

Dále lze funkce volného času rozdělit například dle přínosů, které má na jedince:

- Kompenzuje negativní jevy, jako například frustrace a vyčerpání,
- má výchovnou funkci, v rámci volného času se lze dále vzdělávat,
- pomáhá při hledání správného životního směru,
- integruje jedince do společenského života,
- podporuje kulturní rozvoj jedince (Hofbauer, 2004, s. 25).

V odborné literatuře se dále lze setkat s dalšími způsoby rozdělení volného času. Obdobně jako výše zmíněné rozdělení popisuje funkce volného času pojetí dle oblasti, na kterou má volný čas vliv.

**Sociální funkce** zahrnuje zejména podporu společenských vztahů (kamarádství), přičemž zároveň může pozitivně přispět k rozvoji sociálních dovedností a komunikace.

**Preventivní funkce** znamená zejména prevenci rizikového, nebo patologického chování, jako je například agresivita, záškoláctví, vandalismus, užívání návykových látek a jiné. Zdravotní funkce spočívá v tom, že díky volnočasovým aktivitám vede dítě k pohybovým/sportovním aktivitám, což zároveň dítě učí fungovat v určitém režimu dne, kdy každá část dne je vyhrazená pro určitou činnost. Pohybovými aktivitami se rovněž dítě odreaguje a rozvíjí mimo své běžné domácí a školní prostředí.

**Výchovná a rozvojová funkce** volného času zahrnuje rozvoj schopností a dovedností dítěte společně se získáváním nových návyků. Veškeré výše zmíněné body spolu úzce souvisí, odvíjí se vždy od individuální instituce a dětí, jež ji navštěvují (Pávková, 2014).

Pedagogika volného času se zabývá fenoménem volného času. Cílem pedagogiky obecně je naučit a osvojit si základy společenského jednání, rozhodování, a komunikačních dovedností. Nedílnou součástí je rovněž naučit se a následně adekvátně rozvrhnout podobu trávení volného času. Základní myšlenkou pedagogiky volného času je pochopení a osvojení si skutečnosti, že způsob, kterým se člověk rozhodne trávit svůj volný čas, ovlivňuje jeho život a směr, kterým se bude ubírat – a to hned na několika úrovních. Způsob trávení volného času ovlivňuje náš osobní, studijní, i profesní život. Díky volnému času má člověk možnost se seberealizovat, rozšiřovat své znalosti a dovednosti (Pávková, 2014).

Pedagogika volného času úzce spolupracuje s řadou dalších vědních disciplín, jejichž poznatky a metody se přímo ovlivňují. V případě pedagogických disciplín se jedná například o obecnou pedagogiku, nebo například sociální pedagogiku. Příbuzné vědecké disciplíny zahrnují například sociologii, psychologie, filosofii (Bendl, 2015). Pedagogika volného času může pomocí jednotlivých činností a aktivit mít na člověka vliv v několika rovinách. Nejčastěji se lze setkat s rozdělením dle funkcí, které má. Jedná se zejména o funkci, kterou pedagogika volného času má v rámci institucí a organizací, jež se soustředí na volnočasové aktivity (Pávková, 2014). V moderní literatuře se rovněž lze setkat s rozdělením do tří kategorií pedagogického ovlivňování: *Informální výchova, formální výchova, neformální výchova* (Šafránková, 2019).

**Informální výchova** představuje záměrné učení a nabývání nových znalostí, zároveň se ale může jednat i o učení týkající se běžných životních situací (Průcha, 2013).

**Formální výchova** obsahuje veškeré vzdělávací instituce, například školy. Po ukončení formální výchovy ve školském zařízení je absolvování potvrzeno odpovídajícím dokladem – například vysvědčením, nebo potvrzením o absolvování (Hájek, 2011, s. 65).

**Neformální výchova** pojednává zejména o aktivitách osob, jež jsou realizovány mimo školské zařízení – tedy právě ve volném čase. V tomto případě není podmínkou, že absolvování je potvrzeno nějakým druhem dokladu. Jedná se o dobrovolně vykonávané aktivity (Průcha, 2013).

## **2.2 Historie volného času**

Zcela první zmínky o volném čase lze datovat až do dob Aristotela. Již ve starověkém Řecku představoval volný čas prostor k trávení času s blízkými, k diskutování, k četbě, dalšímu vzdělávání v zájmech lidu. Jak z uvedeného vyplývá, volný čas byl určený k filosofování a k dalšímu „vědeckému“ bádání, jež posouvalo jedince i společnost vpřed. Středověk a církevní zaměření této doby se vyznačoval tím, že volný čas byl určený k modlitbám. Renesanční období bylo specifické zaměřením na pracovní povinnosti, a pokud člověk měl volný čas mimo práci, měl ho věnovat nabírání sil pro další pracovní povinnosti (Knotová, 2011). Humanismus spatřoval středobod volného času v určité osobní svobodě jedince, přičemž zároveň v této době byl poprvé vůbec vznesen do popředí důraz na svobodu (Floss, 2021).

Dalším důležitým krokem pro vývoj pojetí volného času byla Průmyslová revoluce (tzn. 18.-19. století). V této době se postupně zaváděla pracovní doba, začal se *rozlišovat čas určený k pracovním povinnostem*, a čas určený k odpočinku a k nabrání sil do dalších dní. V tomto období zažila rozmach řada činností – turistické, kulturní, vzdělávací, a jiné. Vznikaly zájmové kluby a organizace, jež umožnily lidem stýkat se s lidmi s obdobnými zájmy. Postupně se pozornost zaměřovala i na způsob trávení volného času u dětí a mladistvých, jejichž volnočasové aktivity byly rovněž důležité (Pávková, 2008).

Během 20. století došlo k nejvýznamnějším změnám v otázce trávení volného času. Tento fakt byl z části způsoben probíhající politickou a válečnou situací. Západní a severní evropské státy byly specifické řadou volnočasových sdružení. Podoba a činnosti vykonávané v rámci těchto organizací se neustále vyvíjely v závislosti na společenském životě. Postupně byly vybudovány hřiště a činnost zájmových skupin se více zaměřovala na potřeby mladých lidí. Země východní Evropy veškeré činnosti spjaté s volnočasovými aktivitami zajišťovaly z pozice státu. (Pávková, 2008)

Jednalo se o poměrně jednolitou, totožnou zájmovou činnost tehdejších organizací. Politické a ekonomické změny na území států Evropské Unie se rovněž vyznačovaly významnými změnami a celoplošnou transformací volnočasového segmentu. Zároveň se značně rozšířila působnost volnočasových aktivit na děti předškolního věku, nebo na ty, jež měli speciální potřeby vzdělávání (Pávková, 2008).

### **2.3 Způsob trávení volného času adolescentů**

Vývoj způsobu trávení volného času mladistvých přímo souvisí s vývojem společnosti a způsobu života v daném regionu. Dříve měli mladiství minimálně volného času, oproti historii již mladiství ve většině regionů nemusí pracovat, přičemž až od 19. až 20. století lze hovořit o volném času v podobě, která je obecně platná v dnešní době – pracovní doba se začala zkracovat a zároveň začalo ubývat práce dětí a mladistvých. Na území Československa se tato problematika stala důležitou otázkou společenského dění zejména v 20. a 30. letech minulého století. Začalo se řešit, jakým způsobem je vhodné směřovat volný čas dětí a mládeže. Rozdílly poté šlo sledovat mezi západoevropskými zeměmi, kde se vyskytovaly zejména dobrovolné organizace soustředící se na volný čas dětí a mladistvých. Oproti tomu v zemích tehdejšího Sovětského svazu bylo realizováno pod záštitou státu.

Primárně plnily volnočasové aktivity výchovně-vzdělávací funkci. Mezi nejznámější organizace na našem území se řadí například skautské **hnutí Junák**. Hnutí klade důraz zejména na pobyt v přírodě a rozšiřování praktických dovedností.

Sdružení Pionýr je známé pro své letní pionýrské tábory, kromě kterých nabízí i řadu volnočasových aktivit, jež si kladou za cíl rozšiřovat dovednosti mladistvých. Další kategorií jsou spolky zájmového charakteru, pod které spadají spolky soustředící se na tělovýchovu a sport, nejznámějším představitelem je Sokol, který se původně soustředil na dospělé a postupně začal nabízet program i pro děti a mládež (Bendl, 2015).

Zejména v 90. letech 20. století se na území České republiky změnilo fungování nejen celé společnosti, poii způsob trávení volného času dětí a mladistvých. Na trhu vznikla zcela nová nabídka volnočasových aktivit. Vznikala také řada subkultur, které měly vliv na způsob trávení volného času mladistvých. Každá subkultura byla specifická a měla své klady a zápory – mezi pozitivní aspekty lze zařadit navazování nových přátelství a podílení se na různých projektech, fanklubech, nebo hudebních kapelách. Mezi možné negativní dopady některých skupin poté patřil vyšší výskyt patologického chování (trestná činnost, látkové závislosti) (Smolík, 2017).

V dnešní době způsob trávení volného času v mládí ovlivňuje způsob trávení volného času v dospělosti. Což znamená, že sociální a sportovní aktivity v mládí se značně podílejí na vývoji jedince. Ti, kteří se v útlém věku věnovali sportovním aktivitám, mají značně vyšší předpoklad, že v dospělosti se rovněž budou věnovat sportu. Pohybové volnočasové aktivity mají řadu pozitivních dopadů na fyzické a psychické zdraví. Oproti tomu dnešní trend trávení času na sociálních sítích je spojený spíše s možnými negativními dopady v oblasti psychického a fyzického zdraví. Stále častěji děti a dospívající tráví svůj volný čas před obrazovkami telefonů a počítačů. Je tedy důležité adekvátním způsobem vyvažovat čas strávený před obrazovkami a čas věnovaný běžným volnočasovým aktivitám. Řada dětí a mladistvých tráví svůj volný čas kromě pohybových aktivit například hudebními, nebo výtvarnými činnostmi. Při zkoumání vztahu mezi trávením volného času běžnými aktivitami a časem před obrazovkou bylo zjištěno, že zapojení se do „offline“ volnočasových aktivit je obecně spjato s nižším užíváním sociálních sítí. Oproti tomu více času stráveného on-line nebo před obrazovkami je spjato s méně času stráveného pohybovými, nebo jinými volnočasovými aktivitami.

Zároveň bylo zjištěno, že přátelé jedince mají značný vliv na to, jakým způsobem bude trávit volný čas (Auhuber, 2019).

## **2.4 *Instituce pro volnočasový prostor***

Mezi poskytovateli volnočasových aktivit existují značné rozdíly mezi většími městy a mezi venkovem. Je pochopitelné, že na území měst je mnohem širší nabídka volnočasových aktivit a řada poskytovatelů volnočasových aktivit – jedná se zejména o instituce, organizace, hnutí a nadace, organizace, neziskové organizace, nebo komerční poskytovatele. Mezi další instituce se řadí například školní družiny a kluby, jazykové školy, základní umělecké školy, nebo například církevní organizace (Janto, 2022).

## **2.5 *Trendy v oblasti volnočasových aktivit***

Současné trendy směřují zejména k individualizaci volnočasových aktivit a výchovné péče, tím pádem se jedná zejména o menší počet dětí ve skupinách, tak aby bylo každému věnováno dostatek času a pozornosti. Za malou skupinou se v drtivé většině případů považují skupiny do 20 osob. Díky menšímu počtu osob je možné, aby se účastníci aktivně podíleli, vzájemně se poznali a byli schopní komunikovat v rámci celé skupiny. Na straně druhé je pedagog schopný se adekvátním a spravedlivým způsobem věnovat každému členovi skupiny. Aktuální trendy v oblasti volnočasových aktivit směřují k vytváření různorodých skupin, jež se budou skládat z chlapců a děvčat, ale i z hlediska mladších a starších věkových kategorií. Výhodou takovýchto skupin je vzájemná pomoc, a pestrost účastníků a možných činností, které lze v rámci skupiny vykonávat. Mezi příklady dobré praxe v otázce různorodých skupin se jedná například o školní kluby a družiny, letní tábory, nebo skupiny realizované v rámci domovů mládeže. Pochopitelně různorodé skupiny nelze aplikovat při každé aktivitě – například sportovní činnosti pro rozmanité účastníky nejsou vhodnou oblastí (Pávková, 2014).

## 3 Sociální sítě

### 3.1 Vymezení

Rozvoj sociálních sítí je podmíněný lidským impulsem a zájmem o využívání digitálních technologií pro účel komunikace s okolním světem. Prostřednictvím sociálních sítí uživatelé komunikují se svými známými, se společnostmi, se známými osobnostmi, a vlastně s kýmkoliv, kdo rovněž sociální sítě používá. Sociální sítě lze definovat různými způsoby, například tak, že fungují jako *prostředek elektronické komunikace* – například na webových stránkách, kde uživatelé vytváří obsah. Jedná se například o online komunity, pomocí kterých lze sdílet své názory a zkušenosti (Sharma, 2018). Podoba sociálních sítí od svého počátku prošla ohromnými změnami, a to zejména rozvojem a stále větší popularitou jednotlivých sítí. Tato skutečnost je podmíněná faktem, že stále větší procento lidské populace má přístup k internetu, a pochopitelně tedy i k užívání sociálních sítí.

Koncept sociálních sítí se v průběhu posledních let značně změnil, zejména v tom, že se jedná o interaktivní média, na jejichž podobě se uživatelé mohou přímo podílet a vytvářet, sdílet, a komentovat obsah na sociálních sítích (Jiao, 2013). Za prvopočátky sociálních sítí, které známe dnes, lze řadit například platformu LinkedIn, která v roce 2002 vznikla k propojení jedinců v profesním světě. Následně přišla v roce 2003 síť Myspace, která se stala nejoblíbenější webovou stránkou tehdejší doby až do roku 2006. Uživatelé mohli pomocí této platformy sdílet obsah a zejména hudbu na svých vlastních osobních profilech. O dva roky později, v roce 2008 vznikla dnes již hojně známá a užívaná platforma Facebook, která se stala hlavní konkurencí Myspace. Postupem let se k těmto platformám přidal například i Google (Kong, 2020).

V dnešní době moderní společnosti existuje nespočet sociálních médií, která nabízí svým uživatelům rozmanitý způsob využití a širokou škálu obsahu. Mezi nejčastější rozdělení patří prvotně rozdělení dle primární funkce daného média (Aichner, 2021). Základní funkce sociálních sítí lze rozdělit do několika dílčích kategorií:

- **Komunikace s rodinou, přáteli a širším okruhem osob** – řada sociálních sítí je určena ke komunikaci mezi uživateli sítě. Jedná se o jednu z nejrozšířenějších funkcí sociálních sítí. Pomocí sociálních sítí lze udržovat kontakt pomocí komunikace ve formě zpráv, a u některých platform i pomocí hovorů (videohovory a telefonní hovory).

Formou příspěvků (statusů, fotografií, aj.) lze sdílet s blízkými osobami, nebo s širším okruhem lidí na základě uživatelských preferencí soukromí důležité životní milníky. Sociální sítě se postupem let staly prostředkem ke komunikaci mezi rodinnými příslušníky, ať už se jedná o běžný kontakt, nebo o udržení kontaktu se vzdálenými příbuznými. Vlivem globalizace a migrace se jedná o velice důležitou funkci sociálních sítí. (Aichner, 2021)

- **Seznamování** – Kromě komunikace se známými sociální sítě v dnešní době hrají významnou roli v otázce seznamování se, hledání vztahů a nových přátel. Oproti seznamování se osobně má internetová komunikace několik specifíků. Nejedná se o osobní kontakt, což může nabídnout na jedné straně širší možnosti k seznámení, oproti tomu ale není možné on-line komunikací nahradit reálné vztahy, což má také řadu negativních dopadů (Kožíšek, 2016)

- **Komunikace mezi organizacemi, značkami, a zákazníky** – V dnešní době již většina společností bez ohledu na velikost daného podniku funguje v on-line prostředí. Sociální sítě v tomto případě nabízejí možnost prezentovat produkty, poskytovat informace a komunikovat se zákazníky, nebo například využít propagace. Fungování jednotlivých subjektů na sociálních sítích má řadu benefitů jak pro zákazníky, tak pro jednotlivé subjekty. Jedná se například o jednoduchý způsob komunikace, sdílení informací, nebo zákaznickou podporu (Aichner, 2021).

- **Hledání zaměstnání, zaměstnanců** – Další funkcí, kterou některé platformy nabízí, je možnost hledání zaměstnání, nebo vytvoření profesního portfolia a následná prezentace. Pomocí on-line nabídek a poptávek po zaměstnání se značně rozšiřuje možnost pracovních příležitostí a také mnohem širší dosah zájemců o zaměstnání (Mowbray, 2021).

### **3.2 *Nejpoužívanější sociální sítě***

Mladiství představují specifickou skupinu uživatelů sociálních sítí. Mezi nejčastěji používané platformy mezi mladistvými se řadí zejména Snapchat, Tik Tok, a Instagram. Oproti tomu nejmenší popularitě se těší Facebook a Twitter, který je oblíbenou platformou spíše starších věkových kategorií (Shutsko, 2020).

Na základě nejpůlárnějších sociálních sítí lze tedy konstatovat, že mladiství dávají přednost spíše sociálním sítím, na kterých jsou sdíleny fotografie a videa. Vyšší popularita



těchto primárně mobilních platform je spjata s nižším využíváním YouTube, které dříve patřilo mezi jedny z nejpoužívanějších sítí vůbec, společně s Facebookem. Zajímavým zjištěním je, že se mezi adolescenty neprojevují markantnější rozdíly v nejčastěji užívaných sítích v demografickém měřítku (Orben, 2020).

### **3.2.1 Facebook**

Facebook patří mezi nejrozšířenější sociální sítě dnešní doby, přičemž na začátku své existence sloužil primárně pouze ke komunikaci mezi studenty Harvardské univerzity, na které studoval zakladatel Mark Zuckerberg. Od roku 2006 začal Facebook fungovat pro širokou veřejnost uživatelů starších 13 let. Popularita Facebooku každoročně roste, na čemž má podíl také globální rozvoj užívání digitálních technologií. Uživatelé mohou v prostředí Facebooku využít široké nabídky funkcí. Profil uživatele slouží jako prostor, který je určený ke sdílení základních informací a sdílení obsahu, který může mít řadu podob.

Mezi základní funkce Facebooku patří samozřejmě možnost komunikace a hovorů, přidávání a vytváření obsahu (příspěvků) v textové formě, sdílením fotografií, nebo například videí. Dále má uživatel možnost zakládat stránky, skupiny a být jejich členem. Pomocí Facebooku se rovněž propaguje řada různorodých událostí, díky čemuž má člověk možnost mít přehled o akcích pořádaných nejen v jeho okolí (Brailovskaia, 2020). V neposlední řadě slouží prostředí této sítě jako marketingový nástroj řady společností, které pomocí Facebooku komunikují na sociálních sítích se svými zákazníky a oslovují nové potenciální zákazníky. Samozřejmostí je, že uživatel má možnost spravovat soukromí u veškerých aktivit a obsahu na sociálních sítích (Yang, 2019).

### **3.2.2 Instagram**

Rozvoj platformy Instagram je přímo závislý na užívání mobilních telefonů, jejichž prostřednictvím primárně funguje. Po založení Instagramu mohou uživatelé Instagram používat i na počítači skrz internetový prohlížeč, s omezenými funkcemi, které nepodporují například zaslání zpráv dalším uživatelům. Instagram je celosvětově nejpoužívanější platformou ke sdílení fotografií a videí. Prvopočátky aplikace sahají do roku 2010, kdy byla aplikace poprvé vydána pro mobilní telefony.

Díky nabízeným funkcím a neustále rostoucímu počtu uživatelů se obsah stále více a více přizpůsobuje zájmům širší společnosti, přičemž častými uživateli platformy jsou i organizace, které pomocí Instagramu prezentují své produkty a komunikují se zákazníky tak,

aby informovali o nejnovějším dění a zároveň oslovili nové potenciální zákazníky (Segev, 2018).

### **3.2.3 Tik Tok**

Čínská platforma Tik Tok byla založená v roce 2016 a patří mezi jedny z nejoblíbenějších, celosvětově užívaných sociálních sítí. Primární funkcí platformy je vytváření, úprava, sdílení a komentování video příspěvků. Tik Tok si mohou založit uživatelé starší 13 let, přičemž zasílání zpráv mezi uživateli je z důvodu bezpečnosti přístupné pouze jedincům starším 16 let. Mezi nejčastější uživatele Tik Toku patří zejména mladší generace, přičemž dle oficiálního vyjádření společnosti v září 2021 měla platforma měsíčně kolem bilionu aktivních uživatelů. Tik Tok je z důvodu zastoupení mladistvých uživatelů předmětem řady diskuzí, jelikož jsou mladiství obecně více náchylní k nadměrnému užívání sociálních sítí, s čímž se pojí řada možných rizik, se kterými se Tik Tok potýká. Jedná se zejména o otázku ochrany dat, cyberbullying, a nenávistné projevy. Z posledních výzkumů však vyplývá, že Tik Tok zejména v poslední době začíná zaznamenávat nový trend využití k informačním a edukačním účelům. Jedná se například o informace týkající se zdraví, politického dění, nebo například edukační videa pojednávající o určité problematice (Montag, 2021).

### **3.2.4 Twitter**

Sociální platforma Twitter umožňuje uživatelům vytvářet a sdílet krátké příspěvky ve formě textu, nebo odkazů a fotografií. Příspěvky jsou nazývány „tweety“ a jsou omezeny počtem 140 znaků. Využití platformy je možné zmapovat v mnoha oblastech: mezi známými osobnostmi, společnostmi, ale například i mezi akademiky, nebo politickými subjekty. Založením účtu na Twitteru se uživatel může přihlásit k odběru témat, nebo uživatelů, které ho zajímají (Maclean, 2013). V poslední době je Twitter užíván zejména ke sdílení informací a zpráv o tom, co se děje ve světě. Pomocí příspěvků tak mohou uživatelé zjistit nejnovější informace, aniž by museli sledovat tradiční média (Oltulu, 2018).

### **3.2.5 Snapchat**

Platforma Snapchat nabízí uživatelům posílat dalším uživatelům fotografie, videa a textové zprávy, jež po určité době zmizí. Mezi hlavní uživatele Snapchatu patří zejména mladší populace. Díky své hlavní funkci pouze dočasného sdílení médií a následnému zmizení se platforma odlišuje od jiných sociálních sítí, jako je například Facebook, nebo

Tik Tok. Od svého vzniku v roce 2011 se užívání aplikace poměrně změnilo – původně se jednalo primárně o zasílání zpráv, nebo fotografií a videí pouze mezi přáteli. Postupně se začaly do aplikace přidávat i reklamy a personalizovaný obsah, Snapchat začaly využívat i známé osobnosti a společnosti. Pomocí funkce „Objevovat“ rovněž uživatelé mohli vyhledávat obsah, který je zajímá (Montag, 2021).

## 4 Vliv sociálních sítí na mladistvé

### 4.1 Základní východiska

Zejména v posledních několika letech se ohromně rozšířilo užívání sociálních sítí napříč mladistvými. Dá se říci, že se sociální sítě staly součástí každodenního života dospívajících, přičemž velká část je on-line v podstatě nepřetržitě. V souvislosti s touto skutečností se začaly stále častěji objevovat výzkumy potvrzující neblahý vliv sociálních sítí na skupinu mladistvých (Boer, 2020). Nejčastěji se pojednává o tom, jakým způsobem ovlivňují sociální sítě psychický stav a sociální fungování mladistvých. Stále častěji se totiž lze u mladších generací setkat s psychickými problémy, přičemž se v drtivé většině jedná o úzkostné poruchy, nebo deprese (Malik, 2021).

Tento vývoj lze sledovat u mladistvých zejména v rozmezí posledních 25 let. Veškerá duševní onemocnění v dospívání mají vliv na vývoj jedince, jeho sociální fungování, školní výsledky, přičemž mezi hlavní rizikové faktory patří mnohem větší pravděpodobnost rizikového a patologického chování (závislosti, vyčlenění ze společnosti, sebepoškozování a sebevraždy). Nejčastěji jsou sociální sítě v kontextu užívání napříč mladistvými zmiňovány jako určitý druh závislosti. Nadměrné užívání sociálních sítí ovlivňuje mladistvé zejména v oblasti osobního a sociálního vývoje. Není ovšem možné jednoznačně definovat faktory, které vymezují dopady užívání sociálních sítí. Tuto skutečnost potvrzují i odlišné výsledky výzkumů, jež se na tuto oblast soustředí. Jedná se o soubor individuálních faktorů, jež formují, jakým způsobem budou sociální sítě na daného jedince působit (Keles, 2020). Digitální média a sociální sítě ovlivňují zejména kreativitu a logické myšlení mladistvých. Oproti tomu jsou často spojované s možným závislostním chováním (na videohrách, sociálních sítích) a menším zájmem o pohybové volnočasové aktivity. Samozřejmě se nejedná pouze o negativní dopady sociálních sítí. Mnoho dospívajících používá sociální sítě k udržení mezilidských vztahů (s rodinou, přáteli).

Důvodem k častějšímu pojednání o negativních dopadech sociálních sítí je zejména skutečnost, že mladiství tráví na sociálních sítích mnohem více času v porovnání s ostatními generacemi. Zároveň jsou vzhledem ke svému věku mnohem více ovlivnitelní, ať už se jedná o informace, vliv vrstevníků, vnímání sebe sama, a již zmíněnému rozvoji duševních poruch (Malik, 2021).

## 4.2 *Pozitivní dopady užívání sociálních sítí*

Sociální sítě představují prostředek, díky kterému mají mladiství možnost dále se rozvíjet mimo hranice běžného, reálného života. U drtivé většiny mladistvých lze zejména v rozmezí posledních let zaznamenat, že sociální sítě již nepoužívají pouze ke komunikaci s blízkými a přáteli, ale zejména ke komunikaci s cizími lidmi – známými osobnostmi, nebo přáteli z on-line světa (Siddiqui, 2016). Mezi nejčastěji zmiňované dopady užívání sociálních sítí mladistvými patří zejména *možnost vlastního rozvoje, rozšíření znalostí a dovedností, a komunikace se svými vrstevníky*.

V dnešní době je zároveň faktem, že většina mladistvých uživatelů sociálních sítí používá jednotlivé platformy jakožto doplněk reálného života, nikoliv jako útěk před reálným světem, jak tomu bylo dříve. Tato skutečnost je podmíněná tím, že ještě v nedávné minulosti neexistovaly sociální sítě typu Facebook a Instagram, a on-line prostředí bylo naprosto odlišné od toho, které je známé dnešní společnosti (Uhls, 2017). Stále častěji se projevuje spojitost mezi užíváním sociálních sítí, vyšším sebevědomím, širším okruhem přátel, a také možností podpory od ostatních uživatelů po celém světě (Best, 2014).

Dalším markantním zjištěním je, že mladiství využívají sociální sítě k udržení, ale také navázání přátelství. V tomto případě je důležité zmínit, že většina sociálních sítí používá primárně ke komunikaci se svými přáteli, které znají osobně. V období dospívání je pro rozvoj jedince důležitá sounáležitost s vrstevníky a pocit uznání. V dnešní době k tomuto účelu sociální sítě velkou mírou přispívají. Hledání vlastní identity patří mezi jeden z aspektů dospívání, přičemž i tuto funkci sociální média úspěšně plní.

Díky prostředí, které sociální sítě poskytují, mají uživatelé sociálních sítí prostor vyjádřit sebe sama, zejména mladiství poté v on-line prostředí objevují své zájmy. Tato skutečnost představuje ten velký risk a zranitelnost, kdy je velmi snadné identitu a další psychosociální i psychosexuální vývoj zasáhnout (Cheever, 2015). Zároveň mohou být sociální sítě přínosné v otázce nabývání nových znalostí, jelikož nabízejí rozmanité formy učení a také nespočet studijních materiálů, díky čemuž je jednodušší najít vhodnou formu odpovídající preferencím jednotlivců, jelikož každému vyhovuje odlišný způsob učení (Uhls, 2017).

### **4.3 *Negativní dopady užívání sociálních sítí***

Jak již bylo zmíněno, způsob a četnost užívání sociálních sítí mladistvými je podnětem k řadě diskuzí a výzkumů. Nejčastěji se lze setkat se zmínkami o tom, že nadměrné užívání sociálních sítí má negativní vliv na duševní zdraví a vývoj mladistvých. Mezi hlavní rizikové oblasti v tomto ohledu patří úzkostné poruchy, nebo například značně snížená schopnost empatie (Berryman, 2018). Mezi další hlavní negativní dopady plynoucí z užívání sociálních sítí patří narušení spánku, zkreslené vnímání reality vlivem obsahu prezentovaného na sociálních sítích. Vlivem nadměrného užívání sociálních sítí poměrně často dochází k nepravidelnému spánkovému režimu, jelikož mladiství ponocují a tráví čas on-line. Nutno podotknout, že i nesprávná spánková hygiena má v dlouhodobém měřítku na lidský organismus neblahý vliv (Best, 2014).

Mezi další rizika, jež mohou ohrožovat zejména mladší generace, patří anonymita internetového prostředí. Na sociálních sítích nikdy není jasné, kdo sedí na druhé straně obrazovky, a pomocí sdílení informací se mladiství vystavují vyššímu riziku únosu, krádeže, a dalších kriminálních činností. On-line prostředí bohužel často slouží jako prostředí, ve kterém se dospělí jedince vydávají za někoho jiného a pod falešnou identitou se snaží vylákat mladistvé k osobnímu setkání. Pomocí sociálních sítí se mladiství mohou dostat k nevhodnému obsahu (agresivita, pornografie, látkové závislosti), u kterého nemusí být schopni zcela identifikovat jeho povahu. Drtivá většina mladší populace na sociálních sítích tráví příliš času, čímž je ovlivněn společenský život, ale i psychický a fyzický vývoj (Siddiqui, 2016). U negativních dopadů sociálních sítí se jedná obdobně jako u pozitivních aspektů užívání o velice individuální záležitost, jelikož nejde stanovit jednoznačný princip definující dopad užívání sociálních sítí. Klíčovým faktorem pro určení možných dopadů na jednotlivce, ale i skupiny mladistvých je zmapování způsobu užívání sociálních sítí, společně s nejvíce užívanými platformami (Best, 2014).

# PRAKTICKÁ ČÁST

## 5 Cíle průzkumu

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem vybrané sociální sítě ovlivňují sociální dovednosti (zejména komunikační dovednosti) a fungování mladistvých v otázce mezilidských vztahů včetně orientačního výčtu času stráveného na sociálních sítích. Následně byly stanoveny a zodpovězeny průzkumné otázky:

1. Kolik času přibližně tráví mladiství na sociálních sítích a jaké platformy preferují?
2. S kým nejvíce mladiství na sociálních sítích komunikují, jaký obsah vyhledávají?
3. Jakým způsobem sociální sítě ovlivňují mladistvé v otázce mezilidských vztahů?

Vzhledem k vytyčeným cílům práce byly zvoleny kvantitativní formy dotazníkového šetření, které umožňuje získat větší množství dat od početnější skupiny respondentů průzkumu.

### 5.1 *Metody*

Zvolenou metodou sběru dat byl anonymní dotazník, který byl distribuován výzkumnému souboru mladistvých v on-line formě po předchozí dohodě s vyučujícími. Dotazník se skládal z celkového počtu 43 otázek, přičemž prvních 7 otázek se soustředilo na základní identifikační otázky, 15 otázek se týkalo problematiky sociálních sítí, a 21 otázek bylo věnováno tématu komunikačních dovedností. Na základě těchto oblastí byly stanoveny tři dílčí okruhy otázek skládající se ze souboru otázek zaměřujících se na demografické údaje, užívání sociálních sítí mladistvými, a komunikační dovednosti. Následně jsou obdržené informace použité k zodpovězení výzkumných otázek v šesté kapitole. Zhodnocení výzkumných otázek, v rámci diskuse jsou poté shrnuty a hodnoceny výstupy výzkumu. Po vytvoření struktury dotazníku a zajištění veškerých náležitostí týkajících se samotného provedení výzkumu, byl výzkum realizován mezi žáky 8. a 9. stupně základní školy. Z oslovených 63 žáků se výzkumu zúčastnil celkový počet 44 žáků.

Dotazníkové šetření je obsahem přílohy A. I přesto, že jsou data kvantitativní povahy, se nejedná přímo o kvantitativní podobu výzkumu.

Cílem průzkumu bylo orientační výzkumné šetření týkající se tématu vlivu sociálních sítí na sociální dovednosti mladistvých. Výsledky jsou proto prezentovány v podobě deskriptivní statistiky bez hlubšího výzkumného stanovení a testování hypotéz.

## **5.2 *Prostředí průzkumu, průzkumný vzorek***

Průzkum byl realizovaný ve vybrané základní škole, přičemž z důvodu ochrany soukromí nebude uveden název, nebo lokace školy. Na základě informací z teoretické části práce při zohlednění cíle práce bylo stanoveno, že výzkumným souborem budou žáci 8. a 9. třídy. Následně byla oslovena vybraná základní škola, na což navazovala diskuse s vyučujícími o účelu průzkumu, a přiblížení zaměření bakalářské práce. Vyučující byli rovněž seznámeni se strukturou dotazníkového šetření a měli možnost na základě otestování dotazníku podat zpětnou vazbu. Co se týče reakcí ze stran pedagogů, byly vesměs pozitivní, s menšími připomínkami ke struktuře dotazníku. Na základě komunikace s pedagogy byly vybrány dvě třídy, jejichž žáci obdrželi od vyučujících informace o výzkumu společně s instrukcemi k vyplnění. Odkaz na dotazníkové šetření byl poté zájemcům zaslán na e-mail. Účast byla dobrovolná, veškeré odpovědi byly anonymní.

## **5.3 *Analýza a interpretace dat***

Tato kapitola se zaměřuje na vyhodnocení získaných dat z dotazníkového šetření. Jak již bylo výše zmíněno, dotazníkového šetření se zúčastnilo 44 respondentů. Jednotlivé otázky byly seskupeny do tří dílčích okruhů skládajících se ze souboru otázek zaměřujících se na demografické údaje, užívání sociálních sítí mladistvými, a komunikační dovednosti.

## **5.4 *Demografické údaje***

Na základě identifikačních otázek vyplývá, že z celkového počtu 44 respondentů bylo 54,5 % žen a 45,5 % mužů. Nejpočetnějšími věkovými skupinami z celkového počtu 44 respondentů jsou osoby ve věku 15 let (38,6 %), a 13 let (49,5 %).

Další otázky se soustředily na základní informace týkající se rodinných příslušníků. Více než polovina respondentů (52,3 %) má pouze jednoho sourozence, druhou nejpočetnější kategorií tvořili jedináčci (31,8 %). Následně byl zjišťován rodinný vztah



rodičů respondentů. Celkem 59,1 % respondentů uvedlo, že jejich rodiče jsou spolu. Oproti tomu 27,3 % respondentů má rodiče rozvedené. Nejméně zastoupenou skupinou v tomto případě byli rodiče, kteří spolu nejsou v manželském vztahu, ale žijí spolu (6,8 %). Nejpočetnější skupina respondentů (56,8 %) má rodiče ve věkové kategorii 41-50 let. Další 27,3 % odpovědělo, že rodičům je mezi 30-40 lety.

Co se týče počtu kamarádů, z celkového počtu 44 respondentů odpovědělo celkový poměr 40,9 % , že mají mezi 1 až 5 kamarády. Druhou nejpočetnější skupinou bylo 38,6 % dotazovaných, kteří uvedli, že mají mezi 10 až 15 kamarády.

#### 5.4.1 Užívání sociálních sítí mladistvými

Jak je možné vidět na Tabulce č. 1, nejpoužívanější sociální sítí mezi mladistvými je Instagram, společně s Tik Tokem, Snapchatem a Facebookem. Naopak nejméně oblíbený je Facebook.

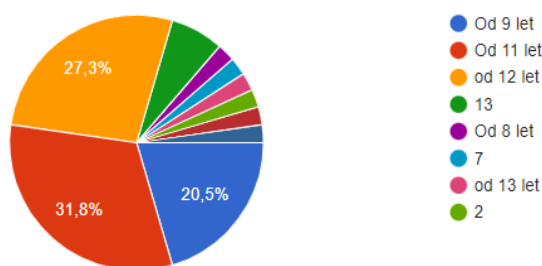
Odpověď	
Instagram	39
Tik Tok	35
Snapchat	34
Facebook	28

**Tabulka 1** Používané sociální sítě

Úvodem do užívání sociálních sítí mladistvých bylo zjistit, jak se dotazovaní hodnotí v otázce vztahu k ostatním. V otázce číslo 7 měli respondenti možnost zvolit tvrzení, které je charakterizuje v otázce vztahu k ostatním. V tomto případě měli respondenti možnost zvolit více odpovědí, které je vystihují. Nejpočetnější skupina 27 respondentů uvedla, že jsou stydliví, pokud mají komunikovat s neznámým člověkem. Celkový počet 21 respondentů uvedl, že jsou stydliví, pokud mají komunikovat s dospělými. Oproti tomu 19 respondentů uvedlo, že jsou komunikativní, na což navázalo 18 respondentů s možností, že rádi navazují nové přátelské vztahy.

Značně nižší oblíbenost lze dle obdržných odpovědí pozorovat u Facebooku, který v tomto případě používá 28 respondentů. Zbylé sociální sítě se mezi respondenty používají minimálně, například platformu Twitter vybrali pouze 3 respondenti.

Níže prezentovaný Graf č.1 zobrazuje počátek užívání sociálních sítí mezi dotazovanými, přičemž jak z grafu vyplývá, nejpočetnější skupina je tvořena respondenty, kteří sociální sítě používají od 11 let.



**Graf 1** Počátek užívání soc. sítí

Následně bylo zjištěno, že sociální sítě dotazovaní používají nejčastěji od 11 let (31,8 %). Druhou nejpočetnější skupinou je 27,3 % respondentů, kteří využívají sociální sítě od 12 let. Třetí nejpočetnější skupinou je 20,5 % respondentů, kteří sociální média využívají od 9 let. Zde lze pozorovat značný rozdíl mezi prvními dvěma skupinami, tedy 13 a 12 let, oproti pouhým 9 rokům.

Dále bylo zjištěno, že Část respondentů (52,3 %) tráví na sociálních sítích pouze 2 hodiny denně. Další možnosti byly zastoupené v malém poměru.

### **Identita**

Identita na sociálních sítích nemusí vždy být totožná s reálnou identitou. V tomto případě bylo zjištěno, že 84,1 % dotazovaných má totožnou identitu na sociálních sítích a v reálu. Oproti tomu pouze 15,9 % využívá v on-line prostoru odlišnou identitu. V souvislosti s tím bylo dále na základě obdržných informací zjištěno, že fungování na sociálních sítích a případná anonymita nikterak nedodává 72,7 % dotazovaných odvahu v rámci fungování v on-line prostoru. Upřímnost k sobě samému je dalším důležitým aspektem fungování jedince v prostředí sociálních sítí. – přičemž 88,6 % dotazovaných k sobě jsou na sociálních sítích upřímní. Dalším pozitivním zjištěním v této oblasti je, že 95,5 % respondentů nekomunikuje příspěvky pod falešným jménem.

### **Vzdělávací obsah**

TikTok představuje jednu z hojně využívaných platforem pro edukační/vzdělávací účely. Z celkového počtu 44 respondentů 52,3 % uvedlo, že zná nějakého Tik Tokera se vzdělávacím obsahem. Většina respondentů (65,9 %) sleduje na Tik Toku vzdělávací obsah. Zbýlých 34,1 % respondentů Tik Tok obsah nesleduje. V souvislosti s tématem TikToku bylo zjistit, zda by dotazovaní uvítali TikTok videa, jakožto doplněk běžné výuky ve škole. Edukační Tik Tok videa od vyučujících by uvítalo 63,6 % respondentů, zbylých 36,4 % by o takový způsob výuky nemělo zájem.

#### **5.4.2 Komunikační dovednosti**

V otevřené otázce týkající se komunikačních dovedností měli respondenti možnost vyjádřit, jakým způsobem tyto dovednosti sociální sítě ovlivňují jejich komunikační dovednosti. Většina respondentů odpověděla poměrně stroze – s tím, že ve většině konkrétnějších odpovědí se objevilo téma *zjištění nových informací* – například pomocí zpráv, nebo Twitteru. V několika případech respondenti uvedli, že se na sociálních sítích učí angličtinu. Přičemž velká část respondentů uvedla, že neví, zda mají sociální sítě nějaký pozitivní vliv na jejich komunikační dovednosti.

Co se týče psané komunikace na sociálních sítích, při psaní si dává pozor na svou gramatiku a pravopisné chyby 68,2 % respondentů a 31,8 % respondentů na tyto záležitosti nedbá. V návaznosti s tím uvedlo 61,4 % respondentů, že v psaném projevu na internetu nedělají více chyb, než kdyby někomu posílali psaný dopis. Zbýlých 38,6 % respondentů přiznává, že píše při komunikaci na sociálních sítích více chyb. Slang, který respondenti používají nejčastěji je „crush“, který uvedlo 29 osob (65,9 %), 24 respondentů (54,5 %) uvedlo GM, a 6 respondentů (13,6 %) uvedlo „Doomer“.

#### **Postoj ke komunikaci skrze sociální sítě**

V této otázce bylo cílem zjistit, co dotazovaným nejvíce chybí při komunikaci on-line. Výběr zahrnoval jednotlivé prvky osobní komunikace, včetně možnosti, že nic dotazovaným při komunikaci přes sítě nechybí. Níže uvedená Tabulka č. 2 uvádí nejčastěji zmiňované odpovědi, přičemž nejčastěji dotazovaným vadí, že druhou osobu nevidí.

<b>Odpověď</b>	
Nemůžu se dotyčné osobě podívat do očí	26
Nemůžu se s dotyčnou osobou obejmout	20
Vadí mi, že nevidím, jak se dotyčná osoba tváří	29
Na komunikaci přes soc. sítě mi nic nevádí	8

**Tabulka 2 Co Vám vadí při komunikaci na soc.sítích?**

Z obdržených odpovědí je zřejmé, že nejčastěji respondéntům při komunikaci na sociálních sítích vadí, že konverzaci chybí prvky osobního kontaktu. Celkový počet 29 respondentů uvedl, že nevidí výraz osoby, se kterou komunikují, s čímž souvisí i skutečnost, že se dané osobě nemohou podívat do očí, což zvolilo 26 respondentů. Dalším 20 respondentům při on-line komunikaci chybí fyzický kontakt (objetí) a 8 respondentům na tomto způsobu komunikace nic nevádí. V otázce svěřování se přes sociální sítě bylo zjištěno, že vyšší poměr respondentů (70,5 %) nepovažuje svěřování se přes sociální sítě za jednodušší, oproti čemuž 29,5 % považuje on-line svěřování se za jednodušší.

Co se týče preference řešení problémů, většina respondentů (90,9 %) by v případě řešení nějakého problému preferovala osobní řešení, pouze 9,1 % by upřednostnila řešení přes sociální sítě. V návaznosti na to více než polovina respondentů (54,5 %) považuje on-line podporu za rovnou osobní podpoře. Oproti tomu 45,5 % respondentů tyto dva způsoby podpory neshledávají jako rovné.

Dále bylo zjišťováno, o čem dotazovaní nejvíce se svými přáteli na sociálních sítích komunikují. V tomto případě měli respondenti možnost zvolit dle hodnotící škály (7 = nejvíce, 1 = nejméně). Největší počet respondentů se svými vrstevníky přes sociální sítě řeší otázky týkající se situace doma a školu. Naopak nejmenší počet respondentů on-line se svými kamarády řeší své koníčky.

### **Rozdíl mezi reálnou a on-line komunikací**

V této otázce měli respondenti možnost svými slovy popsat, čím se dle jejich názoru nejvíce liší osobní konverzace od komunikace na sociálních sítích. Na základě vyhodnocení odpovědí bylo zjištěno, že většina neví, čím se nejvíce liší osobní konverzace od komunikace

na sociálních sítích.. Několik respondentů následně uvedlo, že *on-line komunikace není osobní, a že se na sociálních sítích dá mnohem jednodušeji přetvařovat.*

Dále z obdržených odpovědí vyplývá, že většinová část (77,3 %) respondentů někdy pocítila úzkost z toho, že v on-line prostředí chybí osobní kontakt. Oproti tomu 22,7 % respondentů nikdy takový pocit nezažila. Dále bylo zjišťováno, zdali se dotazovaní více vyjadřují on-line v porovnání s reálnou komunikací. Z obdržených odpovědí vyplývá, že 86,4 % respondentů nekomunikuje přes sociální sítě více než v reálném životě. Minimálních 13,6 % respondentů zastává opačný názor a skrze sociální sítě komunikuje více.

### **Neverbální komunikace na sociálních sítích**

Co se týče využívání emotikonů, celkový poměr 43,2 % respondentů emotikony posílá za předpokladu, že doopravdy cítí danou emoci. Oproti tomu ale 25 % respondentů zřídka doopravdy emoce, které emotikony vyjadřuje, cítí. S tímto tvrzením souhlasí i další skupina 11,4 % respondentů, kteří emoce vyjadřované emotikony necítí vůbec. Následně byli respondenti dotazováni, zdali na ně působí jinak zpráva odeslaná bez emotikonu. Na 65,9 % respondentů působí zpráva odeslaná bez emotikonu zcela normálně. Rovnoměrně poté odpověděli respondenti dvou kategorií – 13,6 % respondentů uvedlo, že zprávu bez emotikonu berou jako znamení nějakého problému. Dalších 13,6 % takovou zprávu považují za vážnou.

Dále bylo zjišťováno, jaké prostředky ke komunikaci na sociálních sítích jsou užívány nejčastěji. Na výběr bylo z několika možností, přičemž mohli zvolit z více možností: Memy, gify, smajlíky, vlastní fotomontáže, fotomontáže, vlastní fotografie, videa, vlastní videa, fotografie, slova, odkazy. V případě, že nepoužívají nic z výše uvedeného, měli možnost tuto skutečnost zvolit. Nejčastěji se jednalo o využívání smajlíků, které zvolilo 40 respondentů (90 %), druhou nejpočetnější kategorií byla slova v celkovém počtu 38 hlasů (86,4 %), a následně byly fotografie se zastoupením 20 hlasů, (45,5 %) a gify se stejným poměrem, tedy 20 hlasů (45,5 %). V souvislosti s tím bylo dále zjištěno, že pro většinu respondentů v poměru 72,7 % je jednodušší vyjádřit své emoce pomocí emotikonu, gifu, nebo obdobného prostředku než své emoce vyjádřit slovně. Významně menší poměr 27,3 % upřednostňuje slovní vyjádření emocí před emotikony nebo gify.

## **Psaný projev online**

Co se týče psané komunikace na sociálních sítích, při psaní si dává pozor na svou gramatiku a pravopisné chyby 68,2 % respondentů a 31,8 % respondentů na tyto záležitosti nedbá. V návaznosti s tím uvedlo 61,4 % respondentů, že v psaném projevu na internetu nedělají více chyb, než kdyby někomu posílali psaný dopis. Zbýlých 38,6 % respondentů přiznává, že píše při komunikaci na sociálních sítích více chyb.

### **5.4.3 Mezilidské vztahy**

Dále bylo cílem zmapovat názory dotazovaných na různé jevy a další skutečnosti týkající se sociálních sítí. Bylo zjištěno, že 54,5 % respondentů považuje sociální sítě za vhodný prostředek k získávání přátel. Opačný názor zastává 45,5 % respondentů. Následně byly identifikovány preference na sociálních sítích, v tomto případě nejvíce respondentů uvedlo, že na sociálních sítích je pro ně nejdůležitější komunikace s kamarády a získávání nových znalostí. Skupinové konverzace týkající se volnočasových aktivit využívá drtivá většina. 75 % respondentů využívá skupinové chaty se zaměřením na volnočasové aktivity a trávení volného času. Oproti tomu 25 % respondentů skupinové chaty zaměřené na volnočasové aktivity nevyužívá.

Následně byly identifikovány preference na sociálních sítích. V tomto případě nejvíce respondentů uvedlo, že na sociálních sítích je pro ně nejdůležitější komunikace s kamarády a získávání nových znalostí.

Skupinové konverzace týkající se volnočasových aktivit využívá drtivá většina. 75 % respondentů využívá skupinové chaty se zaměřením na volnočasové aktivity a trávení volného času. Oproti tomu 25 % respondentů skupinové chaty zaměřené na volnočasové aktivity nevyužívá.

### **Navazování nových vztahů na sociálních sítích**

Většinová část respondentů (61,4 %) neutváří vztahy on-line. V kontrastu s tím 38,6 % respondentů nové vztahy on-line buduje. Poměrně větší část respondentů (70,5 %) nevnímá on-line vzniklé vztahy plnohodnotně jako ty, co vznikly v reálném životě.

Oproti tomu 29,5 % respondentů on-line i osobně vzniklé vztahy považují za plnohodnotné a dlouhodobé stejnou mírou.

Dále bylo cílem zmapovat, zdali dotazovaní oslovují on-line osoby, které neznají a v reálu je neoslovili. Tato otázka byla obecně pojata a nebyla blíže specifikována, zda se jedná o někoho z okolí, nebo například známou osobnost. Decentně větší část respondentů v poměru 56,8 % odpověděla, že ne, a 43,2 % respondentů na internetu oslovují osoby, které by v reálném životě ze strachu neoslovila.

### **Komunikace s rodiči na sociálních sítích**

Z obdržených odpovědí bylo zjištěno, že polovina respondentů se svými rodiči tímto způsobem nekomunikuje, přičemž druhá polovina dotazovaných komunikuje s rodiči skrz sociální sítě pouze, pokud jsou v práci nebo jinde mimo domov.

### **Prvky komunikace na sociálních sítích**

Slang, který respondenti používají nejčastěji je „crush“, který uvedlo 29 osob (65,9 %), 24 respondentů (54,5 %) uvedlo GM, a 6 respondentů (13,6 %) uvedlo „Doomer“. Dále bylo zjišťováno, jaké prostředky ke komunikaci na sociálních sítích jsou užívány nejčastěji. Na výběr bylo z několika možností, přičemž mohli zvolit více možností: Memy, gify, smajlíky, vlastní fotomontáže, fotomontáže, vlastní fotografie, videa, vlastní videa, fotografie, slova, odkazy, a v případě, že nepoužívají nic z výše uvedeného, měli možnost vybrat tuto možnost. Nejčastěji se jednalo o využívání smajlíky, které zvolilo 40 respondentů (90 %), druhou nejpočetnější kategorií byla slova v celkovém počtu 38 hlasů (86,4 %), fotografie se zastoupením 20 hlasů (45,5 %) a gify se stejným poměrem, tedy celkovým počtem 20 hlasů (45,5 %). V souvislosti s tím bylo dále zjištěno, že pro většinu respondentů v poměru 72,7 % je jednodušší vyjádřit své emoce pomocí emotikonu, gifu, nebo obdobného prostředku, než své emoce vyjádřit slovně. Významně menší poměr 27,3 % upřednostňuje slovní vyjádření emocí před emotikony nebo gify.

## 6 Zhodnocení výzkumných otázek

### 1. Kolik času přibližně tráví mladiství na sociálních sítích a jaké platformy preferují?

Pozitivním zjištěním je, že většina dotazovaných na sociálních sítích tráví přibližně dvě hodiny denně. Například oproti pojednání dle Berryman (2018), který uvádí, že mladiství na sociálních sítích tráví většinu svého volného času, v rámci několika hodin denně. Pokud tedy obdržené odpovědi jsou obrazem reálného stavu využívání sociálních sítí, přibližně dvě hodiny denně jsou dle mého názoru v naprostém pořádku. Zejména, pokud dotazovaní na sociálních sítích čerpají nové znalosti a vzdělávají se, zastávám názor, že riziko negativních dopadů sociálních sítí je v tomto případě minimální.

V souvislosti s tím se největší oblibě se těší platformy Instagram, TikTok a Snapchat. Toto zjištění je v souladu s Orben (2020), která rovněž uvádí, že mladiství zejména v posledních letech preferují zejména Instagram a TikTok. Snapchat je v oblibě zejména u mladších generací. Vzhledem k nejčastěji konzumovanému obsahu na sociálních sítích se potvrzuje zjištění, že dotazovaní konzumují edukační obsah. V případě TikToku a Snapchatu se tedy jedná o videa, v případě Instagramu se může jednat i o textový obsah v příspěvku.

### 2. S kým nejvíce mladiství na sociálních sítích komunikují, jaký obsah vyhledávají?

Na základě obdržených odpovědí je zřejmé, že nejčastější způsob využití sociálních sítí je komunikace s přáteli. V kontrastu s tím téměř nikdo z dotazovaných neoslovuje osoby, které by v reálném životě neoslovil. I přes to, že jsou v dnešní době sociální sítě využívány k prezentování odlišné identity sebe sama, na základě zjištění z dotazníkového šetření vyplývá, že respondenti na sociálních sítích prezentují reálnou podobu sebe samých. Je pravděpodobné, že toto zjištění je podmíněné způsobem, jakým dotazovaní využívají sociální sítě. Vzhledem k tomu, že primárně komunikují se svými přáteli, se kterými se běžně vidají, je poměrně pochopitelné, že neprezentují jinou identitu své osoby. Mezi nejvyhledávanější obsah patří vzdělávací videa, nebo například výuka cizích jazyků. Důležitým a zároveň pozitivním zjištěním v tomto případě je, že mladiství



ve většině případů považují sociální sítě prospěšné díky tomu, že pomocí sledovaného obsahu získávají nové informace.

Co se týče postoje dotazovaných ke komunikaci na sociálních sítích, bylo zjištěno, že většina upřednostňuje sociálních sítě pouze ke komunikaci o běžných denních záležitostech. Oproti tomu, pokud se jedná o nějaké problémy, preferují osobní komunikaci. Dále se v tomto ohledu dotazovaní shodli, že on-line komunikace nenahrazuje osobní kontakt.

### **3. Jakým způsobem sociální sítě ovlivňují mladistvé v otázce mezilidských vztahů?**

Dotazovaní preferují osobní komunikaci před on-line komunikací, přičemž rovněž považují za plnohodnotnější reálné přátelství. Nevyhledávají nová přátelství on-line, raději navazují přátelství v reálném životě. Respondenti preferují osobní komunikaci, a naopak on-line prostředí v kontextu mezilidských vztahů nehraje důležitou roli. V souvislosti s tím nejvíce respondentům při on-line komunikaci chybí prvky verbální a neverbální komunikace, neradi se svěřují on-line a raději své problémy řeší s přáteli osobně. Naopak nejčastěji na sociálních sítích řeší „aktuální věci“ – například situaci doma, domácí úkoly. Pro volnočasové aktivity jsou poměrně oblíbené skupinové chaty.

Z výše uvedených výsledků je zřejmé, že mezi respondenty je mnohem více oblíbenější osobní komunikace, naopak on-line prostředí v kontextu mezilidských vztahů je spíše nežádoucí. V souvislosti s tím, nejvíce respondentům při on-line komunikaci chybí prvky verbální a neverbální komunikace. Zároveň se neradi svěřují on-line a raději své problémy řeší s přáteli osobně.

## 7 Diskuse

Na základě analýzy obdržených informací bylo zjištěno, že mezi nejčastěji užívané sociální sítě dotazovaných patří TikTok, Instagram, nebo Snapchat. S tímto názorem se lze setkat i v řadě odborných publikací. Toto zjištění je v souladu s Orbenou (2020), která rovněž uvádí, že mladiství zejména v posledních letech preferují zejména Instagram a TikTok. Snapchat je v oblibě zejména u mladších generací. Například Malik (2021) dále konstatuje, že mladiství jsou nejčastěji konzumenty „obsahových“ platform s krátkými videi a příspěvky – zejména z důvodu, že nejsou časově náročné a upoutají pozornost.

Značná část dotazovaných používá sociální sítě ke sledování vzdělávacího obsahu, což je dle mého názoru pozitivním zjištěním, společně se skutečností, že dotazovaní na sociálních sítích tráví dvě hodiny denně. Tato doba je dle mého názoru oproti například Berryman (2018) uváděným 5 hodinám denně poměrně zajímavým zjištěním. Oblíbenost vzdělávacího obsahu potvrzuje trend oblíbenosti tohoto druhu obsahu. U tohoto zjištění je dle mého názoru diskutabilní, zda se jedná o reálný údaj o tom, kolik času dotazovaní tráví na sociálních sítích, či nikoliv. Je možné, že si ve skutečnosti ani neuvědomují, kolik času před obrazovkami stráví a na sociálních sítích stráví. To je ovšem jen jedna z možností, jelikož je možné, že dotazovaní doopravdy patří mezi skupinu mladistvých, kteří na sociálních sítích tolik volného času netráví. Uváděné hodnoty v odborné literatuře a v rámci jednotlivých studií se ovšem mohou lišit v závislosti na výzkumném souboru, individuálních předpokladech a také regionu, ve kterém byla studie realizována.

Co se týče sociálních (respektive komunikačních) dovedností dotazovaných, lze na základě jednotlivých otázek sledovat vliv sociálních sítí na dovednosti mladistvých, například v oblasti neverbální komunikace (užívání emotikonů, gifů). Většina respondentů nepovažuje zprávu bez emotikonu za odlišnou od té obsahující emotikonu. V porovnání s tím další část respondentů zprávu bez emotikonu vnímá spíše negativně, například jako náznak vážné konverzace. Čímž se potvrzuje u dotazovaných tvrzení, že komunikace pomocí emotikonů a gifů značně mění vnímání zpráv v on-line prostředí (Shah, 2021).

V kontrastu s tím bylo zjištěno, že dotazovaní značně více preferují osobní kontakt a reálná přátelství před on-line prostředím, komunikaci s přáteli na sociálních sítích nechávají pouze na nezbytná, aktuální témata. Na základě obdržených odpovědí dotazníkového šetření vyplývá, že dotazovaní dávají v dnešní době přednost osobnímu kontaktu před on-line komunikací. Dle mého názoru je toto zjištění velice pozitivní, jelikož

jsem se ve svém okolí setkala spíše opačným případem. Jsem názoru, že se jedná o individuální záležitost, která se odvíjí od osobnosti a okolí jedince. V rámci teoretické části bylo zjištěno, že stále častěji mladiství používají sociální sítě k navazování nových přátelství, což se liší dle individuálních preferencí každého jedince (Yau, 2018). Zejména v mládí jsou důležité osobní vztahy, které vznikly například ve škole, nebo obdobném prostředí. Myslím si, že v pozdějším věku je možné mít plnohodnotné vztahy, co vznikly on-line, ale dle mého názoru v tomto mladistvém věku jde spíše o krátkodobé, nestálé vztahy – nemusí to ovšem být pravidlem. Skutečností ovšem je, že drtivá většina populace se přes internet nebojí tolik komunikovat jako v reálném světě, což je způsobeno zejména značnou mírou anonymity a možností přizpůsobení image své osoby v rámci on-line prostředí. Ne vždy ovšem sociální sítě vyobrazují realitu. Kromě toho je dalším faktorem, že odmítnutí přes internet není tolik osobní a lze lépe zpracovat. (Bäck, 2019).

Výsledky provedeného výzkumu mají řadu limitů. Prvním limitem je zejména skutečnost, že bylo využito deskriptivní statistiky, nikoliv pokročilejší statistické metody vyhodnocování dat. Je samozřejmostí, že s ohledem na povahu bakalářské práce je dotazníkové šetření a poznatky z něj poměrně omezené, vzhledem k faktu, že se jedná o malou skupinu výzkumného vzorku, zjištěné informace tím pádem mohou být subjektivně ovlivněné. Během některých otázek rovněž mohlo dojít k nepochopení dotazu, a tím pádem i nesprávně uvedené odpovědi. Dalším limitem je rovněž forma on-line šetření, při kterém jsou předem stanovené otázky a chybí možnost diskuze nad tématem.

Co se týče struktury dotazníku, při zpětném zhodnocení bylo zjištěno, že v některých částech dotazníku byly otázky poměrně nejasně formulované. Struktura dotazníkového šetření by ovšem mohla sloužit jako podklad pro další výzkum v oblasti využívání sociálních sítí

## 8 Navrhovaná opatření

### Vzdělávací obsah ve výuce

Mezi dotazovanými je poměrně oblíbený vzdělávací obsah, primárně na platformě Tik Tok. Jedná se dle mého názoru o výborný prostor k tomu, poskytnout ze strany pedagogů relevantní obsah na platformě jakožto zpestření výuky, nebo odlehčenou domácí přípravu. Mohlo by se jednat například o „domácí úkol“ při kterém by studenti měli doma shlédnout určitá videa/video, a následně by ve výuce mohlo být vyhrazeno pár minut ke komunikaci o zjištěných informacích, a zároveň by tato diskuze sloužila k doplnění nesrovnalostí. Dalším způsobem, jak například Tik Tok využít k edukačním účelům, je vytváření obsahu pro studenty. Celosvětově se jedná o rozšířený trend, který obdobně jako první navrhované opatření slouží pro zpestření výuky, při kterém se mohou žáci aktivně zapojit a podílet se na vytváření videí. Tímto způsobem by se rovněž rozvíjely dovednosti a schopnosti žáků.

Zakomponovat vzdělávací videa do výuky v podobě domácích úkolů by šlo například v hodině Dějepisu, nebo českého jazyka, případně samozřejmě v jakémkoliv jiném předmětu, v rámci kterého bude možné nalézt vhodná edukační videa pro účel domácí přípravy. Co se týče obsahu jednotlivých videí, v případě Dějepisu by se jednalo například o shlédnutí vzdělávacího obsahu, jež se týká historických událostí, u českého jazyka by se mohlo jednat například o klíčové události týkající se literatury, nebo videa obsahující informace o významných literárních autorech. Jedná se o ovšem pouze o návrh, který by mohl být přizpůsoben téměř každému vyučovanému předmětu dle potřeby.

Prvotně by bylo důležité zájem o tyto videa v hodině vyzkoušet, společně se zjištěním, zda alespoň většina žáků má k dispozici zařízení k přehrávání videí, a v případě potřeby zajistit vypůjčení dalším žákům, kteří je k dispozici nemají. Na první hodině by se představil koncept domácí přípravy a její účel. V této fázi je klíčové stanovit, zda se bude jednat o předem stanovené video, nebo si budou žáci moci vybrat libovolné video od daného tvůrce videí. Následně by měly být představeny oblasti informací, nebo předem dané otázky, na které se mají žáci zaměřit. Poté se nabízí více možností, jak se zjištěnými informacemi dále pracovat. Mají se informace poslat v podobě textu, nebo si mají připravit klíčové informace k prezentaci před třídou? Po prodiskutování varianty a obdržení zpětné vazby lze uskutečnit v případě souhlasu první domácí úkol v této podobě. Poté lze dále diskutovat, zdali se třídě tento koncept líbí a chtějí ho dále rozvíjet.

Druhou možností využití vzdělávacího obsahu ve výuce je tvorba vlastních vzdělávacích videí. V tomto případě je důležité před zahájením natáčení nastudovat základní informace týkající se nahrávání videí tak, aby sloužily ke svému účelu – správný formát, možnost textových titulků, nebo základní editace videí. Následně má pedagog v natáčení videí dvě možnosti: Zapojí do natáčení i studenty, či nikoliv? V obou zmíněných případech je potřeba zvolit hodinu, v rámci, které se budou videa natáčet, a téma, o kterém budou pojednávat. V případě, že se studenti budou podílet na natáčení a vytváření videí, je důležité stanovit si postup a dílčí cíle celého procesu – kdo bude mít co za úkol, a jak se bude dále s videem pracovat? Přesnou podobu lze samozřejmě přizpůsobit dané hodině a jejímu zaměření.

### **Informovanost o užívání sociálních sítí**

Pokud bychom se soustředili na problematiku užívání sociálních sítí mladistvými obecně, navrhuji zvýšení informovanosti o způsobech užívání sociálních sítí už na základní škole. Samozřejmě vím, že existují organizace a projekty zaměřené na tuto problematiku, jedná se ale o obecný přístup, který většinou neposkytuje žákům detailnější a osobnější přístup při řešení otázek spjatých s touto tematikou. Myslím si, že kdyby ze strany vyučujících a vedení školy byl vyhrazen určitý čas na tuto oblast, bylo by možné mnohem osobnějším přístupem předat informace a například i rozšířit dovednosti.

Prvotně je v tomto případě dle mého názoru nutné stanovit si cílovou skupinou žáků, a poté na základě toho přizpůsobit obsah jednotlivých hodin a témat, o kterých budou pojednávat. V tomto případě se jedná o širokou škálu možných oblastí: *bezpečnost na internetu, vyhledávání informací na internetu, představení užitečných webových stránek například se vzdělávacím obsahem a další*. Poté je nutné si stanovit, jak často se budou tyto hodiny konat a v jakém rozsahu – bude jim věnován čas v rámci některé vyučující hodiny, anebo budou tyto hodiny například jednou měsíčně nahrazovat určitý předmět (například Výchovu ke zdraví, nebo jiný předmět). Samozřejmě je nutné si stanovit, zda budou hodiny vedeny pouze jedním pedagogem, nebo se budou vyučující střídat. Další otázkou v rámci této aktivity je, jakým způsobem se do výuky budou zapojovat žáci. Budou pouze posluchači, nebo budou mít možnost si na hodinu připravit otázky a zvolit zaměření příštích hodin?

Výše uvedená navržená opatření slouží pouze jako vzorový příklad toho, jaké skutečnosti by se měly zvažovat při jednotlivých aktivitách ve výuce. Finální podoba

se samozřejmě přizpůsobí v závislosti na cílové skupině a požadavcích. Dle mého názoru je velice důležité mladistvým ukázat širokou škálu využití internetu, že se v on-line prostředí dají dělat jiné věci než pouze konzumovat obsah. Zároveň je dle mého názoru velice důležité zvyšovat i informovanost mladistvých o možných situacích a rizicích, se kterými se v internetovém prostředí mohou setkat.

## Závěr

Globální trend rostoucí popularity sociálních sítí v dnešní době ovlivňuje život skoro každého. Uživatelé mají na výběr z řady platforem a obsahu, který mohou sledovat. Ať už se jedná o známé osobnosti, společnosti, nebo blízké. Zejména v posledních letech se značně změnila původní myšlenka sociálních sítí, která byla zaměřená na kontakt mezi přáteli a blízkými. Téma bakalářské práce mi bylo blízké z toho důvodu, že se zajímám o problematiku sociálních sítí obecně, přičemž je pro mě zajímavé čerpat nové poznatky zejména z oblasti užívání sociálních sítí mladistvými. Jedná se o ohromný pokrok nejen v technologiích, ale i v lidské komunikaci a dá se říct, že ve všech oblastech drtivě většiny lidské populace. Na základě toho jsem se rozhodla toto téma detailněji přiblížit a analyzovat aktuální stav mezi mladistvými žáky základní školy.

V rámci teoretické části práce byly čtenáři představeny základní pojmy týkající se adolescence, socializace, volného času, sociálních médií, ale také vlivu sociálních médií na mladistvé, včetně možných negativních i pozitivních dopadů. Zejména důležitou částí jsou sociální (komunikační) dovednosti mladistvých, přičemž v poslední době jsou tyto dovednosti ovlivněné užíváním sociálních sítí. Oproti předchozím generacím má dnešní generace mladistvých k dispozici nepřeberné množství digitálních technologií a sociálních sítí, které se ovšem často mohou pojit s negativními důsledky plynoucími z jejich užívání. V první řadě se jedná například o bezpečnost na internetu, vliv na reálný život a sociální dovednosti jedince. Vzhledem ke zranitelnosti mladistvých se jedná o kritickou oblast, na kterou je nutné brát zřetel. Při správném používání sociálních sítí ovšem lze minimalizovat nežádoucí dopady, a naopak maximalizovat užitek, který sociální sítě a digitální média nabízejí.

K vypracování této části bylo třeba nastudovat řadu primárně cizojazyčných zdrojů, které v oblasti sociálních sítí poskytují aktuální informace týkající se problematiky. Na základě zjištěných skutečností byla stanovena metoda a praktické části práce, pro kterou bylo zvoleno kvantitativní formy dotazníkového šetření na vybrané základní škole. Zejména studium literárních zdrojů v rámci teoretické části práce mi rozšířilo znalosti, na základě čehož jsem následně strukturovala podobu praktické části práce.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

### Literární zdroje

- BENDL, Stanislav. 2015. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Vydání 1. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4248-9.
- BOHÁČEK, Jiří. 2020. *Sociologie řízení*. 1. vydání. [Praha]: Vysoká škola ekonomie a managementu. ISBN 978-80-88330-09-7.
- FLOSS, Pavel. 2021. *Aktéři humanismu a rané renesance*. Vydání první. V Praze: Vyšehrad. ISBN 978-80-7429-349-8.
- GILLERNOVÁ, Ilona a Lenka KREJČOVÁ. 2012. *Sociální dovednosti ve škole*. Vyd. 1. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-3472-9.
- HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. 2011. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Vyd. 2., aktualiz. [i.e. 3. vyd.]. Praha: Portál.
- HOFBAUER, Břetislav. 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.
- CHEEVER, Nancy A., Larry D. ROSEN a L. Mark CARRIER. 2015. *The Wiley handbook of psychology, technology and society*. Malden, MA: Wiley Blackwell. ISBN 9781118772010.
- KNOTOVÁ, Dana. 2011. *Pedagogické dimenze volného času*. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-223-9.
- KOLÁŘ, Zdeněk. 2012. *Výkladový slovník z pedagogiky: 583 vybraných hesel*. Vyd. 1. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3710-2.
- KOŽÍŠEK, Martin a Václav PÍSECKÝ. 2016. *Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online*. První vydání. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-5595-3.
- KREJČOVÁ, Lenka. 2011. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících*. Vyd. 1. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-3474-3.
- PÁVKOVÁ, Jiřina. 2008. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-423-6.



- PÁVKOVÁ, Jiřina. 2014. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-666-6.
- PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. 2013. *Pedagogický slovník*. 7., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0403-9.
- ŘÍČAN, Pavel. 2021. *Cesta životem: vývojová psychologie*. 4., doplněné vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1783-1.
- SLAMĚNÍK, Ivan. 2011. *Emoce a interpersonální vztahy*. Vyd. 1. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3311-1.
- SMOLÍK, Josef. 2017. *Subkultury mládeže: sociologické, psychologické a pedagogické aspekty*. Vydání: první. Brno: Mendelova univerzita v Brně. ISBN 978-80-7509-498-8.

## Periodika

AICHNER, Thomas, Matthias GRÜNFELDER, Oswin MAURER a Deni JEGENI. 2021. Twenty-Five Years of Social Media: A Review of Social Media Applications and Definitions from 1994 to 2019. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* [online]. **24**(4): 215-222 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1089/cyber.2020.0134. ISSN 2152-2715. Dostupné na internete: <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/cyber.2020.0134>

AUHUBER, Lea, Mandy VOGEL, Nico GRAFE, Wieland KIESS a Tanja POULAIN. 2019. Leisure Activities of Healthy Children and Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [online]. **16**(12) [cit. 2022-07-19]. DOI: 10.3390/ijerph16122078. ISSN 1660-4601. Dostupné na internete: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/12/2078>

BÄCK, Emma A, Hanna BÄCK, Annika FREDÉN a Nils GUSTAFSSON. 2019. A social safety net? Rejection sensitivity and political opinion sharing among young people in social media. *New Media & Society* [online]. **21**(2): 298-316 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1177/1461444818795487. ISSN 1461-4448. Dostupné na internete: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1461444818795487>

BERRYMAN, Chloe, Christopher J. FERGUSON a Charles NEGY. 2018. Social Media Use and Mental Health among Young Adults. *Psychiatric Quarterly* [online]. **89**(2): 307-314 [cit. 2022-07-16]. DOI: 10.1007/s11126-017-9535-6. ISSN 0033-2720. Dostupné na internete: <http://link.springer.com/10.1007/s11126-017-9535-6>

BEST, Paul, Roger MANKTELOW a Brian TAYLOR. 2014. Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review* [online]. **41**: 27-36 [cit. 2022-07-16]. DOI: 10.1016/j.childyouth.2014.03.001. ISSN 01907409. Dostupné na internete: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0190740914000693>

BOER, Maartje, Regina J.J.M. VAN DEN EIJDEN, Meyran BONIEL-NISSIM et al. 2020. Adolescents' Intense and Problematic Social Media Use and Their Well-Being in 29 Countries. *Journal of Adolescent Health* [online]. **66**(6): 89-99 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2020.02.014. ISSN 1054139X. Dostupné na internete: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1054139X20300835>

- BRAILOVSKAIA, Julia, Fabienne STRÖSE, Holger SCHILLACK a Jürgen MARGRAF. 2020. Less Facebook use – More well-being and a healthier lifestyle? An experimental intervention study. *Computers in Human Behavior* [online]. **108** [cit. 2022-07-18]. DOI: 10.1016/j.chb.2020.106332. ISSN 07475632. Dostupné na internete: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0747563220300868>
- GÜNDÜZ, Uğur. 2017. The Effect of Social Media on Identity Construction. *Mediterranean Journal of Social Sciences* [online]. **8**(5): 85-92 [cit. 2022-07-16]. DOI: 10.1515/mjss-2017-0026. ISSN 2039-2117. Dostupné na internete: <https://www.richtmann.org/journal/index.php/mjss/article/view/10062>
- KELES, Betül, Niall MCCRAE a Annmarie GREALISH. 2020. A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth* [online]. **25**(1): 79-93 [cit. 2022-07-16]. DOI: 10.1080/02673843.2019.1590851. ISSN 0267-3843. Dostupné na internete: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02673843.2019.1590851>
- MACLEAN, Fiona, Derek JONES, Gail CARIN-LEVY a Heather HUNTER. 2013. Understanding Twitter. *British Journal of Occupational Therapy* [online]. **76**(6): 295-298 [cit. 2022-07-19]. DOI: 10.4276/030802213X13706169933021. ISSN 0308-0226. Dostupné na internete: <http://journals.sagepub.com/doi/10.4276/030802213X13706169933021>
- MANSFIELD, Louise, Norma DAYKIN a Tess KAY. 2020. Leisure and wellbeing. *Leisure Studies* [online]. **39**(1): 1-10 [cit. 2022-07-10]. DOI: 10.1080/02614367.2020.1713195. ISSN 0261-4367. Dostupné na internete: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02614367.2020.1713195>
- MONTAG, Christian, Haibo YANG a Jon D. ELHAI. 2021. On the Psychology of TikTok Use: A First Glimpse From Empirical Findings. *Frontiers in Public Health* [online]. **9** [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.3389/fpubh.2021.641673. ISSN 2296-2565. Dostupné na internete: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2021.641673/full>
- MOWBRAY, John A a Hazel HALL. 2021. Using social media during job search: The case of 16–24 year olds in Scotland. *Journal of Information Science* [online]. **47**(5): 535-550 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1177/0165551520927657. ISSN 0165-5515. Dostupné na internete: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0165551520927657>

- OLTULU, Pembe, Abul Ala Syed Rifat MANNAN a Jerad M. GARDNER. 2018. Effective use of Twitter and Facebook in pathology practice. *Human Pathology* [online]. **73**: 128-143 [cit. 2022-07-19]. DOI: 10.1016/j.humpath.2017.12.017. ISSN 00468177. Dostupné na internete: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0046817717304884>
- ORBEN, Amy. 2020. Teenagers, screens and social media: a narrative review of reviews and key studies. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* [online]. **55**(4): 407-414 [cit. 2022-07-19]. DOI: 10.1007/s00127-019-01825-4. ISSN 0933-7954. Dostupné na internete: <http://link.springer.com/10.1007/s00127-019-01825-4>
- SAWYER, Susan M, Peter S AZZOPARDI, Dakshitha WICKREMARATHNE a George C PATTON. 2018. The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health* [online]. **2**(3): 223-228 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1016/S2352-4642(18)30022-1. ISSN 23524642. Dostupné na internete: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S2352464218300221>
- SEGEV, Noam, Noam AVIGDOR a Eytan AVIGDOR. 2018. Measuring Influence on Instagram. In: *The 41st International ACM SIGIR Conference on Research & Development in Information Retrieval* [online]. New York, NY, USA: ACM, s. 1009-1012 [cit. 2022-07-19]. DOI: 10.1145/3209978.3210134. ISBN 9781450356572. Dostupné na internete: <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3209978.3210134>
- SHAH, Reena a Ruchi TEWARI. 2021. Mapping Emoji Usage Among Youth. *Journal of Creative Communications* [online]. **16**(1): 113-125 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1177/0973258620982541. ISSN 0973-2586. Dostupné na internete: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0973258620982541>
- SHARMA, Shweta a H. V. VERMA. 2018. Social Media Marketing: Evolution and Change. HEGGDE, Githa a G. SHAINESH, eds. *Social Media Marketing* [online]. Singapore: Springer Singapore, s. 19-36 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1007/978-981-10-5323-8\_2. ISBN 978-981-10-5322-1. Dostupné na internete: [http://link.springer.com/10.1007/978-981-10-5323-8\\_2](http://link.springer.com/10.1007/978-981-10-5323-8_2)
- SHUTSKO, Aliaksandra. 2020. User-Generated Short Video Content in Social Media. A Case Study of TikTok. MEISELWITZ, Gabriele, ed. *Social Computing and Social Media. Participation, User Experience, Consumer Experience, and Applications of Social*

*Computing* [online]. Cham: Springer International Publishing, s. 108-125 [cit. 2022-07-19]. Lecture Notes in Computer Science. DOI: 10.1007/978-3-030-49576-3\_8. ISBN 978-3-030-49575-6. Dostupné na internete: [http://link.springer.com/10.1007/978-3-030-49576-3\\_8](http://link.springer.com/10.1007/978-3-030-49576-3_8)

SIDDIQUI, Shabnoor a Tajinder SINGH. 2016. Social Media its Impact with Positive and Negative Aspects. *International Journal of Computer Applications Technology and Research* [online]. **5**(2): 71-75 [cit. 2022-07-16]. DOI: 10.7753/IJCATR0502.1006. ISSN 23198656. Dostupné na internete:

<http://ijcat.com/archives/volume5/issue2/ijcatr05021006.pdf>

UHLS, Yalda T., Nicole B. ELLISON a Kaveri SUBRAHMANYAM. 2017. Benefits and Costs of Social Media in Adolescence. *Pediatrics* [online]. **140**(2): 67-70 [cit. 2022-07-16]. DOI: 10.1542/peds.2016-1758E. ISSN 0031-4005. Dostupné na internete: [https://publications.aap.org/pediatrics/article/140/Supplement\\_2/S67/34168/Benefits-and-Costs-of-Social-Media-in-Adolescence](https://publications.aap.org/pediatrics/article/140/Supplement_2/S67/34168/Benefits-and-Costs-of-Social-Media-in-Adolescence)

YANG, Cheng-Liang a Yen-Chun Jim WU. 2019. The relationships between personality and Facebook photographs: A study in Taiwan. *Cogent Business & Management* [online]. **6**(1) [cit. 2022-07-18]. DOI: 10.1080/23311975.2019.1577521. ISSN 2331-1975.

Dostupné na internete:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/23311975.2019.1577521>

YAU, Joanna C. a Stephanie M. REICH. 2018. Are the Qualities of Adolescents' Offline Friendships Present in Digital Interactions?. *Adolescent Research Review* [online]. **3**(3): 339-355 [cit. 2022-07-19]. DOI: 10.1007/s40894-017-0059-y. ISSN 2363-8346. Dostupné na internete: <http://link.springer.com/10.1007/s40894-017-0059-y>

YANG, Cheng-Liang a Yen-Chun Jim WU. 2019. The relationships between personality and Facebook photographs: A study in Taiwan. *Cogent Business & Management* [online]. **6**(1) [cit. 2022-07-18]. DOI: 10.1080/23311975.2019.1577521. ISSN 2331-1975.

Dostupné na internete:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/23311975.2019.1577521>

UHLS, Yalda T., Nicole B. ELLISON a Kaveri SUBRAHMANYAM. 2017. Benefits and Costs of Social Media in Adolescence. *Pediatrics* [online]. **140**(2): 67-70 [cit. 2022-07-16]. DOI: 10.1542/peds.2016-1758E. ISSN 0031-4005. Dostupné na internete:

[https://publications.aap.org/pediatrics/article/140/Supplement\\_2/S67/34168/Benefits-and-Costs-of-Social-Media-in-Adolescence](https://publications.aap.org/pediatrics/article/140/Supplement_2/S67/34168/Benefits-and-Costs-of-Social-Media-in-Adolescence)

### **Internetové zdroje**

Crush. n.d. *Slovník cizích slov* [online]. [cit. 2022-07-13]. Dostupné na internete:

<https://www.infoz.cz/crush/>

JIAO, Yongbing, Jian YANG a Shanling XU. 2013. A Study of the Impact of Social Media Characteristics on Customer Adoption Intention of Social Media. In: *Proceedings of the 2013 International Academic Workshop on Social Science (IAW-SC-13)* [online]. Paris, France: Atlantis Press, s. - [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.2991/iaw-sc.2013.252. ISBN 978-90-78677-84-0. Dostupné na internete: <http://www.atlantis-press.com/php/paper-details.php?id=9536>

KONG, Qingchao, Wenji MAO, Guandan CHEN a Daniel ZENG. 2020. Exploring Trends and Patterns of Popularity Stage Evolution in Social Media. *IEEE Transactions on Systems, Man, and Cybernetics: Systems* [online]. **50**(10): 3817-3827 [cit. 2022-07-13]. DOI: 10.1109/TSMC.2018.2855806. ISSN 2168-2216. Dostupné na internete: <https://ieeexplore.ieee.org/document/8428538/>

## **SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha A: Dotazníkové šetření

## Příloha A – Dotazníkové šetření

### Vliv sociálních sítí na sociální dovednosti mladistvých

Ahoj,

Prosím Tě o vyplnění dotazníku, který slouží pro účely výzkumu bakalářské práce na téma *Vliv sociálních sítí na sociální dovednosti mladistvých*. Níže Tě čeká 49 otázek, na které prosím upřímně, a pravdivě odpověz zakroužkováním jedné z možností. Pokud na Tebe žádná z nabízených možností nesedí, zaškrtni políčko jiné a uveď. Další instrukce jsou upřesněné u konkrétních otázek. Dotazník je anonymní, nikam neuvádíš ani Tvé jméno, ani jiné údaje. Výsledky budou použité pouze pro účely bakalářské práce.

Děkuji za Tvůj čas.

Váš podpis (Vaše jméno)

#### Základní údaje o Tobě

**Otázka č. 1.** Jakého jsi pohlaví?

- Muž
- Žena

**Otázka č. 2.** Kolik je Ti let?

- 14
- 15
- 16
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 3.** Kolik máš sourozenců?

- Jsem jedináček
- 1
- 2
- 3
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 4.** Rodiče:

- Jsou spolu
- Jsou rozvedení----- žiju ve střídavé péči  
má mě v péči otec  
má mě v péči matka  
jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 5.** Mým rodičům je:

- 30-40
- 41-50
- 51-60
- Jiné \_\_\_\_\_



- 
- Otázka č. 6.** Máš kamarády? Kolik?
  - Mám jen jednoho nejlepšího kamaráda
  - 1-5
  - 10-15
  - Jiné \_\_\_\_\_

- Otázka č. 7.** Zaškrtni tvrzení, která na tebe sedí.
  - Jsem komunikativní
  - Jsem otevřený/á
  - Rád/a navazuji nová přátelství
  - Nerád/a navazuji nová přátelství
  - Mám rád/a pozornost
  - Rád/a se chlubím ostatním svými schopnostmi
  - Jsem společenský/á
  - Jsem samotář/ka
  - Jsem stydlivý/á, když mám mluvit s kamarády
  - Jsem stydlivý/á, když mám mluvit s lidmi, které neznám
  - Jsme stydlivý/á, když mám mluvit s dospělými.

### Sociální síť

**Otázka č. 8.** Používáš nějaké sociální sítě? (můžeš zaškrtnout i více možností)

- Nepoužívám
- Tiktok
- Snapchat
- Instagram
- Facebook
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 9.** Od jakého roku Tvého věku používáš sociální sítě?

- Od 9 let
- Od 11 let
- Od 13 let
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 10.** Kolik času trávíš na sociálních sítích?

- 2 hodiny denně
- Párkrát do týdne
- Párkrát do měsíce
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 11.** Mají podle Tebe sociální sítě nějaký pozitivní vliv na tvoje komunikační dovednosti? – rozepiš přesně- v čem Ti pomáhají, co Ti přináší.

**Otázka č. 12.** Jak moc jsi na sociálních sítích aktivní? (označ všechna tvrzení, která na Tebe sedí)

- Nejsm aktivní, jsem jen pozorovatel
- Většinou dávám Like
- Postuju příspěvky (fotografie/video)
- Komentuji příspěvky

**Otázka č. 13.** Myslíš si, že jsou sociální sítě vhodným prostředkem k získávání nových přátelství?

- Ano
- Ne
- Proč? \_\_\_\_\_

**Otázka č. 14.** Máš v reálném životě stejnou identitu jako na sociálních sítích?

- Ano
- Ne-----proč?

**Otázka č. 15.** Cítíš se na sociálních sítích více sebevědomý/á? Dodává Ti anonymita nebo Tvoje fungování tam víc odvahy?

- Ano ----- cítím se více průbojný/á
  - Více se předvádím
  - Více se ukazuji své fotky a videa
  - Projevují zde své názory
  - Jiné\_\_\_\_\_
- Ne

**Otázka č. 16.** Co je pro Tebe na sociálních sítích nejdůležitější? (Zaškrtni 1-4, 1-nejdůležitější, 4- nejméně důležité)

- Popovídat si s kamarády
- Sledovat jiné úspěšné lidi
- Získávat informace a přehled
- Sbírat liky

**Otázka č. 17.** Komentuješ negativně posty pod falešným jménem?

- Ano
- Ne -----Proč? \_\_\_\_\_

**Otázka č. 18.** Jsi na sociálních sítích upřímný/á a sám/sama sebou?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 19.** Znáš nějakého tiktokera se vzdělávacím obsahem?

- Ano-----jaké je jeho zaměření? \_\_\_\_\_
- Ne

**Otázka č. 20.** Sleduješ tiktokery se vzdělávacím obsahem? Přijde Ti jejich obsah přínosný?

- Ano-----proč?
- Ne-----proč?

**Otázka č. 21.** Ocenil/a bys, kdyby učitel tvořil tiktoky a snažil se ti něco předat i mimo vyučování skrz soc. sítě?

- Ano ----- Jaká by byla Tvá představa?
- Ne

**Otázka č. 22.** Dáváš si při psaní na soc. sítě pozor na gramatiku a pravopis?

- Ano
- Ne -----proč? \_\_\_\_\_

**Otázka č. 23.** Myslíš si, že skrz komunikaci na sociálních sítích děláš více pravopisných chyb a neřešíš chyby, oproti tomu, kdybys třeba někomu psal dopis nebo smsku?

- Ano -----proč?
- Ne

### **Komunikační dovednosti**

**Otázka č. 24.** Co Ti na sociálních sítích při komunikaci vadí? (můžeš zaškrtnout více možností)

- Nemůžu se dotyčné osobě podívat do očí
- Nemůžu se s dotyčnou osobou obejmout
- Vadí mi, že nevidím, jak se dotyčná osoba tváří
- Na komunikaci přes soc. sítě mi nic nevadí

**Otázka č. 25.** Je pro Tebe snazší se svěřit kamarádovi přes soc. sítě?

- Ano
- Ne
- Proč \_\_\_\_\_

**Otázka č. 26.** Kdybys měl/a problém, jak bys ho řešil/a radši? Napiš, konkrétní problém, který bys řešil/a přes. soc. sítě, a který osobně.

- Přes soc. sítě
- Osobě
- Příklad: \_\_\_\_\_

**Otázka č. 27.** Myslíš si, že můžeš přes soc. sítě někoho pochopit a podpořit stejně jako osobně?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 28.** Jaká témata řešíš se svými kamarády přes soc. sítě nejvíce?

- Vztahy mezi vrstevníky
- Školu
- Sexualitu
- Rodiče
- Partnerské vztahy
- Vztahy mezi vrstevníky
- Přátelství
- Koníčky

- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 29.** V čem se podle Tebe liší osobní komunikace a konverzace od komunikace na soc. sítích ?

**Otázka č. 30.**

**Otázka č. 31.** Komunikuješ přes soc. sítě více, než mluvíš v reálném životě?

- Ano-----proč?
- Ne -----proč?

**Otázka č. 32.** Utváříš nové vztahy prostřednictvím sociálních sítí?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 33.** Jsou pro Tebe vztahy vytvořené přes sociální sítě, stejně plnohodnotné a dlouhodobé, nebo ne?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 34.** Oslovuješ na soc. sítích někoho, koho bys v reálném životě ze strachu neoslovil/a?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 35.** Používáš v konverzacích zkratky/slang? Jaké/jaký ?

- POV:
- Crush
- Gm
- Gn
- Doomer
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 36.** Komunikuješ skrze soc.sítě s někým ze školy, ale ve škole se s ním nebavíš, protože by to mohlo narušit tvé postavení?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 37.** Psal/a sis někdy s někým za účelem zesměšnit ho?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 38.** Když s někým vedeš zajímavou konverzaci, printscreenuješ jí a přeposíláš ji svému dalšímu kamarádovi?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 39.** Používáš skupinové chaty? Máš nějaké takové? Souvisejí s volným časem? (např. skupina fotbal, kde si domlouváte tréninky, zápasy)

- Ano
- Ne

- Jaké \_\_\_\_\_

**Otázka č. 40.** Jaké využíváš v komunikaci na soc. sítích komunikační prostředky? (Můžeš zaškrtnout více možností)

- Smajlíky
- Gify
- Memy
- Vlastní fotomontáže
- Fotomontáže
- Vlastní fotografie
- Videá
- Vlastní videa
- Fotografie
- Slova
- Nepoužívám
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 41.** Je pro Tebe snazší použít Smajlíka/gif/atd.. než svou emoci vyjádřit slovně?

- Ano
- Ne

**Otázka č. 42.** Jak na Tebe působí zpráva, která Ti přijde bez smajlíka?

- Úplně normálně
- Problém
- Vážná konverzace
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 43.** Když někomu pošleš smajlíka, prožíváš opravdu takovou emoci, kterou smajlík ukazuje?

- Ano
- Ne
- Zřídka
- Jen nevím, co mám odpovědět
- Situace si to vyžaduje
- Jiné \_\_\_\_\_

**Otázka č. 44.** Zažil jsi někdy při komunikaci na sociální síti úzkost z toho, že za daným člověkem nemůžeš hned přijít a např. obejmou ho, atd...?

- Ano
- Ne
- V jaké situaci \_\_\_\_\_