

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra humanitních věd



Diplomová práce

ICT v současné společnosti

Vliv komunikačních technologií na volný čas žáků na ZŠ ve městě a na venkově

Bc. Rebeka Cindrová

© 2018 ČZU v Praze

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Rebeka Cindrová

Hospodářská a kulturní studia

Název práce

ICT v současné společnosti – Vliv komunikačních technologií na chování žáků na ZŠ ve městě a na venkově

Název anglicky

ICT in today's society – The impact of digital media on pupils' leisure time at primary schools in the city and village

Cíle práce

Cílem diplomové práce je porovnat a zhodnotit, zda a jaký význam mají ICT na trávení volného času žáků ve vybraných ZŠ.

Metodika

Teoretická část diplomové práce proto (jako předpoklad zpracování části empirické), vychází z prostudování teoretické literatury, odborných zdrojů, pramenů, kronik, materiálů a dokumentů vztahujících se ke sledované problematice. Propojení teoretické a empirické části diplomové práce tvoří sekundární a komparativní analýza dat o trávení volnočasových aktivit žáků vybraných ZŠ. Cílem navazujícího, vlastního, empirického šetření, řešeného pomocí polostandardizovaných rozhovorů se žáky a učiteli, je objasnit důvody a předpoklady pro trávení volnočasových aktivit ve vybraných ZŠ. Získaná data budou zpracována, analyzována, komparována, vyhodnocena a interpretována za účelem naplnění stanoveného cíle diplomové práce.

Doporučený rozsah práce

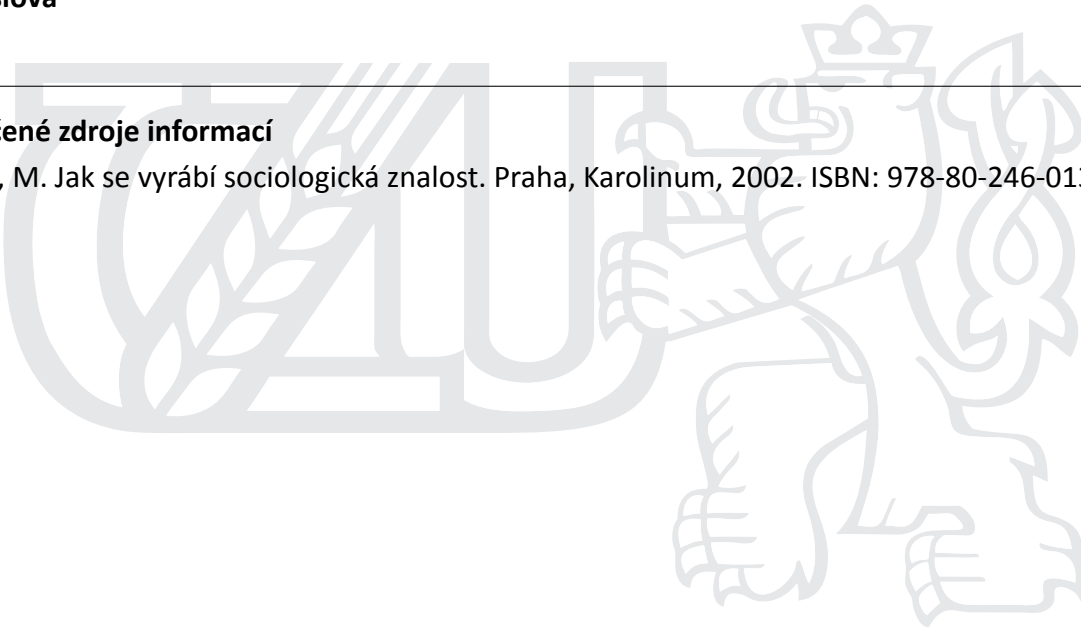
50 – 60 stran textu

Klíčová slova

ICT

Doporučené zdroje informací

DISMAN, M. Jak se vyrábí sociologická znalost. Praha, Karolinum, 2002. ISBN: 978-80-246-0139-7.



Předběžný termín obhajoby

2017/18 LS – PEF

Vedoucí práce

Ing. Lucie Kocmánková Menšíková, Ph.D.

Garantující pracoviště

Katedra humanitních věd

Elektronicky schváleno dne 20. 3. 2018

prof. PhDr. Michal Lošťák, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 21. 3. 2018

Ing. Martin Pelikán, Ph.D.

Děkan

V Praze dne 31. 03. 2018

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci "ICT v současné společnosti, Vliv komunikačních technologií na volný čas žáků na ZŠ ve městě a na venkově" jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu použitých zdrojů na konci práce. Jako autorka uvedené diplomové práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušil autorská práva třetích osob.

V Praze dne 31.3.2018

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala Ing. Lucii Kocmánkové Menšíkové, Ph.D. za vedení diplomové práce, cenné rady a čas, který mi věnovala. Dále bych ráda poděkovala zástupcům základních škol a respondentům za ochotu při poskytování rozhovorů.

ICT v současné společnosti

Vliv komunikačních technologií na volný čas žáků na ZŠ ve městě a na venkově

Souhrn

Diplomová práce se zabývá informačními a komunikačními technologiemi v současné společnosti, a to konkrétně u žáků základních škol. Cílem překládané práce je zjistit, zda a jak používání moderních komunikačních technologií žáky základních škol ovlivňuje jejich chování o přestávkách mezi vyučovacími hodinami. Práce také komparuje chování žáků o přestávkách v městském prostředí a v prostředí venkovském.

Práce je rozdělena do dvou hlavních částí. V první části jsou vymezena teoretická východiska pro vlastní empirické šetření. V rámci této části jsou popsány moderní komunikační technologie a přístup současné společnosti k nim. Také zde autorka popisuje možné negativní dopady nadměrného používání moderních komunikačních technologií na lidskou psychiku. V této souvislosti uvádí také možnosti, jak těmto důsledkům předejít. Jednou z nich je vhodná náplň volného času dětí. Druhé části práce, empirickému šetření, předchází sekundární analýza dat již uskutečněných výzkumných šetření, které jsou zaměřeny na téma moderních komunikačních technologií a volného času dětí a také na fenomén závislosti na mobilních telefonech.

Cílem samotného empirického šetření bylo zjistit, jakým činnostem se věnují žáci osmých tříd o přestávkách a zda na výběr a četnost těchto činností má vliv používání mobilních telefonů a prostředí, ve kterém se škola nachází. Výzkumné šetření probíhalo kvalitativní formou pomocí pozorování a polostrukturovaných rozhovorů.

Klíčová slova: žáci, informační a komunikační technologie, chování žáků, společnost, závislost, děti, volný čas, základní škola, město, venkov

ICT in contemporary society

The impact of communication technologies on pupils' leisure time at secondary schools in the countryside and city environment

Summary

This diploma thesis concentrates on information and communication technologies in contemporary society, specifically ICT and secondary school pupils. The goal of the thesis is to find if there is an impact of modern communication technologies usage on pupils behaviour within the breaks. The thesis also compares pupils behaviour within the breaks in city environment and countryside environment.

The diploma thesis has two main parts. In the first one there is a theoretical base for empirical research as a description of modern communication technologies and contemporary society attitude. There is also a description of possible negative effects of excessive ICT usage on human psyche. In this context this part of thesis describes also possibilities of how to prevent those effects. One of the possibilities is proper content of children leisure time. After this part of thesis there comes the secondary analysis of the same theme researches. Second part of thesis is the empirical research.

The goal of empirical research is to find out the content of pupils leisure time within the breaks and if there is an effect of modern communication technologies usage and environment on their behaviour. The qualitative research consists of observation and semi structured interviews.

Keywords: pupils, information and communication technologies, pupils behaviour, society, addiction, children, leisure time, secondary school, city, country

Obsah

1 Úvod.....	9
2 Cíl práce a metodika	12
3 ICT v současné společnosti.....	16
3.1 Informační a komunikační technologie.....	16
3.2 Moderní komunikační technologie a kyberprostor	17
3.3 Moderní komunikační technologie a liská psychika.....	22
3.3.1 Závislost.....	22
3.4 Moderní komunikační technologie ve vzdělávacím procesu	39
3.5 Jak zmírnit negativní dopady moderních komunikačních technologií	42
4 Volný čas a jeho trávení.....	48
4.1 Trávení volného času ve městě a na venkově	53
4.1.1 Městské prostředí	54
4.1.2 Venkovské prostředí	56
4.2 Volný čas a úloha školy	57
4.3 Role ICT ve volném čase	60
Shrnutí teoretické části	61
5 Sekundární a komparativní analýza dat z již uskutečněných výzkumů zabývajících se problematikou moderních komunikačních technologií a volného času	64
5.1 Volný čas a média ve výzkumech.....	68
5.2 Nomofobie ve výzkumech	73
6 Empirické šetření	79
6.1 Výzkumný vzorek a lokalita	79
6.1.1 Školy povolující používání mobilních telefonů o přestávkách.....	80
6.1.2 Školy zakazující používání mobilních telefonů o přestávkách.....	82
6.2 Průběh terénního šetření.....	84
6.2.1 Pozorování žáků.....	84
6.2.2 Rozhovory s pedagogy.....	86
6.3 Výsledky terénního šetření.....	88
6.3.1 Pozorování	88
6.3.2 Rozhovory.....	96
Shrnutí empirického šetření	105
7 Závěr.....	110
8 Seznam použitých zdrojů	114

9 Přílohy	119
Podrobná analýza pozorovaných aktivit v průběhu všech přestávek.....	119
Sociální prostředí - tabulka	120
Záznamové archy – pozorování žáků o přestávkách.....	121
Přepisy rozhovorů s pedagogy z vybraných škol.....	135

Seznam obrázků

Obrázek 1 – Míra psychologické (světle šedá) a farmakologické (tmavě šedá) aktivace systému odměňování v pokusu se zvířaty.....	22
Obrázek 2 – Souvislost mezi mírou používání smartphonu, akademickou výkonností, úzkostí a životní spokojeností.....	30
Obrázek 3 - Dotazník pro určení FoMO	33
Obrázek 4 – Počet zakázek mobilů vydaných v 91 britských sekundárních školách v letech 2000 až 2012.....	46
Obrázek 5 – Zájem o výrazy nomophobia (modrá) a phone addiction (červená) v průběhu času – celosvětově	74
Obrázek 6 - Zájem o výrazy nomofobie (modrá) a závislost na mobilu (červená) v průběhu času – Česká republika	75

Seznam tabulek

Tabulka 1 - Diagnostická kritéria závislosti na internetu a počítačových hrách.	27
Tabulka 2 – Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech, hard data – Česká republika	65
Tabulka 3 - Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech, hard data – svět....	67
Tabulka 4 – Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech: Volný čas	69
Tabulka 5 – Informace o komparovaných výzkumech – Česká republika.....	71
Tabulka 6 - Průniky témat jednotlivých výzkumů.....	72
Tabulka 7 - Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech: Nomofobie.....	77
Tabulka 8 – Základní informace o zkoumaných školách	80
Tabulka 9 – Průměrné podíly žáků pozorovaných při jednotlivých aktivitách v průběhu přestávek	88
Tabulka 10 – Porovnávané rozdíly mezi jednotlivými faktory (prostředí/telefony)	89
Tabulka 11 – Závěry z analýzy pozorování.....	95
Tabulka 12 – Základní informace o respondentkách.....	96

Tabulka 13 – Zapojení žáků v jednotlivých aktivitách v průběhu jednotlivých přestávek 119

Tabulka 14 – Záznam z pozorování žáků o přestávkách – sociální prostředí 120

1 Úvod

Jedním z charakteristických znaků současnosti je globalizace. Ta propojuje svět dosud nebyvalým způsobem, zkracuje vzdálenosti, urychluje obchodování a celkově zrychluje proud času. Globalizace by ovšem nebyla bez digitalizace, tedy převodu a uchovávání informací v digitální podobě napříč systémy, státy, společnostmi. (Psohlavec, 1999). Ta se snaží hledat možnosti opírající se o digitální technologie za účelem vyšší efektivity společnosti. Podle psychologa Spitzera (Kybernemoc, 2016) jsou v současné době digitalizací zasaženy všechny společnosti a kultury a děje se to takovou rychlostí, jakou se doposud neuskutečňovala žádná jiná globální kulturní změna. Jedná se o neustálé rozšiřování digitálních technologií do běžného života a každodenního fungování společnosti, ať už v podobě užitečných digitálních pomůcek pro postižené či jinak znevýhodněné občany, zapojování digitálních technologií do výuky v podobě interaktivních tabulí, počítačů a tabletů, či stále se rozšiřující vybavenosti rodin, a především dětí moderními technologiemi. Čím dál častější a všudypřítomné používání digitálních technologií má samozřejmě několik důsledků. Některé, jako například zefektivnění výuky či zcela jistě potřebná pomoc znevýhodněným jedincům, jsou pozitivní, jiné mají naopak negativní dopad. A ten může být v mnoha případech velice vážný, jak lze již v současnosti pozorovat na soudobé společnosti. Děti a mladí lidé jsou závislí na digitálních technologiích a tato závislost tak ovlivňuje jejich další rozvoj, sociální vztahy, komunikaci a jiné aspekty potřebné pro správné fungování společnosti. Lze tak s nadsázkou říci, že neustálým rozšiřováním digitálních technologií mezi mladé lidi, a především ty nejmenší si společnost kope svůj hrob v podobě asociálních jedinců neschopných fungovat v kontextu společnosti.

Tématem této diplomové práce je sledování vlivu moderních komunikačních technologií na způsob trávení volného času dětí během přestávek mezi vyučovacími hodinami ve škole. Práce se zabývá tím, zda a jak používání moderních technologií ovlivňuje chování dětí, kolik času s technologiemi tráví a jak se to následně promítá do jejich jednání a interakcí o přestávkách mezi vyučovacími hodinami. Pro co nejlepší výsledek této práce budou porovnávány školy, ve kterých žáci smí používat technologie o přestávkách a ty, kde je to zakázáno. Práce také porovnává předmět sledování u dětí z městské školy a dětí z venkovské školy, kde by se mohlo předpokládat, že vliv moderních technologií není tak znatelný.

Současná generace dětí, které dnes navštěvují základní školy je generací, která se s moderními technologiemi setkává téměř od narození, pro což bývají někdy nazývány digitálními domorodci. Je to dáno zejména tím, že už jejich rodiče patří do generace, která moderní technologie jako jsou mobilní telefony, počítače, ale i sociální sítě, používala od nízkého věku, vybudovala si k nim proto poněkud úzký vztah, který následně výchovou předává svým dětem. Pokud jsou rodiče již po narození dítěte zvyklí na každodenní používání mobilního telefonu, počítače a sociálních sítí, dítě ani nemá jinou možnost, než přijít do takového prostředí a tyto technologie brát jako přirozenou součást světa a rodinného prostředí.

Ojedinelé nejsou ani případy, kdy dítě „žije“ virtuální život na sociální síti ještě dříve, než je schopné mluvit nebo chodit. V takovém případě jsou to nejčastěji rodiče, kteří vkládají na sociální sítě fotografie svých dětí, nebo jim v extrémních, ale ne zcela výjimečných případech zakládají jejich osobní uživatelské profily a jejich jménem na ně přidávají fotografie a osobní příběhy. Dítě takového rodiče už tedy od narození vyrůstá před obrazovkou mobilního telefonu, je osvětleno monitorem počítače nebo vystavováno objektivu fotoaparátu. Bylo by tedy naprosto nečekané, kdyby takové dítě ve školním prostředí, kde se setkává s dětmi rodičů stejné generace, dobrovolně odmítalo používání mobilního telefonu nebo jiného zařízení a upřednostňovalo jiný způsob trávení volného času než ten, na který je zvyklé.

Není samozřejmě možné považovat všechny rodiče a děti této generace za negativně ovlivňované moderními technologiemi. Je mnoho rodičů, kteří vychovávají své děti jinak a pokud možno bez těchto technologií. Důvodem může být mimo jiné pravděpodobně to, že sami byli vychováváni v podobném prostředí, nebo že jsou natolik uvědomělí, že se snaží případné technologické závislosti svých dětí předejít.

Největším rozdílem mezi dnešní mladou generací a těmi předchozími je především pojetí trávení volného času. Zatímco ještě generace rodičů dnešních žáků základních škol si hrála ve volném čase venku s kamarády a doma trávila co nejméně času, dnešní děti tento model otočily o sto osmdesát stupňů – venku tráví čas většinou jen na popud rodičů a když mohou, tráví čas doma u obrazovky či s mobilním telefonem v ruce. Tento trend je dán samozřejmě i změnou vnějšího prostředí. Na venkově ubylo prostoru pro bezpečné hraní dětí a v městském prostředí přibýlo aut a různých dalších nebezpečí. Již v roce 2002 uvedl výzkum Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy znepokojující zprávu, že

současný vývoj volnočasových aktivit dětí není zcela optimistický, a to tak, že aktivity dětí se stávají více pasivní, konzumní a nenáročné. Pouze jedna aktivita v roce 2002 měla každodenní frekvenci, a to sledování televize. Lze předpokládat, že v průběhu následujících patnácti let se tento trend výrazně nezlepšil. (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, 2002). K jeho zmírnění může přispět několik faktorů. Největší vliv a tím pádem i změna může přijít z rodinného prostředí, zejména tedy od rodičů a jejich přístupu a výchovy dětí. S tím souvisí také volnočasové aktivity, jejichž výběr je stěžejní pro zdravý a správný rozvoj osobnosti dítěte a zamezení rizikovému chování například právě v podobě závislosti na digitálních technologiích.

2 Cíl práce a metodika

Cílem této diplomové práce je zjistit stav současné společnosti ve vztahu k informačním a komunikačním technologiím, a to konkrétně na žácích základních škol. Diplomová práce zjišťuje, jaký vliv mají digitální média na volný čas žáků o přestávkách mezi vyučovacími hodinami na základní škole ve městě a jaký na venkově. Aby mohla být změna chování dětí přikládána používání digitálních technologií, budou v diplomové práci komparovány školy, které v rámci školního řádu používání moderních technologií o přestávkách zakazují a ty, které se touto problematikou v rámci svých školních řádů nezabývají.

Diplomová práce je rozdělena do dvou částí. Teoretická část je věnována informačním a komunikačním technologiím v současné společnosti, popisuje nejpoužívanější technologie a další fenomén dnešní doby - sociální sítě. Vzhledem k narůstajícímu poměru času trávenému v aktivním kontaktu s technologiemi v poměru k času trávenému jiným, aktivním způsobem již od nízkého věku dítěte, se v současné společnosti nezdá vyskytovat případy patologické závislosti dětí na moderních technologiích a nezájem vůči svému okolí. V této souvislosti je v teoretické části práce popsáno, jakým způsobem může nadměrné používání digitálních technologií ovlivňovat lidskou psychiku a chování a vývoj dětí. V podkapitole Informační a komunikační technologie ve vzdělávacím procesu je popsána současná situace technologií ve školství, kdy jsou začleňovány do každodenní výuky a nedílnou součástí školních tříd se tak stávají například tablety, interaktivní tabule či notebooky. Nelze říci, že používání ICT má jen negativní dopad na vývoj a chování dítěte. Zapojování technologických pomůcek do výuky může pozitivně přispívat k rozvoji schopností a dovedností dětí, a to mnohdy lépe než jiné metody výuky. Avšak podle odborníků jsou negativní dopady technologií na žáky stále větší než ty pozitivní. Proto je také v závěru první kapitoly popsáno, jakým způsobem lze zmírnit negativní dopady moderních komunikačních technologií a jak jim předcházet.

Pro navazující empirickou část práce je nutné, aby se teoretická část věnovala také způsobům trávení volného času dětmi a volnému času samotnému. Ten není jednoduché zcela jasně definovat, v literatuře existuje více vysvětlení, a především více pohledů, jak na volný čas nahlížet. Obecně ho ale lze chápat jako dobu, kdy jedinec není zaměstnán pracovní nebo studijně, může se svobodně rozhodovat, jak s tímto časem naloží a dělat aktivity, do kterých ho nikdo nenutí, ani do nich není nucen podvědomě. (Hofbauer, 2004). Způsob trávení volného času se liší mimo jiné v závislosti na místě a věku dítěte. Záleží

například na možnostech, které dané prostředí dítěti nabízí a zejména na rodinném prostředí, ve kterém je dítě vychovááno. Volný čas je také z části ovlivňován školou a volnočasovými aktivitami, které žákům nabízí. O tom pojednává podkapitola Volný čas a úloha školy, která se mimo jiné také zabývá volným časem přímo v průběhu školního dne, tedy přestávkami mezi vyučovacími hodinami, kdy žáci nemají žádný pevný program a aktivity, kterým se budou věnovat, si vybírají sami.

Teoretickou a empirickou část práce propojuje sekundární a komparativní analýza dat z již uskutečněných výzkumů na téma dětí a moderních technologií a dětí a volného času, ať už se jedná o závislost, četnost používání, způsoby trávení volného času, rozmanitost technologií nebo vlivu rodiny na vznik závislosti dítěte.

Empirická část práce sestává z poznatků uvedených v teoretické části, sekundární analýzy a provedeního kvalitativního výzkumu. Sběr primárních dat pro empirickou část probíhal pomocí polostrukturovaných rozhovorů, kdy respondenty byli učitelé na základních školách, kteří mají dohled nad žáky v průběhu přestávek. Dále také pozorováním chování žáků staršího školního věku, tedy 8. tříd čtyř základních škol o přestávkách mezi vyučovacími hodinami. Za starší školní věk je označováno období ve vývoji dítěte zhruba od 12 do 15 let věku dítěte, tedy zpravidla od věku, kdy dítě postoupí na vyšší stupeň základního vzdělávání do jeho ukončení. S tímto obdobím bývá spojováno velké množství změn z pohledu dítěte, ať už fyziologických či intelektových, čímž se toto období může stát poněkud problematické. (Vágnerová, 2012)

Dvě ze zkoumaných tříd se nacházejí na základních školách v Praze, ty reprezentují školy ve velkém městě, dalšími dvěma jsou třídy na základních školách v malých obcích čítajících méně než tisíc obyvatel. Vždy jedna škola z městského prostředí a jedna z venkovského prostředí představují školu zakazující svým žákům používání moderních komunikačních technologií o přestávkách.

Vzhledem k neustále se zmenšujícímu rozdílu mezi městským a venkovským životem nelze jednoznačně odlišit městská a venkovská sídla na základě životního stylu obyvatel. V současné době stále více lidí žije městským způsobem života, ale žijí na venkově, město pro ně představuje především práci, tedy zdroj financí. Naopak někteří lidé žijící na městské periferii jsou sice obyvateli města, nicméně vzhledem k lokalitě svého bydliště žijí venkovským způsobem života a centrum města navštěvují jen kvůli zaměstnání, nákupům, nebo vůbec. Jednoznačně definovat venkovská a městská sídla tedy

v dnešní době nelze, je možné pouze předložit určitá fakta, jako je počet obyvatel, hustota obydlení či občanská vybavenost, na základě kterých je možné určit, zda se podle právní legislativy jedná o město či venkovské sídlo. Pro účely této práce je za větší město považováno město s více jak 300 tisíci obyvateli a za menší obec, a tedy venkovské prostředí, taková obec, která má méně než 1000 obyvatel. Podrobněji je této problematice věnována pozornost v teoretické části práce.

Pro empirickou část práce byl zvolen kvalitativní výzkum, jelikož jeho pomocí, na rozdíl od kvantitativního výzkumu, kterým lze získat rozsáhlá statistická data, se lze dostat hlouběji do zkoumaného tématu, což tato práce vyžaduje. Pomocí kvalitativního výzkumu získává autorka náhled na pohled a motivaci dětí pro jejich chování v souvislosti s moderními technologiemi a tím může lépe porozumět jejich chování a názorům.

Kvalitativní výzkum lze charakterizovat jako výzkum, u kterého je kladen důraz na porozumění významům lidského chování a zkušenosti a získání podrobného náhledu na pohledy zkoumaných jedinců. (Hendl, 2005). Podle Hendla je vhodné použít kvalitativní výzkum v případě, pokud chce autor získat subjektivní zkušenosti a porozumět kontextu jednání a chování jedinců. Lze ho použít i pro prvotní seznámení a proniknutí do nové nebo složité oblasti. Kvalitativní výzkum je někdy považován za sbírku subjektivních dojmů, protože výzkumník může do velké míry ovlivnit výsledek svými postoji a zaujetím. Pro tento typ výzkumu platí, že se otázky, hypotézy a možné směry přetvářejí nebo vznikají až v průběhu samotného výzkumu. Oproti tomu kvantitativní výzkum předpokládá, že lidské chování a jednání lze numerizovat a předvídat.

Během kvalitativního výzkumu je uplatňován induktivní přístup, kdy se z vyzkoumaných problémů odvozují obecně platná pravidla a vzorce. Nejprve jsou sesbírána data, poté vytvořeny hypotézy a na závěr dochází k formulaci nových teorií. Naopak kvantitativní výzkum vzniká na základě deduktivní logiky. Na začátku výzkumu jsou známé teorie, následně dochází k vytvoření hypotéz, poté je vybrán vzorek a teprve poté jsou sesbírána data. Nakonec dochází k ověřování hypotéz a konečnému závěru, zda jsou hypotézy platné či nikoliv. Nevýhodou kvalitativního výzkumu může být nízká reliabilita a nemožnost zobecnit vytvořené teorie na celou populaci. (Hendl, 2005, Disman, 1998).

Kvalitativní i kvantitativní výzkumy využívají techniky sběru dat, do kterých patří pozorování, rozhovory a studium dokumentů. Nejčastěji se používají techniky

zúčastněného pozorování, nestandardizovaný rozhovor, analýza dokumentů a dotazník, který je nejčastěji využíván v kvantitativním výzkumu při větším počtu respondentů. (Disman, 1998). Pro tuto práci byla zvolena technika nezúčastněného pozorování, a to z toho důvodu, aby výzkumník získal ničím neovlivněné a bezprostřední informace o přirozeném chování a jednání respondentů. Některé skutečnosti nemohou být pozorovány, proto autorka zvolila také techniku polostrukturovaného rozhovoru s učiteli, kteří jsou v blízkém kontaktu se zkoumanými jedinci. Rozhovor probíhá jako interakce respondenta a tazatele, kdy v případě polostrukturovaného rozhovoru jsou předem dány otázky rozhovoru, které je třeba zodpovědět, ale které nemusí mít přesné pořadí ani znění. Je na obou účastnících, jak bude rozhovor probíhat a jak budou otázky a odpovědi formulovány, proto jej lze označit za pružný. Pro použití rozhovoru se výzkumník rozhoduje tehdy, kdy nelze použít jinou techniku sběru dat – dotazník či pozorování. Díky rozhovoru lze snadno kontrolovat získaná data a dostat informace o historických událostech, pro které se jiná technika sběru dat ne vždy hodí. Naproti tomu, nevýhodou rozhovoru může být to, že se respondent nemusí chovat zcela přirozeně a v přítomnosti tazatele své výpovědi zaměňovat s realitou. Další významnou technikou při kvalitativním výzkumu může být studium dokumentů. Tu lze využít zejména pro studium osobních dokumentů, které nebyly vytvořeny pro účely daného výzkumu. (Hendl, 2005)

Pro účely této práce byl zvolen jako technika sběru dat polostrukturovaný rozhovor, pozorování a studium dokumentů. To bylo zaměřeno na analýzu již uskutečněných výzkumů na téma moderních technologií, volného času a chování dětí, které sloužily jako podklad pro realizovaný výzkum. Polostrukturované rozhovory a pozorování byly vedeny na již zmíněných základních školách s učiteli pozorovaných žáků.

3 ICT v současné společnosti

3.1 Informační a komunikační technologie

Současnou společnost lze nazvat společností informační, pro kterou je typické využívání moderních informačních technologií a digitálních komunikací a využívání digitálního zpracování, uchování a přenosu informací. Významnou ekonomickou aktivitou se tak stává zpracování informací, což podstatně ovlivňuje charakter společnosti. (Zlatuška, 1998). V této společnosti si lze jen těžko představit život bez informačních a komunikačních technologií. Tento pojem (dále jen ICT, z anglického Information and Communication Technologies) *obecně zahrnuje technologie, jako jsou mobilní telefony, počítače, internet a s nimi spojené systémy, aktivity a procesy, které se podílejí na zobrazení, zpracování, skladování a přenosu informací a dat elektronickou cestou.* (Český statistický úřad, 2010). S tímto pojmem úzce souvisí zkratka IT, tedy Information Technologies, která ale do své podstaty nezahrnuje komunikaci (Communication). Ta představuje výměnu informací a jejich přenos mezi jednotlivými počítači, zařízeními a sítěmi. Díky rostoucím požadavkům a nárokům v oblasti informací a jejich šíření a sdílení, se ICT staly součástí každodenního života a jsou v současnosti využívány ve státní, podnikatelské i soukromé sféře. ICT ve svém významu zahrnuje širokou škálu technologických produktů a aplikací, ale nejvýznamnějším pro většinu lidí je v posledních letech počítač. Ať už se jedná o střediskové počítače používané v průmyslu, osobní počítače v kancelářích a domácnostech nebo mikroregulátory používané v širokém okruhu moderních technologických produktů, všechny mají několik věcí společných. Všechny mají centrální procesor CPU (z anglického Central Processing Unit), který řídí určitý program; všechny mají nějakou formu paměťového úložiště pro uchování daného programu a všechny mají vstupní a výstupní zařízení, která jim umožňují spolupracovat s lidmi nebo technologiemi, pro něž byly vytvořeny. V případě stolního počítače jsou vstupními zařízeními klávesnice a myš, výstupní zařízení pak monitor, případně tiskárna. U televize přichází vstup z našeho operování s dálkovým ovládním a výstup se objeví na obrazovce televize. (Siraj-Blatchford, Whitebread 2003). První počítač sestrojil německý inženýr Konrád Zuse v roce 1938. V té době se jednalo o počítačový stroj o velikosti jedné místnosti. Prvním počítačem v Československu byl SAPO (SAmočinný POčítač) roce 1957. Éra takto velkých počítačových strojů trvala 24 let, kdy byl v roce 1981 vyroben první

počítač z generace počítačů trvající dodnes. Jmenoval se IBM PC a jeho použití zaručovalo vyšší spolehlivost, menší rozměry, vyšší rychlost a kapacitu paměti. (Mendelova Univerzita v Brně). Později se k této generaci počítačů přidal také přenosný počítač, který je dnes běžným vybavením studentů a mladých lidí.

Dalšími oblíbenými technologiemi této doby jsou mobilní telefon, který je pro mnohé lidi nepostradatelnou součástí. První mobilní telefon byl vyroben již v roce 1973 společností Motorola. K uživatelům se však dostal až o deset let později, kdy jej si jej mohli pořídit bohatí uživatelé v USA za 4 000 dolarů. Menší verze mobilních telefonů byly již běžně k dostání v devadesátých letech dvacátého století. Od té doby se postupně vystřídal mnoho trendů, mobilní telefony tak například měli vyklápěcí či vysunovací displej, či dokonce displeje dva. (Česká televize, 2013). V poslední době jsou oblíbené také tablety, která představují určitý kompromis mezi televizí a počítačem. Lze na nich procházet internet, sledovat různé pořady a hrát hry, což je při jejich rozměrech, které jsou větší než mobilní telefon, ale menší než televizní obrazovka, pro uživatele velice příjemné. Navíc je tablet lehce přenosný, což je výhodou opět oproti televizi a počítači či laptopu. V tomto směru je mohou předčít jen chytré telefony, které nabízejí v podstatě stejné možnosti jako výše zmíněný tablet, navíc lze s nimi, oproti tabletům, také telefonovat a posílat SMS zprávy. Vzhledem k těmto možnostem a velikosti dnešních chytrých telefonů, která nemá daleko k velikosti tabletů, jsou chytré telefony stále nejpoužívanější moderní technologií současnosti.

3.2 Moderní komunikační technologie a kyberprostor

Za kyberprostor (cyberspace) lze podle slovníku Oxford English Dictionary označit pomyslné prostředí, v němž probíhá komunikace v počítačových sítích. Někdy je tímto výrazem označován souhrnně celý internet nebo zjednodušeně vše, co funguje jako komunikační médium mezi počítači nebo telefony. (Spitzer, 2016). A právě tyto dva zmíněné přístroje patří k nejpoužívanějším a nejrozšířenějším technologiím dnešní doby. Mobilní **telefon** používá více než 99 procent obyvatel České republiky ve věku 16 až 54 let. Výrazně nejpočetnější věková skupina s přístupem na internet přes mobilní telefon jsou mladí lidé ve věku 16 až 24 let, přístup má více než 77 procent. **Počítač** používá denně či téměř denně více jak polovina lidí starších 16 let, z toho jsou opět nejvýraznější skupinou mladí lidé od 16 do 24 let, denně jich používá počítač 91 procent. V této věkové kategorii

používá **internet** (ať už z počítače či telefonu) denně či téměř denně téměř 93 procent lidí, což je oproti roku 2010 nárůst o 23 procent. Zaměříme-li se ale na ostatní věkové skupiny, najdeme mnohem výraznější rozdíl v každodenním používání internetu. Například nárůst lidí používajících internet denně ve věku 35 až 44 let byl během 5 let 35 procent. (Český statistický úřad, 2016). Tato zpráva statistického úřadu z roku 2016 pracuje s daty z předchozího ukončeného roku, jedná se tedy o data starší než dva roky, což vzhledem k neustále rostoucí dostupnosti moderních komunikačních technologií a pokrytí internetem dnes představuje data poněkud zastaralá a současná situace může být odlišná.¹ (Spitzer, 2016)

Velké popularitě se v současné společnosti těší také sociální sítě. To jsou podle badatelek v oblasti technologií Nicole Ellisonové a Danah M. Boydové webové stránky umožňující svým uživatelům vytvořit si veřejný či poloveřejný profil v rámci uzavřeného systému, vytvořit si seznam dalších uživatelů, s nimiž jsou ve spojení, a v rámci daného systému prohlížet a procházet své seznamy kontaktů, případně kontakty dalších uživatelů. Díky těmto možnostem mohou dále navazovat kontakty, komunikovat s lidmi z celého světa, a především sdílet s ostatními své pocity, zážitky a fotografie. Oproti předchozí podobě začínajících sociálních sítí v devadesátých letech dvacátého století je pro dnešní podobu typická neanonymita uživatelů. Sociální sítě požadují uživatelské jméno a další osobní údaje pro založení profilu. Dále záleží na uživateli, jaké další informace o sobě zveřejní. Uživatelé tak odkrývají své „pravé já na internetu“, jak jej popsal John Bargh, kdy o sobě sdílejí a prezentují informace, které chtějí, aby utvářely jejich osobnost, kterou tak předkládají dalším uživatelům. Ta se však může zásadně lišit od jejich „pravého já“², které vychází ze skutečných vlastností člověka, které nemusí nutně plně projevit v běžném společenském životě. Podle jedné studie to popsala studentka používající Facebook následovně:

Poznáte-li na Facebooku lidi, které jste téměř ani nepotkali, můžete si zprvu myslet, že je znáte; nakonec se však ukáže, že ve skutečnosti pouze víte, která díla, kapely a filmy se jim líbí – nebudete vědět, jakým způsobem reagují na určité situace a krize, přičemž

¹ Při současné rostoucí tendenci lze logicky očekávat uvedená procenta vyšší, novější data bohužel zatím nejsou k dispozici.

² „Pravé já“ popsal poprvé v roce 1951 americký psycholog Carl Rogers

právě tato reakce může odkrýt jejich „skutečnou“ identitu ostatním, či dokonce jim samotným. (Spitzer, 2016)

Sociální sítě existují již od roku 1997. Dnes mezi nejpoužívanější patří Facebook, Instagram, Twitter, MySpace, Tumblr, LinkedIn, Snapchat, přičemž v počtu uživatelů i popularity v západním světě dominuje právě Facebook. V porovnání s ostatními sociálními sítěmi jsou uživatelé Facebooku neaktivnější – více jak polovina jich navštíví Facebook denně, průměrný uživatel Facebooku s chytrým telefonem kontroluje svůj profil čtrnáctkrát za den.³ (Greenfieldová, 2016). Přestože je dnes široká nabídka sociálních sítí a mnohé z nich jsou také velice populární, tato práce se bude dále podrobně zabývat pouze Facebookem, a to právě z výše zmíněného důvodu, tedy největší dlouhodobé popularity a největšímu množství nasbíraných dat a výzkumů o jeho uživateli.

Chytré telefony

Ještě před několika málo lety byl chytrý telefon (smartphone)⁴ privilegiem mládeže a mladých dospělých, dnes je nejchtěnějším vánočním a narozeninovým dárkem u žáků základních škol a bezpochyby nejpoužívanější komunikační technologií dnešní doby. V některých člancích si dokonce vysloužil označení „nové lidové drogy“, což podporují i data z Německa, kde během dvou let vzrostl podíl uživatelů chytrých telefonů ve skupině mladých lidí o 42 procent, ve Švýcarsku během stejné doby o 23 procent. (Spitzer, 2016)

Důvodem jeho častého, nebo ve většině případů dokonce nepřetržitého používání je jeho všestranné využití. Chytrý telefon totiž zvládne téměř vše, na co si jeho uživatel vzpomene. Psycholog Manfred Spitzer ho přirovnává ke známému švýcarskému noži, který člověk dříve nosil stále u sebe a kterým se dalo krájet, řezat, brousit, šroubovat, a ještě mnoho dalšího. Cokoliv totiž dnešní mladí lidé dělají, vždy u toho současně používají chytrý telefon – podle příslušných výzkumů dokonce i při sexu. (Spitzer, 2016). V roce 2011 se přes 60 procent mladých Američanů (ve věku 18 až 22 let), kteří vlastnili chytrý

³ Zde je opět nutné brát v úvahu, že uvedená data jsou z roku 2011, tudíž lze očekávat současná data mnohem vyšší.

⁴ Podle společnosti Sun Marketing je smartphone telefon vybavený vyspělým operačním systémem s aplikačním rozhraním, které umožňuje vytváření aplikací třetími stranami a nabízí svým uživatelům pokročilé funkce téměř srovnatelné s možnostmi počítačů a permanentní připojení k internetu.

telefon, připojovalo jeho prostřednictvím na internet, díky tomu si vysloužili označení “hyperconnected“ (nadměrně připojení). (Spitzer, 2016). Vzhledem k rychlosti tohoto vývoje je ale nutné brát tato data opět jako překonaná.

Obrovský vliv chytrých telefonů na životy jejich uživatelů pramení z jejich neustálé dostupnosti. To je jejich velká výhoda oproti televizím, počítačům, herním konzolám a dalším technologiím. Chytrý telefon v sobě totiž ukrývá všechny tyto možnosti, a navíc je díky jeho rozměrům možné nosit ho neustále u sebe, ať už v kapse či kabelce. Jeho vliv je obrovský, jelikož díky všem těmto neustále přítomným možnostem jeho využití odvádí své uživatele od věcí a lidí v jejich bezprostředním okolí, a to i přesto, že je v podstatě spojuje s celým světem.

Nejčastějšími aktivitami, pro které jsou chytré telefony využívány, jsou telefonování, posílání a přijímání zpráv (emaily, SMS apod. – 94 procent), používání sociálních sítí (Facebook, Twitter, Instagram apod. – 69 procent), hraní her (57 procent), sledování videí na YouTube (44 procent) a nakupování (37 procent). (Spitzer, 2016).

Především pro mladé lidi je chytrý telefon tak samozřejmou součástí života, že si dokáží jen těžko představit svůj život bez něj. Jeho neustálou přítomnost je možné pozorovat ve veřejném prostoru čím dál častěji. V městské dopravě, v restauracích a kavárnách, v parku a samozřejmě i ve škole. Čím dál více se vytrácí volná zábava, osobní komunikace, čtení knih či novin. Bohužel nadměrné používání mobilních telefonů s sebou tak samozřejmě nese i negativní následky pro jejich uživatele. Podle Spitzera nemá neustálé používání chytrého telefonu nic společného se soustředěním, pozorností a duševními výkony, naopak – vede k roztěkanosti, snížené duševní výkonnosti, úzkosti, stresu nebo až k chronickým následkům jako je nespavost, deprese, osamělost.

Paradoxem je, že rozptylování pozornosti je dnes v podstatě žádaná dovednost například u kancelářských pracovních pozic, jen ne pod tímto označením, ale pod pojmem multitasking. Ten u svých zaměstnanců požaduje většina firem stejně samozřejmě, jako třeba znalost cizích jazyků nebo ovládání počítačových programů. Podle neurologa Spitzera pro člověka ale řešení více úkolů najednou není přirozené a podle příslušných studií mají ženy stejně jako muži problém při současném řešení dvou složitých komplexních úloh. Snaha o provozování multitaskingu při práci či učení tak vede k neefektivnosti a jeho každodenní provozování nevede k jeho naučení či zlepšení, ale k poruše pozornosti. O tom, jak je multitasking neefektivní píše i Daniel Levitin ve své

knize *The Organised Mind*. O neefektivnosti multitaskingu se přesvědčili i v USA, kde se již před lety odhadovalo, že americké hospodářství ztrácí každoročně 650 miliard dolarů jen tím, že prakticky všichni zaměstnanci se snaží provozovat multitasking, což však neumějí, a tudíž jsou méně produktivní. (Spitzer, 2016).

Velmi rozšířená forma multitaskingu u mládeže je mediální multitasking, tedy používání různých médií k zábavě ve volném čase. Multitasking je také velmi rozšířený především na univerzitách, s přesvědčením, že prospívá učení a urychluje jeho proces. Studenti tak na přednáškách využívají své notebooky nejen ke sledování přednášky, prezentací a dalším aktivitám spojeným s probíranou látkou, ale v mnohem větší míře také k dalším aktivitám naprosto nesouvisejícím s přednáškou. Tomuto trendu napomáhá především všudypřítomné internetové připojení (Wi-Fi), což umožňuje studentům v prostorách školy a přednáškových místnostech brouzdat na internetu, chatovat na sociálních sítích, poslouchat hudbu, vyřizovat e-maily, posílat SMS zprávy nebo sledovat videa na YouTube. Čím jsou studenti mladší, tím tyto aktivity provozují častěji.⁵ Bylo prokázáno, že psaní SMS zpráv, podobně jako chatování a používání Facebooku během čtení textu nebo při přednášce vykazuje signifikantně negativní vliv na pochopení látky a tím pádem i na učební výkon. Zajímavé je, že k ještě horším výsledkům vede přihlížení multitaskingu někoho jiného během přednášky. Z řady studií vyplynulo, že se studenti cítili velmi silně rozptylováni jinými studenty, kteří během výuky používali elektronická média. (Spitzer, 2016)

⁵ Tyto informace zjistila americká psycholožka Lydia Buraková při výzkumu na 774 studentech v průměrném věku zhruba 20 let. Z nich pouze 9 studentů uvedlo, že se během přednášky nevěnují žádné jiné aktivitě, než je přednášené téma. (Spitzer, 2016)

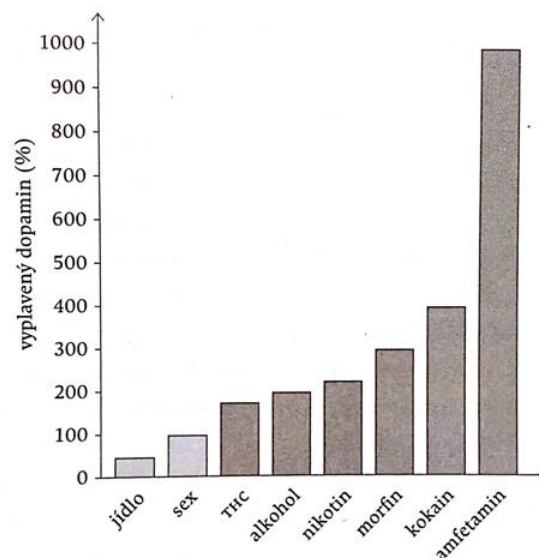
3.3 Moderní komunikační technologie a lidská psychika

3.3.1 Závislost

Za principem závislosti stojí systém odměňování v lidském mozku. Ten propůjčuje zkušenostem zvláštní význam tím, že jim přiřazuje hodnocení. Události v psychologickém smyslu slova vznikají skrze svou význačnost, tedy tím, že jim člověk přiřazuje hodnocení, a tím je vyzdvihuje z plynulého proudu zážitků. Díky tomuto hodnocení zážitků a událostí vznikají vzpomínky, které jsou uloženy v lidské paměti a pomáhají nám orientovat se ve světě. K tomu je nutné vědět, co je pro nás dobré a co špatné. Lidský mozek tedy nevytváří jen všeobecné zkušenosti („jablka jsou chutná“), ale díky jeho neustálému proměňování vytváří i konkrétní jednotlivé události a zkušenosti („jablka ze třetího stromu jsou obzvlášť chutná“). Ty se stávají obsahem paměti a jsou v tomto systému učení těsně propojeny s libostí. Význačnost, kterou událostem přiřazujeme, závisí na součtu právě přítomných emocí. (Spitzer, 2016). Lidé se v aktivizaci svého systému odměňování geneticky liší. Tyto rozdíly vedou k tomu, že události lidi naplňují starostmi nebo zvědavostí. Existují dokonce choroby, které zasahují tento systém, takže všechno nabývá buď příliš velkého významu, nebo naopak žádného významu; slabší aktivizace tohoto systému tedy představuje rizikový faktor.

Pro závislost je typické, že užívání nějaké látky nebo jednání má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. (Plocová, 2018). Typická je také silná touha užívat danou látku nebo se vykonávat danou činnost. Dalším z podstatných znaků závislosti je vědomé tolerování jejich negativních důsledků při konzumaci návykové látky. V dnešní době jsou známy dva

Obrázek 1 – Míra psychologické (světle šedá) a farmakologické (tmavě šedá) aktivace systému odměňování v pokusu se zvířaty



Zdroj: Spitzer, 2016

typy závislosti – látková a nelátková. Látkové závislosti jsou známé už po staletí, patří sem nejčastěji se vyskytující závislosti – alkoholismus, kouření, drogové závislosti. Vedle toho nelátkové závislosti jsou ze své podstaty závislostmi na určitém chování, jelikož i ty vedou k umělé aktivaci závislostních okruhů. Nelátková závislost může vzniknout u náchylných lidí nebo při déletrvajících excesech v chování, a to hlavně když je dané chování často (ne však vždy) odměňováno. Nepravidelné odměňování je pro vznik nelátkové závislosti důležité. Právě díky náhodnému přerušovanému posilování lze nejtrvaleji ovlivnit chování a dojít k určitému návyku.

Z pokusů provedených na zvířatech je známo, že touha po návykové látce je tak silná, že překoná i strach ze známého a reálného nebezpečí. Závislost je tedy silnější než strach. O tom, zda se jedná o závislost ale nerozhoduje aktivace systému odměn, ale to, zda a do jaké míry je vlivem excesů v chování, na jejichž rozvoji se systém odměňování původně podílel, narušen průběh života. Proto dalším podstatným prvkem závislostí jsou negativní dopady na život ve všech oblastech – psychosociální, pracovní i zdravotní. (Spitzer, 2016)

Závislost na jídle

Zvláštní význam samozřejmě získává příjem potravy, jelikož je nezbytná k přežití a k získání energie. Potrava je tedy jedním z nejdůležitějších přirozených podnětů, které systém odměňování aktivují a působí také jako odměna. Návykové látky rovněž aktivují systém odměňování a vyvolávají tím příjemné pocity, což ale nevede k ničemu jinému než jen příjemnému pocitu. Návykové látky totiž aktivují tento systém mnohem silněji než psychické zážitky, proto může být pocit vyvolaný těmito látkami silnější než pocity spojené s příjmem potravy. A právě tím vzniká závislost – patologické chování, které dlouhodobě ničí život a které lze jen obtížně změnit.

Je prokázáno, že aktivace systému odměňování během příjmu potravy souvisí s radostí z jídla a že u lidí s nadváhou je tato aktivace nižší. (Spitzer, 2016). Musí proto jíst více, aby dosáhli stejného efektu odměny. Na stejném principu fungují i chorobné závislosti. Stejně jako u lidí s nadváhou sahají chorobně závislí lidé po silněji působících látkách. Nadváha se tak co do mechanismů velmi blíží závislosti.

Vliv reklamy na obezitu

Velký vliv na vznik obezity mají také média, konkrétně reklama v nich vysílaná. Dříve již bylo prokázáno, že sledováním televize se tloustne, novější data také prokazují, že se tento mechanismus přenáší právě sledovanou reklamou. Nejzranitelnější skupinou jsou v tomto směru děti. Učí se velice rychle bez ohledu na to, jaké obsahy jim jsou nabídnuty, a nemají ještě rozvinuto kritické myšlení, proto jsou tak zranitelné a vůči reklamě bezbranné. To je také důvod, proč se vysílá televizní reklama cílená na tuto skupinu, což mimo jiné způsobuje, že dítě při nástupu do školy (v USA) zná více než dvě stě názvů značek a výrobků. Tato informace není až tak překvapivá, protože právě v USA, kde byl průzkum prováděn, začínají děti sledovat televizi v průměrném věku devíti měsíců a devadesát procent všech dětí pravidelně sleduje televizi již ve věku dvou let. Z údajů z roku 2015 z Německa a USA vyplývá, že děti se s obrazovkami médií (počítače, televize, tablety, a především chytré telefony) setkávají v čím dál časnějším věku. (Spitzer, 2016). Tato alarmující čísla a tlak různých aktivistických skupin vedly k tomu, že ve Švédsku je už více než dvacet let veškerá reklama cílená na děti zakázána. Stejně tak je reklama na nezdravé potraviny zaměřená na děti zakázána v Jižní Koreji. Také Velká Británie tento problém řeší, od roku 2008 je v televizi zakázáno před devátou hodinou večerní vysílat reklamy na nezdravé potraviny (junk food). (iDnes, 2016).

Reklama na nezdravé potraviny nemá vliv jen na obezitu dětí, působí také na jejich rodiče. Ti, kteří chtějí pro své děti to nejlepší, jsou totiž vrháni do trvalé nejistoty a svůj zájem udělat pro své dítě to nejlepší musí prosazovat proti reklamě, a tím i proti svým dětem. Mnohdy se proto stává, že rodiče podlehnou tlaku společnosti a dají přednost komfortu, ceně, pohodlnosti a odměně v podobě uspokojeného dítěte, před svým původním přesvědčením.

Údaje publikované německým ministerstvem zdravotnictví ukazují, že pokud by se v Německu prosadil zákon zakazující reklamu na nezdravé potraviny zaměřené na děti, dlouhodobě by se ve zdravotnictví každoročně ušetřilo 15 miliard eur a zmizela by přímá příčina deseti až dvaceti tisíc úmrtí. (Spitzer, 2016)

Gamblerství

Na základě výše zmíněných poznatků bylo jako první nelátková závislost uznáno patologické hráčství. U něho můžeme pozorovat právě výše zmíněný vznik závislosti díky

přerušovanému posilování. Hráč nevyhraje vždy, ale vytrvalým úsilím se výhry vždy v určité míře dočká, což ho motivuje k dalšímu hraní a sázení vyšších částek. To má za následky psychické problémy, finanční problémy, ztrátu zaměstnání, vztahové problémy a ztrátu vztahu s realitou.

Stejný princip nepravidelného přerušovaného posilování můžeme sledovat i u závislosti na počítačových hrách. Podstatou hry je zpravidla vyhrát, a to je také hlavní motivací především mladých lidí hrajících počítačové hry. Samotné programy a nastavení her napomáhá tomu, že hráč občas vyhraje, ale ne vždy. Tím se zvyšuje jeho motivace a touha vyhrát znovu a postupně může vznikat závislost. Moderní hry reagují na hráče tím, že přizpůsobují obtížnost hry přesně na tu úroveň, kdy je ještě pro hráče zvládnutelná, ovšem s určitými potížemi a tím i vyšším vynaloženým úsilím. Na této úrovni se tedy výhra nepovede vždy, ale hráč má pocit, že má výhru na dosah ruky a že se zlepšuje s každou hrou natolik, že tu další už vyhrát musí. (Spitzer, 2016). Odměňující účinek výhry na aktivaci systému odměňování je větší, když je protivníkem (i když jen fiktivním) člověk, a ne stroj. Navíc při hraní počítačových her, kde se lidé učí zabíjet cizí tvory, srážet lidi autem nebo bojovat ve válce, se zvyšuje agresivita, která se může přenášet, a ve většině případů se také přenáší i do reálného života. Proti tomuto názoru se vystupuje často s tím, že je omezený a že přehlíží například vážné hry („serious games“), které skutečně mohou sloužit k učení a rozvíjení určitých dovedností. Při pohledu na seznamy nejúspěšnějších her je však jasné, že takové hry hraje jen málo lidí a že v obrovské míře převažují právě agresivitu podporující hry. Někteří lidé namítají, že je v pořádku a správné, když se dítě baví a když dělá to, co má rádo. To je sice pravda, ale je třeba vzít v úvahu dopady, jaké způsobuje dlouhodobé a časté hraní. Počítačové hry mohou masivně poškozovat život mládeže už jen tím, že jí zabírají příliš mnoho času a mladí lidé pak nemají kdy se věnovat jiným aktivitám, které by pro ně byly naopak z dlouhodobého hlediska prospěšné – sportovní aktivity, koníčky, kamarádi, četba, komunikace v rodině. Omezení těchto aktivit a zvyšování času stráveného hraním se nutně projeví na životním úspěchu dětí, na jejich sebeovládání, sociálním soužití a dosahování cílů v reálném životě. Ukazuje se, že motivem pro gamblerství bývají pocity nedostatečnosti a sociální problémy, které se hrou odreagovávají nebo dávají vzniknout touze po rozptýlení.

Patologické hráčství bude od června roku 2018 zařazeno na seznam duševních nemocí světové zdravotnické organizace (WHO). Zařazení choroby na seznam je podle

šéfa WHO jen prvním krokem. Poté má WHO vypracovat směrnice ukazující možnosti léčby. (Pařanství jako diagnóza. Závislost na videohrách bude na seznamu nemocí, 2018)

Závislost na internetu

Internet sám o sobě závislost nevytváří, má však jednoznačné charakteristiky, které vznik závislostního chování podporují. Funguje to stejně jako při hraní her či sázení na internetu – důležitá je zde náhodná složka, kdy uživatel někdy na internetu něco najde, jindy ne; někdy si přečte zajímavou zprávu, jindy ne; někdy dostane email, jindy ne. Vedle toho vzniká permanentní strach, že něco prošvihne, což také zvyšuje čas strávený na internetu a omezuje životní činnosti. Uživatel zanedbává jiné povinnosti, má abstinenční příznaky, ztrátu kontroly a zájmu o všechno ostatní, stává se neupřímným, je osamělý a sociálně upadá. Pokud k těmto příznakům uživatel splňuje ještě alespoň pět z devíti diagnostických kritérií (viz Obrázek 2), lze říci, že se jedná o uživatele závislého na internetu či počítačových hrách. Co se týče aktivace systému odměňování, u závislosti na internetu je prokázáno, že odměňující podněty (pochvala za dobré výkony) mají ve srovnání s lidmi bez závislosti na internetu menší aktivizující účinek. Podle studie z Maďarska se ukazuje, že problémové používání internetu je častější než problémové hraní online her. (Spitzer, 2016), avšak intenzivní používání internetu nebo hraní na počítači zvyšuje riziko problémového používání daného média a v menší míře i druhého z obou médií.

Přesto, že je závislost na internetu v současné době celosvětovým problémem, stále je některými odborníky (v tomto případě spíše odborníky na technologie, případně vzdělávání) propagována a často doporučovaná časná konfrontace dětí s digitálními technologiemi, což podle nich působí jako preventivní opatření k ochraně dětí. Ovšem místo podpory kritického myšlení tím jen posilují nežádoucí sklony a přispívají ke vzniku závislosti.

V následující tabulce jsou přehledně popsány prvky závislosti na počítačových hrách, pomocí nichž lze určit diagnózu této závislosti.

Tabulka 1 - Diagnostická kritéria závislosti na internetu a počítačových hrách.

1. hlavní činnost	posedlost hraním (hráč neustále přemýšlí o minulých nebo budoucích hrách; hraní dominuje jeho každodennímu životu; pozn: nejde o hazardní hru)
2. abstinenční příznaky	podrážděnost, poruchy soustředění, úzkost a stísněná nálada
3. vytvoření tolerance	hraním se musí trávit stále více času
4. ztráta kontroly	hráč nedokáže své hraní záměrně omezit
5. ztráta zájmu	dřívější koníčky a volnočasové aktivity ho již nezajímají
6. negativní důsledky	smiřuje se s negativními psychosociálními dopady hraní
7. lži, klamy	příbuzná, přátelé nebo terapeuti jsou klamáni o skutečném rozsahu hraní
8. zlepšení nálady	hraní kvůli zahnání úzkosti, pocitů viny, bezmoci, problémů nebo stresu
9. osamělost, sociální úpadek	partnerské konflikty, rozchod, zlom v kariéře (ztráta pracovní pozice, předčasné ukončení studia)

Zdroj: Spitzer, 2016

Závislost na Facebooku

Závislost na Facebooku funguje na podobném principu jako závislost na internetu. Uživatel se snaží uspokojit svou touhu po pospolitosti, zábavě, ukrátit si dlouhou chvíli nebo zlepšit svou náladu. Pro výzkum závislosti na Facebooku byl psychology z Norska vytvořen standardizovaný dotazník, tzv. Bergen Facebook Addiction Scale, z jehož použití vyplývají souvislosti mezi závislostí a osobnostními faktory extroverze a neurotičnosti a také poruchami spánku. (Development of a Facebook Addiction Scale, 2012). Ze zkoumání lidského mozku u osob se závislostí na Facebooku a osob bez jejích projevů vyplynulo, že závislost na Facebooku je v tomto směru srovnatelná například s gamblerstvím a látkovými závislostmi.

Provozovatelé a zakladatelé Facebooku si však rizika nepřipouštějí. Mark Zuckerberg⁶ se například k potřebě používání sociálních sítí, konkrétně tedy Facebooku, vyjádřil takto:

Je zde obrovská potřeba a obrovská příležitost propojit všechny lidi na světě, dát každému možnost vyjádřit svůj názor a pomoci transformovat společnost pro budoucnost. Lidé, kteří sdílejí více, i když jen se svými blízkými přáteli nebo rodinou, vytvářejí otevřenější kulturu a napomáhají k lepšímu pochopení života a způsobu, jak na něj nahlížejí druzí. Pokud lidé sdílejí více, mají přístup k většímu množství názorů od lidí, kterým důvěřují, ohledně produktů a služeb, které používají. Mohou tak snáze objevovat nejlepší produkty a zlepšit kvalitu a efektivitu svých životů.

Z následujících poměrně vysokých čísel o užitelnosti Facebooku se nabízí otázka, zda většina z nich opravdu navštěvuje Facebook, aby zlepšili kvalitu a efektivitu svých životů.

Nejčastěji uváděným důvodem používání Facebooku bývá možnost spojení s přáteli z celého světa a udržení si tak přátelství na dálku. Existují ale i jiné, jednodušší a účinnější formy komunikace, jako například e-mail, Skype a jiné online komunikační servery či aplikace. Popularita Facebooku tedy spočívá v něčem jiném, uživatelé hledají něco víc, než jen komunikaci a udržení přátelství. Navíc psycholog Spitzer uvádí, že podle příslušného výzkumu jsou lidé, kteří Facebook používají proto, aby shromáždili co největší počet

⁶ Jeden ze zakladatelů a současný majitel Facebooku

virtuálních přátel, v životě spokojenější než lidé, kteří jej používají k udržení úzkých a trvalých skutečných přátelství. Dalším závěrem této studie bylo zjištění, že uživatelé Facebooku jsou více spokojeni se svým životem tehdy, mohou-li své přátele na Facebooku považovat za své vlastní osobní publikum, kterému jednostranně předvádějí svou „show“, spíše, než když probíhá reciproční výměna názorů nebo když mají v rámci svých internetových sítí více vztahů off-line.

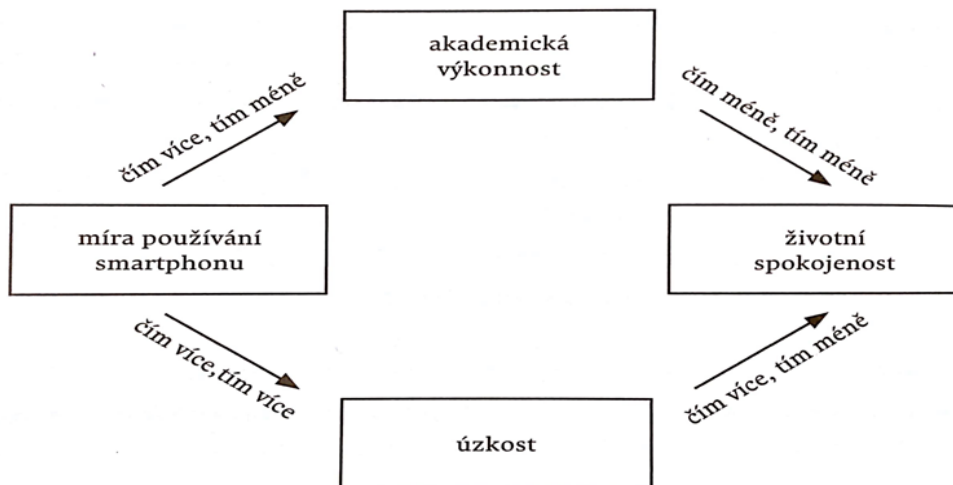
Tím pravým důvodem používání Facebooku je podle výzkumů pravděpodobně jen prostá touha cítit se dobře. (Spitzer, 2016). Možnost rozvíjet a udržovat sociální vztahy v on-line prostředí je totiž spojena s menší depresí a úzkostí a zároveň s větší životní spokojeností. Zastánci Facebooku mohou argumentovat i dalšími vědecky ověřenými fakty: podle neuroekonomy Paula Zaka zvyšuje pouhý pobyt na sociálních sítích hladinu hormonu oxytocinu, který se za normálních okolností uvolňuje v důsledku fyzické blízkosti. Při používání Facebooku dochází tedy k navození pocitu blízkosti s ostatními, čímž se zabraňuje zdraví ohrožující osamělosti. To může potvrdit i další výzkum, který uvádí, že lidé aktivní na Facebooku (aktivní v zasílání zpráv svým přátelům, zveřejňování příspěvků na zdi svých přátel) mají menší pocit osamělosti než ti, kteří jen pasivně sledují profily svých přátel. Osamělí lidé tedy často využívají Facebook jako kompenzaci své osamělosti, což vede k silnější citové vazbě na Facebook než u lidí, kteří se necítí osaměle a mají dostatek off-line přátel. Přestože tedy zde uvedené údaje nasvědčují, že sociální sítě by mohly být řešením v případě osamělosti, nemusejí nakonec tento efekt mít, jak ukazuje začátek této kapitoly. (Greenfieldová, 2016)

V lednu 2015 bylo 1,35 miliard uživatelů Facebooku. Z nich 1,1 miliardy se na tuto sociální síť přihlašují prostřednictvím svého chytrého telefonu, polovina uživatelů se takto přihlašuje denně. (Spitzer, 2016). Z tohoto důvodu lze jen těžko rozlišit, zda se jedná o závislost na Facebooku, chytrém telefonu nebo internetu.

Ze studie z roku 2013 vyplynulo, že Facebook prohlubuje sociální fobie a vede k větší míře rozčilení. Výsledky také ukázaly, že intenzita používání internetu a chytrého telefonu úzce souvisí se zhoršením subjektivní pohody a depresemi a nízkou životní spokojeností. U třinácti až osmnáctiletých intenzivních uživatelů internetu bylo také prokázáno dvaapůlkrát zvýšené riziko rozvoje deprese. (Spitzer, 2016)

Závislost na chytrém telefonu

Z výše uvedených informací lze logicky odvodit vznik závislosti na chytrém telefonu, která nastává velice rychle a stále rychleji se rozšiřuje po celém světě. Není divu, neboť chytrý telefon nabízí téměř neomezené množství funkcí, jejichž jednotlivé používání by samo o sobě vedlo k závislostnímu chování. Ve spojení do jednoho zařízení tedy vzniká velké riziko vzniku závislosti. U používání chytrého telefonu lze rozlišovat problémové používání a závislost, nejde však o kategoriální (kvalitativní) rozdíl, ale o graduální (kvantitativní). Problémové chování se vyznačuje nápadným, ale ještě ne chorobným prožíváním a sociálním chováním; oproti tomu signifikantně chorobné chování, které navíc může zasahovat i okolí postiženého se nazývá závislostí. Jedná se tedy o míru používání chytrého telefonu a jeho dopad na život a chování uživatele. Mobilní závislost se často vyskytuje společně s depresivními symptomy, úzkostí, ztrátou sebedůvěry a nižší akademickou výkonností, jak ukazuje Obrázek 2. Navíc vzhledem k výše zmíněným dědičně podmíněným sklonům k závislostnímu chování týkajícího se kterékoliv formy závislosti, se u intenzivních uživatelů chytrých telefonů může objevovat konzumace dalších návykových látek jako je alkohol, nikotin či nelegální drogy.



Obrázek 2 – Souvislost mezi mírou používání smartphonu, akademickou výkonností, úzkostí a životní spokojeností

Zdroj: Spitzer, 2016

Nejintenzivnější používání chytrých telefonů se ukazuje v Jižní Koreji, mladí Korejci tak budou pravděpodobně jako první postiženi vážnými nežádoucími účinky intenzivního používání chytrých telefonů. První dopady se projevují již několik let. Během

roku 2015 alarmujícím způsobem vzrostl počet případů závislosti na chytrém telefonu, míra tohoto růstu je největší na světě. Pro zmírnění této situace byla v Jižní Koreji v roce 2013 spuštěna kampaň, jejímž cílem je přimět mládež k závazku, že svůj chytrý telefon jeden den v týdnu na jednu hodinu vypnou. (Spitzer, 2016)

Stres z moderních informačních technologií

Intenzivní používání chytrých telefonů má úzkou souvislost se stresem, což bylo prokázáno ve studii publikované v odborném časopise *Computers in Human Behavior*. Důvodem „technostresu“ je pocit ztráty kontroly nad přijímanými informacemi, které nás zahlcují, a pocit, že s tím nemůžeme nic dělat. Ztráta sebeurčení, osamělost a život v izolaci jsou další znaky stresu způsobeného nadměrným používáním moderních informačních technologií. Podle příslušných studií a pozorování vzniká stres také především odloučením od svého chytrého telefonu a nemožností mít ho při sobě. V praxi se to podle Spitzera například projevuje tím, že manažeři, IT technici, analytici a další podobně zaměřenými pracovníci neprojevují takovou produktivitu práce jako dříve, neboť tráví každým úkolem v průměru jen tři minuty, aby poté přešli k jinému úkolu a takto neustále odvádějí svou pozornost jinam. Reálně také klesá IQ v testu inteligence o deset bodů, pokud je testovaný člověk během testu rušen zvoněním mobilního telefonu a došlými emaily.

Ke vzniku stresu vede i intenzivní používání či závislost na Facebooku. Vznik stresu tak může být způsoben stykem s nevhodnými, nepříjemnými nebo obtěžujícími obsahy, připoutaností k Facebooku, chybějícím soukromím a kontrolou, sociálním srovnáváním, závistí a žárlivostí, napětím ve vztazích. K těmto znakům přispívá celá řada aspektů, kterými se Facebook vyznačuje, jako jsou neanonymita, virtuální „přátelé“, osobní kritika, trvalost obsahů a jejich kopírování a sdílení jinými uživateli a snadná přístupnost pro všechny. Dopady těchto vlastností sahají od závislosti, permanentní potřeby být online a virtuálně komunikovat, rozptylování pozornosti a roztěkanosti přes úzkost a strach, osamělost, deprese a vztahové problémy až po otevřené konflikty, kyberšikanu a kyberstalking. V krajních případech může dojít u uživatele Facebooku až k sebevražedným sklonům, nebo dokonce sebevraždě. Informace, o těchto případech se již v médiích v minulosti objevily. Došlo k nim po virtuálním šíření a sdílení osobních obsahů a kyberšikaně. Situace je čím dál vážnější, vezmeme-li v úvahu skutečnost, že Facebook

používá již šedesát procent dětí do deseti let, přestože podle pravidel Facebooku je možné si profil na této sociální síti založit až od 13 let věku. (Spitzer, 2016)

Nomofobie

Závislost na chytrém telefonu a samotné intenzivní používání digitálních informačních technologií mohou vést k zesílení různých lidských fobií. Se stále se rozšiřujícím používáním mobilních telefonů se objevila v této souvislosti nová fobie, kterou je možné označit jako „úzkost z odloučení“. Jedná se o strach z odříznutí od chytrým telefonem zprostředkovaných sociálních kontaktů (separační úzkost), tedy i o úzkost z odloučení od chytrého telefonu, respektive nemožnost používat ho. (Spitzer, 2016). Pro tuto fobii existuje název *nomofobie*, což je složeninou z *No Mobile phone* a *Fobie*. Podle existujících studií k nomofobii ji ve Spojených státech v roce 2014 trpěly dvě třetiny všech uživatelů chytrých telefonů (66 procent). (Baylor University, 2014)

Zajímavý poznatek vyplynul z randomizované studie se 163 vysokoškolskými studenty.⁷ V rámci studie byla měřena úroveň jejich úzkosti po nečekaném odloučení od jejich chytrého telefonu. Ze studie vyplynulo, že ten, kdo požívá chytrý telefon málo, netrpí úzkostí, když ho občas nemá u sebe. Při středním užívání narůstá úzkost jen, když je uživateli chytrý telefon odebrán, po nějaké době míra úzkosti stagnuje. Zřetelná závislost na chytrém telefonu se projevuje při jeho intenzivním užívání – jeho odložení vyvolá úzkost, která s časem ještě narůstá. (Spitzer, 2016)

FoMO

S tímto problémem se lidé setkávají již dlouho, teprve v nedávné době však tento pojem začal nabývat na důležitosti. Jedná se o strach z toho, že člověk něco prošvihne, o něco přijde (z anglického *Fear Of Missing Out*). Tato úzkost výrazně přibývá především díky moderním komunikačním technologiím, jako jsou chytré telefony či Facebook (což v tomto případě opět lze jen těžko oddělit). Především mladí lidé tak sociální sítě spouští

⁷ Účastníci byli rozděleni do dvou náhodných skupin, jedné z nich byly odebrány jejich chytré telefony, druhá skupina si je směla ponechat, ale v tichém režimu a uložené. Poté dostali účastníci materiály k tiché práci. Během práce jim byl třikrát po dvaceti minutách měřen momentální úzkostný stav. V obou případech došlo k nárůstu úzkosti v čase, ten souvisel s mírou používání chytrého telefonu v běžném životě.

ihned po probuzení ve strachu, že by jim mohlo něco důležitého uniknout a nevypínají ho ani v tak intimních chvílích jako je vykonávání potřeby či pohlavní styk. Podle Spitzera trpí syndromem FoMO 56 procent uživatelů sociálních sítí, 27 procent jich navštěvuje Facebook ihned po probuzení, což samozřejmě vede k vážným problémům. Fomotikové (jak je lidem se syndromem FoMO přezdíváno) žijí v neustálém strachu a úzkosti, s permanentní potřebou být v centru dění. To se projevuje stálým sledováním obsahů sociálních sítí, svých „přátel“ a také častým sdílením svých vlastních zážitků a prožitků, aby se dotyčný necítil méněcenně. Důsledky tohoto chování je možné pozorovat v běžném životě. Kritéria diagnózy FoMO jsou popsány v Obrázku 5. Tito lidé neustále přebíhají od jednoho úkolu k druhému, mají problémy s udržením pozornosti, učením a odváděním požadovaného výkonu. Strach z promeškání velmi úzce souvisí se silnějším používáním sociálních médií, horší náladou a nižší životní spokojeností. Jedním z vážných dopadů je také, jak vyplývá z údajů Národního úřadu pro bezpečnost silničního provozu USA, ohrožování silničního provozu. 12 procent všech smrtelných nehod způsobených nedostatečnou pozorností je zapříčiněno právě používáním chytrých telefonů řidiči. (Spitzer, 2016). Obrázek 3 uvádí kritéria pro určení diagnózy FoMO.

- | | |
|----|---|
| 1 | Bojím se, že ostatní nasbírají více cenných zkušeností než já. |
| 2 | Bojím se, že moji přátelé mají více cenných zkušeností než já. |
| 3 | Zneklidňuje mě, když se dozvím, že se moji přátelé baví beze mne. |
| 4 | Cítím úzkost, když nevím, co mají moji přátelé v plánu. |
| 5 | Je pro mě důležité, abych chápal vtipy svých přátel. |
| 6 | Někdy si říkám, jestli netrávím příliš mnoho času zjišťováním, co se zrovna děje. |
| 7 | Zlobí mě, když promeškám příležitost setkat se s přáteli. |
| 8 | Když se mi zrovna daří, je pro mě důležité sdělovat o tom podrobnosti na internetu (např. updatovat svůj status). |
| 9 | Když promeškám naplánovanou schůzku, naštve mě to. |
| 10 | I když mám dovolenou, dál sleduji, co dělají moji přátelé. |

Obrázek 3 - Dotazník pro určení FoMO

Zdroj: Spitzer, 2016

Digitální dětství

Jak již vyplývá z kapitol výše, dnešní děti a mladí lidé jsou od raného dětství vystaveni moderním komunikačním technologiím ve všech oblastech svého života. Již bylo zmíněno, jaký negativní dopad toto může mít na jejich vývoj, učení a budoucnost, což je podloženo četnými vědeckými studiemi a výzkumy. Trh s digitálními technologiemi ale bohužel do velké míry ovlivňuje a utvářejí výrobci, a především prodejci těchto technologií. A jak bylo uvedeno výše, reklama má obrovský dopad především na děti, které jsou ve svém věku snadno ovlivnitelné, a následně působí i na rodiče. A právě díky silné lobby technologických firem se objevují přesvědčivé názory a doporučení o pozitivním vlivu moderních komunikačních technologií na člověka. Podle nich jsou digitální média jako například tablet velmi vhodná už pro úplně malá nemluvnata, protože se snadno obsluhují, mimoto podle takových názorů zážitky z monitoru optimálně stimulují mozek. Proto údajně není nikdy příliš brzy nabízet tablety nejmenším dětem. Názory vyzdvihující přednosti technologií dokonce zdůrazňují, že děti se musí pomocí tabletu neustále optimálně stimulovat, aby neztrácely čas a naučily se víc než předchozí generace. Podle Jihozápadního výzkumného sdružení pro mediální pedagogiku jsou tablety pro nejmenší děti naprosto vhodné také proto, že k používání obsahů již není nezbytně nutná schopnost číst ani psát. (Spitzer, 2016). Vychovatelka v dětských jeslích Antje Bostelmannová ve své publikaci uvádí, že malé děti by mohly tablet používat pro přesnější vnímání svého okolí: *„Se zabudovaným fotoaparátom lze například udělat snímek větve na stromě venku, pomocí dataprojektoru se dají promítat filmy, tabletem lze vyfotografovat geometrické tvary a snímky pomocí aplikace na zpracování fotografií abstrahovat. Mohou se dokonce točit a stříhat filmy nebo díky videotelefonu lze komunikovat s dětmi ze vzdálenější školky. Tlumočnická aplikace umožňuje mluvit s dítětem, které právě imigrovalo a díky aplikaci na určování květin lze na vycházce do lesa identifikovat například stromy, keře, květiny či houby a stahovat si o nich další informace.“* Ministerstvo kultury v Rakousku spolu s Evropskou unií podpořilo příručku pro vzdělávání a další školení učitelek a učitelů mateřských škol Bezpečnější internet ve školce, kde se v první kapitole Rané dětství jako „mediální dětství“ uvádí: *„Není to už žádná vzácnost: roční batolata, která se právě učí chodit, se překvapivě dobře vyznají v iPadech svých rodičů – možná lépe než ve vlastním bytě. Je proto nasnadě, že raná mediální podpora musí být stále důležitější součástí vzdělávací práce.“* (Spitzer, 2016). Data z uskutečněných

studií ale hovoří jasně. Tablety mají na malé děti velmi negativní vliv, na rozdíl od potřebného rozvíjení motoriky a používání všech svých smyslů ke zkoumání a poznávání světa a následného učení jen přejíždějí prsty po povrchu tabletu. (Spitzer, 2016). Možnosti rozvoje jemné motoriky jsou tak omezené, stejně jako vývoj uchopování předmětů a zacházení s nimi, prostorové myšlení a také kreativita. Tablet (a stejně tak i chytrý telefon, počítač a jiná *screen media*) neprostředkovává žádné celostní poznatky, nepodněcuje děti k dalším činnostem a nepodporuje jejich vývoj, a to jak smyslově, tak motoricky. Tyto poznatky se odrážejí i v praxi. Mnozí učitelé a vychovatelé konstatují, že děti už neumějí zacházet se stavebnicí z kostek a je pro ně těžké ovládnutí psacího náčiní, což například ve 46 státech USA vedlo až k odstranění psaní rukou z výukového plánu školy a cílem čtvrté třídy je nově psaní na klávesnici všemi deseti prsty dítěte. (Spitzer, 2016). Psaní rukou má však pro motorický vývoj dítěte velký přínos, který mu psaní na klávesnici neposkytne.

Pozornost a moderní komunikační technologie

Bylo prokázáno, že intenzivní používání digitálních médií negativně ovlivňuje obě formy pozornosti⁸– zvyšuje denní únavu a zhoršuje i selektivní pozornost. Již dříve bylo také zjištěno, že používání obrazkových médií je spoluzodpovědné za vznik klinické poruchy pozornosti ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), u které je zvláštní měrou narušena právě selektivní pozornost. Kromě poruchy pozornosti má televize dlouhodobý negativní dopad také na motorický a kognitivní vývoj a vývoj řeči, stejně jsou na tom i videohry a počítačové hry. V souhrnném přehledu Kultura obrazovky: dopady na ADHD se uvádí: *„Různé studie dokládají, že psychická onemocnění a zejména ADHD souvisejí s nadměrným používáním počítačových her a že s mírou používání koreluje zejména závažnost poruchy pozornosti. Děti s ADHD jsou zvláště málo odolné, protože tyto hry obsahují krátké sekvence, jež kladou malé nároky na pozornost. Mimoto poskytují bezprostřední odměny se silnými podněty, které odměnu zvyšují při vyzkoušení nejbližší vyšší úrovně hry. Také čas strávený těmito hrami může zhoršovat symptomy ADHD, jestliže ne přímo, pak alespoň nepřímo jako ztráta času na jiné, vývoj silněji podporující činnosti.* (Spitzer, 2016).

⁸ *Selektivní pozornost*, což je proces vyčlenění jednoho nebo několika významných podnětů ze skupiny jiných podnětů a *bdělost*, která je schopností věnovat dlouhodobě pozornost určitému jevu. (Sternberg, 2002)

Duševní vývoj dětí dnes vedle surfování na internetu a hraní na počítači nebo tabletu ohrožují především chytré telefony. To potvrzuje například rozsáhlá studie z Číny, kde je v současnosti největší trh pro tato zařízení a kde více než půl miliardy lidí používá svůj chytrý telefon k surfování na internetu. (Smartphone Addiction in China, 2016). U žáků v průměrném věku 15 let byly zjišťovány symptomy narušené pozornosti a četnost používání médií. Ve výsledku byla zjištěna tím větší roztěkanost, čím více času trávil respondent s chytrým telefonem kvůli zábavě, dále tím větší roztěkanost, čím častěji ho nosil přes den v kapse a tím větší roztěkanost, když ho v noci nevypínal. Zvláště silná roztěkanost byla zaznamenána, když se žák více než hodinu denně zabýval na telefonu hraním.

Další souvislost je prokázána také mezi poruchou pozornosti a nadváhou. Tu často doprovází ADHD a naopak, poruchy pozornosti bývají doprovázeny nadváhou, jak vyplývá ze studie četnosti jedné poruchy při současném výskytu nebo absenci druhé. Tento poznatek také vysvětluje častější výskyt školních neúspěchů a problémů ve škole u obézních počítačových hráčů s poruchami pozornosti. Ti mají nedostatek času na učení, soustředění a schopnosti zaměřit se na učební látku. (Spitzer, 2016)

Roztěkanost, nedostatečné vzdělání a nadváha jsou tedy třemi aspekty celkově chybně směřovaného vývoje mladistvých, jež se vzájemně podněcují. Sestupná spirála přitom může začít v principu v kterémkoli bodě, od nadváhy přes šikanu ve škole až k odmítání školy a nekontrolovanému domácímu užívání médií, jež se tak stanou jediným sociálním kontaktem s vnějším světem. Pro prevenci a řešení takového problému je důležitá role rodičů a učitelů, kteří by měli včas rozeznat příznaky a situaci začít včas řešit.

Spánek a moderní komunikační technologie

Spánek hraje od dětství do dospělosti významnou roli v procesech učení a zapamatování. Během něj se synchronizuje aktivita buněk v různých oblastech mozku, takže si mohou navzájem vyměňovat informace. To slouží k takzvané konsolidaci, tj. k upevnování dosud nestabilních paměťových stop v mozku. (American Academy of Sleep Medicine, 2008). To je jedním z důvodů, proč je spánek tak důležitou součástí každodenního života a hraje nezastupitelnou roli ve vývoji. Současný stav společnosti a globalizace mají na spánek velký vliv. Lidé více pracují a mají také více volného času, logicky tedy musí dojít ke zkrácení času vymezeného pro spánek. Jeho průměrná doba se

v západních zemích za posledních padesát let zkrátila z osmi hodin na zhruba 6,5 hodiny. (Spitzer, 2016). Tato tendence je pro člověka nezdravá – podle moderních výzkumů spánku může jeho nedostatek vést k nadváze dětí i dospělých, problémům ve škole a v práci, vysokému krevnímu tlaku a srdečním nebo mozkovým infarktům u dospělých. Nedostatek spánku narušuje také imunitní systém, což může v dlouhodobém horizontu vést ke vzniku infekcí a nádorových onemocnění. Ke zkracování doby spánku u dětí a mladistvých ve velké míře přispívají také moderní komunikační technologie, především chytré telefony. Více než polovina mladistvých v průmyslových zemích tráví mnoho času s elektronickými médii, zejména ve večerních hodinách před spaním. To vede prokazatelně k pozdějšímu usínání, kratší době spánku, častěji přerušovanému spánku a ke zpomalení vnitřních hodin, čímž se zvyšuje ranní únava. Sesbíraná data ukazují, že dnešní mládež má poměrně dlouhou spánkovou latenci⁹ a krátkou dobu spánku, mnoho z nich má tak denně asi dvouhodinový spánkový deficit. Úzká souvislost se ukazuje také mezi spánkovou latencí a délkou spánku s každodenním používáním médií: ti kteří tráví denně celkem přes čtyři hodiny s obrazovkovými médii, mají asi o padesát procent vyšší riziko, že usnou až za hodinu nebo ještě později, a asi o sedmdesát procent vyšší riziko více než dvouhodinového nočního spánkového deficitu. Z této studie také vyplývá, že spánkový deficit je tím větší, čím více času mladí tráví s digitálními médii a čím více různých médií používají. (Spitzer, 2016).

Podle Spitzera jen 38 procent belgických žáků večer nepoužívá telefon poté, co si lehne do postele. Dále poukazuje na souvislost mezi mírou nočního používání mobilního telefonu a denní únavou o rok později. Při používání telefonu méně, než jedenkrát týdně vzrostla pravděpodobnost velké denní únavy o rok později na 2,2násobek, při používání zhruba jednou týdně na 3,3násobek a při ještě častějším používání na 5,1násobek.

Televizor v pokoji dítěte i spaní s chytrým telefonem zkracují dobu spánku o osmnáct, respektive o dvacet minut. (Spitzer, 2016). Telefon v posteli kromě jiného vede také ke zhoršení subjektivně prožívané kvality spánku, což může být způsobeno jeho občasným vyrušením při upozornění na zprávu či jiné oznámení. K takovému nočnímu narušování telefonem dochází u osmnácti procent mladistvých v USA. (American

⁹ čas mezi ulehnutím a usnutím

Academy of Sleep Medicine, 2008). Tato situace však není typická jen pro mladé lidi, jak uvádí americká studie, používání chytrých telefonů před spaním vedlo ke kratšímu nočnímu spánku a větší únavě následující den i u dotazovaných manažerů.

Na kvalitu a délku spánku nemají vliv jen telefony a televizory, ovlivňuje ho také čtení e-knih před spaním. Modré světlo z LED monitorů totiž narušuje spánek dvěma mechanismy: vede k vyšší bdělosti před spaním a posouvá rytmus střídání dne a noci, takže člověk je následující den také ospalejší. Čtení e-knih před spaním tak má pravděpodobně nezamýšlené biologické důsledky, které mohou negativně ovlivňovat výkonnost, zdraví i bezpečnost. (Spitzer, 2016)

Starší lidé a moderní komunikační technologie

Používání digitálních technologií nemusí mít nutně jen negativní důsledky. Na rozdíl od mladistvých, u kterých se projevují hlavně negativní dopady, u lidí nad šedesát pět let byla zjištěna pozitivní souvislost mezi používáním internetu a slaběji pocíťovanou osamělostí, lepší společenskou podporou, životní spokojeností a psychologickou pohodou. (Spitzer, 2016). Tyto pozitivní dopady používání moderních komunikačních technologií staršími uživateli mohou poukazovat na to, že starší uživatelé internetu jsou díky svému věku méně citliví vůči manipulacím a reklamě, mají určité životní zkušenosti, kritické myšlení a vyšší stupeň sebeuplatnění, které jim pomáhají internet a média využívat s mírou a netíhnout k závislosti. Vedle těchto pozitivních dopadů byly ale v malé míře popsány i negativní účinky moderních komunikačních technologií stejné jako u mladších generací.

Empatie a moderní komunikační technologie

Lidský mozek se učí sociálnímu chování stejně jako jiným činnostem, které dítě po narození ještě neumí. Sociálnímu chování se mozek učí poměrně pozdě, příslušné oblasti mozku totiž dozrávají relativně později a teprve pak jsou schopny učení. (Spitzer, 2016). Sociální oblast mozku, stejně jako všechny ostatní, se přetváří činností, kterou provádí. A právě zde hrají velkou roli digitální média, která mají na sociální chování nepříznivé dopady. To není překvapivé například v situaci, kdy mladé americké dívky tráví dvě hodiny denně s jinými dívkami a sedm hodin denně jsou na Facebooku nebo internetu. (Spitzer, 2016). Reálné sociální kontakty jsou tak vytlačovány kontakty virtuálními a mládež v důsledku trpí tím větší ztrátou empatie, čím více času tráví před obrazovkou.

Tuto skutečnost může ilustrovat absurdní zpráva, která se objevila začátkem roku 2015 v médiích. (Spitzer, 2016). Podle nich *na Tchaj-wanu zemřel v internetové kavárně dvaatřicetiletý muž poté, co tři dny nepřetržitě hrál počítačové hry. Příčinou úmrtí bylo selhání srdce, pravděpodobně vlivem akutního nedostatku tekutin a dřívějšího srdečního onemocnění. Byl to již druhý případ tohoto druhu, 1. ledna se zhroutil mrtev osmatřicetiletý muž po pětidenním hraní na počítači.*“ Poslední věta novinové zprávy zněla: *„Podle údajů policie reagovali ostatní hráči na oba případy zcela lhostejně. Někteří dokonce pokračovali v hraní, i když policejní skupina pro zajišťování stop kvůli sběru důkazů uzavírala hrací stoly.“* (Spitzer, 2016). Zprávy jako tyto nejsou v posední době ojedinělé, přestože se nejedná vždy o tak extrémní situace. Nedostatek empatie však ukazují i případy automobilových havárií, kdy projíždějící řidiči v mnoha případech neposkytnou první pomoc, nezastaví u nehody, a pokud ano, tak z čistě osobních důvodů, aby mohli situaci zachytit na svůj chytrý telefon a nasdílet, nejlépe v přímém přenosu na sociální síť.

3.4 Moderní komunikační technologie ve vzdělávacím procesu

S postupujícím vlivem moderních technologií se jejich využití nalézá také ve vzdělávání. V současnosti je běžné, že je v každé třídě k dispozici interaktivní tabule, kterou mohou žáci a studenti s pomocí pedagoga využívat k zajímavé a zábavné formě výuky, a také notebook či počítač, který je již neodmyslitelnou součástí výbavy každého učitele. V tomto směru je pokrok a inovace na místě – technologie pomáhají pedagogovi s přípravou probírané látky i s jejím následným výkladem. Rizika a vedlejší účinky však existují všude, kde se zaznamenává nějaké pozitivní působení. I přes dosud výše popsané negativní dopady na vývoj a vzdělávání dětí a mládeže jsou tyto moderní přístroje silně propagovány, a to jak producenty a prodejci, tak také státem, který podporuje a doporučuje digitalizaci a modernizaci především právě ve vzdělávacím procesu. Málomocné pedagogické téma proto vyvolává v současnosti tak kontroverzní diskuse. Proto není divu, že reakce škol na chytré telefony sahají od rozdávání až po zákazy (viz následující podkapitola).

Z malých žáků se dnes stávají „pokusní králíci“, když například zahajují základní vzdělávání v iPadové třídě, aniž by někdo předem prozkoumal a zabýval se riziky a vedlejšími účinky, což by byl v medicíně naprosto nepřijatelný postup. Zájem

technologických firem se tak staví před vědu, která ale říká, že digitální učebnice docílují nižšího učebního efektu právě tehdy, když jsou interaktivní. Googlování se k osvojování vědomostí hodí hůře než knihy nebo sešity, jak ukázaly experimenty z Kolumbijské a Harvardské univerzity. (Spitzer, 2016). A psaní na klávesnici není pro vstřebávání do dlouhodobé paměti tak efektivní jako psaní rukou.

Přestože ještě neexistují dlouhodobé studie trvající několik desetiletí, tak jsou již k dispozici současné studie prokazující negativní dopady chytrých telefonů na vzdělávací procesy, které hovoří o narušování učebních procesů a akademickém neúspěchu. Nadměrné používání mobilních telefonů představuje pro studenty řadu možných rizik a mohou fungovat jako únikový mechanismus z učeben, pro některé žáky mohou mobilní telefony ve třídě poskytnout způsob, jak podvádět. Nadměrné nebo obsedantní používání mobilních telefonů může také způsobit konflikty v učebně i mimo ni: s profesory a rodinami. (Roberts, 2014)

Podle autorů knihy *Supporting ICT in the early years* Johna Siraj-Blatchforda a Davida Whitebreada technologická gramotnost a kritické povědomí musí být přímou součástí vzdělávací ICT osnovy, ale je třeba v tomto vzdělávacím nastavení udělat ještě spoustu práce. ICT vzdělávání pomáhá dětem rozvíjet kontrolu nad technologiemi a mělo by být ve středu vzdělávacího procesu, což v současnosti není. Z velké části je to podle nich způsobeno tím, že většina učitelů odmítá všechny počítačové hry používané dětmi doma jako nevhodné jejich pozornosti a naprosto nedůležité pro jejich vzdělání. Ve skutečnosti však zjišťují, že mnoho dětí hraje a užívá si simulační, textové a obrázkové dobrodružné hry a hry simulující řešení určitého problému, které pro ně mají určitou vzdělávací hodnotu. Vzdělávací potenciál her však, při zaměření na dětskou kreativitu a logické myšlení, nebyl dosud využit tak, jak by mohl být například lepším zapojením rodičů při hraní her doma či pedagogy, kteří by tyto hry používali konstruktivně jako součást formálního vzdělávání. Tato tvrzení se opírají o výzkum provedený Markem Griffithsem, který uvádí, že strach dospělých ze škodlivého efektu počítačových her je neopodstatněný. Podle tohoto výzkumu pouze méně než deset procent dětí – v tomto případě se však jedná pouze o děti do šesti let věku - podlehlo nadměrnému hraní počítačových her, a to pravděpodobně proto, že obsahovaly nevhodné a násilné obsahy. Ostatní hry obsahovaly málo nebo žádný násilný obsah a měly pro děti vzdělávací hodnotu.

Mark Griffiths prováděl svůj výzkum v roce 1996, od té doby se situace samozřejmě rapidně změnila, a to jak v domácím prostředí, tak v oblasti vzdělávání. Podle Blatchforda a Whitebreada je zřejmé, že vzdělávací potenciál nových technologií nebyl v roce 2003 dostatečně využíván. V reakci na to navrhuji znovu prozkoumání příležitostí a zkušeností, které ICT technologie nabízejí ve vztahu k učení malých dětí. Zde je podle nich možné se poučit ze sledování dětí používajících ICT technologie doma a povzbudit samotné hraní s technologiemi. Dále také zmiňují potřebu najít způsob, jak mohou rodiče a pedagogové spolupracovat při poskytování mnohem bohatěji zprostředkovaných zkušeností s ICT technologiemi a pomoci tak dětem mimo jiné rozvíjet o nich kritické povědomí.

Podobný závěr byl prezentován také na Fóru příští generace v roce 1999, kde byla předložena sbírka důkazů ze vzdělávacích procesů z celého světa o používání ICT technologií ve vzdělávacím procesu malými dětmi. To bylo předloženo jako argument zastávající názor, že nové technologie mohou být velmi mocné v podporování potenciálu kreativity malých dětí. Ty se podle výše zmíněných důkazů učí obrovskou měrou pomocí hraček a nástrojů, a proto jim musí být ICT technologie prezentovány jako technologické hračky a kreativní nástroje. To by mělo vést ke změně učebního vztahu mezi dětmi a učiteli; otevření nových cest a možností dětem, které jim zprostředkují kontakt s myšlenkami a koncepty, které byly doposud mimo jejich dosah; změně učebních strategií a otevření nových cest k sociálním interakcím.

Podle Blatchforda a Whitebreada mezi technologie se vzdělávacím potenciálem patřily na počátku tisíciletí interaktivní digitální televize, kterou vlastnilo 36 procent domácností v USA, DVD přehrávač ve 23 procentech domácností, herní konzole, která byla k dispozici v 71 procentech domácností, mobilní telefon – 88 procent domácností a mobilní telefon s internetovým připojením, který vlastnilo 8 procent domácností v USA.

Přestože je velké množství studií dokazujících negativní vliv technologií na vzdělání a učení dětí, jak bylo uvedeno výše, existují také důkazy o jejich pozitivním vlivu. Děti se mohou pomocí speciálních programových učebních balíčků efektivně učit základní dovednosti. Argumentem zastávající pozitivní vliv informačních a komunikačních technologií ve výuce je také to, že děti, které se učí základní počítačové dovednosti se budou lépe adaptovat na hlavní změny na trhu práce. Budou mít proto výhodu v možnosti dosahovat vyšších příjmů a využívat širší zaměstnanecké možnosti, které pracovní trh bude

v budoucnu nabízet. Z vyšší produktivity a konkurenceschopnosti tak bude profitovat i stát. Základní ICT dovednosti, které jsou klíčové ve všech těchto oblastech jsou tak často popisovány jako „nová gramotnost“, která je považována za tak důležitou pro individuální úspěch a naplnění, jako byla v minulosti gramotnost a znalost základních početních úkonů.

Problémem tak nemusí být způsob učení základních dovedností, nýbrž jejich příliš brzké učení, které může děti ovlivnit jak pomocí ICT technologií, tak jakýmkoli jiným způsobem. Když dětem přijde zábavné učit se písmena a číslice pomocí počítačového programu, je třeba se zeptat, co je ve skutečnosti to, co jim přijde zábavné, zda jsou to samotná písmena a číslice a čtení a počítání, nebo vyhrávání her, dosahování vysokého skóre, sledování zábavných animací nebo poslouchání vtipných hlasů. V mnoha případech je to právě software, který je chtěný. (Siraj-Blatchford, Whitebread, 2003)

Rozvoj informační společnosti staví školy a celou soustavu výchovy a vzdělání před dvojitý úkol. Je nezbytné umět využít tok informací a regulovat jej a ovládat tak nové pozitivní možnosti, které technologie bezesporu přinášejí. Řešením tedy není se technologickému pokroku v zájmu ochrany dětí bránit, naopak by školy měly do svých osnov zahrnout informační či mediální výchovu, kde by se děti učily specifikovat jednotlivá média, jejich přednosti a rizika, diskutovat o jejich spolehlivosti a různých typech sdělení, učily by se rozeznávat předpojatost a nevyváženost médií a specifika internetu. Zároveň součástí této výchovy by měla být prevence bezpečnosti na internetu a sociálních sítích. (Musil, 2003)

3.5 Jak zmírnit negativní dopady moderních komunikačních technologií

Jak bylo popsáno v předchozích kapitolách, digitální technologie mohou mít negativní dopad na lidské zdraví, a to jak na jeho fyzickou, tak psychickou stránku. Odpověď na otázku, proč se tento problém stále neřeší, může být skrytá v politické a ekonomické situaci a v celkové všudypřítomné inovaci a rozvoji společnosti. Zástupci všech politických stran společnost neustále přesvědčují, že digitální média jsou pro ni nejlepší a nepostradatelná, zejména pak pro děti ve vzdělávacím procesu, a to mateřskými školami počínaje. S opačným názorem by mohli přijít o popularitu a stát se tak nepřáteli pokroku, bránícími inovacím, jak píše ve své knize německý psychiatr Manfred Spitzer.

K tomu se přidává ještě velice mocná lobby nejbohatších firem světa, a jelikož se dnes většina peněz vydělává právě v oboru informačních technologií, kde zřejmě leží i nejvyšší šance na ještě větší zbohatnutí, je velice těžké se proti takové situaci vymezit a postavit se na „opačnou stranu“. Před negativními dopady digitálních technologií varují pouze lékaři, zejména dětští a dorostoví, protože jsou coby odborníci na děti a mládež denně konfrontováni s riziky a vedlejšími účinky digitálních technologií: poruchy pozornosti, školní problémy, úzkosti, šikana, nadváha, nedostatek pohybu, apatie, nedostatek motivace, sociální regrese, depresivita a závislost jsou jejich denním chlebem.

Jak již bylo uvedeno, ze studií vyplývá, že děti a mladiství jsou k závislosti obzvlášť náchylní, což vychází zejména z předpokladu, *že jejich schopnost učení je dosud větší než u dospělých, tedy že jejich synaptické spoje mají při používání relativně větší plasticitu. Navíc se oblasti mozku pro sebeovládání – tedy schopnost nedělat něco, co bychom zrovna dělat chtěli, protože víme, že je to škodlivé – vyvíjejí pomaleji než oblasti pro impulzivní chování. Během dospívání tedy dochází k nepoměru mezi schopností něco chtít a schopností ovládnout se, protože dané přání je v podstatě škodlivé. Na tento nepoměr působí digitální média jako urychlovač hoření: zesilují ho, a proto mají na vývoj osobnosti nepříznivý vliv. Potřebné sebeovládání děti a mladí lidé nezískají tím, že pokušení podlehnou. Naopak, jen když se sami cvičí v sebekázni, mohou si ji krok za krokem budovat. Projekty dobrovolného odmítání mohou mládež podněcovat k zamyšlení a připravovat cestu k rozumnému nakládání s médii.* (Spitzer, 2016)

Nabízejí se tak i některá jiná opatření, která však při bližším pohledu nejsou možná. Například odměňování a trestání ve výchově pomocí povolování nebo zakazování digitálních médií (tzv. e-disciplína) nevede k omezení mediálního konzumu dětí, naopak tímto přístupem rodiče používání médií nevědomky celkově posilují. (Spitzer, 2016). V současné době se pro řešení tohoto problému nabízí velké množství mobilních aplikací, hardware i software pro zvládání problémů s nadměrným používáním digitálních informačních technologií, které umožňují uživateli plánovaně vypínat svůj chytrý telefon či blokovat některé jeho funkce po vyhrazený čas. To však není řešením problému – uživatelé tím pouze mohou sami sebe do jisté míry obelstít.

Zajímavostí je, že sama firma Apple zabývající se vývojem a prodejem moderních komunikačních technologií, především chytrých telefonů, přišla se zdánlivým řešením výše zmíněného problému. V rámci marketingové kampaně na nové hodinky firmy Apple

vyšel tento text: „Všem, kdo dosud bez přestávky pociťovali nutkání sahat na svůj iPhone, kontrolovat e-maily a získávat tím další dávku dopaminu: všem, kteří kvůli tomu odkládali knížku, přerušovali rozhovor a rukama i pohledem se po 721. věnovali telefonu, těm může iWatch účinně pomoci s digitálním odvykáním.“ Tento marketingový text nabádá k omezení závislosti na chytrém telefonu, nabízí však řešení, které může do jisté míry vyvolávat stejné závislostní chování jako mobilní telefon.

Zabránit negativnímu dopadu komunikačních technologií a vést děti a mládež k zodpovědnému a dlouhodobě udržitelného přístupu by měli především rodiče a pedagogičtí pracovníci, ať už ve škole či při volnočasových aktivitách. Vzhledem k poměru času, které dítě ve škole stráví během svého dětství, největší výchovnou roli v tomto případě přebírá škola, hned vedle rodičů a rodinného prostředí. V současnosti je předmětem intenzivních diskuzí otázka, jak mají právě rodiny, školy, internáty, univerzity nebo firmy coby instituce společně žijících, studujících, respektive produkujících lidí nakládat s digitálními informačními technologiemi. Možností, jak k této problematice přistupovat je mnoho – od bezplatné nabídky digitálních médií až po jasný zákaz včetně sankcí při nedodržení. Některé firmy vypínají po pracovní době své komunikační servery, některé školy používají mobilní telefony jako didaktickou pomůcku při výuce, jiné je při vstupu do školní budovy žákům odebírají. Ve švédských školách naopak žáci běžně přijímají během vyučovacích hodin telefonní hovory. Podle Spitzera však již bylo dokázáno, že darované mobilní telefony ruší studenty při učení.¹⁰

Alternativou se nabízí dobrovolné zřeknutí se mobilního telefonu, jehož mírnějším řešením může být „mobilní půst“, tedy dobrovolní odložení telefonu na určitou dobu. Příkladem může být bavorské gymnázium, kde od dubna do května 2015 proběhl modelový projekt, během něhož zhruba čtrnáctiletí žáci navštívili odbornou kliniku pro léčbu závislostí a psychosomatiku a následně jim bylo promítnuto video, ve kterém mladí

¹⁰ V rámci výzkumu byly rozdány iPhony studentům, kteří předtím ještě neměli chytrý telefon, aby zkoumali jejich dopady na učení. Výzkum probíhal po dobu jednoho roku a po celou dobu výzkumu byly zaznamenávány aktivity, ke kterým byly telefony využívány. I přesto, že se žáci opravdu snažili využívat nové chytré telefony především na učení, jejich vliv na prospěch a úspěchy ve škole byl vysoce signifikantní. Jak sami studenti uvedli v závěru studie, chytrý telefon nepodporuje proces učení ve známkování, domácích úkolech ani při zkouškách, a nakonec jen rozptyluje.

lidé vypovídali o svých problémech se závislostí na televizi, počítači a chytrém telefonu. Výsledkem tohoto úvodu do projektu byla diskuze a následné dobrovolné zřeknutí se všech elektronických médií, do kterého se zapojila i učitelka, která projekt s dětmi vedla. *Během následujícího měsíce všichni zúčastnění pocítili ve svém běžném životě výrazný rozdíl; byli uvolněnější, mnohým se zlepšila nálada a nápadně více si pamatovali své sny. Zúčastnění žáci prováděli ve volném čase více aktivit a měli více (reálných) sociálních kontaktů. Někdy byla nutná spolupráce rodičů, například odvoz žáků za kamarády, aby jim tyto reálné kontakty umožnili. Hodnocení projektu rodiči bylo bez výjimky kladné, protože si všímali změn v chování svých dětí, jež měly pozitivní vliv na rodinný život. (Spitzer, 2016).* Děti více komunikovaly s rodiči, hrály si častěji se sourozenci, pomáhaly v domácnosti a silněji se angažovaly.

Vydržet bez digitálních technologií pro zúčastněné děti nebylo jednoduché, jak vyplývá z jejich deníkových záznamů vedených v průběhu celého projektu, někteří z nich pocítovali abstinenční příznaky, jiné byly naopak upřímně překvapeny pozitivními dopady svého zřeknutí. U některých dětí došlo k podlehnutí závislosti a bez mobilního telefonu nevydržely, o čemž následně diskutovaly s pedagogy a dalšími žáky, ale rozhodly se v projektu pokračovat. V závěru bylo zřejmé, jak pozitivně se odložení digitálních médií projevuje v běžném životě; u dětí došlo i ke zlepšení výkonů ve škole během projektu, u některých dokonce ke zlepšení známek o čtyři stupně (v patnáctistupňovém hodnocení). V průběhu projektu byli někteří žáci přesvědčení, že po skončení projektu své telefony nezapnou, skutečnost ale byla jiná. První den po skončení projektu se všichni žáci okamžitě ujali svých chytrých telefonů a „vypuklo peklo“, jak popisuje jedna z účastněných. Podle zápisků žáků pro ně bylo největší výzvou odložení telefonů, bohužel ale po skončení projektu žádná dlouhodobá změna nenastala, jak vyplývá i z výpovědi jednoho z žáků: „*Dny potom – výsledek. Doopravdy zkusím omezit používání, znovu si však uvědomuju, jak roste potenciál závislosti. Televizi teď už vlastně prakticky nepotřebuju, počítač ale už zase používám častěji, někdy bez opravdového důvodu (což mě samotného štve), zato ale ne moc dlouho! Hlavní problém je mobil, bez pádného důvodu cítím pořád nutkání podívat se, co je nového, a většinou mu taky nedokážu odolat, Dost škoda.*“ (Spitzer, 2016).

Vedle dobrovolného zřeknutí se může být také zřeknutí se nařízené, tedy omezení přístupu nebo zákaz. To sice nevede k přirozenému naučení se sebeovládání, avšak takto

řízená cizí kontrola funguje i tehdy, když dotyčný není úspěšného sebeovládání schopen. V roce 2015 vyšla první studie, která se zabývala otázkou, co se stane, když škola používání mobilních telefonů ve všech svých prostorách zakáže. Její autoři došli k závěru, že zákaz mobilních telefonů vedl ke zlepšení výkonů o 6,41 procent standardní odchylky. Významné je, že tento efekt se projevoval především u slabších žáků: nejslabší pětina žáků vykazovala zlepšení o 14,23 procent standardní odchylky; výkony nejlepší čtvrtiny žáků zůstaly naopak neovlivněny. Z pohledu dlouhodobého dopadu zákazu mobilních telefonů je zřejmé, že efekt početně roste a zůstává statisticky významný i za několik let. Čím delší dobu vyučování tedy žáci stráví bez mobilů, tím větší z toho mají užitek. (Spitzer, 2016). Proto v posledních letech roste počet škol zakazujících používání mobilních telefonů (viz Obrázek 4).

rok	počet škol se zákazem mobilů	rok	počet škol se zákazem mobilů
2000	0	2007	43
2001	0	2008	58
2002	3	2009	71
2003	6	2010	85
2004	9	2011	88
2005	19	2012	90
2006	29		

Obrázek 4 – Počet zákazů mobilů vydaných v 91 britských sekundárních školách v letech 2000 až 2012.

Zdroj: Spitzer, 2016

Na principu osvěty fungují některé vzdělávací projekty, které seznamují rodiče, pedagogy i širokou veřejnost s dopady, které mohou mít digitální technologie na život dětí, mladých lidí, ale i samotných rodičů. Ti by totiž měli vědět, že to, jak jejich děti používají média, výrazně ovlivňují oni sami, protože děti napodobují to, co jim předvádějí rodiče.

Názory na řešení tohoto problému se velice rozcházejí, nepřispívá tomu ani fakt, že není jasně právně stanoven postup v rámci této problematiky. Ministerstvo školství vydalo metodický pokyn, kterým upravuje nošení mobilních telefonů a tabletů. Tímto způsobem

nemůže dojít k naprostému zákazu, ale může tak být upraveno to, jaké mají být podmínky nošení moderních technologií do školy. Školy pak mají možnost zakotvit podmínky používání těchto technologií ve škole a během vyučování přímo do svých školních řádů. Ty mohou být na základě rozhodnutí vedení školy ještě přísnější než pokyny ministerstva. (Deml, 2016)

Řešením a prevencí u dětí každého rodiče by tak měl být dostatek jiných aktivit než aktivit spojených s užíváním digitálních technologií, dostatek sociálních kontaktů v reálném prostředí, což také úzce souvisí s prvním zmíněným bodem. Rozvíjení a podporování dětské fantazie tak, aby ji dítě umělo samo používat a „zpracovávat“.¹¹ Nicnedělání je pro děti podle psychiatra Spitzera velice kreativní a měly by ho zažívat, aby zjistily, jak je zábavné plnit úkoly, které si sami zvolí, dosahovat cíle, která si samy vytyčí, tedy být aktivní místo pouhého reagování na zvnějšku přicházející podněty. Další prevencí proti negativnímu vlivu digitálních technologií je vzdělání. To dává větší přehled, více kontroly nad vlastním životem a větší samostatnost v myšlení. Nejvíce budou však děti uchráněny před vznikem závislosti na digitálních médiích tím, že budou vyrůstat povětšinou bez nich, případně je využívat v takové míře, která negativně nezasahuje do jejich rozvoje.

¹¹ Podle americké studie má moderní člověk zcela zjevně problémy, když zůstane sám se svými myšlenkami, a tím se svou fantazií. Pokusné osoby dokonce v mnoha případech raději dělaly něco nepříjemného, než aby přemýšlely. (Spitzer, 2016)

4 Volný čas a jeho trávení

Volný čas je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Někdy se vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností – to je tzv. zbytková, reziduální teorie volného času rozšířená zejména v německé literatuře. Přesnější a úplnější je však jeho charakteristika jako činnosti, do níž člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí a která mu přináší příjemné zážitky a uspokojení. (Hofbauer, 2004)

Hlavními funkcemi volného času jsou podle literatury odpočinek, zábava a rozvoj osobnosti. Důležitost těchto funkcí se odráží v následném přínosu pro společnost v regeneraci pracovních a duševních sil a spoluúčasti na vytváření kultury. Vývoj pojetí a definice tohoto pojmu se liší v různých geografických a jazykových oblastech, avšak odlišují se pouze mírou konkretizace základního pojmu, který je zásadně shodný. Jedním z prvních, kteří se zabývali volným časem, byl Michel Damay. Ten již před druhou světovou válkou vydal soubornou práci o tomto tématu, ve které vymezil biologickou, sociální, politickou a pedagogickou dimenzi volného času. Podle francouzského sociologa Dumazediera slouží právě psychologická funkce volného času skrze očekávání, naději, zábavu a rozptýlení k vyrovnávání vlivu práce. Toto vymezení volného času doplnil polský sociolog Alexandr Kamiński vedle odpočinku, zábavy ještě o aktivity rozvíjející osobnost - vzdělávání, veřejné činnosti, amatérské aktivity. (Hofbauer, 2004)

Soudobý francouzský sociolog volného času Roger Sue shrnuje všechny tyto funkce volného času a uvádí je následovně:

- Psychosociologická funkce – uvolnění, zábava, rozvoj;
- Sociální funkce – socializace, symbolická příslušnost k některé sociální skupině;
- Terapeutická funkce;
- Ekonomická funkce – pozitivní vliv na uplatnění člověka v profesní činnosti, výdaje účastníků vynakládané na aktivity volného času, pojetí volného času jako prožívání, anebo pouhé spotřeby vedoucí k odcizení.

Podle oficiálních českých dokumentů jsou hlavními funkcemi volného času relaxace, regenerace, kompenzace, sociální prevence a výchova. (Hofbauer, 2004)

Příslušná terminologie a pojetí volného času prošly v průběhu minulého století značným vývojem. Potřeba pedagogicky ovlivňovat volný čas dětí a mládeže vedla k formování a stále častějšímu uplatňování této terminologie. Původním termínem byla výchova mimoškolní, která se vymezovala vůči povinné školní docházce, přesto byly stále tyto aktivity realizovány školou. Následoval pojem výchova mimoškolní, která označuje aktivity odehrávající se mimo školní prostředí. Oba tyto pojmy byly v poválečném období důsledně uplatňovány sovětskou pedagogikou, toto vymezení však nevedlo k ujasnění a komplexnímu chápání volného času. Moderní koncepce školního vzdělávání totiž mimoškolní a mimoškolní výuku chápe jako samozřejmost školního vyučování, čímž se škola může otevírat dalším prostředím a propojit učení s praxí. Proto byl v šedesátých letech používán spíše širší pojem *výchova mimo vyučování*, který ale stále nevyznačoval vztah k volnému času, jehož součástí tato oblast byla, avšak byl přínosem alespoň v komplexním pojetí charakterizovaném rozhodováním samotného dítěte o vstupu do aktivit a o účasti na nich, uskutečňováním volného času mimo bezprostřední vliv rodiny a mimo povinné vyučování.

Zhruba od poloviny šedesátých let minulého století začala potřeba a význam volného času pro děti, mládež a dospělé narůstat. Napomáhaly tomu i tehdejší politické a socioekonomické podmínky v evropských zemích včetně Československa: zkracování pracovní doby dospělých, zavedení pětidenního pracovního a školního týdne, nárůst počtu žáků středních a vysokých škol a jejich účast na aktivitách volného času. V tomto se také začínala opět uskutečňovat empirická sociologická šetření, která byla do té doby spolu se sociologií považována za „pavědu“. Přestože prováděná šetření se nově zabývala také volným časem a jeho pedagogickým zhodnocováním a nově se také objevil termín pedagogika volného času jako nová disciplína sociologie, v Pedagogickém slovníku z roku 1965 a 1967 se pojem volný čas ještě nevyskytoval. (Hofbauer, 2004).

Význam a možnosti volného času dále rostly, až se v průběhu devadesátých let postupně rozšířilo věkové, zájmové a sociální spektrum volného času, metody a obsah výchovného působení se rozrůznily a obohatily a volný čas se stále více stával nedílnou součástí spokojeného a prodlužujícího se lidského života. Tím vznikl další prostor pro pedagogiku volného času, která tento rostoucí trend využila k dalším posunům v přístupu k volnému času.

V dokumentech státních orgánů¹² se postupně prosazoval přístup vycházející z konceptu volného času, který nacházel uplatnění na seminářích a konferencích pracovníků této oblasti a v publikacích včetně učebnic. Souhrnným pojmem v této souvislosti je **výchovné zhodnocování volného času**, do kterého patří několik oblastí. První z nich je *Výchova ve volném čase, do které patří veškeré působení v časovém prostoru, který neslouží realizaci základních biologických potřeb ani školních nebo pracovních povinností. Dobrovolnost účasti na volnočasové činnosti umožňuje do výchovného procesu včleňovat samy děti a mladé lidi jako jeho aktivního činitele a vytvářet tak nové možnosti a specifické způsoby jejich formování.* (Hofbauer, 2004). Další oblastí je Výchova prostřednictvím aktivit volného času, která směřuje jednak k utváření individuálních rysů účastníka činnosti, jednak k jeho působení mezi druhými lidmi. To by mělo směřovat k osvojování nových znalostí, dovedností a kompetencí. Poslední oblastí spadající pod výchovné zhodnocení volného času je Výchova k volnému času. Ta zahrnuje reflexi samotného volného času, cílevědomé odkrývání a využívání obsahů činností a různých způsobů jeho využívání. Výchovu k volnému času tak lze právem pokládat za klíč k otevírání nových možností aktivit a rozvoje člověka, za motor, který celému úsilí dává potřebnou orientaci a dynamiku.

Posláním pedagogiky volného času je analyzovat dosavadní vývoj výše uvedených oblastí, vnášet do ní nové podněty a iniciativy a harmonizovat jejich řešení, děti a mladé lidi uschopňovat k tomu, aby se za pomoci dospělých a později i samostatně učili vhodné aktivity a realizační způsoby správně volit a zvládat tak, aby byly ve prospěch rozvoje jich samých, jejich sociálního okolí, společnosti, přírody. (Hofbauer, 2004).

Terminologie volného času prošla dalším vývojem i v posledním desetiletí, kdy se zejména v oficiálních dokumentech evropských institucí objevují nové pojmy, které se opět obrací ke komplexně chápanému výchovnému působení. Mezi tyto pojmy patří Výchova formální, Výchova informální a Výchova neformální, které zdůrazňují různé aspekty a míru institucionalizace a organizovanosti výchovného působení. **Výchova formální** zahrnuje systém aktivit odehrávajících se ve školách či odborných vzdělávacích zařízeních. Její fungování zajišťuje a podporuje stát, je věkově vymezena od základního po

¹² např. usnesení vlády Ke koncepci státní politiky ve vztahu k mladé generaci v České republice do roku 2002 nebo v Koncepci státní politiky pro oblast dětí a mládeže do roku 2007

vysokoškolské vzdělání. Oproti tomu je **výchova informální** založena na získávání vědomostí a dovedností bez institucionálního začlenění, zejména z každodenního kontaktu s rodinou, přáteli, prací, médií, vrstevnickými skupinami. Tato výchova se neuskutečňuje z rozhodnutí dítěte nebo mladého dospělého. Může být cílená, většinou jde však o nesystematické, nezáměrné a neorganizované učení. **Výchova neformální** je naopak organizovaná, strukturovaná a cílená aktivita stojící mimo formální výchovný systém, která se realizuje prostřednictvím dobrovolné činnosti dětí a mládeže. Tato výchova má nejbližší k výchově ve volném čase a zahrnuje například zájmový kroužek, umělecký soubor nebo sportovní družstvo. Cílem výchovy formální i neformální je rozvoj osobnosti, sociální integrace a výchova k aktivnímu občanství. Jejich prostřednictvím se rozvíjejí nejen intelektuální, ale také praktické a sociální kompetence ve znalostech, v umění jednat a v „umění být“. Díky zvyšujícím se požadavkům na přípravu mladé generace a v tomto směru mnohdy nedostačující roli výchovy formální roste význam neformální výchovy. Ta se tak stává důležitou doplňující součástí výchovy mladých lidí a na základě dosavadních zkušeností je pokládána za jeden ze způsobů rozvoje demokratické společnosti a respektování práv člověka.

Vedle pojmů vyjadřujících výchovné působení se ve směrnících a pedagogické praxi objevují také pojmy vyjadřující různou míru organizovanosti výchovného působení ve volném čase. Mezi ně patří **činnost spontánní**, která se uplatňuje individuálně nebo ve skupině podle aktuálního zájmu účastníků. Spontánní činnost není přímo pedagogicky a výchovně ovlivňována, jedná se o spontánní aktivity, které jsou otevřené všem zájemcům a nemají stanovený čas začátku ani konce. Pedagogický pracovník při nich působí jako rádce, motivační prvek či konzultant. Dalším pojmem v této oblasti je **zájmová činnost příležitostná**, do které spadají organizované, jednorázové, rekreační nebo vzdělávací aktivity. Příležitostná činnost má časové ohraničení a je přímo řízena pedagogem. Dále pedagogická terminologie rozlišuje také **zájmovou činnost pravidelnou**, která se uskutečňuje v pravidelných intervalech, většinou celoročně, pod vedením kvalifikovaného pedagoga. Pravidelná zájmová činnost se vyznačuje předmětem zájmu, v rámci něhož si účastníci snaží osvojit nové vědomosti a dovednosti.

Pro účely této práce a samotnou terminologii výše zmíněných pedagogických pojmů je nutné věkově vymezit účastníky aktivit volného času. To se napříč vědními obory a výchovnou praxí liší a není ustáleno, nicméně pro účely této práce bude použita definice

dítěte z Úmluvy o právech dítěte¹³, která dítě definuje jako každou lidskou bytost mladší 18 let, pokud podle právního řádu konkrétní země nedosahuje zletilosti dříve. Mládeži se v dokumentech mezinárodních organizací rozumí mladí lidé ve věku od 15 do 25 (případně 26) let a podle některých dokumentů¹⁴ je do pojmu mládež zahrnován také pojem mladí dospělí ve věku 18 až 25 let. Všechny výše uvedené pojmy věkově vymežující účastníky volného času lze shrnout do širšího pojmu mladá generace, která je definována jako *velká, sociálně diferencovaná skupina osob, jež jsou spojeny dobově podmíněným stylem myšlení a jednání a prožívají podstatná období své socializace ve shodných historických a kulturních podmínkách*. (Hofbauer, 2004).

Vzhledem k různému naplnění volného času napříč věkovými skupinami účastníků je nutné vymezit školní věk a jeho jednotlivá období. Ten lze podle Vagnerové rozdělit na tři dílčí fáze. První z nich je **raný školní věk**, který trvá od nástupu do školy, tedy zhruba 6 let, do 9 let věku dítěte. Během tohoto období dochází ke změně sociálního postavení, které stimuluje další vývoj osobnosti, vytváření různých dílčích schopností a dovedností a dítě se během této fáze naučí číst, psát a počítat. Druhou fází je **střední školní věk**, který trvá od 9 let do zhruba 12 let, kdy dítě přechází na druhý stupeň základní školy nebo na nižší stupeň střední školy a vstupuje do puberty. Dítě si v této fázi vytváří určitou pozici ve škole a v kolektivu vrstevníků, která předurčuje jeho sociální postavení a určuje další vývoj osobnosti. Dítě se ve středním školním věku plynule rozvíjí ve všech oblastech a podle psychologů se nejedná o období s významnými milníky či změnami, ať už sociálními či biologickými. Poslední fází je **starší školní věk**, který trvá po předchozí fázi až do ukončení povinné školní docházky, tedy zhruba 15 let. Z biologického hlediska se jedná o první fázi dospívání, tedy pubescenci, která se kromě vnější proměny projevuje také na psychické úrovni změnou prožívání a uvažování, i postupnou snahou o osamostatnění a odpoutání od rodiny. (Vágnerová, 2012)

¹³ OSN, New York, 20.11.1989

¹⁴ Bílá kniha o mládeži Evropské komise, 2001

4.1 Trávení volného času ve městě a na venkově

Podle Sociologického slovníku je město *označení lidského sídla s vysokou hustotou obyvatel a komunikací, rozvinutou dělbou práce a poskytováním služeb, uspokojujících převážnou většinu obyvatel, a s vysokou mírou kulturní a hmotné směny. Konkrétní podoba města se velmi mění v závislosti na době a místě. Dnes se často hovoří o městské civilizaci, ve které se rozdíl mezi městem a venkovem bez ohledu na velikost obce v mnoha životních ohledech stírá. (Jandourek, 2012)*. Města by podle Ústavu územního rozvoje měla být krásná, užitečná a pestrá, čímž by měla uspokojovat prostorové, funkční a estetické nároky obyvatel. Statut města tak nevzniká dosažením určité rozlohy či počtu obyvatel, ale funkcemi a urbanistickými znaky. Městem z legislativního hlediska může být v ČR obec, která má alespoň 3 000 obyvatel a splňuje další stanovené podmínky a pokud tak stanoví předseda Poslanecké sněmovny po vyjádření vlády.

Velikost města ve většině případů může souviset s prostorovými, funkčními i sociálními odlišnostmi, na jejichž základě lze města zařadit do několika velikostních kategorií. Ústav územního rozvoje uvádí rámcové odlišení pomocí počtu obyvatel takto:

- malá města 5 001 – 30 000 obyvatel
- města střední velikosti 30 001 – 100 000 obyvatel
- velká města 100 001 – 500 000 obyvatel
- velkoměsta – metropole 500 001 – a více obyvatel

Pro účely této práce je použitý termín město či velké město chápán jako město střední velikosti podle kritérií tohoto dělení na základě údajů z Ústavu územního rozvoje Ministerstva pro místní rozvoj ČR.

Venkovské obce postrádají výše uvedené znaky měst, avšak podle Zákona o obcích nejsou obce rozlišeny na venkovské a městské. Podle souvisejících předpisů pro přerozdělování daní jsou však tyto dvě skupiny rozlišovány na malé obce do 2 000 obyvatel, které jsou většinou venkovské a střední a velké obce, které jsou městské. Pro účely této práce jsou za venkovské obce považovány ty s méně než 1 000 obyvateli.

4.1.1 Městské prostředí

Na kumulaci celkového objemu volného času do určitého území a sociálního prostoru má podstatný vliv rostoucí urbanizace. Ve světě dochází k nárůstu počtu velkých měst a megalopolí, do měst se tak přesouvá a soustřeďuje stále více obyvatel a s nimi i fond jejich volného času. Tím dochází ke vzniku specifického prostředí, které možnosti účastníků volného času rozšiřuje, zároveň ale také problematizuje a vytváří tak neustálý tlak na člověka a společnost k hledání vhodných řešení. Život ve městě a rychlý nárůst množství volného času nabízí dětem a mladým lidem informální i neformální individuální nebo společné zájmové aktivity, při kterých mohou navazovat kontakty a sdružovat se s vrstevníky i příslušníky starších generací. Takto organizované trávení volného času ve městě umožňuje jeho účastníkům být chráněn před zdravotními, bezpečnostními, sociálními a výchovnými riziky. Zároveň je však město místem, v němž převažuje anonymita a projevují se sociálně patologické jevy v mnohem větší míře než mimo město, problémy mohou vznikat také tehdy, pokud se souběžně s volnočasovými aktivitami nevytvářejí vhodné podmínky života dospělých i mladých obyvatel měst. To se projevuje například ve velkých městech především rozvojových zemí, kde mnohdy více než polovina obyvatel žije v neúnosných životních podmínkách, což je příčinou i důsledkem sociálního vyloučení, nedostatečného přístupu k aktivitám volného času, což může vést k potřebě kompenzace jiným, mnohdy protispolečenským jednáním. Tato polarizace není jen problémem rozvojových zemí, v určité, i když samozřejmě ne tak rozsáhlé míře se projevuje i v evropských zemích. I zde se rozdíl mezi sociálně úspěšnými a znevýhodněnými skupinami obyvatel a jejich dětmi vyostřují. Zatímco pro některé jsou k dispozici volnočasová zařízení s dobrou nebo vynikající úrovní, jiní mohou využívat přirozené, nikoli však příznivé městské prostředí: ulice, náměstí, proluky městské zástavby a další volná, jinak nevyužívaná prostranství.¹⁵

Zdrojem sociálního vyloučení, které dětem a mladým lidem znemožňuje využívat volný čas se stává také netolerance, rasismus a xenofobie, které se projevují jak ve vzatu k tradičním menšinám, tak také k novým přistěhovalcům. Mezi sociálně slabší rodiny,

¹⁵ Oproti tomu například městské parky mohou dětem poskytovat často chybějící prvek přírody, kam mohou podnikat výlety, zažívat dobrodružství a rozvíjet sami sebe hraním si s dalšími dětmi.

kteří nemohou pro své děti z finančního hlediska zajistit účast na organizovaných volnočasových aktivitách, patří také matky samoživitelky, které tvoří ne zrovna malou část této skupiny. Rostoucí fond volného času tak staví před města a jejich mladé obyvatele nové náročné výzvy a požadavky. Městské rodiny tak nemalou část svých volnočasových aktivit přesouvají mimo město, na venkov. To napomáhá trvalejšímu osvojování si aktivit typu chataření, chalupaření či pobytů v přírodě mladými lidmi i pro svůj další život.

Nejen nepříznivá životní situace a socioekonomický status však mohou vést k nevyužívání aktivit volného času. Někteří lidé na základě svého rozhodnutí odmítají samotný volný čas a místo toho upřednostňují práci, která se v tomto případě stává přeceňovanou a pracovní doba se tak na úkor volného času dobrovolně prodlužuje. Příčinou tohoto odmítání volného času může být touha po ekonomickém a společenském postavení nebo profesní a kariérní ambice. Důsledkem může být určitý druh závislosti na práci, tedy workoholismus, který stejně jako všechny ostatní závislosti potlačuje volný čas, oslabuje mezilidské vztahy a deformuje hodnotovou orientaci člověka. Takové chování může mít velký vliv i na děti těchto rodičů, dá se totiž předpokládat, že pokud oni sami neuznávají volný čas jako něco prospěšného a pro zdravý život důležitého, nebudou velkou pozornost věnovat ani způsobu trávení volného času svých dětí, navíc při svém pracovním vytížení jim nezbyvá čas tomuto problému věnovat pozornost. Podcenění volného času často mívá pro tyto děti nežádoucí důsledky.

Dalším důvodem nevyužívání volného času může být neschopnost rozhodnout se či vybrat si aktivity z nabízených programů volnočasových zařízení. V tomto případě mají mladí lidé dostatek volného času po škole či po práci a chtěli a mohli by ho nějak účelně využívat, neumí se však orientovat v nabídkách a možnostech, které jim jsou nabízeny. V devadesátých letech minulého století se nabídka volnočasových aktivit výrazně rozrostla a přešla od jednotných řešení k alternativním možnostem. Před mladými lidmi se tak otevírají metodicky i obsahově se různící a relativně snadno dostupné možnosti, z nichž si mohou vybrat, někdy to ale nedovedou. Vzhledem k této rozšiřující se nabídce roste význam přitažlivosti a přesvědčivosti jednotlivých nabídek, zájmu a možností jedince správně si mezi nimi zvolit a velikou roli hraje také podpora dospělých, především rodičů. Pokud však příslušník mladé generace neumí na tyto možnosti kladně reagovat, zůstává u nicnedělání a nudy nebo podléhá protispolečenskému jednání. Neznalost toho, jak využít existujících možností, posiluje izolaci mladých lidí od volnočasových aktivit a ztěžuje

vstup i do dalších oblastí života. Výsledkem snahy dětí a mladých lidí uniknout z každodenního stereotypu a nudy při nedostatku rozvíjejících volnočasových činností se staly různé způsoby chování, kdy se děti a mladí lidé jen bezcílně pohybují po městě, navštěvují fastfoody a mohou podléhat tlakům kamarádů a experimentovat s kouřením, alkoholem a jinými drogami. Další činností těchto mladých lidí je například „sprejerství“, součást subkultury mladé generace převážně na přelomu tisíciletí, ale objevující se i v dnešní společnosti. Tato neschopnost využít volný čas a jeho existující nabídku se projevují nežádoucími a někdy až brutálními jednáními dospělých vůči dětem a mladým lidem, ale i mladých příslušníků společnosti vůči dospělým nebo vrstevníkům. Vznikají tak případy zanedbávání, fyzického a psychického zneužívání dětí a mladistvých dospělými. Na druhou stranu také vzrostl počet mladistvých původců trestných činů a jejich věk se snižuje. Nabízí se otázka snížení věkové hranice trestní odpovědnosti¹⁶, která je v naší společnosti stále aktuální, to však neřeší podstatu problému, tedy nedostatečnou účinnost prevence, kterou nabízejí právě aktivity volného času.

4.1.2 Venkovské prostředí

V porovnání s městským prostředím, které nabízí pro uskutečňování aktivit volného času velké množství možností, jako například zájmové kroužky, sportovní aktivity a kulturní vyžití, venkovské prostředí poskytuje zcela jinou škálu možností. Vzhledem k velikosti a složení obyvatel venkovského prostředí jsou zde vytvořeny podmínky pro trávení volného času odlišným způsobem, než je tomu v městském prostředí. Malá obec či vesnice nepředstavuje takové bezpečnostní riziko jako město, což vede ke svobodnějšímu a samostatnějšímu pohybu dětí, čímž získávají více prostoru pro své volnočasové aktivity. Spontánní a neorganizované činnosti tak nepředstavují takové riziko v podobě problémového chování a závislostí jako ve velkých městech, na druhou stranu děti nemusejí vždy podléhat takové kontrole jako v případě městských dětí, rodiče jim

¹⁶ V České republice je věková hranice trestní odpovědnosti 15 let, např. ve Skotsku je hranice stanovena na 8 let, ve zbytku Velké Británie je to 10 let, stejně tak v Austrálii, Novém Zélandu a Jihoafrické republice. V Nigérii, Indii, Pákistánu a Bangladéši je hranice na 7 letech. Většina států USA nemá věkovou hranici určenou vůbec. (Děti za mřížemi: hranice trestní odpovědnosti rozdělují svět)

s vědomím bezpečnosti obce nechávají větší volnost a tím i více prostoru pro aktivity nevhodné pro jejich rozvoj.

Největším rozdílem oproti velkým městům je dostupnost přírody ve venkovském prostředí. Ta je dlouhodobě vyhledávaným prostorem realizace volného času a umožňuje tak oddechové i poznávací příležitostné činnosti i prostor ke spontánnímu sdružování a hraní. Další výhodou venkovského prostředí je možnost častého osobního setkávání dětí a navštěvování se v místě bydliště. Děti tak spolu mohou trávit volný čas v osobním kontaktu. Existují zde samozřejmě i organizovaná zájmová činnost, ať už organizovaná školou, či aktivními rodiči nebo jinými fyzickými osobami. Zájmové kroužky při škole sdružují většinou děti, které z okolních obcí dojíždějí do školy, a patří mezi ně podobně jako v městském prostředí sportovní aktivity, výtvarné kroužky, dramatická výchova. Nabídka těchto kroužků je však samozřejmě menší než ve městech, a to zejména díky menšímu počtu dětí i pedagogů. Mezi volnočasovou činnost neprovozovanou školou patří nejčastěji ve venkovském prostředí Sbor dobrovolných hasičů, jehož aktivit se děti zejména na malých obcích účastní již od útlého věku, většinou po vzoru rodičů. Tato organizace a způsob trávení volného času má pozitivní dopad na vývoj dětí v několika oblastech. Posiluje jejich fyzickou zdatnost, spolupráci a disciplínu, a navíc při účasti v okresních, případně vyšších soutěžích dochází ke komunikaci a poznávání nových vrstevníků i z jiného prostředí, než je bydliště dítěte. Další rozšířenou možností trávení volného času na venkově¹⁷, která není organizována školou, přestože někdy školní prostory využívá, jsou činnosti zaměřené na ochranu životního prostředí a přírodu obecně. Ty zajišťuje například Junák (Skaut), kde jsou děti vedeny ke kladnému vztahu k přírodě, její ochraně, spolupráci a morálním hodnotám.

4.2 Volný čas a úloha školy

Od školy jako všeobecně rozšířené vzdělávací a výchovné instituce se očekává vytváření předpokladů pro úspěšný vstup příslušníků mladé generace do profesionálního, občanského i volnočasového života. Svoji úlohu ve volném čase žáků škola uplatňuje jednak přímo, jednak prostřednictvím svých zařízení. Ty poskytují aktivity založené na

¹⁷ Ale také ve městě, které ale v tomto případě nenabízí tolik možností jako venkovské prostředí.

principu dobrovolné účasti, což vytváří prostor pro rozvoj individuálních předpokladů účastníků a jejich zájmového vzdělávání. Zájmové aktivity plní funkci vzdělávací a výchovnou, kulturní a sociálně-preventivní, zdravotní, oddechovou a kompenzační. V průběhu školní docházky tak volnočasové aktivity pomáhají odkrývat zájmy a nadání dětí a pomáhají s jejich rozvíjením.

Škola poskytuje žákům poznání různých oblastí dvěma základními způsoby – ve vyučování a v souběžných volnočasových aktivitách. Výuka je zaměřena na kooperativní učení a interaktivitu, přesto je vyučování i dnes spíše konzervující a systematizující. Žáky vzdělává prostřednictvím stabilního učebního plánu, soustavy vyučovacích předmětů a jejich kurikula, zachovává tradiční organizaci a ovlivňuje mladou populaci plošně. Tento koncept se soustředí na předmět poznávání a jeho trvalé osvojení a tradiční způsoby hodnocení. Oproti tomu jsou souběžné volnočasové aktivity obsahově volnější, dynamičtější a flexibilnější. Pro život a výchovu dětí a mladých lidí jsou přínosné nejen poznáním, které zprostředkovávají, ale také prožíváním, sociálními kontakty a možnostmi praktického konání. Oproti povinnému vzdělávání působí výběrově a méně plošně, dopad však může mít větší právě proto, že pracuje se silnější, individuálně podmíněnou motivací.

Souběžné volnočasové aktivity, které škola poskytuje lze rozdělit do několika kategorií:

- **Jednorázové aktivity**

Jedná se o příležitostní, jednorázové volnočasové aktivity, které navazují a prohlubují obsah vyučovacího procesu nebo se vyznačují oddechovou či kompenzační funkcí. Do této kategorie patří například návštěvy historických památek, kulturních a sportovních akcí, školní slavnosti a plesy, meziškolní sportovní utkání, lyžařské výcviky, školy v přírodě, zahraniční zájezdy či prázdninové tábory.

- **Soutěže**

Na předchozí kategorii navazují místní, regionální, celostátní a mezinárodní soutěže žáků základních a středních škol. Ty vyžadují komplexnější a dlouhodobější pozornost a zapojení účastníků. V druhé polovině minulého století vznikaly celostátní soutěže – tzv. olympiády, které navazovaly na probírané látky především přírodovědných předmětů (matematika, fyzika, biologie, chemie), později také společenských (český jazyk, cizí jazyky, dějepis, zeměpis) nebo v oblasti různých individuálních i kolektivních sportů.

○ Pravidelná zájmová činnost

Aktivita spadající do této kategorie se vyznačují sledováním individuálního rozvoje účastníka, který je úzce spjatý s činností kolektivu zájmového kroužku a s jeho veřejně prospěšnou nebo tvůrčí činností. Do této kategorie patří právě zájmové kroužky, soubory umělecké tvořivosti, sportovní družstva.

Vedle těchto aktivit, které škola pro účastníky na dobrovolné bázi poskytuje, je také pro rozvoj osobnosti dětí a mladých lidí důležité celkové ovzduší školy neboli školní klima. To, přestože zůstává většinou v pozadí za důležitějšími ukazateli hodnotícími získané vědomosti a dovednosti dětí, hraje významnou roli při získávání právě zmíněných znalostí a vědomostí. V českém školství stále převažuje stereotypní frontální přístup, předkládání hotových poznatků a dominantní úloha učitele, zatímco se málo uplatňují aktivizační a kooperační způsoby výuky. V posledních desetiletích se tento trend daří pomalu měnit nástupem a rozvojem alternativních škol, které jsou již v České republice zastoupeny. Ty kladou důraz především na klima školy, potřeby dítěte, přátelské vztahy mezi žáky a pedagogy a tím lepší rozvoj osobnosti dítěte. Volnočasové činnosti školy mohou být v těchto směrech přínosem svou podporou iniciativy, motivace aktivní účasti a týmové spolupráce žáků. Vnitřní atmosféra školy je tak velice důležitá, nemusí však vždy ovlivňovat rozvoj osobnosti žáků pozitivním směrem. Ve školách jsou často přítomny i velmi kritické jevy, jako je šikana, kyberšikana, drogy a jiné problémové chování.

V dnešní době již existuje velké množství studií a výzkumů zabývajících se volným časem dětí. Tyto studie se však v podstatě zabývají pouze volným časem uskutečňujícím se po skončení vyučování a dalších povinností, což je i podstatou definice volného času. Existuje však i volný čas, který děti tráví ve školním prostředí a který není tak intenzivně organizován jako školní volnočasové aktivity, které se odehrávají mimo vyučování. Tento volný čas se tak odehrává buď ve volnočasových zařízeních školy, kterými jsou například knihovny, čítárny, hřiště, nebo školní družiny a kluby, nebo v prostorách tříd a chodeb školy o přestávkách mezi vyučovacími hodinami. Tento prostor je časově omezen vyučovacími hodinami, děti v něm však mají téměř úplnou svobodu, tedy alespoň v rámci školních prostor a vymezení školního řádu. Vzhledem k tomu, že tento čas není nijak řízen a nikým organizován, jedná se o sociologicky velice zajímavou část školního vzdělávání, kterému ale není věnován dostatečný prostor ve vědeckých studiích.

Žáci mají možnost o přestávkách navštěvovat své kamarády či spolužáky v jiných třídách, komunikovat a rozvíjet vztahy v rámci své kmenové třídy, občerstvovat se, připravovat se na výuku či hrát hry v prostorách třídy, školy, případně jejích venkovních prostorách. Učitel v tomto mezičase působí pouze jako dozor, který žáky usměrňuje, pokud se dopouštějí nějakého nepřijatelného chování či porušení školního řádu. Děti si tak tento čas organizují zcela samy a je na jejich rozhodnutí, jakou činností ho vyplní. Často se stává, že během přestávek dochází k rizikovému chování jako je šikana či jiné sociální konflikty, které tak pedagogové nemají pod kontrolou. V současnosti se také o přestávkách mezi vyučovacími hodinami rozšiřuje čas věnovaný moderním komunikačním technologiím, což může být spojeno s kyberšikanou a vyčleňováním dětí z kolektivu.

4.3 Role ICT ve volném čase

Jak již bylo zmíněno v předchozích kapitolách, digitální média ovlivňují volný čas rozsáhlým způsobem. V největší míře jsou v tomto směru ovlivňovány děti a mladí lidé ve školním věku, pubertě a adolescenci, pro něž se digitální technologie stávají hlavní náplní volného času. Vedle nich tak nezbyvá čas na další, pro rozvoj osobnosti mnohem důležitější aktivity, jako je čas strávený s rodinou, kamarády, osobní komunikace, pohybové aktivity a další volnočasové činnosti formující osobnost dítěte a rozvíjející jeho schopnosti a dovednosti. Digitální média v současné době zabírají velkou část volného času dětí a co se týká jejich důležitosti v hodnotovém žebříčku volného času dětí, řadí se na přední příčky hned vedle kamarádů a učení. Děti ve věku 13 až 15 let se tak po příchodu ze školy domů nejvíce věnují sledování televize, čímž tráví denně dvě až tři hodiny. U starších dětí se k televizi přidává také internet, poslech hudby a sociální média, mohlo by se tak zdát, že televize ustoupí těmto dalším aktivitám. Skutečnost je však taková, že čas strávený u televize s věkem naopak roste. (Bocan, 2012). Zejména u starších dětí tak těmto aktivitám ustupují zájmové kroužky a jiné volnočasové aktivity, kterým se věnovaly dříve. Televizi se děti podle Bocana nejvíce věnují také o víkendech, a to již ve věku od šesti let. Podle výzkumu českých dětí se zdá, že televizi sledují více děti na malých obcích do 5 000 obyvatel než děti z měst. Přestože stále roste používání chytrých telefonů a počítačů, televize má zřejmě stále největší vliv ve volném čase dětí. Nevzdalo by se jí více než polovina dětí, bez internetu by se pak neobešlo přes 70 procent dětí ve věku 10 až 15 let. O

mobilním telefonu nemluvě. Ten je pro většinu dětí naprosto nepostradatelný. (Bocan, 2012).

Fenoménem volného času dětí je také internet. *Do dětského světa přináší internet nepřehledné množství obrázků, videí, diskusí a článků, které jsou volně přístupné a navzájem provázané aktivními prokliky, což však může přinášet značné nástrahy, které děti jen stěží odhalují. Zde je odpovědnost na rodičích, ale i škole, jež by je měla naučit na internetu číst podobně jako v knize či jízdním řádu. (Bocan, 2012).* Čím jsou děti starší, tím více času na internetu tráví. O víkendu pak děti tráví dvakrát více času na internetu než ve všední dny. Věnují se tam nejčastěji svým kamarádům, což může vyvolat pocit, že jsou společenské a pěstují přátelské vztahy. V tomto případě se však sice jedná o přátelské vztahy, nicméně komunikace přes internet nemůže nahradit komunikaci osobní, která je pro pěstování vztahů nezbytná. *Neorganizovaný volný čas by neměl být chápán jako doba, ve které si děti mohou dělat, co chtějí – zároveň by však měly mít možnost v něm zůstat samy sebou. Respektovat současně obě tyto hranice je nelehká úloha rodičů. (Bocan, 2012)*

Shrnutí teoretické části

Digitalizace v dnešní době zasahuje téměř všechny společnosti a kultury a děje se to takovou rychlostí, jako dosud žádná jiná globální kulturní změna. (Spitzer, 2016). Informační a komunikační technologie tak zasahují do všech oblastí života a stávají se nepostradatelnými a samozřejmými pro život již od útlého dětství. Mezi lidmi je dnes nejrozšířenější a nejpoužívanější počítač a chytrý telefon, který v sobě kloubí funkce počítače, herní konzole, televize a dalších technologií, což z něj činí všestrannou pomůcku pro každodenní použití. Dalším fenoménem dnešního digitálního světa jsou sociální sítě. Jako všechny události a vjemy, tak i používání digitálních technologií má vliv na lidskou psychiku. V lidském mozku funguje systém odměňování, který prožitým událostem přiřkládá určité význačnosti. Na tomto principu tak funguje vznik závislosti. Pro ni je typické vědomé ignorování negativních dopadů postiženým jedincem a její nepříznivý dopad na běžný život závislého člověka. (Spitzer, 2016). Vědci rozlišují dva typy závislosti – závislost látkovou a nelátkovou, přičemž látková závislost může být na mnoha typech látek: dnes je známa závislost na jídle vedoucí k obezitě, závislost na nikotinu, na alkoholu a dalších drogách. Nelátková závislost je závislost na určitém chování, protože i to

zasahuje systém odměňování v lidském mozku. Dnes jsou známy nelátkové závislosti jako například závislost na hraní počítačových her, na internetovém sázení, závislost na internetu, Facebooku či chytrém telefonu. Ten, vzhledem k široké škále nabízených funkcí a možností, ovlivňuje lidský život snad největší mírou z uvedených technologií. Je prokázána souvislost mezi intenzivním používáním chytrých telefonů a poruchou pozornosti, dále také s kvalitou a délkou spánku, empatií a rozvojem schopností a dovedností adekvátních k věku dítěte. (Greenfieldová, 2016)

S postupem digitalizace a inovace digitálních technologií se rozvíjí také oblast vzdělávacích technologií, které školy v čím dál větší míře využívají při výuce. Někteří pedagogové jsou zastánci tohoto rozvoje a digitalizování vzdělávacího procesu, neboť pro děti je kontakt s médii a technologiemi od útlého dětství přínosem. Proto jsou podle Bostelmannové vhodné například tablety do školek, aby děti mohly přesněji vnímat své okolí a využívat obsahy, ke kterým již není nutná schopnost číst a psát. Pro zahrnutí ICT vzdělávání do školních osnov jsou také autoři Siraj-Blatchforda a Whitebreada, kteří hovoří o nutnosti technologické gramotnosti, zároveň také o rozvoji kontroly dětí nad technologiemi. Světové studie však hovoří v tomto směru jasně: chytré telefony a tablety mají negativní dopad na vzdělávání, nenapomáhají rozvoji motoriky, smyslového vnímání ani jiným důležitým dovednostem, které si žáci ve škole osvojují. (Spitzer, 2016). V některých případech mohou být nápomocné, nebyl však prokázán žádný pozitivní vliv na rozvoj a učení dítěte.

Některé školy přistupují k otevřenému používání technologií o přestávkách, nebo dokonce mobilní telefony rozdávají, žákům některých škol naopak školní řád používání mobilních telefonů zakazuje, některé školy je dokonce při vstupu žáků vybírají. Podle výzkumů těchto přístupů škol mají lepší výsledky a dlouhodobější úspěšnost žáci škol, které mobilní telefony dlouhodobě zakazují, čím déle žáci navštěvují školu bez telefonu, tím mají lepší školní výsledky, sociální vztahy a jsou spokojenější. (CNN, 2015)

Na spokojenost dítěte má velký vliv také způsob trávení volného času. Ten je podle Hofbauera časem po skončení všech povinností, ke kterému člověk přistupuje na základě svobodného rozhodnutí, s určitým očekáváním a přináší mu uspokojení a příjemné zážitky. S postupem času a postupující digitalizace se v čím dál větší míře stávají součástí volného času také digitální technologie. V současnosti jsou děti ve volném čase nejvíce zaměstnávány sledováním televize, hraním počítačových her či surfováním na internetu,

nebo multitaskingem v podobě všech těchto možností propojujících se na chytrém telefonu. Děti a mladí lidé se tak mohou z nedostatku pohybu stávat obézními, získávat poruchu pozornosti, úzkost či depresi, ke které nadměrné používání zmíněných technologií směřuje.

Možnosti trávení volného času se liší v závislosti na místě bydliště. Děti žijící ve městě mají jiné možnosti než děti žijící na venkově. Město s jeho anonymitou, jiným pojetím času a spoustou lidí nabízí obrovské množství organizovaných volnočasových aktivit, až si někteří mladí lidé nedokáží nebo nemohou vybrat. Děti žijící ve venkovském prostředí mají možnosti poněkud jiné. Nabídka organizovaných volnočasových aktivit není tak široká jako ve městě, k dispozici je většinou pár zájmových kroužků, které zpravidla organizuje škola, nebo k jejich uskutečnění dopomáhá. Největším rozdílem proti městským možnostem je dostupnost volného prostoru. Příroda je pro trávení volného času nejvyhledávanější a děti z venkovského prostředí v ní tráví nejvíce času, ať už spontánní činnosti či organizovaně v rámci zájmové činnosti jako je například Junák. (Hofbauer, 2008). Důležitým časem z hlediska rozvoje dítěte je podle autorky práce také čas mezi vyučovacími hodinami a čas strávený ve školní družině. Jedná se o čas neorganizovaný, respektive částečně organizovaný pedagogem, děti tak samy vybírají aktivity, kterým se budou věnovat. To může být pro rozvoj dítěte výhodou, nicméně to může také vést k psychickým problémům dětí, způsobených například šikanou či vyloučením z kolektivu.

5 Sekundární a komparativní analýza dat z již uskutečněných výzkumů zabývajících se problematikou moderních komunikačních technologií a volného času

Samotnému pozorování a rozhovorům v další kapitole předchází komparativní analýza již uskutečněných výzkumů a studií zabývajících se tématem moderních komunikačních technologií v současné společnosti a volného času. Před tím, než bude tato kapitola věnována samotným výzkumům v této oblasti, pokládá autorka práce za důležité uvést kontext, v jakém se současná společnost nachází v souvislosti s moderními komunikačními technologiemi. Pro tuto potřebu jsou v následujících tabulkách stručně představeny výzkumy zabývající se sběrem statistických dat v oblasti společnosti a médií, které ukazují současnou (nebo nedávnou) situaci používání moderních komunikačních technologií a jejich využití. Výzkumy jsou rozděleny na ty zabývající se situací v České republice a ty zkoumající situaci ve světě, zpravidla ve Spojených státech amerických, ty jsou mezi sebou následně komparovány. Komparativní analýza se opírá o hard data¹⁸ z těchto uvedených výzkumů.

¹⁸ údaje exaktně označující nejen kvalitativní, ale i kvantitativní stránku zkoumaných jevů (např. výzkumných zjištění) (Slovník cizích slov)

Tabulka 2 – Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech, hard data – Česká republika

Hard data - média v České republice				
Název výzkumu	Rok	Autor	Cíl	Označení ¹⁹
Internet v České republice - 2014	2014	Petr Lupač Alena Chrobáková Jan Sládek	zkoumání vlivu informačních a komunikačních technologií (počítače, internetu a příbuzných technologií) na jedince, rodinu a společnost	Internet
TV and Media 2017, A consumer-driven future of media	2017	ERICSSON CONSUMERLAB	Statistiky používání telefonů a screen médií	Média
Chytré telefony zvyšují počet uživatelů internetu	2016	Český statistický úřad	informace o moderních technologiích a českých domácnostech	Chytrý telefon

Zdroj: vlastní zpracování dat z vybraných výzkumů, 2018

Jeden z českých výzkumů (Internet) se zabývá internetem a jeho rozšířením mezi obyvateli České republiky. Výzkum podrobně popisuje uživatele a jejich demografické a socioekonomické pozadí, aktivity, kterým se uživatelé na internetu věnují a zabývá se také vlivem internetu na život uživatele, respektive neuživatele. Dva výzkumy uskutečněné v České republice (Média, Chytrý telefon) se zabývají aktivitami, kterým se uživatelé věnují na svých chytrých telefonech. Výzkum Chytrý telefon se dále také zabývá časem, který uživatelé stráví používáním chytrých telefonů a stejně jako výzkum Média také pořízením nového telefonu.

V následujícím přehledu jsou stručně shrnuta nejdůležitější data²⁰ z těchto uvedených výzkumů tak, aby vytvořila pozadí pro následující komparativní analýzu a samotný výzkum autorky práce.

¹⁹ Každý výzkum byl pro následující komparativní analýzu autorkou práce označen jednoslovným názvem vycházejícím z oficiálního názvu výzkumu.

Česká republika:

- Internet používá 99 procent studujících.
- Internet využívá 88 procent obyvatel ČR.
- Lidé používají internet tím více, čím jsou vzdělanější.
- Uživatelé se nejvíce připojují k internetu z domova, dále ze školy a z pracoviště, stále více narůstá počet připojení v pohybu mimo tato místa.
- Uživatelé jsou v průměru k internetu připojeni přes 20 hodin týdně.
- 73 procent domácností je vybaveno osobním počítačem (75 procent z nich vlastní přenosný počítač).
- Nejvíce se lidé k internetu připojují z počítače (98 procent), dále z mobilního telefonu (40 procent).
- Mobilní telefon používá k internetovému připojení 37 procent dospělé populace. Mezi uživateli internetu v mobilu převládají mladí lidé mezi 16–24 lety.
- Každodenně se uživatelé nejčastěji věnují na internetu aktivitám spojeným s online komunikací a sociálními sítěmi, dále internet vyhledávají pro jeho zábavní funkci.
- Většina uživatelů internetu považuje jeho přínos pro svůj osobní život jako pozitivní.
- Mobilní telefon používá 98 procent jedinců nad 16 let.
- Chytrý telefon vlastní zhruba 39 procent obyvatel (17 procent vlastní tablet).
- Ke koupi chytrého telefonu nejvíce motivuje přístup k emailu a posílání zpráv, přístup k bezplatné Wi-Fi síti, možnost používat ho kdykoliv a kdekoliv a přístup k příslušným aplikacím²¹.
- Nejvíce lidé využívají chytrý telefon k posílání SMS zpráv, dále pak k vyhledávání na internetu, spravování emailů a používání aplikací.
- Sociální sítě využívá 37 procent jednotlivců starších 16 let.
- V České republice je 4 600 000 uživatelů Facebooku.

²⁰ Nejnovější z těchto výzkumů je z roku 2015, jedná se tedy s ohledem na rychlost vývoje v tomto směru o data již poněkud zastaralá a lze předpokládat, že aktuální data mohou být vyšší.

²¹ Dalšími motivátory v pořadí jsou digitální fotoaparát, touha po zlepšení současného telefonu, přístup k internetu, přístup k zábavním prvkům, možnost spojit se s přáteli, využití pro pracovní život, připojení k sociálním sítím, vytvářet videa či hlasové zprávy pomocí internetu, a další.

Tabulka 3 - Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech, hard data – svět

Hard data - média ve světě				
Název výzkumu	Rok	Autor	Cíl	Označení
Internet trends	2017	Kleiner Perkins Caufield & Byers	Zjištění času stráveného na internetu, s mobilním telefonem, televizí v USA	Trends
TV and Media 2017, A consumer-driven future of media	2017	ERICSSON CONSUMERLAB	Statistiky používání telefonů a screen médií	Screen media
Counterpoint research	2017	Counterpoint	Četnost používání smartphonů, nákup telefonů, jejich využívání	Counterpoint
INTERNET USAGE STATISTICS The Internet Big Picture	2017	Internet World Stats	Světová data o internetu	Statistika

Zdroj: vlastní zpracování dat z vybraných výzkumů, 2018

Všechny z uvedených výzkumů (Trends, Screen media, Counterpoint) zabývajících se světovými daty se zabývají chytrými telefony a aktivitami, které na nich uživatelé provozují. Výzkum Trend, stejně jako Screen media, se zabývá také reklamou na internetu, respektive na sociálních sítích a také internetem a vyhledáváním na něm. Jeden z výzkumů (Counterpoint) se věnuje také koupi nového chytrého telefonu, podobně jako tomu bylo u výzkumu Média z českého prostředí. V jednom výzkumu (Screen media) lze nalézt také predikci dalšího vývoje používání moderních komunikačních technologií.

Svět:

- Přes 4 miliardy (54 procent) lidí na světě používá internet.
- Více než 53 procent obyvatel v Evropě má chytrý telefon.
- Dospělý jednatel v USA stráví s médii v průměru za den zhruba 5,6 hodin.

- Zhruba 70 procent uživatelů sleduje televizi a videa na chytrých telefonech, čímž stráví v průměru 6 hodin za týden.
- Uživatelé stráví v průměru jednu hodinu denně vyhledáváním televizních obsahů a videí.
- Uživatelé sledují televizi nebo videa 30 hodin týdně.
- Zvyšuje se podíl obsahů sledovaných tzv. na vyžádání²² na úkor daných a plánovaných programů (TV).
- Mnohem více aktivit virtuální reality uskutečňují uživatelé sami než s někým.
- 26 procent uživatelů používá chytrý telefon více než 7 hodin denně.
- Nejčastější činnost provozovaná na chytrých telefonech je prohlížení internetu (64 procent), dále pak hraní her (62 procent).
- Až 53 procent uživatelů všech mobilních telefonů trpí nomofobií – závislostí na mobilním telefonu.
- V Evropě uživatelé kupují nový mobilní telefon v průměru po 21 měsících, v USA po 18 měsících.

5.1 Volný čas a média ve výzkumech

V České republice existuje celá řada výzkumů zabývajících se tematikou volného času jako takového a médií a volného času. První z nich byly uskutečňovány již v devadesátých letech minulého století, kdy začínal vzrůstat vliv médií a technologie se stávaly součástí čím dál více životů. Od té doby se takto zaměřené výzkumy provádí velmi často, proto bylo pro autorku práce velice těžké vybrat vhodný počet výzkumů pro komparativní analýzu této práce. Nakonec bylo vybráno osm českých výzkumů zabývajících se volným časem a informačními a komunikačními médii. Zjištěné jevy těchto výzkumů byly nadále autorkou podrobeny komparativní analýze. Následující tabulka představuje vybrané výzkumy v kategorii Volný čas, u každého výzkumu je uveden název výzkumu, rok zveřejnění výzkumu, který může přispět k lepší představě o

²² Z anglického termínu on-demand. Uživatel si sám vyhledává a vybírá obsah, který chce sledovat. Může se jednat o seriály, filmy, programy a jiné.

vývoji této problematiky v čase, autor, případně autoři výzkumu a stručný cíl výzkumu. Podrobnější informace a data z jednotlivých výzkumů budou uvedena vzápětí.

Tabulka 4 – Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech: Volný čas

Volný čas a média				
Název výzkumu	Rok	Autor	Cíl	Označení
Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let	2011	NIDM Mgr. Miroslav Bocan, Mgr. Hana Maříková, Mgr. Adam Spálenský	Zjišťování hodnotových orientací u dětí ve věku 6–15 let, výzkum rozdělen do pěti tematických okruhů: 1. rodina, 2. škola, 3. volný čas a 4. média.	Děti
Zdroje informací a kritéria při výběru volnočasových aktivit	2008	Factum Invenio, s.r.o.,	Zjistit, jak jsou vybírány volnočasové aktivity pro děti ve věku 6 -15 let, roli sociální postavení a rodiny.	Aktivity
Zdravé klima v zájmovém a neformálním vzdělávání	2009	NIDM Mgr. Miroslav Bocan, Mgr. Hana Maříková, Mgr. Adam Spálenský	Popis rodinného a sociálního zázemí dětí a mládeže ohrožené sociálním vyloučením. Jejich hodnotová orientace, způsob trávení volného času, vztah ke škole a způsob řešení problémů.	Klima
Sedavý životní styl a pasivní trávení volného času českých školáků	2012	Zdeněk Hamřík, Michal Kalman, Daniela Bobáková, Erik Sigmund	Analyzovat sedavý životní styl se zaměřením na pasivní trávení volného času u dětí školního věku v České republice.	Pasivní děti
Vliv masmédií na vývoj a proměny životního stylu dítěte	2013	Bc. Milena Dovrtělová	Zjistit rozložení volnočasových aktivit a hodnot současné mládeže.	Masmédia
Vliv masmédií na kriminalitu mládeže	2011	Bc. Pavlína Suková	Zjistit, kolik volného času tráví dospívající sledováním televize nebo hraním na počítači a jejich vliv na trestnou činnost.	Kriminalita
Volnočasové aktivity dětí školního věku a jejich zapojení do zájmového vzdělávání	2013	Kateřina Strnadová, Dis.	Zjistit aktuální pohled dětí a rodičů na trávení volného času.	Zapojení
Negativní a pozitivní vlivy sociálních sítí na mládež (facebook)	2012	Bc. Hana Hanusová	Zjistit důvody pro zakládání sítě, čas strávený na síti, dodržování bezpečnosti, využívání češtiny na síti.	Facebook

Zdroj: vlastní zpracování dat z vybraných výzkumů, 2018

Téměř všechny uvedené výzkumy (Děti, Aktivity, Klima, Pasivní děti, Masmédia, Kriminalita, Média) se zabývají rodinným prostředím dětí a shodují se, že má ze všech faktorů největší vliv na způsob trávení volného času dětí. Tři výzkumy (Děti, Klima, Kriminalita) přikládají vliv na volný čas dětí také škole a školnímu prostředí, vystupuje tak dvojice nejsilnějších faktorů ovlivňujících rozvoj dětí a také způsob trávení volného času. Volným časem se zabývají všechny uvedené výzkumy, které se shodují na vzrůstajícím a dominantním postavení médií a technologií v žebříčku aktivit volného času dětí. Tři z uvedených výzkumů (Děti, Klima, Masmédia) se mimo jiné zabývají také hodnotovým nastavením dětí, jejich hodnotovými žebříčky. Dva výzkumy (Děti, Aktivity) se věnují tomu, jakým způsobem jsou vybírány volnočasové aktivity, zda do jejich výběru zasahují také rodiče. Z výzkumů vyplývá, že děti si vybírají volnočasové aktivity častěji samy úměrně s věkem. Děti, u kterých rodiče nevěnují pozornost výběru volnočasových aktivit, tíhnou většinou k rizikovým aktivitám, jako je čas trávený ve velké míře u televize, počítače a jiných médií, nebo jiná závislostní chování naprosto nevhodná pro rozvoj dítěte. S tím souvisí vliv způsobu trávení volného času na kriminalitu dětí, kterému se věnuje výzkum Kriminalita. Problematice sociálních sítí se věnuje jeden výzkum, jehož jsou sociální sítě podstatou (Facebook), další dva (Děti, Masmédia) se sociálním sítím věnují okrajově, kdy zjišťují, že děti často využívají internet právě ke komunikaci pomocí sociálních sítí. Vlivu médií na děti, čímž lze chápat jak vliv na rozvoj jejich osobnosti, tak na způsob trávení volného času, výsledky ve škole, sociální vztahy a podobně, se zabývají čtyři z uvedených výzkumů (Pasivní děti, Masmédia, Kriminalita, Facebook), přičemž všechny z nich uvádějí vliv jako negativní.

Následující tabulka nabízí podrobnější informace o osmi popisovaných výzkumech, uvádí lokalitu, ve které byl výzkum prováděn, metodu použitou pro sběr dat, počet respondentů na základě genderového rozdělení a věk respondentů.

Tabulka 5 – Informace o komparovaných výzkumech – Česká republika

Výzkum	Lokalita	Nástroj výzkumu	Počet respondentů		Věk respondentů
			Muži	Ženy	
<i>Děti</i>	celá republika	dotazník, rozhovory	1118	1120	6-15
<i>Aktivity</i>	celá republika	rozhovor	307	304	6-15
<i>Klima</i>	celá republika	rozhovor	205	148	6-20
<i>Pasivní děti</i>	celá republika	dotazník	4425 ²³		11-15
<i>Masmédia</i>	okres Kroměříž	dotazník	63	57	13-15
<i>Kriminalita</i>	Praha	dotazník	22	31	12-15
<i>Zapojení</i>	Praha	dotazník	37	23	11-15
<i>Facebook</i>	Pardubický kraj	dotazník	52	50	14-20

Zdroj: vlastní zpracování dat z vybraných výzkumů, 2018

Následující Tabulka 6 se věnuje obsažení vybraných témat v jednotlivých výzkumech. Znázorňuje tematické propojení zmíněných výzkumů, tedy průniky jednotlivých zkoumaných témat napříč výzkumy. Pokud se daným tématem výzkum zabýval, tato skutečnost je v tabulce označena vykřičníkem (!) v poli daného výzkumu a tématu. Pokud bylo téma pro daný výzkum hlavním zkoumaným problémem, je v tabulce označen dvěma vykřičníky (!!).

²³ Pro tento výzkum nebyla nalezena přesnější data ohledně genderového rozložení respondentů.

Tabulka 6 - Průniky témat jednotlivých výzkumů

Výzkumy	socioekonomický status a jeho vliv na volný čas dětí	média jako velká část volného času	vzdělání rodičů a jeho vliv na volný čas dětí	nabídka volnočasových aktivit	přínos volnočasových aktivit	vliv školy na volný čas	vliv rodiny na volný čas	vliv médií na chování dětí
Děti	!	!	!	!	!	!	!	!
Aktivity	!	!	!	!!			!	
Klíma	!	!			!	!	!	
Pasivní děti		!			!			!!
Masmédia		!						!!
Kriminalita		!!				!		!!
Zapojení			!	!!	!!		!	
Facebook		!!						

Zdroj: vlastní zpracování dat z vybraných výzkumů, 2018

Jak vyplývá z Tabulky 6, nejvíce z vybraných výzkumů se shodlo na tom, že děti věnují velkou část svého volného času médiím (kromě Zapojení tak vyplynulo ze všech výzkumů). Odráží to tedy skutečnost uvedenou již v teoretické části, že dnešní mladí lidé a děti věnují médiím a moderním komunikačním technologiím velkou část svého volného času, což může mít velmi negativní dopad na jejich vývoj a budoucnost. Hned tři z uvedených výzkumů (Pasivní děti, Masmédia, Kriminalita) měly jako hlavní téma vliv médií na chování dětí, ať už u Pasivních dětí v podobě zhoršeného zdravotního stavu, obezity a dalších fyzických omezení, nebo jako zvýšená kriminalita dětí a mládeže vlivem nadměrného používání médií a moderních technologií ve výzkumu Kriminalita. Ve stejné míře se shodují čtyři výzkumy (Děti, Klíma, Pasivní děti, Zapojení) na důležitosti volnočasových aktivit pro děti a jejich pozitivním přínosu. Stejně tak čtyři výzkumy (Děti, Aktivity, Klíma, Zapojení) se shodují na neméně důležité roli rodiny na volný čas dětí. Rodiče tak mohou do velké míry ovlivnit, jakým aktivitám se bude dítě věnovat a jaké aktivity si bude v budoucnu samo vybírat k trávení svého volného času a tím tak zajistit, aby se děti nevěnovaly nějakému druhu rizikového chování, jako je nadměrné používání technologií, užívání návykových látek či jiná kriminální činnost. Tři z uvedených výzkumů

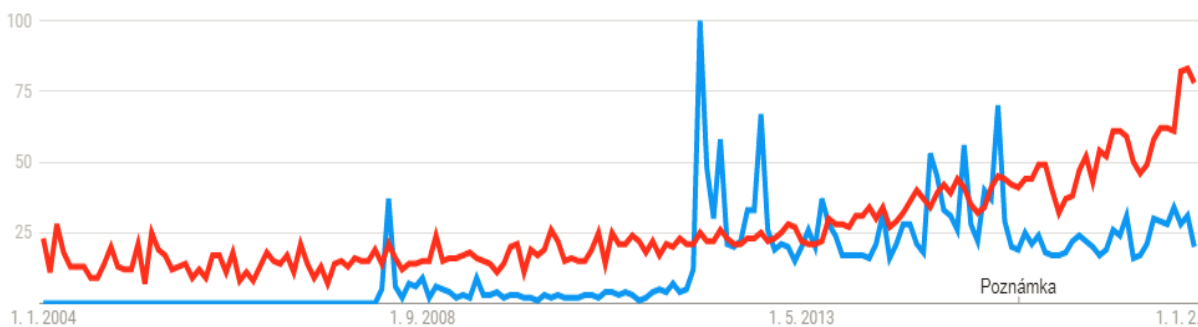
(Děti, Aktivity, Klima, respektive Děti, Aktivity, Zapojení) také považují za relevantní při výběru volnočasových aktivit a trávení volného času dětmi, jaký socioekonomický status, respektive vzdělání mají rodiče dětí. Výzkumy se shodují, že čím vyšší vzdělání mají rodiče, tím méně se děti věnují ve volném čase rizikovým aktivitám a obráceně. Výzkumy Děti, Aktivity a Zapojení se shodně věnovaly mimo jiné také nabídce volnočasových aktivit. Všechny tři výzkumy se shodly, že nabídka je dostatečná a poměrně široká, což může podle názoru autorky práce korespondujícím s informacemi z teoretické části práce vést k zhoršenému rozhodování při výběru volnočasových aktivit, zejména staršími dětmi a mladými lidmi, při jejichž výběru už nemají hlavní slovo rodiče, ale oni sami. Na volný čas dětí má podle tří výzkumů (Děti, Klima, Kriminalita) vliv také škola, a to jak svou dostatečnou či naopak nedostačující nabídkou volnočasových aktivit či přístupem k dětem a formou výuky a předávání určitého životního stylu.

Vybrané výzkumy tak v zásadě korespondují s informacemi uvedenými v teoretické části práce, kde jsou tyto zkoumané problémy popsány podrobněji.

5.2 Nomofobie ve výzkumech

Jak již bylo popsáno v teoretické části práce, nomofobie je fobie vyskytující se v posledních letech u uživatelů chytrých telefonů, kteří pocítují úzkost ve chvílích, kdy nemají svůj chytrý telefon u sebe a nemohou ho tedy používat. Tato fobie tak úzce souvisí či možná dokonce vyjadřuje závislost na mobilním telefonu. Termín nomofobie (či anglicky nomophobia) se tak dostává stále více do povědomí veřejnosti a jak lze vidět z následujících grafů, roste také zájem o vyhledávání tohoto výrazu na internetu.

Chytré telefony se poprvé objevily na začátku nového tisíciletí, v té době však byly dostupné jen pro pár jedinců, pro celosvětový trh se zpřístupnily později, zhruba kolem roku 2004, kdy se vzedmula vlna chytrých telefonů, která prakticky přetrvává dodnes. Pomocí nástroje Google Trends společnosti Google získala autorka přehled o historii vyhledávání výrazů nomophobia a phone addiction (závislost na telefonu) od již zmíněného roku 2004 do současnosti.



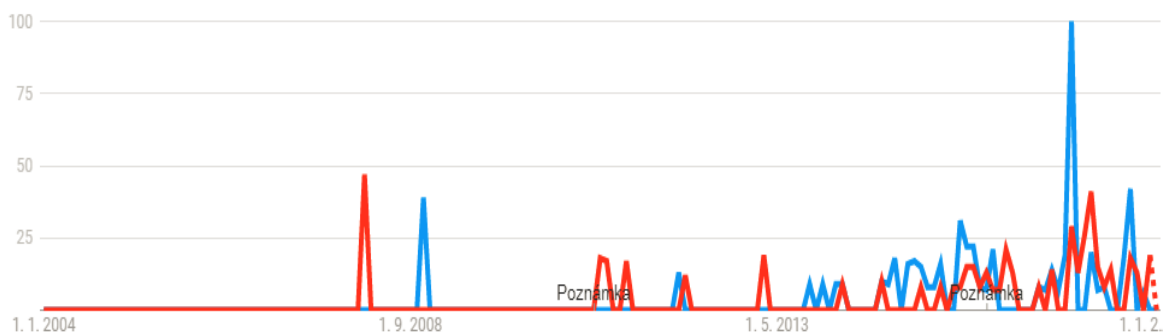
Obrázek 5 – Zájem o výrazy **nomophobia (modrá) a **phone addiction** (červená) v průběhu času – celosvětově**

Zdroj: Google Trends, 2018

Graf představuje zájem o hledané výrazy v čase v celosvětovém měřítku, přičemž na svislé ose je znázorněn relativní zájem ve vyhledávání vzhledem k nejvyššímu bodu grafu pro danou oblast a dobu. Hodnota 100 představuje nejvyšší popularitu výrazu. Hodnota 50 znamená, že měl výraz poloviční popularitu. Skóre 0 znamená, že pro výraz nebyl shromážděn dostatek dat. (Google, 2018). Jak lze poznat z grafu, zájem o výraz **phone addiction** (dále jen **závislost**) se projevoval již v roce 2004 v určité míře, která výrazně převyšovala četnost vyhledávání výrazu **nomophobia**, jelikož tento výraz se poprvé objevil až v roce 2008, kdy vyhledávání **nomofobie** na internetu předčilo vyhledávání **závislosti**. Tento zlom lze pravděpodobně připsat zveřejnění článku o **nomofobii** v britském listu *Daily Mail*, který poprvé představil výraz **nomofobie** a uvedl, že ji trpí zhruba 13 milionů Britů. Poté však následoval útlum, kdy však četnost vyhledávání **závislosti** stále s nepravidelnými výkyvy pozvolna rostla, přičemž v roce 2018 se dostala zatím na nejvyšší hodnotu. Lze tedy předpokládat, že četnost vyhledávání pojmu **závislost** může souviset s rostoucí **závislostí** populace na mobilních telefonech, kdy **závislí** uživatelé či jejich blízcí hledají na internetu rady, jak **závislost** zvládat či jak se taková **závislost** pozná²⁴. U vyhledávání termínu **nomophobia** mezitím nastal další výrazný zlom, a to v únoru roku 2012, kdy během měsíce několikanásobně vzrostla četnost vyhledávání

²⁴ Mezi souvisejícími výrazy při generování grafu o vyhledávání **nomofobie** byly výrazy jako **phone addiction help** (pomoc při **závislosti** na telefonu), **stop phone addiction** (zastavit **závislost** na telefonu), **smart phone addiction** (**závislost** na chytrém telefonu).

tohoto termínu. Příčinou tohoto prudkého nárůstu je zcela jistě zveřejnění další studie o nomofobii, opět britské, která uvedla, že nomofobií trpí již 66 procent populace. Zpráva z této studie vyšla během týdne ve více než šesti britských médiích, což zajisté způsobilo náhlý zájem o toto téma. Poté byly ve vyhledávání termínu nomophobia nepravidelné výkyvy, které mohly být způsobeny dalšími, stále častějšími články a studiemi zabývajícími se tímto tématem, v současnosti lze pozorovat lehký pokles, který se však v porovnání s předchozím vývojem grafu může opět obrátit v nárůst zájmu o toto téma. Z geografického hlediska byl výraz závislost nejvíce vyhledáván v USA a v Kanadě, dále také v Irsku, Jihoafrické republice a Austrálii a také v Pákistánu, Indii, Spojeném království a Malajsii. O nomofobii byl jednoznačně největší zájem mezi internetovými uživateli z Filipín, Indonésie, Nového Zélandu, Nigérie, Kanady a USA. Nezanedbatelný podíl ve vyhledávání nomofobie představují také země jako Thajsko, Tchaj-wan nebo Bolívie. Z evropských zemí byl výraz nomophobia nejvíce vyhledáván ve Španělsku, Nizozemsku a Řecku.



Obrázek 6 - Zájem o výrazy **nomofobie (modrá) a **závislost na mobilu** (červená) v průběhu času – Česká republika**

Zdroj: Google Trends, 2018

Předchozí odstavec se věnoval četnosti vyhledávání zkoumaných výrazů po celém světě, zajímavý je však také pohled na zájem českých uživatelů internetu o tato témata (Obrázek 6). Čeští uživatelé se o výraz **závislost na mobilu**²⁵ začali zajímat poprvé až

²⁵ Žádný jiný výraz (mobilní závislost, závislost na mobilním telefonu, závislost na chytrém telefonu, závislost na telefonu) nebyl v Google Trends pro oblast České republiky nalezen.

v únoru 2008, což je zajímavé, neboť právě v tomto měsíci, jak již bylo zmíněno, vyšla první studie o nomofobii. Tento výraz však na českém internetu zůstával nevyhledávaný, až do listopadu 2008, kdy v českých médiích vyšla řada článků na toto téma. Následovaly nepravidelné výkyvy ve vyhledávání obou výrazů, které se střídaly s nezájmem o tato témata. Až od konce roku 2014 se Češi o nomofobii a závislost na mobilu začali na internetu více zajímat. Zatím největší zájem o termín nomofobie byl po zveřejnění maďarské studie z publikace *Computers in Human Behavior* (Počítače v lidském chování), po kterém následovalo uveřejnění velkého množství článků v českých elektronických médiích o závislosti na mobilních telefonech a nomofobii. Pokud jde o geografické rozložení vyhledávaných termínů, nejvíce lidí na českém internetu vyhledávali oba pojmy v Jihomoravském kraji, dále ve Středočeském, Moravskoslezském a v Praze. Oba zkoumané výrazy jsou nadále vyhledávány s nepravidelnými výkyvy, a tak lze jen těžko předvídat jejich další vývoj.

Díky stále častěji se vyskytujícím případům nomofobie a závislosti na mobilních telefonech po celém světě přibývá v poslední době výzkumů na toto téma. Jak ukazuje následující tabulka vybraných výzkumů, jen během pěti let proběhlo ve světě šest výzkumů, jedná se však pouze o výběr z mnoha dalších uskutečněných výzkumů na téma nomofobie. Lze tedy říci, že toto téma je mezi sociology a psychology v posledních letech velice populární, postihuje totiž podle nich více než polovinu společnosti a jelikož vztah uživatelů ke svým mobilním telefonům, počítačům a jiným technologiím hluboce ovlivňuje mezilidské chování a sociální návyky, je nutné tyto vztahy průběžně monitorovat a studovat. (Lucia Spears King a kol., 2014).

Následující tabulka tedy představuje vybrané světové výzkumy, jejich název, rok uskutečnění výzkumu, autory a stručný popis, čím se výzkum zabýval.

Tabulka 7 - Základní údaje o vybraných komparovaných výzkumech: Nomofobie

Nomofobie			
Název výzkumu	Rok	Autor	Popis
The Extended iSelf: The Impact of iPhone Separation on Cognition, Emotion, and Physiology	2014	Russell B. Clayton, Glenn Leshner, Anrhony Almond	Vliv odloučení od iPhone na chování uživatele v USA.
“Nomophobia”: Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with a Control Group	2014	Anna Lucia Spear King, Alexandre Martins Valença, Adriana Cardoso Silva, Federica Sancassiani, Sergio Machado, and Antonio Egidio Nardi	Zjištění běžného používání mobilních telefonů a možných emocionálních změn spojených s používáním mobilních telefonů u lidí s panickou poruchou v Brazílii.
SecurEnvoy study	2012	SecurEnvoy	Míra nomofobie v UK.
Can't put your phone down? Are You a Nomophobe?	2015	Iowa State University	Míra nomofobie u studentů univerzity v USA, dotazník pro určení nomofobie.
Mobile device addiction linked to depression, anxiety	2016	University of Illinois at Urbana-Champaign	Souvislost mezi závislostí na mobilním telefonu a úzkostí a depresemi u amerických studentů univerzit.
Cellphone addiction harming academic performance is 'an increasingly realistic possibility'	2014	Baylor University	Závislost na mobilních telefonech u amerických studentů.
Excessive Mobile Phone Use Affects Sleep In Teens, Study Finds	2008	American Academy of Sleep Medicine	Vliv mobilních telefonů na spánek dětí v USA.

Zdroj: vlastní zpracování dat z vybraných výzkumů, 2018

Všechny uvedené výzkumy se věnují vlivu mobilních telefonů na mladé lidi v Americe a Velké Británii. Kromě posledního uvedeného se všechny zabývají důsledkem velmi intenzivního používání mobilního telefonu – nomofobií. Ta podle nich postihuje již více než polovinu britské a americké společnosti a shodují se, že závislost na mobilních

telefonech způsobuje u studentů amerických vysokých škol deprese a úzkost. Výzkum *Mobile device addiction linked to depression, anxiety* popisuje čtyři dimenze nomofobie: neschopnost komunikace, ztráta připojenosti, nemožnost přístupu k informacím a vzdání se pohodlí²⁶, které vycházejí z výsledků tohoto výzkumu. Dva výzkumy (SecurEnvoy study, Cellphone addiction) uvádějí, že nomofobie častěji postihuje ženy než muže, podle jednoho z nich tráví studentky amerických univerzit s mobilním telefonem 10 hodin denně, muži oproti tomu 8 hodin. Výzkum také uvedl, že více než 60 procent dotazovaných studentů přiznávají, že mohou být závislí na mobilním telefonu. Zajímavé je, že na rozdíl od některých funkcí mobilních telefonů úzce souvisejících se závislostí (sociální sítě, posílání zpráv), hraní her a internet tuto spojitost neměly.

Podle posledního výzkumu z Tabulky 7 jsou dospívající, kteří nadměrně používají mobilní telefon více náchylní ke stresu, únavě, přerušovanému spánku a nedostatku odpočinku. To může vést k vážným zdravotním problémům jako porucha kognitivní funkce a pozornosti. Podle autora studie Dr. Badreho se *závislost na mobilních telefonech stává běžnou. Mladí lidé pocítují skupinový nátlak na jejich neustálé propojení a dostupnost. Děti začínají používat mobilní telefony v brzkém stádiu jejich života. Objevuje se spojitost mezi intenzivním používáním mobilních telefonů a zdravím ohrožujícím chováním jako je kouření, šňupání a užívání alkoholu.* Tyto údaje vyplývající z vybraných výzkumů tedy poměrně přesně korespondují s informacemi popisovanými v teoretické části, jediný závěr, který se neshoduje s výchozími informacemi této práce, je spojitost mezi nadměrným hraním her a používáním internetu a z toho plynoucí závislostí. Tento rozpor může být způsoben poměrně malým vzorkem respondentů výzkumu, který čítal 164 vysokoškolských studentů.

²⁶ Přeloženo z originálních názvů dimenzí: not being able to communicate, losing connectedness, not being able to access information and giving up convenience (Yildirim, 2015)

6 Empirické šetření

Empirické šetření navazuje a vychází z teoretické části práce a ze sekundární a komparativní analýzy dat. Na rozdíl od výzkumů a dat, kterým se věnují předchozí kapitoly, se tato část práce zabývá chováním žáků o jejich volném čase během vyučování, což je v kontextu výzkumů uvedených v předchozí kapitole ojedinělé. Úkolem této části práce je zjistit, zda má na chování žáků o volném čase v průběhu vyučování – o přestávkách – vliv používání moderních komunikačních technologií a typ prostředí, ve kterém se základní škola nachází – městské vs. venkovské. Pro tyto účely byly vybrány čtyři základní školy, na nichž byli pozorováni žáci a byly uskutečněny rozhovory s dozorujícími učiteli. Základní školy byly autorkou práce vybrány tak, aby vždy dvě byly z prostředí venkovského a dvě z prostředí městského. Vždy jedna škola z daného prostředí se vyznačuje zákazem mobilních telefonů o volném čase žáků (přestávkách), druhá škola z daného prostředí používání mobilních telefonů svým žákům povoluje, čímž lze nejlépe zjistit, zda chování žáků skutečně ovlivňuje používání technologií a dané prostředí či zda je způsobeno nějakým jiným faktorem, kterým se tato práce nezabývá.

Na každé škole bylo provedeno pozorování žáků osmých tříd v rozsahu tří přestávek mezi vyučovacími hodinami. Žáci osmých tříd byli autorkou vybráni proto, že patří do věkové skupině dětí, které podle výsledků sekundární a komparativní analýzy tráví nejvíce času s digitálními médii. Do této skupiny patří také žáci devátých tříd, ty však podle autorky mohou mít jiné aktuální zájmy, které mohou ovlivňovat jejich přirozené chování v souvislosti s technologiemi (příprava na střední školu, zamilovanost). Na každé škole byly uskutečněny také rozhovory se dvěma učiteli, kteří jsou s pozorovanými žáky o přestávkách nejčastěji v kontaktu s cílem zjistit jejich pohled na problematiku mobilních telefonů ve škole a možnou souvislost s chováním žáků. Sesbírané informace byly následně analyzovány a porovnány mezi jednotlivými školami. Průběh pozorování a přepsané rozhovory jsou k nahlédnutí v příloze v závěru této práce.

6.1 Výzkumný vzorek a lokalita

Terénní šetření probíhalo na čtyřech základních školách, které, jak již bylo zmíněno, byly vybrány pro svůj přístup k mobilním telefonům v průběhu vyučování a pro

svou lokalitu. Tabulka 8 uvádí základní informace o vybraných školách, které jsou zde barevně odlišeny podle typu prostředí.

Tabulka 8 – Základní informace o zkoumaných školách

	ZŠ Kunratice	ZŠ Debř	ZŠ Radlická	ZŠ Březno
Počet obyvatel	1 300 000	825	1 300 00	979
Typ prostředí	město	venkov	město	venkov
Rozloha	496 km ²	1,92 km ²	496 km ²	10,1 km ²
Mobilní telefony	ne	ne	ano	ano
Lokalita	Praha	Debř	Praha	Březno u Mladé Boleslavi

 Mobilní telefony jsou o přestávkách zakázány

 Mobilní telefony jsou o přestávkách povoleny

Zdroj: vlastní zpracování, 2018

6.1.1 Školy povolující používání mobilních telefonů o přestávkách

Základní škola Březno

Tato základní škola se řadí k té většině škol, která používání mobilních telefonů o přestávkách nezakazuje. Ve školním řádu je jejich používání vymezeno takto: „*Žáci se aktivně účastní vyučování a nenarušují nevhodně průběh vyučovacích hodin například používáním mobilních telefonů. Žáci odevzdají vypnuté mobilní telefony na začátku každé vyučovací hodiny učitelé ve třídě do košíčku či krabice na učitelův stůl a po skončení vyučovací hodiny si je převezmou zpět. Na I. stupni si učitelé vypnuté a odevzdané telefony mohou na učitelském stole ponechat po celou dobu vyučování, žáci si je zpět vyzvednou na konci vyučovacího dne před odchodem domů. Odevzdávání mobilních telefonů je zcela v kompetenci vyučujícího. V případě porušení tohoto zákazu má vyučující možnost mobilní telefon zajistit a v nejkratší možné době jej předat zákonnému zástupci žáka.*“ (ZŠ Březno). Vybírání mobilních telefonů do košíčku na začátku vyučovací hodiny však podle slov některých pedagogů neprobíhá ve všech případech. Někteří učitelé jsou benevolentní a žáky místo vybírání telefonů před hodinou žáky při jejich používání v průběhu hodiny

napomenou. Ve škole je však jedna třída, která má výjimečné pravidlo, co se týče používání mobilních telefonů. Jedná se o žáky šesté třídy, kteří měli s používáním telefonů v minulosti velké problémy a nedokázali dodržet ani zákaz jejich používání o vyučovací hodině. Po domluvě s rodiči tak pro tuto třídu platí zákaz používání mobilních telefonů o hodině i o přestávkách mezi nimi.

V rámci terénního šetření byli na Základní škole Březno pozorováni žáci osmé třídy, kterých bylo během první přestávky 18, z toho 8 dívek a 10 chlapců. Po první hodině se počet žáků zvýšil na 22, z toho 11 dívek a 11 chlapců. Na třetí přestávku šli někteří z žáků na chodbu, proto jich bylo pro pozorování v učebně 20, z toho 9 dívek a 11 chlapců. Stejně jako na ostatních školách, i zde byly provedeny rozhovory s dvěma pedagogy z druhého stupně.

Základní škola Radlická

Základní škola Radlická se také řadí mezi školy neomezující žáky v používání moderních komunikačních technologií během přestávek²⁷, tedy kromě jejich zneužívání pro pořizování video nahrávek, což je ve školním řádu vymezeno takto: „*Využití mobilního telefonu i ostatních elektronických přístrojů za účelem natáčení a focení jakékoliv osoby bez jejího souhlasu ve všech prostorách školy nebo během akcí pořádaných školou je kyberšikanou a hrubým porušením vnitřního řádu školy.*“ Ve školním řádu je také uvedeno, že „*žáci mohou nosit mobilní telefon na vlastní odpovědnost a s podmínkou, že bude během vyučování vypnutý a uložený v tašce. V průběhu akcí se budou žáci řídit pokyny vyučujícího. Při nesplnění této podmínky žák hrubě porušuje vnitřní řád školy a vyučující má právo odebrat žákovi mobilní telefon a předat ho zákonným zástupcům školy. Škola za ztrátu, odcizení či poškození mobilního telefonu nenese právní odpovědnost.*“ (ZŠ Radlická).

²⁷ Podle pedagogů na této základní škole je používání mobilních telefonů o přestávkách zakázáno. Nicméně podle autorky práce ze školního řádu jednoznačně nevyplývá, zda zákaz platí při vyučovacích hodinách nebo i o přestávkách. Pravidlo ve školním řádu může být podle autorky matoucí i pro rodiče, kteří tak mohou přistoupit k právním krokům při zabavení mobilního telefonu žákům o přestávce.

Z toho důvodu, a protože žáci při pozorování mobilní telefonů o přestávkách používali, zařadila autorka tuto školu mezi ty bez zákazu mobilních telefonů o přestávkách.

Pozorovanými subjekty na této škole byli žáci osmé třídy, kterých bylo pro nemoc v době terénního šetření přítomno pouze 12, z toho 7 chlapců a 5 dívek. V rámci šetření byly opět také provedeny rozhovory s dvěma pedagogy, kteří mají často dozor o přestávkách na druhém stupni.

6.1.2 Školy zakazující používání mobilních telefonů o přestávkách

Základní škola Kunratice

Základní škola Kunratice patří mezi školy, které mají používání moderních komunikačních technologií zakázáno. Ve svém školním řádu je tento zákaz stanoven takto: *„Své mobilní zařízení máš vypnuté jak při vyučovací hodině, tak i o přestávkách vždy vypnutý a uschovaný v tašce nebo uzamčený ve skříňce, popřípadě v trezoru na recepci. Přestávka slouží k tvému odpočinku, svačině, hygieně, ale i komunikaci a přípravě na další hodinu. V případě porušení tohoto pravidla budeš kázeňsky potrestán a tvůj telefon bude po dobu vyučování uschován v kanceláři školy. Na konci školního dne si jej vyzvedni. O tvém jednání budou informováni rodiče.“* Školní řád mimo jiné v tomto směru stanovuje také pravidla používání přenosných počítačů, které žáci mohou nosit do školy a používat je, avšak jen se souhlasem pedagoga a výhradně ke vzdělávacím účelům. Ve školním řádu tak je možné dočíst se také, že *ve škole je zakázáno používat počítač jako prostředek komunikace v sociálních sítích na internetu (Základní škola Kunratice)*. Používání mobilních telefonů a počítačů bylo zakázáno před dvěma lety z důvodu nedostatečné komunikace mezi žáky, změně chování, které nadměrné používání těchto technologií nevyhnutelně přináší a možné kyberšikaně. Podle vedení školy se zavedením zákazu žáci neměli zásadní problém, změna byla podle slov ředitele školy pozvolná, kdy nejprve došlo k přísnému zakazu používání mobilních telefonů během vyučovacích hodin, poté se zákaz rozšířil i na přestávky mezi nimi, což žáci přijali bez problémů. Zajímavé ale je, že během terénního šetření byly zaznamenány přestupky proti tomuto zakazu u pozorovaných žáků, což vedení školy zdůvodňuje tím, že pravděpodobně nedochází k dostatečným kontrolám dodržování těchto pravidel. Podle zástupkyně ředitele je problém především v nesoudržnosti učitelského sboru v řešení tohoto problému, kdy někteří již při zavádění této změny do školního řádu se zákazem nesouhlasili, hlavně proto, že se domnívali, že dohlížení na jeho dodržování bude nemožné a velice těžké.

Na Základní škole Kunratice byli pozorovanými žáci osmé třídy, kterých bylo v průběhu první a druhé přestávky v místě pozorování 24, z toho 14 dívek a 10 chlapců, během třetí přestávky bylo několik žáků mimo pozorovanou učebnu, kde jich bylo přítomno pouze 20, z toho 10 dívek a 10 chlapců. Dále byly v rámci terénního šetření uskutečněny rozhovory s dvěma pedagogy z učitelského sboru, v rámci něhož se všichni střídají v dohlížení na žáky o přestávkách, takže mají přehled o aktivitách a chování žáků.

Masarykova základní škola Debř

Masarykova základní škola Debř patří mezi základní školy vymezující se proti používání mobilních telefonů i v průběhu přestávek jeho zákazem. Obec Debř sice náleží k Mladé Boleslavi, svou polohou je však od města oddělená silnicí I. třídy a v obci se v hojné míře vyskytují prvky venkovského osídlení a díky malému počtu obyvatel zde dochází k užším vztahům a neanonymitě obyvatel. Z těchto důvodů je pro účely této práce škola řazena mezi školy z venkovského prostředí.

Školní řád Masarykovy základní školy Debř vymezuje povinnosti žáků ohledně používání mobilních telefonů ve škole takto: „*Během pobytu ve škole mají žáci vypnuté a uložené mobilní telefony, pokud vyučující nerozhodl jinak.*“ Za hrubé porušení školního řádu je považován kromě jiného zapnutý mobilní telefon při pobytu ve škole (ZŠ Debř). Zákaz mobilních telefonů platí ve škole od roku 2009, kdy byl zaveden spolu s dalšími zásadními změnami s nástupem nového vedení školy jako prevence před kyberšikanou. Podle vedení školy k porušování školního řádu v tomto směru dnes dochází minimálně, za poslední půl rok řešili s žáky tento přestupek pouze jednou. Vedení školy a pedagogové se ale moderním technologiím striktně nebrání, například ve školním roce, kdy bylo prováděno terénní šetření, budou všichni žáci používat mobilní telefon na cyklistickém výcviku, kdy jeho pomocí budou měřit ujeté kilometry, na základě kterých jim budou generovány body pro školou vybraný projekt, který Skupina ČEZ prostřednictvím Nadace ČEZ následně finančně podpoří (Pomáhej pohybem).

Pozorovanými na této škole byli žáci osmé třídy, kterých bylo v průběhu terénního šetření přítomno 18, z toho 7 dívek a 11 chlapců. Na Základní škole Debř byly provedeny rozhovory s dvěma pedagogy. Dotazované byly učitelky druhého stupně, které mají nejčastěji dozor na chodbě ve druhém patře, před učebnou osmé a deváté třídy, jsou tedy nejvíce v kontaktu s těmito žáky v průběhu přestávek.

6.2 Průběh terénního šetření

6.2.1 Pozorování žáků

Na všech školách popsaných v předchozí kapitole bylo prováděno kvalitativní terénní šetření sestávající z pozorování a rozhovorů. První bylo na každé škole provedeno pozorování žáků osmých tříd, kdy autorka pozorovala žáky vždy v průběhu tří přestávek – před první vyučovací hodinou, mezi první a druhou vyučovací hodinou a mezi druhou a třetí vyučovací hodinou, během tzv. velké přestávky²⁸. Pozorování bylo nezúčastněné a neutajené, kdy pozorovatelka byla přítomna ve třídě, žáci věděli o její přítomnosti, ale nezapojovala se do aktivit probíhajících mezi pozorovanými, ani s nimi jinak nekomunikovala. Žáci nebyli informováni o účelu pozorování, aby nebyla narušena spontánnost a autenticita jejich chování, v některých případech byli pozorovatelkou pouze pobídnuti, aby si pozorovatelky nevšímalí a chovali se, jako kdyby ve třídě nebyla²⁹. V rámci pozorování autorka zaznamenávala několik faktorů, které okamžitě zapisovala na záznamový arch. Ten následně po skončení pozorování zpracovala do elektronické podoby. Prvním pozorovaným faktorem bylo prostředí, ve kterém se žáci pohybovali v průběhu přestávek. Dalším faktorem byl samotný popis pozorovaných žáků, opět vždy během každé pozorované přestávky. Dále se pozorovatelka zaměřovala na sociální prostředí, tedy jaká byla atmosféra v pozorovaném prostředí, sociální komunikace, neverbální a verbální způsoby komunikace mezi žáky a jejich vztahy. Nejobsáhlejší částí samotného pozorování bylo chování žáků, kdy pozorovatelka zaznamenávala všechny aktivity, kterých si v pozorovaném prostředí u žáků všimla, na záznamový arch. Zároveň do předem připravené tabulky zaznamenávala frekvenci výskytu jednotlivých aktivit. Vyplněné záznamové archy i tabulky s výčtem aktivit z jednotlivých škol jsou k nahlédnutí

²⁸ Velká přestávka je zaběhlé označení pro přestávku zpravidla mezi druhou a třetí hodinou, která je zhruba o pět až deset minut delší než ostatní přestávky. Velká přestávka je přibližně kolem desáté hodiny, tedy v čase vhodném ke konzumaci svačiny.

²⁹ K takovému kroku se autorka rozhodla u některých žáků poté, kdy byli pozorovaní žáci očividně zaskočeni její přítomností a autorka měla pocit, že je tím ovlivňováno jejich chování – žáci pouze seděli, sledovali pozorovatelku a šeptem se dohadovali, co tam pozorovatelka dělá. Po pobídnutí pozorovatelkou se žáci začali chovat výrazně jinak.

v kapitole 9 Přílohy. Zaznamenávání frekvence aktivit probíhalo podle klíče, který si autorka pro tuto příležitost určila, kdy ke každé aktivitě byla vždy přiřazena čárka (I) znázorňující jednoho žáka pozorovaného při příslušné aktivitě. Následující seznam představuje pozorované aktivity a vysvětlení jejich výskytu.

- Konzumace svačiny – pozorování jednoho žáka, který konzumuje svačinu či pije.
- Komunikace se spolužáky – pozorování jednoho žáka, který komunikuje s jiným spolužákem/spolužáky. Jedna aktivita byla zaznamenána při každém komunikujícím žákovi (při komunikaci tří žáků ve skupince byla aktivita zaznamenána třikrát).
- Komunikace s pedagogy – pozorování jednoho žáka, který komunikuje s pedagogem.
- Hraní her bez moderních komunikačních technologií – pozorování jednoho žáka, který se věnuje hraní hry bez použití moderní komunikační technologie.
- Používání mobilního telefonu individuálně – pozorování jednoho žáka při používání mobilního telefonu individuálně.
- Používání mobilního telefonu kolektivně – pozorování více žáků při používání jednoho mobilního telefonu v kolektivu. Aktivita byla zaznamenána v počtu žáků, kteří používali jeden či více telefonů ve skupině.
- Pohyb po třídě/chodbě – pozorování jednoho žáka, který se pohybuje po třídě/ze třídy na chodbu či obráceně.
- Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly – pozorování jednoho žáka, který se zabývá přípravou na hodinu, studiem, listováním sešitem, přípravou sešitů a učebnic na lavici apod.

Frekvence pozorovaných aktivit byly následně autorkou práce přepočítány na relativní procentuální výskyt jednotlivých aktivit o přestávkách s ohledem na počet pozorovaných žáků. Tyto výsledky byly následně porovnány mezi jednotlivými školami, čímž byly zjištěny rozdíly mezi chováním jejich žáků o přestávkách. S ohledem na přístup

jednotlivých škol k moderním komunikačním technologiím a mírou používání těchto technologií pozorovanými žáky o přestávkách pak lze odvodit, zda toto chování může mít souvislost právě s používáním mobilních telefonů v průběhu přestávek.

6.2.2 Rozhovory s pedagogy

Další částí terénního šetření byly rozhovory, které byly na každé škole vedeny se dvěma pedagogy, kteří se pohybují nejčastěji u žáků osmých tříd v průběhu přestávek. Všechny dotazované byly ženy. Jelikož autorčiným záměrem bylo proniknutí do hloubky zkoumané problematiky a zjištění možných příčin chování žáků a možné souvislosti mezi používáním moderních technologií a jejich chováním, byla vybrána technika polosrukturovaného rozhovoru. Autorka tak předem sestavila tři tematické okruhy, kterým se během rozhovorů chtěla s respondenty věnovat a možné podotázky a doplňovací otázky. Rozhovor probíhal na půdě školy, ve většině případů v kabinetu pedagogů, během volné hodiny každé pedagožky, nebyl tak narušen průběh vyučování a tazatelka a respondent nebyli v průběhu rozhovoru ničím rušeni. Všechny respondentky byly před samotným rozhovorem seznámeny s tématem a účelem rozhovoru a ujištěny o jejich anonymitě při zpracování a prezentaci výsledků. Přepisy rozhovorů jsou k nahlédnutí v kapitole 9 Přílohy, audio záznamy všech rozhovorů jsou uloženy v archivu autorky. Na vyžádání je možné je poskytnout.

Na úvod rozhovoru byly tazatelkou respondentkám položeny identifikační otázky, zahrnující délku učitelské praxe respondentky, délku učitelské praxe na zkoumané škole, zda je respondent třídním učitelem, případně v jaké třídě, jaké vyučuje předměty a kde se nejčastěji pohybuje jako dozor o přestávkách. Následně bylo respondentkám v průběhu rozhovoru položeno celkem pět tematických otázek či informací, které však neměli předem jasně stanovené pořadí ani formu, a dávaly respondentce podnět k zamyšlení a odpovědi:

- Vzpomenete si, co dělali žáci o přestávkách před deseti lety či v době, kdy jste začal/a učit?
- Při psaní diplomové práce jsem zjistila, že až 53 % uživatelů mobilů trpí závislostí na něm, která způsobuje deprese a úzkosti. Co si o tom myslíte?
- Také jsem zjistila, že děti ve svém volném čase používají média čím dál častěji. Co si o tom myslíte?

- Při výzkumu na čtyřech základních školách jsem zjistila, že děti z osmých tříd se o přestávce věnují přípravě na hodinu ve většině případů více, když nepoužívají mobily. Jaký na to máte názor?
- Co si myslíte o zákazu mobilních telefonů o přestávkách na základních školách?

6.3 Výsledky terénního šetření

6.3.1 Pozorování

Výsledky pozorování byly zpracovány do následující tabulky, která zaznamenává všechny pozorované aktivity žáků osmých tříd na zkoumaných školách. Procenta znázorňují počet žáků, kteří se dané aktivitě v průběhu pozorování věnovali. Zároveň je v tabulce uveden počet žáků v průběhu pozorování, který se o jednotlivých přestávkách na některých školách liší, jelikož někteří žáci trávili přestávku mimo třídu, kde pozorování probíhalo. Autorka vždy zvolila prostředí pozorování podle toho, kde se v průběhu přestávky zdržovala většina pozorovaných žáků.

Tabulka 9 – Průměrné podíly žáků pozorovaných při jednotlivých aktivitách v průběhu přestávek³⁰

Činnost	Aktivita žáků v průběhu pozorování			
	ZŠ Radlická město	ZŠ Debr venkov	ZŠ Kunratice město	ZŠ Březno venkov
<i>Jídlo</i>	37%	27,80%	28,37%	30,90%
<i>Komunikace se spolužáky</i>	66%	90,73%	84,73%	78,57%
<i>Používání mobilního telefonu individuálně</i>	22%	0,00%	2,77%	49,17%
<i>Používání technologie v kolektivu</i>	19%	0,00%	6,93%	39,87%
<i>Pohyb po třídě/chodbě</i>	43%	31,50%	43,90%	40,57%
<i>Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly</i>	6%	35,17%	19,43%	40,07%
Počet žáků*	10	18	23	20

*počet žáků se v průběhu tří sledovaných přestávek lišil, zde uvedená čísla jsou průměry počtu přítomných žáků

	Mobilní telefony jsou o přestávkách zakázány
	Mobilní telefony jsou o přestávkách povoleny

Zdroj: vlastní zpracování, 2018

Z Tabulky 9 byly vypočítány rozdíly mezi výskytem aktivit v různém prostředí a s různým přístupem k mobilním telefonům. Tyto rozdíly jsou zobrazeny v Tabulce 10, kde

³⁰ Žáci byli z důvodu získání více dat pozorování v průběhu tří přestávek. Data v této tabulce jsou průměrné hodnoty ze tří sledovaných přestávek.

jsou také barevně znázorněny faktory, které chování žáků ovlivňují a jakým způsobem. Oranžová barva představuje dominanci škol, které mají telefony povolené, zelená barva dominanci těch, které používání telefonů o přestávkách zakazují. Modrá barva označuje ve své kategorii dominanci venkovských škol, červená barva dominanci těch městských. Autorkou byla pro analýzu pozorování sestavena hodnotící škála, která určuje, do jaké míry prostředí či mobilní telefony ovlivňují aktivitu dětí v jednotlivých činnostech. Hodnotící škála interpretuje rozdíl z Tabulky 10 mezi jednotlivými faktory a má tato kritéria:

- 0% - 15% Žádný nebo velmi slabý vliv
- 15% - 50% Výrazný vliv
- 50% a více Velmi silný vliv

Tabulka 10 – Porovnávání rozdílů mezi jednotlivými faktory (prostředí/telefony)

Činnost	komparace prostředí		komparace telefony		rozdíl	
	město	venkov	ano	ne	prostředí	telefony
<i>Konzumace svačiny/pití</i>	65%	58,70%	68%	56,17%	6,30%	11,83%
<i>Komunikace se spolužáky</i>	151%	169,30%	145%	175,46%	18,30%	30,46%
<i>Používání mobilního telefonu individuálně</i>	25%	49,17%	71%	2,77%	24,17%	68,23%
<i>Používání technologie v kolektivu</i>	26%	39,87%	59%	6,93%	13,87%	52,07%
<i>Pohyb po třídě/chodbě</i>	87%	72,07%	84%	75,40%	14,93%	8,60%
<i>Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly</i>	25%	75,24%	46%	54,60%	50,24%	8,60%

dominance		ano telefony
		ne telefony
		venkov
		město

Zdroj: vlastní zpracování, 2018

Konzumace svačiny/pití

Z Tabulky 10 vyplývá, že konzumaci svačiny či pití se věnovali žáci ze všech škol skoro stejně. Rozdíl mezi žáky z městských a venkovských škol v této aktivitě je 6,3 procenta, je tedy menší než 15 procent. Na základě hodnotící škály lze říci, že typ prostředí na konzumaci svačiny/pití nemá žádný nebo velmi slabý vliv. Podobně jsou na tom žáci také z pohledu používání mobilních telefonů. Rozdíl mezi těmi, kteří mají mobilní telefony zakázané a těmi, kteří je mohou používat byl také menší než 15 procent. I v tomto případě tedy lze říci, že používání telefonů nemá žádný nebo velmi slabý vliv na konzumaci svačiny žáky o přestávkách.

Komunikace se spolužáky

Podle Tabulky 10 vyplývá, že nejvíce mezi sebou komunikovali žáci, kteří mají zakázané používání mobilních telefonů. **Podle hodnotících kritérií lze říci, že na komunikaci žáků o přestávkách má výrazný vliv typ prostředí i používání mobilních telefonů.** Přesto, že výrazný vliv mají oba porovnávané faktory, jednoznačně větší z nich má používání telefonů. Žáci ze škol, které používání mobilních telefonů o přestávkách zakazují, komunikovali více než žáci, jejichž školy mobilní telefony o přestávkách povolují. Co se týká typu prostředí, žáci z venkovských škol komunikovali více než žáci z městských škol.

Ať už se jednalo o školu z městského či venkovského prostředí, žáci se mezi sebou nejvíce bavili o mobilních telefonech a komunikaci na nich, o internetu, sociálních sítích, videích a jiných obsazích z internetu. Přesto byl pozorován rozdíl mezi dívkami ze škol se zákazem mobilních telefonů a z těch bez zákazu. Dívky, které mobilní telefony o přestávkách nepoužívají, si povídaly o aktivitách, kterým se budou věnovat po škole či kterým se věnovali předchozí den. Bavily se také o obědě a škole. I tato skupina dívek se však ve své komunikaci zabývala také sociálními sítěmi, komunikací na nich a videi, která sledovaly na YouTube. Oproti tomu dívky, které mobilní telefony o přestávkách běžně používají, si povídaly o samotných mobilních telefonech, o komunikaci s chlapci prostřednictvím sociálních sítích, předčítaly si jednotlivé zprávy z mobilních telefonů a také o oblečení a nákupu. Oproti tomu chlapci se nejvíce bavili o počítačových hrách, sociálních sítích, videích a konverzacích bez ohledu na používání mobilních telefonů o přestávkách. Co se týká mezigenderové komunikace, témata konverzací se vesměs

shodovala. Žáci probírali kamarády, cestování, školu, domácí úkoly a školní testy, známky a přípravu do školy. Žáci s povolenými mobilními telefony o přestávkách se na rozdíl od svých protějšků věnovali také nastavení telefonu, konverzacím o natáčených videích na mobilní telefony, o nočním telefonování. O videích na internetu se bavili žáci ze všech škol bez rozdílu. Na tento fenomén narazila také jedna z respondentek při rozhovoru: „*A ještě si myslí, že hroznej vliv mají ty YouTubeři na ně. To jsou prostě vzory, který (...) určujou trendy jo. (...) ...oni se tam předháněj v těch videích na tom YouTubu, kolik za co utratili, co si novýho koupili, jakou značkovou kabelku mají. A v patnácti letech jako, to je úplně masakr teda. Taky nejsou vzory, který by jim dávali něco do života no.*“

Vyplývá z toho tedy, že zákaz mobilních telefonů na základní škole nemá vliv na témata komunikace žáků osmých tříd, hlavním tématem jsou na obou typech škol právě moderní komunikační technologie, sociální sítě a videa na YouTube. Přesto se komunikační témata liší na základě genderového rozdělení. Dívky si povídají o chlapcích, vztazích a konverzacích s nimi, kdežto chlapci, až na výjimky, se věnovali tématům jako jsou počítačové hry, internet a komunikační média. Tento genderový rozdíl může být způsoben časnější zralostí a dospíváním u dívek. Chlapci se většinou milostným vztahům začínají věnovat až o pár let později.

Hraní her bez moderních komunikačních technologií³¹

Tato aktivita se vyskytla pouze v jedné škole, proto nebyla podrobena podrobnější analýze. Přesto ji autorka do výčtu činností zahrнула, neboť je přesvědčena, že právě v době rostoucího vlivu moderních komunikačních technologií mají hry, které ke své podstatě tyto technologie nepotřebují, stále velký význam pro socializaci, formování osobnosti a rozvoj dítěte. Podle respondentky ze Základní školy Debř se tyto hry hrály v minulosti mnohem více než dnes. „*Vím že karty, to byl jeden trend, že si kluci většinou o přestávkách hráli karty.*“

Zaznamenaná aktivita je však poněkud diskutabilní. Autorka ji sice zařadila do této kategorie, jelikož se nejednalo o hru zprostředkovanou moderní komunikační technologií,

³¹ Tato aktivita nebyla vzhledem k ojedinělému výskytu zanesena do Tabulky 10, neboť ta ukazuje pouze analyzované a porovnávané aktivity. Záznam z pozorování této aktivity lze vidět v Tabulce 14 v Příloze této práce.

nicméně určité společné prvky s těmito technologiemi hra měla. Konkrétně se před první hodinou jednalo o hru zvanou Tamagoči, která existuje již od roku 1997 (Tamagoči se vrací. Virtuální zvířátko slaví 20. narozeniny, sběratelé za něj utrací tisíce korun, 2017). Ta má stejně jako moderní komunikační technologie displej a tlačítka, která jsou ale v tomto případě velice malá a slouží k ovládání virtuálního tvora, o které se uživatel v rámci hry stará. Od moderních komunikačních technologií se hra liší svou jednoduchostí a jasným účelem – na tomto zařízení lze pouze hrát tuto hru, nic jiného. I přesto je zajímavé, že tuto hru zvolili jako zdroj zábavy ve svém volném čase žáci, kteří nemají používání mobilních telefonů povoleno. Podle autorky je možné, že si tak žáci mohou tento zákaz určitým způsobem kompenzovat a používání her takto podobných digitálním médiím je prostě láká. **Vzhledem k tomu, že se jednalo o ojedinělý výskyt v rámci tohoto pozorování, nelze z něho vyvodit závěry jako u ostatních činností.**

Používání mobilního telefonu individuálně

Vzhledem k rozdělení základních škol na ty zakazující mobilní telefony o přestávkách a ty, které jejich používání povolují, by se dalo předpokládat, že tato kategorie bude mít jasné výsledky. Avšak i na škole zakazující používání mobilních telefonů (ZŠ Kunratice) někteří žáci během přestávek mobilní telefony používali. V tomto případě se jednalo o dívky, které telefony používaly, když ve třídě nebyl žádný pedagogický dozor a neměl je tak kdo napomenout. Dívky si na telefonech prohlížely sociální sítě a komunikovaly, také ve dvojici či trojici prohlížené obsahy sledovaly společně. Z Tabulky 10 vyplývá, že **na individuální používání mobilního telefonu má výrazný vliv typ prostředí** (24 procent). Mobilní telefony tak více používali žáci z venkovských škol oproti těm městským. Zákazu mobilních telefonů na dvou zkoumaných školách také odpovídá výsledek pozorování. Ten říká, že přístup školy k mobilním telefonům má velmi silný vliv na jejich používání. Mobilní telefony tak samozřejmě více používali žáci ze škol, které to nezakazují. Přesto byly na školách se zákazem mobilních telefonů pozorovány téměř tři procenta žáků používající mobilní telefony. Ve školách s povoleným používáním mobilních telefonů je v průběhu pozorování používalo až 71 procent žáků! To může být také příčinou jejich nejnižší aktivity v oblasti komunikace.

Z této analýzy vyplývá, že individuální používání mobilních telefonů o přestávkách výrazně ovlivňuje prostředí, ve kterém se škola nachází. Více tak podle

tohoto terénního šetření mobilní telefony o přestávkách individuálně používají žáci z venkovské školy.

Avšak ať už se jednalo o venkovskou či městskou školu, žáci z obou škol mají společný způsob zacházení s mobilním telefonem a vztah k němu. Pokud je mobilní telefon zrovna nevyužíván, zpravidla leží před žákem na lavici nebo ho žák drží v ruce. Žáci s mobilním telefonem v ruce dělají v podstatě všechny aktivity, které v průběhu přestávky vykonávají. Svačí s telefonem v ruce, komunikují se spolužáky, pohybují se po třídě či na chodbu s telefonem v ruce. Někteří chlapci tráví celou přestávku hraním her na mobilním telefonu, nemají tak čas na nic jiného, ať už se jedná o svačinu, hygienu či komunikaci se spolužáky. Respondentka ze Základní školy Radlická to popsala následovně: „...*ty děti mají mít čas na to si popovídat, (...) třeba si nedojdou na záchod žejzo, pak couraj o hodině, měli by si uvědomit, jaký jsou jejich potřeby, ty vyřešit.*“ Žáci na telefonech komunikují, ukazují si fotografie a videa či pouští hudbu. Na Základní škole Radlická si dva žáci dokonce pouštěli hlasitou hudbu prostřednictvím přenosného reproduktoru. Ve stejné škole byli v jednu chvíli pozorováni všichni žáci, jak v průběhu přestávky sedí každý sám ve své lavici s mobilním telefonem v ruce a s ostatními nekomunikuje. Ve třídě tak bylo ticho, každý koukal do svého telefonu a nevěnoval se ničemu jinému.

Používání mobilního telefonu v kolektivu

Tato aktivita úzce souvisí s tou předchozí – používáním mobilního telefonu individuálně. Počet dětí, které se nad mobilními telefony skláněly ve dvojici či větší skupině, je podobný jako počet těch, kteří se telefonu věnovaly samostatně. Z Tabulky 10 lze říci, že **typ prostředí na kolektivní používání mobilních telefonů o přestávkách nemá žádný nebo velmi slabý vliv** (rozdíl necelých 14 procent) V tomto případě se kolektivně mobilním telefonům věnovali více žáci z venkovských škol. **Velmi silný vliv má opět přístup školy k mobilním telefonům o přestávkách.** Oproti tomu individuálnímu ale žáci ze škol bez zákazu telefonů používali mobilní telefony v kolektivu méně. Naopak bylo více žáků ze škol zakazujících používání mobilních telefonů, kteří je používali kolektivně (téměř 7 procent žáků používalo telefon kolektivně, oproti necelým 3 procentům individuálně).

Pohyb po třídě/chodbě

Analýza pozorování této aktivity je zajímavá, neboť se stejně jako konzumace svačiny liší při každé přestávce. Rozdíl mezi venkovskými a městskými školami však téměř dosahuje hraniční hodnoty 15 procent, lze tedy u **faktoru prostředí říci, že má slabý vliv na pohyb žáků o přestávkách**. Žáci z městského prostředí se tak o přestávkách pohybovali více než žáci z venkovského prostředí. Při pohledu na průměrné hodnoty pozorování v Tabulce 10 lze také říci, že **používání mobilních telefonů nemá žádný nebo velmi slabý vliv na pohyb po třídě nebo chodbě**. Více se podle terénního šetření hýbali žáci ze škol povolujících používání mobilních telefonů o přestávkách než z těch se zákazem. Zajímavé je, že kromě dvou případů se počet pohybujících se žáků mezi jednotlivými přestávkami s časem zvyšoval.

Příprava na hodinu/studium

Z počtu žáků věnujících se této činnosti v průběhu přestávek jednoznačně vyplývá, že přípravě na hodinu či studiu se nejvíce věnovali žáci z venkovských škol. Zde je nutné zdůraznit, že tato aktivita může být do značné míry ovlivněna okolnostmi školního dne. Je pravděpodobné, že pokud mají žáci pedagogem nahlášený test či jinou formu zkoušení, budou přípravě na hodinu či studiu věnovat více času, než když následuje hodina, na kterou není výraznější příprava nutná. To potvrzuje i většina respondentek z druhé části terénního šetření: *„Když vědí, že něco budou psát, nebo budou zkoušený, tak jako se učej, teda aspoň ty osmáci, většinou. Ale když mají takovou lážo plážo hodinu, že vědí, že se nic nebude dít, no tak to už visej na těch mobilech.“*

Na přípravu na hodinu/studium má podle Tabulky 10 výrazný vliv typ prostředí. Této činnosti se tak více věnovali žáci z venkovských škol než žáci ze škol městských. **Používání mobilních telefonů nemá žádný nebo velmi slabý vliv na přípravu žáků na hodinu/studium.** Přesto lze z analyzované tabulky vyčíst, že žáci, kteří mají používání mobilních telefonů o přestávkách zakázané, se přípravě na hodinu či studiu věnovali více než žáci, kteří mobilní telefony o přestávkách používat mohou.

Tabulka 11 stručně shrnuje závěry z předchozí analýzy pozorování na čtyřech základních školách.

Tabulka 11 – Závěry z analýzy pozorování

Činnost	Co má vliv?	Jak?
<i>Konzumace svačiny/pití</i>	Žádný vliv prostředí ani telefonů	Městští žáci svačí více. Žáci používající telefony svačí více.
<i>Komunikace se spolužáky</i>	Výrazný vliv prostředí i telefonů.	Venkovští žáci více komunikují. Žáci bez telefonů více komunikují.
<i>Používání mobilního telefonu individuálně</i>	Výrazný vliv prostředí. Velmi silný vliv telefonů.	Venkovští žáci používají více. Žáci bez zákazu používají více.
<i>Používání technologie v kolektivu</i>	Žádný vliv prostředí. Velmi silný vliv telefonů.	Žáci bez zákazu používají více. Venkovští žáci používají více.
<i>Pohyb po třídě/chodbě</i>	Slabý vliv prostředí. Žádný nebo velmi slabý vliv telefonů.	Městští žáci se pohybují více. Žáci používající telefony se pohybují více.
<i>Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly</i>	Velmi silný vliv prostředí. Žádný nebo velmi slabý vliv telefonů.	Venkovští žáci se připravují více. Žáci bez telefonů se více připravují.

Zdroj: vlastní zpracování, 2018

Sociální prostředí

V průběhu pozorování bylo popsáno i sociální prostředí, které pozorovatelka u žáků osmých tříd v jednotlivých školách zaznamenala. Do něho patří sociální vazby mezi žáky, atmosféra ve třídě a způsob a míra komunikace. Podrobnější popisy sociálního prostředí z jednotlivých škol a tabulka znázorňující rozdíly mezi nimi jsou k nahlédnutí v kapitole 9 Přílohy. Sociální prostředí přestávek pozorovaných žáků se lišilo v závislosti na používání mobilních telefonů. Zatímco žáci, kteří mají používání mobilních telefonů o přestávkách zakázané byli klidní, komunikovali mezi sebou a podle pozorovatelky měli mezi sebou vesměs přátelské vztahy, žáci s mobilními telefony byli v některých přestávkách agresivní, nadávali si, hádali se a celkově byla v těchto třídách napjatější atmosféra. Kromě toho žáci s mobilními telefony trávili přestávku více individuálně, neboť se alespoň část přestávky věnovali svým mobilním telefonům. Ve třídě tak bylo ticho a každý žák seděl sám a věnoval se pravděpodobně virtuální komunikaci namísto komunikace se spolužáky.

6.3.2 Rozhovory

Následující tabulka zaznamenává odpovědi respondentek na identifikační otázky v úvodu rozhovoru. Jak lze z tabulky vyčíst, všechny kromě dvou respondentek jsou třídními učiteli ve třídách druhého stupně. Mají tak náhled na chování žáků nejen z pohledu učitele dozorujícího o přestávkách na chodbě, ale i z pohledu třídního učitele, který svou třídu zná a může mít zajímavý náhled na příčiny chování žáků.

Tabulka 12 – Základní informace o respondentkách

	ZŠ Kunratice		ZŠ Debrž		ZŠ Radlická		ZŠ Březno	
	RK1*	RK2	RD1	RD2	RR1	RR2	RB1	RB2
Délka učitelské praxe	39 let	3	14 let	5 let	14 let	35 let	3 měsíce	dlouho
Délka praxe na zkoumané škole	39 let	3	12 let	5 let	4 roky	5 let	3 měsíce	dlouho
Třídnictví	8. třída	6. třída	7. třída	8. třída	9. třída	4. třída	5. třída	8. třída
Vyučované předměty	Př, Ch, Volba povolání	Př, Z, pěstitelství, ekoparlament	Čj, Aj, Nj,	Čj, Dj,	Př, Ch, Z, Vv, Hv, výchova ke zdraví	vše kromě Hv	Čj, Př, Vv, Hv	M, Fy, Př, Ch, Z
Dozor o přestávkách	každý den ráno, chodba druhého stupně	chodba druhého stupně	druhý stupeň	první a druhý stupeň	první i druhý stupeň	první i druhý stupeň	první i druhý stupeň	první i druhý stupeň

Mobilní telefony jsou o přestávkách zakázány

Mobilní telefony jsou o přestávkách povoleny

*označení respondentů složené vždy ze slova Respondent, prvního písmene názvu školy a čísla označujícího respondenta v rámci jedné školy

Zdroj: vlastní zpracování, 2018

Otázky rozhovorů autorka připravila na základě poznatků z teoretické části práce a sekundární a komparativní analýzy již uskutečněných výzkumů. Jednalo se tedy o nejčastěji se opakující v minulosti již zkoumaná témata, která byla do otázek upravena a doplněna tak, aby jejich pomocí autorka pochopila příčinu chování žáků o přestávkách.

V průběhu rozhovorů se respondentky vyjádřili ke všem připraveným tematickým okruhům. Autorkou připravená témata k rozhovorům lze shrnout do pěti okruhů.

- **Změna chování žáků o přestávkách – v minulosti a dnes,**
- **závislost na mobilních telefonech,**
- **média ve volném čase dětí,**
- **příprava na hodinu o přestávkách,**
- **zákaz mobilních telefonů na školách.**

Změna chování o přestávkách (*Vzpomenete si, co dělali žáci o přestávkách před deseti lety či na začátku Vaší pedagogické praxe?*)

Tato otázka se lišila v závislosti na délce pedagogické praxe respondentky. Mezi dotazovanými totiž byli i pedagogové, jejichž délka praxe byla kratší než deset let, proto byla tato otázka pro některé respondentky individuálně upravena. V rámci odpovědí se většina respondentek zmínila o tom, že mobilní telefony v té době ještě nebyly, nebo ne v takové míře, jako jsou dnes. Žáci se tak podle nich o přestávkách věnovali poněkud jiným aktivitám než dnes. Podle respondentek ze škol zakazujících mobilní telefony o přestávkách (ZŠ Debrž, ZŠ Kunratice) je rozdíl mezi chováním žáků před a po zákazu mobilních telefonů značný: „*Byl určitě větší klid na chodbách. Spousta dětí byla zalezlých ve třídách nebo tak. Seděli v lavici a hráli nějaké hry nebo něco. A teď je tam větší ruch, protože oni začali hrát nějaký hry, že kopou míčky a samozřejmě u toho křičí a tak.*“ (RK2) Podle respondentky ze Základní školy Kunratice (zákaz telefonů, město) i přes větší ruch tato změna měla i jiný přínos: „*Ten ruch se zvýšil, ale zas ta komunikace mezi těma dětma se zvýšila.*“ (RK2) Stejný pohled má i druhá respondentka z této školy (RK1) „*...a myslím si, že když nebyl zákaz těch mobilů, ty děti si opravdu namísto toho, aby spolu komunikovali, tak seděli a koukali do nich.*“ Oproti tomu ve školách, kde zákaz mobilních telefonů o přestávkách neplatí, vnímají respondentky změnu v chování žáků o přestávkách oproti minulosti přesně v opačném směru, a to v jakémisi útlumu dětí. Ten pravděpodobně může souviset s větší mírou používání moderních komunikačních technologií. Jak se vyjádřila respondentka ze Základní školy Březno (povolené telefony, venkov), „*no lítali o přestávkách víc než teď, zavírali se do skříní, házeli po sobě odpadkovými koši, (...) takže říkám, tohleto jako bylo úplně jiný.*“ (RB2) Na Základní škole Radlická (povolené

telefony, město) vidí respondentka (RR1) situaci posledních let následovně: „*My to vnímáme v posledních několika letech, že ty mobily narostly, že dřív ani nebyli tak jako na tom závislý, že prostě sem tam někdo, (...) oni zvyšují tu aktivitu a my teda hledáme cestu co s tím a zase tak, abysme prostě s nima ty vztahy úplně si jako nenarušili.*“ Druhá respondentka z této školy má na chování žáků podobný pohled: „*Mobilů určitě nebylo tolik, jednak si myslím, (...) měli snad víc jiných zájmů...*“ „*Oni to prostě mají všechno naservírovaný hned a vůbec vlastně o tom nepřemýšlejí.*“ (RR2) Jak vyplývá z uvedené odpovědi (RR1), škola si změnu v chování žáků uvědomuje a snaží se ji zmírnit. To však nechce dělat cestou striktních zákazů, aby si nepokazila vztahy s žáky.

Některé respondentky naopak žádné výrazné změny v chování žáků nespatřují. Naopak vyzdvihují aktivity, kterým se žáci věnovali, respektive nevěnovali ve stejné míře i dříve. „*Určitě se neučili, to je asi tak stejný. Víc se scházeli na chodbách a povídali si. Nějaký hry si mohly hrát, třeba. Vím že karty, (...) kluci si většinou o přestávkách hráli karty.*“ (RD1)

„*Bud' si teda něco učeť, (...) holky se tam upravujou a kluci, když mají zrovna ten mobil, tak hrajou na mobilu, nebo některý se učeť, některý tam po sobě vykřikujou nějaký drby, no. No ale tohle bylo vždycky no.*“ (RB2)

Závislost na mobilních telefonech (Co si myslíte o tom, že až 53% všech uživatelů mobilních telefonů trpí závislostí na něm, která způsobuje deprese a úzkosti?)

S tímto výrokem se většina respondentek ztotožnila. „*Já si myslím, že je to víc než 50%, nevím teda. Ale pozoruju to.*“ (RB1). „*Já s tím souhlasím. Sama jsem uživatelkou telefonu a jako věřím tomu, že je. Že prostě člověk má nutkání neustále si něco prohlížet a že ho to jakoby odvádí od toho běžného života kolem něj.*“ (RD2). O dopadu závislosti na mobilním telefonu na děti hovořily i další respondentky ze škol, kde žáci mobilní telefony o přestávkách používají (RB1, RR2) „*Oni už úplně ztrácejí spojení s reálným světem, oni si žijou v té virtuální realitě, prostě mám ten pocit.*“ „*Já si myslím, že to tak je. Že ta závislost na těch médiích je to, co člověka odvádí od té životní reality, že žije někde úplně v nějakém virtuálním světě.*“

Některé respondentky hovořily také o případech závislosti v souvislosti se základní školou, na které vyučují. Na Základní škole Debř s žáky respondentky v rámci prevence hovoří o rizicích závislosti na mobilních telefonech. „*...jak se o tom jakoby bavíme, tak*

jakoby přitakávají, že vlastně to asi bude ten problém, (...) v tu chvíli jako uznají, že tráví asi dost času na tom.“ (RD2). „...když se ptám, jak často na nich (telefonech) tráví ten čas, tak je to vlastně neustále skoro pořád, jo, přijdou domů a jsou, no...“ (RD2). „No my, když jsme dělali průzkum ve třídě, tak se přiznalo poměrně hodně, víc jak polovina, tráví víc jak tři až čtyři hodiny denně na počítači nebo na mobilu nebo prostě na sociálních sítích, jo.“ (RD1). Na této základní škole se respondentky setkaly také s konkrétním případem vážné závislosti na sociální síti. „Měli jsme tady jednu dívku, tak byla závislá na počítači, nevím jestli na Facebooku, nebo nějaký takovýhle sociální síti. A ta potom teda byla i v nějaký dětský léčebně, ta se s tím léčila teda.“ (RD1).

Respondentka RB1 (povolené telefony, venkov) poměrně konkrétně popsala projevy závislosti na mobilních telefonech u svých žáků v průběhu hodiny. „...řeknu, at' je v tý hodině jako nevytahujou a vidím u nich takovej ten neklid jo, fakt jak feťáci jo, že jim začnou tikat ty ruce. A teď oni třeba ten mobil mají takhle na stole (ukazuje na svůj položený otočený mobil před sebou) a už jenom, že si na něj sáhnou, jo. Oni si na něj sáhnou, oni ho takhle posunou, jo. Já řeknu, 'teď to chvilku nechte ty mobily', jo, a oni ho mají třeba na stole, protože vědí, že za chvilku tam budem něco hledat, i se nám stává, že tam občas něco hledáme, ale už jim tikaj ty ruce, jo. Takže oni jenom takhle (lehce pohladila mobil na stole před sebou) si na něj sáhnou, nebo ho takhle převrátěj v tý ruce, ho položej, jo. A to už je jako podle mě, že fakt mají tu závislost. Já to opravdu vidím jako feťák...“ Nato pokračovala s popisem žáků druhého stupně s nadměrou používání moderních komunikačních technologií. „Pro ně je důležitý, kdo jim dá jakej like, jakou budou mít fotku na Facebooku, pro ně je důležitý, kdo jim napíše jakej komentář pod nějaký jejich příspěvek někde. Oni v pátý třídě mají Instagramy a Facebooky a prostě žádají vás o přátelství, takže to je takový těžký, no.“ Druhá respondentka (RB2) ze Základní školy Březno (povolené telefony, venkov) tuto oblibu v sociálních sítích a kontaktu přes internet vysvětluje tím, že „...je jednoduchý, někomu říct přes mobil ty vole, než mu to říct do očí, že jo.“ „...přes tu technologii, přes email, přes Facebook, přes messenger, přes Instagram častěji můžu na někoho útočit, (...) je mnohem snazší s tím člověkem komunikovat tak, jak bych si to do očí nedovolila.“ (RB1).

Jak již bylo uvedeno u analýzy odpovědí k zákazu mobilních telefonů na školách v této kapitole, žáci osmých a devátých tříd, kteří jsou zamilovaní, využívají mobilní telefony převážně ke komunikaci se svým protějškem, a to neustále. I v souvislosti se

závislostí se o těchto žácích zmínila respondentka RR1 (povolené telefony, město). „U těch milostnejch záležitostí, tam trošku mám obavu, protože oni jsou si vědomi toho, že jsou ve zvláštním stavu zamilovanosti, to znamená, že vlastně oni si nepřipustějí, že tam k tomu můžou mít jakoby kombinovaně ještě tu závislost na tom telefonu (...). A je skutečně dokonce možný, že na tom telefonu závislý nejsou, že je to prostředek pro tu komunikaci, který pro ně prostě v tu chvíli je primární a jsou to prostě i typy, který si myslím, že na tom dokonce skutečně závislý nejsou.“

Média ve volném čase (Co si myslíte o tom, že děti ve svém volném čase používají média čím dál častěji?)

Faktu, že digitální média zabírají velkou část volného času dětí, se věnovaly téměř všechny komparované výzkumy v sekundární a komparativní analýze. S tím také korespondují názory všech respondentek, kteří s tímto tvrzením souhlasí a shodují se na příčině této skutečnosti. Všechny respondentky uvedli, že příčinou častého využívání digitálních médií pro volný čas dětí je přístup rodiny. Ta je podle respondentek pro tento problém klíčová. „Myslím si, že určitě největší podíl na tom má rodina, protože ty rodiče prostě nejsou ty děti schopný nějak nasměrovat nebo k něčemu je vést a ty děti pak prostě tráví ten volný čas tím, co je pro ně nejjednodušší, a to je třeba ten mobilní telefon, že jo. Všechno to vychází z rodiny, no.“ (RD1). Problémem tak podle respondentek je „nevěnování se rodiny, rodičů. Třeba ta rodina by měla mít určitě hodně velký vliv, to znamená, že ty děti třeba nějakým způsobem organizovat třeba v kroužcích nebo nabádat k tomu, aby třeba navštěvovaly nějaký zájmový kroužky. Tak když tohleto nemají a nemají třeba ani žádný sportovní utkání a zápasy, tak věřím tomu, že ten čas pak na těch mobilech tráví, no.“ „...ty rodiče nevezmou to dítě na procházku, jo, nebo prostě, nepěstujou se tolik sporty, že by prostě ten rodič s tím dítětem šel si zabruslit nebo si s ním šel na kolo.“ (RB1) (RD2). „Je to na rodičích. Vždycky je to na rodičích, co jim nabídnout a záleží na tom, jak funguje ta rodina. Pokažd' jsou rozumný, samozřejmě do styku s médiema přijdou. Jak se říká, je to dobrej sluha, ale zlý pán, tak je třeba najít tu zlatou střední cestu.“ (RR2).

Více respondentek také zmiňovalo komunikaci v rodině jako důležitý prvek prevence nadměrného používání digitálních médií. „...v tý rodině se dětem věnovat, povídat si s nima, jo. Sednout si aspoň večer k tomu stolu a říct si, co jsme dělali, kde jsme byli, co bylo ve škole, jo. Aby se ta rodina prostě sešla a ty lidi si povídali, aby na sebe

měli čas, aby komunikovali. Aby se těm dětem věnovali no. To si myslím, že je strašně důležitý no, a bohužel jako v mnoha rodinách se to nechává být.“ (RR2). Některé respondentky také svými odpověďmi narážely na nabídku volnočasových aktivit, která také ovlivňuje způsob trávení volného času dětí. Například respondentka RK1 se domnívá, že „...to není nutně těmi médii. Ono je to i nabídkou toho ostatního. (...) Dřív se chodilo do Sokola. Byly různé kroužky. A mě připadá v současné době, když to tak sleduju, ty děti, když jsou někde sportovně zaháčkovány, tak (...) to jde za tím úspěchem, aby byli dobří. Není to jako, že by tam chodili jenom tak si zacvičit.“ Výběr volnočasových aktivit může také podle této respondentky ovlivňovat finanční situace rodičů. „Myslím si, že pro některé rodiče to nemusí být ani finančně dostupné. Že je možná pro ně jednodušší jim koupit mobil nebo posadit je k tomu počítači. Nehledě na to, že když sedí u počítače, tak jsou doma a nic se jim nemůže stát, možná. A že kdyby možná chodili za nějakýma sportovními aktivitami, tak ti rodiče je nemají pod kontrolou.“ O jakémsi způsobu „zjednodušování“ výchovy svých dětí, který způsobuje větší aktivitu dětí v kontaktu s digitálními médii, hovořilo více respondentek. Rodiče se tak v těchto případech podle respondentek uchylují k jednodušším řešením, protože jsou unavení z práce. Pro děti také dnes doma nemají dostatek práce, která by je před nadměrným používáním médií uchránila (RB2): „Nemaj doma co dělat. Není práce doma pro děti, no není. Jestli vyluxujou, vytřou podlahu, ha, kdo ví jestli. (...) Venku nic, žádný hospodářství, nic. Jestli támhle okopne kytičku, no tak to určitě ještě pod dobrým tlakem, no a jenom když je hezky a je tam celá rodina a táta u něj stojí pomalu s vidlema...“ „Dneska lidi mnohem víc jsou z tý práce utahaný, protože tam fakt jako dřou, si myslím některý, jo. A teď přijdou domů a jsou tak vyřízený, jo a chtěj chvilku klidu pro sebe a pro něj je nejsnazší tomu dítěti prásknout mobil nebo tablet, aby to dítě zabavili, jo. To dítě jim dá prostě pokoj, s pusou otevřenou kouká na tablet a rodič má chvíli pro sebe, dá si kafe a nohy nahoru, jo.“ (RB1). „No a když už je odpočínutej, tak tomu rodičovi to vyhovuje, tak tomu dítěti tam ještě práskne pohádku a je to.“ (RB2). Podle respondentky RB1 je důvodem takové výchovy rodičů také jejich věk. „I ty rodiče dneska sami jsou v takovém věku, (...) že trávěj hodně času na tom mobilu, jo.“

Jedna respondentka (RK2) zmínila také dopady nadměrného používání digitálních médií ve volném čase dětí. Ten vidí především „...u těch dospívajících dětí, protože tam vidí nějaký příklad, kterému se chtějí podobat, ale ještě to nedokážou kriticky zhodnotit, že je to prostě pomocí Photoshopu, a holky tím pak na sebe kladou větší nároky. Pak jsou

právě problémy s nízkým sebevědomím a s anorexií. (...) A oni to vidí všude a ten tlak je o to větší si myslím.“

Příprava na hodinu (*Při pozorování žáků osmých tříd na čtyřech základních školách jsem zjistila, že se o přestávce věnují přípravě na hodinu ve většině případů více, když nepoužívají mobily. Co si o tom myslíte?*)

Závěrům z pozorování žáků o přestávkách při přípravě na hodinu či studiu odpovídají i odpovědi respondentek. Ti se téměř všichni shodují na tom, že žáci se na hodinu připravují či se věnují studiu a opakování látky tehdy, když očekávají test či zkoušení. *„Když vědí, že něco budou psát, nebo budou zkoušený, tak jako se učeť, teda aspoň ty osmáci, většinou. Ale když mají takovou lážo plážo hodinu, že vědí, že se nic nebude dít, no tak to už viseť na těch mobilech.“* (RB2) *„Pokud je před písemkami, a to dítě je motivovaný k nějakému výkonu, tak ano. Ty sešity na chodbě nebo v učebně si otevřou a aspoň se do toho dívají. Jestli se učeť, to už je jiná věc. Ale někdy si aspoň něco opakujou, mám ten pocit.“* (RD1). Respondentka RD1 na výzvu ke srovnání této aktivity před zákazem mobilních telefonů a po něm odpověděla: *„Tak bylo by to špatný, kdyby to bylo stejný, takže si myslím, že teď je to asi víc, no, protože nemají co jinýho dělat, že jo. Nic jinýho jim nezbyvá. Bud' to si něco hrát, povídat nebo pokud jim záleží aspoň trochu na známkách, tak si to i trochu opakovat, no. (...) když mají volnou hodinu, nebo když jsme třeba na počítačích a oni, že mají něco do školy, tak jo, dělají si to, no. Tam myslím, že trošičku už si to uvědomujou a snažej se využít ten čas, který jsou ve škole.“*

Některé respondentky ale vidí opačný posun v této aktivitě. Podle respondentek ze Základní školy Kunratice (zákaz telefonů, město) příprava na hodinu ustoupila jiným aktivitám, kterým se žáci po zákazu mobilních telefonů věnují více. *„Mě právě připadá, že já přijdu do hodiny a oni do té doby hráli ten fotbal na chodbě, takže nemám takový pocit, že bych si říkala, že se více připravují. To ne. Spíš přijdou zpocený a ufuněný.“* (RK2). *„Co se týče přípravy na hodinu, tak je tady posun spíš zpátky, že opravdu v dřívějších letech, jsem víc viděla, že by děti se třeba více učili.“* (RK1).

Zákaz mobilních telefonů na školách (*Co si myslíte o zákazu mobilních telefonů o přestávkách na základních školách?*)

Přestože v této práci jsou zkoumané základní školy rozděleny podle toho, zda mají používání mobilních telefonů zakázané či povolené, respondentky přistupují k mobilním telefonům na každé škole trochu jinak. Z výpovědí respondentek tak lze například zjistit příčinu nefunkčního zákazu mobilních telefonů či důvod, proč některé školy tento zákaz ještě nezavedly, přesto, že jsou si problému vědomy a chtěly by ho nějakým způsobem vyřešit. Většina škol se podle respondentek potýká s právní stránkou zákazu mobilních telefonů. „*Jako co se týká sbírání mobilů ráno, to jsme taky nad tím uvažovali, ale prostě jako bojíme se toho... Jednak je to organizačně docela náročný, (...) a kdyby se ty mobily tady ztratili, tak rodiče jsou proti tomu.... (...) není to tak, že bysme úplně věděli, co s tím, snažíme se s tím nějak pracovat...*“ (RR1, povolené, město). Z odpovědí respondentek také vyplývá, že problém při uplatňování zákazu nastává především v nejednotném přístupu pedagogického sboru. Pokud všichni pedagogové vědí, jaký postoj k mobilním telefonům zaujmout a jak přistupovat k žákům, kteří zákaz poruší, pak je toto pravidlo funkční. „*Možná i ti učitelé na těch větších školách nemají takový přístup k tomu vedení, nemůžou se třeba na ně obrátit. Tady to je bez problému.*“ (RD2, zákaz telefonů, venkov). O nejasném přístupu k žákům porušujícím zákaz hovořila respondentka RR1 (povolené, město) „*...jako my ho máme (zákaz), ale jde o to jako jak ty děti trestat... To je to, co my řešíme, jak tohleto řešit...*“ a respondentka RK2 (zákaz telefonů, město) „*Ale já jsem třeba mírná, co se týče penalizace, takže já právě moc nevím, jak je za to penalizovat, když ten telefon mají nebo je vidím, že ho používají. (...) Ale, že já konkrétně bych dávala poznámky nebo nějaký tresty za telefon, to nedělám. Ale vím, že jiní pedagogové ano.*“

Jak již bylo zmíněno v části práce popisující zkoumané základní školy a jejich přístupy k mobilním telefonům, ze školního řádu Základní školy Radlická (město) není zcela jasné, zda zákaz mobilních telefonů platí kromě vyučovacích hodin i o přestávkách. Tuto skutečnost neobjasnila ani respondentka RR2 z této základní školy. Z její výpovědi vyplývá, že zřejmě ani ona sama si není platností tohoto pravidla jistá. „*My to teda máme tak, že oni mají ten mobil, jakmile vkročí do třídy, vypnout, nechat ho v tašce a zapnout si ho, až odejdou.*“ „*Ze třídy nebo na konci hodiny?*“ „*Vysloveně až po vyučování. Ani o přestávkách teda nemají dovoleno si mobilovat, že jo. (...) Prostě máme ve školním řádu, že mobily se vypnou, jakmile se vkročí do školy...* Školní řád však uvádí, že mobilní telefony jsou vypnuté a uloženy v tašce po celou dobu vyučování, vyučovací hodina ani prostor školy zde ale zmíněny nejsou. Možná proto je přístup této respondentky k trestání

žáků poněkud zdrženlivý. „*Já víceméně se takovým situacím jako vyhýbám, abych pravdu řekla, abych to nemusela řešit. (...) seberou jim ho a dají po skončení vyučování. Musí na to ten kantor myslet, že jo, aby nezapomněl, že má mobil dítěte, že jo. Ale máme to ve školním řádu, takže sebrat jim ho můžeme, když nám to podepsali, že jo. Ale pak je blbost, aby si sem pro to jezdili, že jo.*“

Na otázku, co si myslí o zákazu mobilních telefonů o přestávkách odpověděli všechny respondentky shodně. „*...si myslím, že to je dobře. Protože prostě ty děti mají mít čas na to si popovídat.*“ (RR1). „*Já si myslím, že je to určitě dobře. ...díky tomu zákazu, ty děti se opravdu spolu baví, prostě taky myslí na něco jiného. Nejsou jenom napíchnutí na ten svůj mobil. Takže si myslím, že je to určitě dobře.*“ (RK1).

K zákazu mobilních telefonů o přestávkách přistupují školy většinou z několika důvodů. Jedním z nich bývá ochrana pedagogů a žáků před stále se rozšiřující kyberšikanou. „*Já myslím, že to má smysl. Hlavně je to i ochrana těch dětí proti kyberšikaně nebo tak. I nás pedagogů, aby si nás nenatáčeli.*“ (RK2). Mobilní telefony jsou bezesporu užitečné pro komunikaci mezi rodičem a dítětem, někdy však dochází ke zneužívání této možnosti. A to může být také důvod zavedení zákazu mobilních telefonů do pravidel školy. „*...když třeba dítě vytáhlo mobil a volalo mamince, já nevím, ‚Kája mě štípnul nebo kousnul nebo mi snědl svačinu‘, já nevím, maminka příběhla celá nasupená, ‚co se to tady děje‘, že jo. Za pět minut dítě o tom neví, takže i děšení těch rodičů, že jo. ‚Paní učitelka mi dala pětku‘ a máma už tady je, jo.*“ (RR2). Někteří učitelé se žáky a jejich komunikaci s vnějším světem snaží pochopit, a to zejména žáky na druhém stupni, kteří ve svém věku prožívají stavy zamilovanosti. S tím je v dnešní době pro tuto věkovou skupinu neodmyslitelně spjata používání mobilních telefonů jako prostředku pro komunikaci se svým protějškem. „*...tím že já nevím, jak jim pomoci, tím že jsou to lidi právě zejména z těch starších ročníků, který vím, že (...) potřebují prostě komunikovat, tak jako tohle, jak vyřešit...? Protože tam jdou okamžitě do obrovský agrese a vlastně to nekážou pochopit a já nemám úplně nástroj, jak jim vysvětlit, že i když jsou zaláskovaný, i když je to pro ně naprostá priorita života, tak by prostě ten mobil o ty přestávce používat neměli a měli by ho mít uložený.*“ (RR1). Respondentka v odpovědi naráží na nerespektování a nepochopení potenciálního zákazu mobilních telefonů žáky a jejich agresi vůči pedagogům vyvolanou snahou o dodržování tohoto pravidla.

Shrnutí empirického šetření

V rámci empirického šetření byly zkoumány čtyři základní školy, kdy dvě z nich se vyznačují zákazem používání mobilních telefonů o přestávkách – z toho jedna škola je z městského, druhá z venkovského prostředí. Zbylé dvě školy naopak používání mobilních telefonů o přestávkách nezakazují – opět byla v této kategorii jedna škola z městského a druhá z venkovského prostředí. Na každé škole bylo provedeno pozorování žáků osmých tříd o třech přestávkách mezi vyučovacími hodinami a rozhovory s dvěma pedagogy vykonávající dozor u žáků osmých tříd. Rozhovory se týkaly chování žáků o přestávkách, používání digitálních médií dětmi ve volném čase, závislosti na mobilních telefonech a zákazu mobilních telefonů na základních školách.

Z analýzy pozorování žáků vyplývá, že to, zda žáci o přestávkách mohou používat mobilní telefony nebo ne má výrazný vliv na komunikaci žáků. Více tak o přestávkách komunikují žáci, kteří mají používání mobilních telefonů o přestávkách zakázáno. Na komunikaci žáků o přestávkách má také výrazný vliv prostředí, ve kterém se škola nachází. Žáci z venkovských škol tak podle empirického šetření mezi sebou komunikují více než žáci z městských škol. Velmi silný vliv na používání mobilních telefonů má samozřejmě přístup školy k této aktivitě. Pokud školy mobilní telefony o přestávkách povolují, žáci je ve velké míře používají. Pokud je jejich používání o přestávkách školou zakázáno, žáci toto pravidlo dodržují na venkovské škole, na městské škole jej v malé míře porušují. Z empirického šetření také vyplynulo, že typ prostředí ani používání mobilních telefonů nemá vliv na pohyb žáků po třídě nebo chodbě o přestávkách. Přesto lze říci, že více se pohybují žáci městského prostředí a ti, kteří používají mobilní telefony o přestávkách. Výrazný vliv má naopak typ prostředí na přípravu žáků na hodinu nebo studium. Žáci z venkovských škol se věnují této aktivitě o přestávkách více než žáci ze škol městských. Dále také ti, kteří mají používání mobilních telefonů zakázané se na hodinu připravují více než ti, kteří telefony mohou o přestávkách běžně používat. Tento výsledek však může být do jisté míry velmi ovlivněn dalšími faktory, jako nahlášené testy či zkoušení, na které se žáci v čase pozorování připravovali. To potvrzují také výpovědi některých respondentek, které vidí souvislost mezi přípravou na hodinu a plánovaným testem (*„Pokud je před písemkami, a to dítě je motivovaný k nějakému výkonu, tak ano. Ty sešity na chodbě nebo v učebně si otevřou a aspoň se do toho dívají.“* RD2). Z rozhovorů také vyplývá, že žáci po

zavedení zákazu používání mobilních telefonů o přestávkách mají více času na jiné aktivity, mezi nimi také právě na přípravu na hodinu a studium („...protože nemají co jinýho dělat, že jo. Nic jinýho jim nezbyvá.“ RD1). Na druhé škole, kde je používání mobilních telefonů zakázané však vidí tento posun trochu jinak. Tím, že žákům odpadá čas strávený s mobilními telefony, žáci se ho snaží zaplnit jinými aktivitami. Podle respondentek se tak více věnují pohybovým aktivitám, které ale naopak ubírají prostor pro přípravu na hodinu a studium („Mě právě připadá, že já přijdu do hodiny a oni do té doby hráli ten fotbal na chodbě, takže nemám takový pocit, že bych si říkala, že se více připravují. To ne. Spíš přijdou zpocení a ufunění.“ RK2). Otázkou však zůstává, zda bylo pro žáky lepší, když trávili většinu svého času o přestávce s mobilními telefony v ruce a nějaký čas pravděpodobně věnovali také přípravě na hodinu, nebo když celý svůj volný čas o přestávce věnují pohybové aktivitě v kolektivu s ostatními spolužáky a nezbyvá jim čas na přípravu na hodinu.

Většina respondentek k tématu závislosti na mobilních telefonech uvedla, že u žáků závislost pozorují, a to různými způsoby („Oni už úplně ztrácejí spojení s reálným světem, oni si žijou v té virtuální realitě, prostě mám ten pocit.“ RB1). Respondentky ze Základní školy Debř, která má používání mobilních telefonů zakázané, s žáky o závislosti v rámci prevence mluví a zjišťují, že žáci s digitálními médii tráví téměř veškerý svůj volný čas. Většina z nich tak na mobilním telefonu, internetu či sociálních sítích stráví více než tři až čtyři hodiny denně. Podle všech respondentek má **největší podíl na tomto způsobu trávení volného času rodina** dětí. Rodiče se podle respondentek dětem dostatečně nevěnují a aktivně s nimi netráví volný čas. Také zde podle respondentek hraje roli únava rodičů a touha po odpočinku, který jim aktivní výchova dítěte mnohdy neumožní. Rodiče tak tíhnou k předkládání digitálních médií dětem, aby je zabavili a měli tak více času pro sebe či svou práci. Jedna z respondentek také narazila na fakt, že rodiče pozorovaných dětí jsou ve věku, kdy média také tvoří velkou a neodmyslitelnou část jejich života. Dětem tak svou výchovou tento přístup k médiím předávají a výsledky se pak v životě dětí projevují v jejich chování a životních hodnotách („Pro ně je důležitý, kdo jim dá jakéj like, jakou budou mít fotku na Facebooku, pro ně je důležitý, kdo jim napíše jakéj komentář pod nějakéj jejich příspěvek někde.“ RB1). Dalším důvodem častého používání médií dětmi ve volném čase je podle respondentek nabídka volnočasových aktivit, což **koresponduje také s výsledky výzkumů v sekundární a komparativní analýze**. Nabídka volnočasových

aktivit je podle respondentek (RK1) sice dostatečná, ale podstata volnočasových, především sportovních aktivit, není zaměřená na odpočinek a samotné aktivní trávení volného času, ale na výkonnost a tlak na děti, aby byly ve sportovní aktivitě dobré. Dalším důvodem může být také finanční náročnost volnočasových aktivit. Pro některé rodiče je tak podle respondentky RK1 výhodnější pořídit dětem mobilní telefon, který je zabaví, a navíc při jeho používání nevzniká riziko úrazu či poranění jako při sportovních aktivitách. Jak bylo uvedeno v teoretické části práce, nadměrné používání moderních komunikačních technologií může vést ke zhoršení sociálních kontaktů, komunikace a chování dětí. Ty dnes přebírají určité vzorce chování pro komunikaci na sociálních sítích. Realita je však úplně jiná a děti tak mohou mít problém v reálném prostředí komunikovat a navazovat vztahy. Jedna z respondentek to popsala následovně: „...přes tu technologii, přes email, přes Facebook, přes messenger, přes Instagram častěji můžu na někoho útočit, (...) je mnohem snazší s tím člověkem komunikovat tak, jak bych si to do očí nedovolila.“ (RB1).

V průběhu pozorování na školách s povolenými mobilními telefony bylo během všech sledovaných přestávek pozorováno vždy několik žáků, kteří celou přestávku trávili s mobilním telefonem v ruce. Od skončení hodiny do začátku druhé tak na něm hráli hru a s nikým nekomunikovali. Zároveň byli také v jedné chvíli na Základní škole Radlická (povolené telefony, město) pozorováni všichni přítomní žáci při individuálním používání mobilního telefonu. Každý z nich v té chvíli seděl sám v lavici, koukal do svého telefonu a s nikým nekomunikoval. Z výpovědí respondentek vychází, že žáci, kteří se o přestávce věnují mobilním telefonům, nemají čas na své osobní potřeby, jako jsou jídlo a hygiena a zanedbávají je, což následně narušuje průběh další vyučovací hodiny. Z popisu sociálního prostředí v jednotlivých pozorovaných třídách také vyplývá rozdíl mezi žáky s povolenými mobilními telefony a se zákazem. Atmosféra na školách, které mají jejich používání zakázané byla odlišná. Žáci nebyli agresivní, separovaní a podle pozorovatelky měli mezi sebou přátelské vztahy. Oproti tomu ve školách s povolenými mobilními telefony byly žáci rozděleni do skupin, které mezi sebou nekomunikovaly. Žáci byli agresivnější a bylo mezi nimi více napětí.

Všechny respondentky se shodně vyjádřili k **zákazu mobilních telefonů** na základních školách, a to tak, že s jeho zavedením souhlasí. Jeho pozitiva vidí v ochraně žáků a pedagogů před kyberšikanou, což bývá mnohdy jeden z hlavních důvodů pro zavedení tohoto zákazu. Bohužel školy ale mnohdy nevědí, jak takový zákaz formulovat a

jak přistupovat k jeho vymáhání. Samy některé respondentky uvedly, že se situacím, které vyžadují jejich konfrontaci s žákem používajícím zakázaný mobilní telefon, vyhýbají. Nevědí totiž, jak takovou situaci řešit. Respondentka RB2 (povolené telefony, venkov) by byla pro zavedení zákazu mobilních telefonů o přestávkách, avšak pouze pro vybrané třídy. Ty by vybrala na základě jejich prohrěšků s mobilními telefony, netrestala by tímto zákazem třídy, které jsou v tomto směru bezproblémové. Podle analýzy odpovědí respondentek funguje zákaz mobilních telefonů na malých školách, kde je snadné jeho dodržování ohlídat a vymáhat. To také koresponduje s výsledky pozorování, kdy žáci venkovské školy se zákazem mobilních telefonů nebyli spatřeni při jeho porušování, avšak žáci městské školy se stejným zákazem v malé míře toto pravidlo porušovali. Pro fungující zákaz je také nezbytný jednotný postoj pedagogického sboru. Pokud jsou ve škole učitelé, kteří nedodržování zákazu trestají a ti, kteří jeho porušování přehlížejí, žáci nemají motivaci zákaz dodržovat. Vědí totiž, že ne vždy budou za jeho porušení potrestáni. Městské školy se také potýkají s problémem zabavování mobilních telefonů. Nechtějí se uchýlit k pravidlu, kdy by rodiče dětí, kterým byl zabaven mobilní telefon, byli nuceni telefon vyzvednout ve škole. Podle respondentky RR2 je to nemožné, neboť rodiče pracují po celé Praze a nebudou ochotni jezdit každou chvíli do školy pro telefony dětí. Základní škola Debř (venkov) to však jako problém nevidí. Vzhledem k tomu, že většina rodičů dětí z této školy nepracuje přímo v obci, navíc mnozí z nich pracují na směnný provoz, situace je podobná jako v pražské škole. Na základní škole v Debři však žáci zákaz mobilních telefonů dodržují a pokud ne, telefon je jim zabaven a jsou informováni rodiče, kteří si ho musí osobně vyzvednout v trezoru na sekretariátu školy. Podle respondentky RD1 je možná právě toto pravidlo motivací pro děti, aby zákaz dodržovaly. „*A oni pak ty rodiče nadávají, že musí do školy a tak dále, takže si myslím, že i to dítě je poučený tím, no*“.

Z empirického šetření vyplynulo, že používání mobilních telefonů má vliv na chování žáků o přestávkách, a to především na jejich komunikaci. Chování žáků také ve velké míře ovlivňuje typ prostředí, ve kterém se škola nachází. Tím jsou podle empirického šetření ovlivňovány aktivity žáků jako komunikace, používání mobilního telefonu, pohyb po třídě a příprava na hodinu. Chování žáků o přestávkách je tak více ovlivňováno prostředím než mobilními telefony, přestože ty mají také určitý vliv.

Pro zavedení a dodržování zákazu mobilních telefonů o přestávkách je nutné, aby bylo vedení školy a celý pedagogický sbor za jedno, a aby byli všichni pedagogové striktní

při postihování žáků porušujících zákaz. Pravidlo osobního vyzvednutí zabaveného telefonu rodiči může být vhodným nástrojem pro dodržování zákazu mobilních telefonů.

7 Závěr

Tato diplomová práce se zabývala informačními a komunikačními technologiemi v současné společnosti, a to konkrétně u žáků základních škol. Cílem práce bylo zjistit, zda a jak používání moderních komunikačních technologií žáky ovlivňuje jejich chování o přestávkách mezi vyučovacími hodinami. Práce také komparovala chování žáků o přestávkách v městském prostředí a v prostředí venkovském.

Práce byla rozdělena do dvou hlavních částí - teoretické části a empirického šetření. V teoretické části se autorka v několika kapitolách věnovala teoretickým východiskům pro vlastní empirické šetření. Vysvětlila tak podrobně dopady nadměrného používání moderních komunikačních technologií na uživatele, které se mohou projevit například ve formě závislosti a jiných psychických poruch. V této souvislosti byly uvedeny možnosti, jak těmto důsledkům předejít či je zmírnit. V teoretické části je také popsána důležitá část života dětí – volný čas a jeho možnosti. Na teoretická východiska navazuje sekundární a komparativní analýza dat z již uskutečněných výzkumů na téma moderních komunikačních technologií a volného času dětí. V této části analyzované výzkumy a teoretická východiska pomohly autorce s přípravou vlastního empirického šetření, které proběhlo na čtyřech vybraných základních školách.

Moderní komunikační technologie jako jsou počítače, mobilní telefony či tablety každý den ve velké míře zasahují do života většiny lidí. Nejoblíbenější je dnes chytrý telefon, který nabízí možnosti více různých technologií v jednom zařízení. Oblíbenou součástí digitálního světa jsou také sociální sítě, které uživatelé hojně využívají ke komunikaci. Mobilní telefon například v České republice používá téměř sto procent lidí ve věku 16 až 54. 91 procent lidí ve věku 16 až 24 let pak denně používá počítač. Jako všechny události a vjemy, tak i používání digitálních technologií má vliv na lidskou psychiku. Jejich nadměrné používání v mnoha případech vede k závislosti, která může způsobovat velké psychické problémy. V současnosti jsou známy nelátkové závislosti jako například závislost na hraní počítačových her, na internetovém sázení, závislost na internetu, sociální síti Facebook či na chytrém telefonu. Byla prokázána souvislost mezi intenzivním používáním chytrých telefonů a poruchou pozornosti, kvalitou a délkou spánku, empatií a rozvojem schopností a dovedností adekvátních k věku dítěte. (Greenfieldová, 2016)

Otázka používání moderních komunikačních technologií se řeší také ve školách, které je stále častěji zapojují do vyučovacího procesu. Přístup škol ke komunikačním technologiím však není jednotný a objevují se různé pohledy na tuto problematiku. Jedny by technologie do škol a školek doporučovaly pro jejich přínos ve výchově a vývoji dětí, druhé by je naopak zakazovaly. Podle vědců jsou však fakta jasná: chytré telefony a tablety mají negativní dopad na vzdělávání, nenapomáhají rozvoji motoriky, smyslového vnímání ani jiným důležitým dovednostem, které si žáci ve škole osvojují. (Spitzer, 2016). Některé školy tak používání moderních komunikačních technologií zakazují, jiné povolují či dokonce technologie dětem rozdávají. Podle výzkumů však mají lepší výsledky a dlouhodobější úspěšnost žáci škol, které mobilní telefony dlouhodobě zakazují. (CNN, 2015)

Volný čas je časem, který člověku zbývá po splnění všech pracovních i mimopracovních povinností. Volný čas by měl sloužit k odpočinku, zábavě a rozvoji osobnosti. V současnosti jsou děti ve volném čase nejvíce zaměstnávány sledováním televize, hraním počítačových her či surfováním na internetu, nebo multitaskingem v podobě všech těchto možností zprostředkovaných chytrým telefonem. Děti a mladí lidé se tak mohou z nedostatku pohybu stávat obézními, získávat poruchu pozornosti, úzkost či depresi, ke které nadměrné používání zmíněných technologií směřuje.

Ze sekundární a komparativní analýzy výzkumů vyplynulo, že všechny komparované výzkumy uskutečněné v České republice se věnovali faktu, že digitální média zabírají velkou část volného času dětí a mají vliv na jejich chování. Výzkumy se také shodují, že výběr a četnost volnočasových aktivit má velký přínos na chování a vývoj dětí. Při výběru volnočasových aktivit a samotné náplni volného času hrají podle výzkumů nejdůležitější roli rodiče. V sekundární analýze byly také komparovány světové výzkumy zabývající se závislostí na mobilních telefonech. Ta podle nich postihuje již více než polovinu britské a americké společnosti a způsobuje u studentů amerických vysokých škol deprese a úzkosti. Nomofobie neboli strach z odloučení od mobilního telefonu podle výzkumů častěji postihuje ženy než muže. Studentky amerických univerzit tak tráví s mobilním telefonem 10 hodin denně, muži oproti tomu 8 hodin. Podle výzkumů jsou také dospívající, kteří nadměrně používají mobilní telefon více náchylní ke stresu, únavě, přerušovanému spánku a nedostatku odpočinku.

Na základě teoretických východisek a výsledků ze sekundární a komparativní analýzy bylo provedeno kvalitativní empirické šetření na čtyřech základních školách. Dvě z nich byly z městského prostředí, dvě z venkovského, zároveň byla vždy jedna škola z daného prostředí zakazující mobilní telefony o přestávkách, druhá povolující. Na všech školách bylo provedeno pozorování žáků osmých tříd o přestávkách a polostandardizované rozhovory se dvěma pedagogy. V rámci pozorování žáků v průběhu přestávek byly zaznamenány rozdíly v sociálním prostředí kolektivu žáků. Žáci, kteří mobilní telefony o přestávkách nepoužívali byli klidní, přátelští a hojně mezi sebou komunikovali. Celková atmosféra ve třídě byla přátelská. Oproti tomu žáci, kteří telefony používali byli často agresivní, vulgární a někteří kvůli intenzivnímu používání mobilních telefonů spolu chvílemi vůbec nekomunikovali. Atmosféra v těchto třídách byla podle pozorovatelky napjatá. Sociální prostředí se tak lišilo v závislosti na používání mobilních telefonů. Z empirického šetření vyplynulo, že používání mobilních telefonů ovlivňuje chování žáků o přestávkách, a to především jejich komunikaci. Na chování žáků má také vliv typ prostředí, ve kterém se škola nachází. To má vliv na několik aktivit v průběhu přestávek, například komunikaci, používání mobilního telefonu, pohyb po třídě a přípravu na hodinu. Chování žáků o přestávkách je tak více ovlivňováno prostředím než mobilními telefony, přestože ty mají na chování žáků také určitý vliv. Rozhovory do určité míry potvrdily výsledky pozorování žáků. Respondentky se shodly na výraznější komunikaci žáků po zavedení zákazu mobilních telefonů a také dalších činností v průběhu přestávek. Tím, že žákům odpadá čas strávený s mobilními telefony, žáci se ho snaží zaplnit jinými aktivitami, což může být podle pozorování i výpovědí respondentek také komunikace či příprava na hodinu. Respondentky ze škol povolujících mobilní telefony o přestávkách pozorují u žáků závislost na telefonech, která se projevuje i ve vyučovacích hodinách. Ta má podle všech respondentek původ v rodině dětí. Rodiče nevěnují dostatečnou pozornost jejich volnočasovým aktivitám, což se shoduje také se závěry ze sekundární a komparativní analýzy dat. Děti nemají doma co na práci a pro rodiče je často jednodušší zabavit dítě mobilním telefonem či jinou technologií než zajišťovat zájmové kroužky či vymýšlet společný program. To je podle respondentek dáno také náročností práce rodičů a následné únavy a nedostatečné komunikace s dětmi.

Respondentky, které vyučují na školách povolujících mobilní telefony, by byly pro zavedení zákazu používání mobilních telefonů o přestávkách. Ty respondentky, na jejichž

školách již zákaz platí, jsou s ním spokojené a myslí si, že má na žáky pozitivní dopad. Pro zavedení a dodržování zákazu mobilních telefonů o přestávkách je však nutné, aby bylo vedení školy a celý pedagogický sbor v přístupu za jedno, a aby byli všichni pedagogové jednotní a striktní při postihování žáků porušujících zákaz. Vhodným nástrojem pro dodržování zákazu mobilních telefonů tak může být podle empirického šetření například pravidlo osobního vyzvednutí zabaveného telefonu rodiči ve škole.

Autorka v diplomové práci svým empirickým šetřením zjistila, že moderní komunikační technologie mají vliv na chování žáků osmých tříd základních škol o přestávkách. Stejně tak má na jejich chování vliv také to, zda žáci navštěvují školu v městském či venkovském prostředí. Tyto výsledky však nelze zobecnit na všechny žáky osmých tříd, neboť se jednalo o kvalitativní výzkum, který zkoumal pouze malý vzorek žáků. Tuto diplomovou práci by však bylo možné použít jako podklad pro další výzkum o této problematice, tentokrát kvantitativního rázu.

8 Seznam použitých zdrojů

Tištěné zdroje

BOCAN, Miroslav, 2012. Děti v ringu dnešního světa: Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let. Praha: Národní institut dětí a mládeže Ministerstva školství. ISBN 978-80-87449-24-0.

DISMAN, Miroslav. Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele. [2. vyd.]. Praha: Karolinum, 1998. 374 s. ISBN 8071841412.

GREENFIELDOVÁ, Susan, 2016. *Změna myšlení: Jak se mění naše mozky pod vlivem digitálních technologií*. Praha: Albatros. ISBN 978-80-265-0450-4.

HENDL, Jan, 2005. Kvalitativní výzkum. 2.vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-485-4.

HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.

JANDOUREK, Jan, 2012. *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Grada Publishing. ISBN 802477612X.

LEVITIN, Daniel, 2015. *The Organised Mind: Thinking Straight in the Age of Information Overload*. VIKING (UK): Penguin. ISBN 978-0-670-92311-3.

NAKONEČNÝ, M.: *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2009, 498 s. ISBN: 978-80-200-1679-9.

PROKEŠOVÁ, M. *Dítě a současný svět*. Ostrava: Repronis Ostrava, 1999, 168 s. ISBN: 80-86122-48-4.

SIGMUND, Erik, Daniela BOBÁKOVÁ, Michal KALMAN a Zdeněk HAMŘÍK, 2012. *SEDAVÝ ŽIVOTNÍ STYL A PASIVNÍ TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU ČESKÝCH ŠKOLÁKŮ*. Olomouc.

SIRAJ-BLATCHFORD, John, WHITEBREAD, David, 2003. *Supporting Information and Communications Technology in the Early Years*. Berkshire: Open University Press. ISBN 0335209424.

SPITZER, Manfred, 2016. *Kybernemoc*. Brno: Host. ISBN 9788074917929.

STERNBERG R., *Kognitivní psychologie*, Praha, Portál, 2002, ISBN 80-7178-376-5

SUKOVÁ, Pavlína, 2011. *VLIV MASMÉDIÍ NA KRIMINALITU MLÁDEŽE*. Brno. Diplomová práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.

VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. *Vývojová psychologie, Dětství a dospívání*. Karolinum Press. ISBN 8024621533.

Velký sociologický slovník: I. svazek A-O. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1996, 747 s. ISBN 80-718-4164-1.

Velký sociologický slovník: II. svazek P-Z. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 1996, s.749-1627. ISBN 80-718-4310-5.

Volný čas a prevence dětí a mládeže. 1. vyd. Praha: Čihák, 2002, 48 s. dokument MŠMT

Internetové zdroje:

Alternativní školy v ČR, *Alternativní školy: Povídání o alternativních školách a školství* [online]. [cit. 2018-02-20]. Dostupné z: <http://www.alternativniskoly.cz/>

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2010. *Statistická ročenka Česká republika: Informační a komunikační technologie* [online]. Praha [cit. 2017-11-10]. Dostupné z:

<https://www.czso.cz/documents/10180/25385875/19874229+000110c20.pdf/08cfdb7a-a8c6-4fc4-83a8-4ee94258aab2?version=1.0>

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2016. *Informační technologie v domácnostech a mezi jednotlivci: Používání zařízení umožňující přístup na internet* [online]. [cit. 2017-12-04].

Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/czso/domacnosti_a_jednotlivci

Debř Masarykova základní škola [online], 2014. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z:
<http://www.skoladebr.cz/>

DEML, Jakub, Mobily ve škole: Pravidla platí pro žáky i učitele! Lze telefon zabavit?. *TN.cz* [online]. 20.9.2016 [cit. 2018-02-20]. Dostupné z:
<http://tn.nova.cz/clanek/mobily-ve-skolach-vime-co-si-ucitele-nesmeji-dovolit.html>

Děti za mřížemi: hranice trestní odpovědnosti rozděluje svět, In: *Euro portál* [online]. 17.3.2017 [cit. 2018-02-20]. Dostupné z: <https://www.euro.cz/politika/deti-za-mrizemi-hranice-trestni-odpovednosti-rozdeluje-svet-1336960>

DOVRTĚLOVÁ, Milena, 2013. Vliv masmédií na vývoj a proměny životního stylu dítěte [online]. Brno [cit. 2018-02-22]. Dostupné z: <http://vyzkum-mladez.cz/zprava/1439809412.pdf>. Diplomová práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.

Google Trends [online], 2018. [cit. 2018-03-05]. Dostupné z:
<https://trends.google.com/trends/explore?date=all&q=nomophobia,phone%20addiction>

HANUSOVÁ, Hana, 2012. Negativní a pozitivní vlivy sociálních sítí na mládež (facebook) [online]. Brno [cit. 2018-02-22]. Dostupné z: <http://vyzkum-mladez.cz/zprava/1428496328.pdf>. Diplomová práce. Masarykova univerzita.

Historie, 2010. Městská část Praha 5 [online]. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: Řády školy, 2009. ZŠ a MŠ Radlická [online]. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z:
<https://www.zsradlicka.cz/rady-skoly/>

NÁRODNÍ INSTITUT DĚTÍ A MLÁDEŽE, 2008. Zdroje informací a kritéria při výběru volnočasových aktivit [online]. Praha [cit. 2018-02-22]. Dostupné z: <http://vyzkum-mladez.cz/zprava/1236593581.pdf>

NÁRODNÍ INSTITUT DĚTÍ A MLÁDEŽE, 2010. ZDRAVÉ KLIMA V ZÁJMOVÉM A NEFORMÁLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ [online]. Praha [cit. 2018-02-22]. Dostupné z:
<http://vyzkum-mladez.cz/zprava/1273140196.pdf>

Nomophobia: the fear of losing your cellphone, In: Health24 [online]. 2012 [cit. 2018-03-05]. Dostupné z: <https://www.health24.com/Mental-Health/Disorders/Nomophobia-the-fear-of-losing-your-cellphone-20120721>

Obyvatelstvo Prahy podle městských částí 1991–2015 [online]. Český statistický úřad [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/xa/mesta_a_obce

Pomáhej pohybem [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://www.pomahejpohybem.cz/>

Praha 5, Místopisný průvodce po České republice [online]. Valašské Meziříčí: Wanet [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.mistopisy.cz/pruvodce/obec/4672/praha-5/pocet-obyvatel/>

PSOHLAVEC, Stanislav. Digitalizace – co tím myslíte?. Ikaros [online]. 1999, ročník 3, číslo 11 [cit. 2018-03-20]. urn:nbn:cz:ik-10433. ISSN 1212-5075. Dostupné z: <http://ikaros.cz/node/10433>

Rise in nomophobia: fear of being without a phone, In: The Telegraph [online]. 2012 [cit. 2018-03-05]. Dostupné z: <https://www.telegraph.co.uk/technology/news/9084075/Rise-in-nomophobia-fear-of-being-without-a-phone.html>

ROBERTS, James, Cellphone addiction harming academic performance is 'an increasingly realistic possibility'. In: *Science Daily* [online]. 28.8.2014 [cit. 2018-02-20]. Dostupné z: <https://www.sciencedaily.com/releases/2014/08/140828184733.htm>

Řády školy, 2009. ZŠ a MŠ Radlická [online]. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.zsradlicka.cz/rady-skoly/>

Scio - ocenění žáků, c2008-2018. SCIO [online]. 2015 [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.scio.cz/skoly/oceneni.asp?r=23254>

Slovník cizích slov [online]. [cit. 2018-02-22]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/hard-data>

Současnost, c2018. Březno u Mladé Boleslavi [online]. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.brezno.cz/soucasnost>

Statistický bulletin - Hl. m. Praha - 1. až 3. čtvrtletí 2017, 2017. In: Český statistický úřad [online]. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/d-obyvatelstvo--1y5uf7l0x8>

STRNADOVÁ, Kateřina, 2013. Volnočasové aktivity dětí školního věku a jejich zapojení do zájmového vzdělávání [online]. Praha [cit. 2018-02-22]. Dostupné z: <http://vyzkum-mladez.cz/zprava/1464268203.pdf>. Bakalářská práce. Univerzita Karlova.

Š a MŠ Březno [online], [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://www.zsbrezno.cz/>

Školské a školní dokumenty a formuláře, Základní škola Kunratice [online]. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: <http://www.zskunratice.cz/web/dokumenty-a-formulare>

Tamagoči se vrací. Virtuální zvířátko slaví 20. narozeniny, sběratelé za něj utrací tisíce korun, c2001-2018. In: Info.cz [online]. CZECH NEWS CENTER, 2017 [cit. 2018-03-24]. Dostupné z: <http://www.info.cz/magazin/tamagoci-se-vraci-virtualni-zviratko-slavi-20-narozeniny-sberatele-za-nej-utraci-tisice-korun-7774.html>

Vývoj obyvatelstva ve městě Mladá Boleslav, 2016. Český statistický úřad [online]. [cit. 2018-03-18]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/xs/casove_rady_regionalni

66% of the population suffer from Nomophobia the fear of being without their phone, In: SecurEnvoy [online]. 2012 [cit. 2018-03-05]. Dostupné z: <https://www.securevoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/>

9 Přílohy

Podrobná analýza pozorovaných aktivit v průběhu všech přestávek

Příloha 1: Tabulka zaznamenávající pozorované hodnoty v průběhu všech přestávek a počet žáků

Tabulka 13 – Zapojení žáků v jednotlivých aktivitách v průběhu jednotlivých přestávek

Činnost	1. přestávka				2. přestávka				3. přestávka			
	ZŠ Radlická	ZŠ Debrž	ZŠ Kunratice	ZŠ Březno	ZŠ Radlická	ZŠ Debrž	ZŠ Kunratice	ZŠ Březno	ZŠ Radlická	ZŠ Debrž	ZŠ Kunratice	ZŠ Březno
Konzumace svačiny/pití	27%	16,70%	20,10%	0,00%	25,00%	27,80%	50%	22,70%	58%	38,90%	15%	70%
Komunikace se spolužáky	54,50%	100,00%	75%	88,90%	58,30%	83,30%	79,20%	81,80%	85,70%	88,90%	100%	65%
Používání mobilního telefonu individuálně	0%	0%	0%	61,10%	25,00%	0%	8,30%	36,40%	41,70%	0%	0%	50%
Používání technologie v kolektivu	0%	0%	0%	27,80%	25,00%	0%	20,80%	31,80%	33,30%	0%	0%	60%
Pohyb po třídě/chodbě	54,50%	16,70%	41,70%	16,70%	33,40%	22,20%	50%	50%	41,70%	55,60%	40%	55%
Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly	18,20%	33,30%	25%	61,10%	0%	44,40%	33,30%	59,10%	0%	27,80%	0%	0%
Počet žáků	11 žáků	18 žáků	24 žáků	18 žáků	12 žáků	18 žáků	24 žáků	22 žáků	7 žáků	18 žáků	20 žáků	20 žáků

zapojení žáků v jednotlivých aktivitách v průběhu přestávek


	Mobilní telefony jsou o přestávkách zakázány
	Mobilní telefony jsou o přestávkách povoleny


Zdroj: vlastní zpracování, 2018

Sociální prostředí - tabulka

Tabulka 14 – Záznam z pozorování žáků o přestávkách – sociální prostředí

		ZŠ Kunratice	ZŠ Debrž	ZŠ Radlická	ZŠ Březno
přestávka	1.	komunikace, hluk, škádlení, zlobení, přátelská atmosféra, šum, všichni se baví	tichá konverzace, smích, klid	ticho, popichování, kli	komunikace napříč třídou, výrazně oddělená skupina dívek, napjatá atmosféra
	2.	klid, genderově oddělení, komunikace	klid, přátelská atmosféra, komunikace, živo, ale ne hluk, všichni se baví	křik, nadávky, hádky, agrese, individualismus	velký hluk, komunikace, skupina dívek, genderově rozdělená komunikace
	3.	komunikace, zlobení, provokace, smích, zábava, lehké napětí	hluk, pohyb, živo, komunikace, všichni se baví	separace, individualismus s mobily, ticho, nekomunikace	hluk, křik, agrese, chlapci se perou, mobily jako hlavní prvek přestávky, komunikace nad nimi

 Mobilní telefony jsou o přestávkách povoleny

 Mobilní telefony jsou o přestávkách zakázány

Zdroj: vlastní zpracování, 2018

Záznamové archy – pozorování žáků o přestávkách

Příloha 2: Záznamový arch – pozorování žáků o přestávce, Základní škola Březno (venkov, povolené mobilní telefony o přestávkách)

Popis prostředí

7:35 – 7:50

Kmenová učebna osmé třídy – žáci jsou celý den v jedné třídě, nepřesouvají se. Třída je v první patře, je malá, jsou v ní lavice po dvou židlích, docela hustě umístěné po celé třídě.

8:35 – 8:45

Učebna osmé třídy.

9:30 – 9:45

Učebna osmé třídy.

Popis pozorovaných žáků

7:35 – 7:50

Žáci osmé třídy, 18 žáků, z toho 8 dívek. Někteří chlapci vypadají na svůj věk velmi mladě, některé dívky naopak výrazně starší.

8:35 – 8:45

Žáci osmé třídy, 22 žáků, z toho 11 dívek.

9:30 – 9:45

Žáci osmé třídy, 20 žáků, z toho 9 dívek.

Jaké je sociální prostředí – vztahy žáků, sociální komunikace, atmosféra

7:35 – 7:50

Žáci jsou hodně rozdělení do skupinek nebo sedí individuálně. Baví se po dvojicích nebo menších skupinkách. Jedna skupina dívek působí dominantně (4 dívky), sedí vzadu v rohu třídy a baví se jen spolu, působí trochu povýšeně nad ostatními, nebaví se s nimi. Další skupinka čtyř dívek sedí také spolu, vepředu v rohu, baví se spolu, ale tiše a neagresivně. Dívky a chlapci jsou genderově distancovaní, baví se ve svých skupinkách. Lehce napjatá atmosféra, je vidět, že nejsou všichni kamarádi.

8:35 – 8:45

Velký hluk, komunikace napříč celou třídou, jen dominantní skupinka dívek sedí spolu a hlučně se mezi sebou baví. Opět genderově rozdělení.

9:30 – 9:45

Hluk, křik, kluci se perou, agrese, pak lehký útlum, mobily jako samozřejmá součást přestávky, ale komunikace mezi žáky nad nimi.

Jak se žáci chovají – co dělají, čemu se věnují

7:35 – 7:50

Žáci přicházejí do třídy, každý si sundává židli z lavice, připravují si věci na hodinu na lavici. Jeden chlapec sedí sám v lavici s mobilem, jeden chlapec sedí sám a hraje si s prsty, dvě dívky sedí spolu v lavici (ne z dominantní skupiny) a tiše si povídají, před jednou z nich leží na lavici mobil. Přicházejí čtyři dívky (dominantní skupinka), už cestou do třídy a k lavici drží dvě z nich v ruce mobil, pokládají ho na lavici, baví se spolu o klucích, o tom, že s jednou z nich chce jít jeden ven, o tom, co si s nimi psaly na mobilech. Dívky sedí v lavici, každá drží svůj mobil a předčítají si z nich zprávy od kluků, povídají si o nich, o vztazích s nimi („takhle blízko byl, tak ať mi dá pusku a já se pobleju, hej kámo...“). Kluci jsou čtyři okolo jedné lavice a baví se o rovnicích, jeden to nechápe, ostatní mu to vysvětlují, jsou docela hluční. Dominantní skupinka dívek pořád (celou přestávku) sedí and čtyřmi mobily a koukají do nich, ukazují si kluky a celou dobu je řeší. Všichni kromě dominantní skupinky holek si připravují na hodinu, aspoň chvíli koukají do sešitu, listují v nich, něco píšou, připravují se na test. Skoro každému leží na stole mobil. Kluci se pořád ve skupině učí rovnice, vysvětlují si to (čtyři kluci), ostatní sedí po dvojicích v lavicích a taky se učí, někteří individuálně, jiní ve dvojici se sousedem.

8:35 – 8:45

Kluci se ve skupince baví o předchozí hodině, koukají do sešitu, pak se zvedají, pošťuchují se a jdou na chodbu. Dominantní holky sedí pořád spolu a baví se o oblečení a tom, co si chce která koupit. Jeden kluk sedí sám a píše si něco do sešitu – matiku, ostatní kluci jsou hluční a baví se o zkoušce, kterou psali, že jim to nevyšlo – rovnice, vysvětlují si to navzájem. Holky v předním rohu třídy si ve dvojici ukazují něco na mobilu, smějí se nad tím. Jeden kluk sedí sám v lavici a hraje hru na mobilu (celou přestávku). Kluci na sebe křičí přes třídu, zapojí se i holky z předního rohu třídy, jaký byl domácí úkol, podávají si sešity a opisují úkol. Další kluk vytahuje mobil a hraje na něm hru. Třída je hlučná. Jeden kluk vytahuje mobil a fotí si příklad v sešitě před sebou.

9:30 – 9:45

Chvilí po zvonění odchází šest žáků na chodbu. Dva žáci se ve třídě perou, škrťí se, volají na sebe „ty vole, rozhodčí, potřebujeme rozhodčího“. Kluci stojí okolo nich, křičí na ně, dva peroucí se kluci se přesouvají na zem, kluci se jim smějí, holky zezadu z lavic křičí, ať je kluci odtrhnou, pak se přestali prát. Kluk, co hrál celou přestávku na mobilu hru, hraje zase, sedí sám. Další kluk taky hraje hru na mobilu, druhý nad ním stojí a radí mu. Skupinka kluků stojí nad jedním mobilem a sledují jednoho, jak hraje hru. Dominantní skupinka holek sedí v lavicích, sklánějí se nad svými mobily. Další žáci koukají do svých mobilů, nejvíc na Facebook nebo Instagram, u toho svačí, kluci na mobilech hrají hry. Když mobily zrovna nepoužívají, tak leží před nimi na lavici. Utvořené skupinky s telefony pořád sedí nad telefony, koukají do nich a hrají hry (kluci). Dominantní holky tam něco prohlížejí a smějí se u toho, jsou hlučné.

Činnost	Frekvence		
Konzumace svačiny/pití			
Komunikace se spolužáky			
Hraní her bez moderních komunikačních technologií			
Používání mobilního telefonu individuálně			
Používání technologie v kolektivu			
Pohyb po třídě/chodbě			
Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly			

Příloha 3: Záznamový arch – pozorování žáků o přestávce, Základní škola Debrř (venkov, zákaz mobilních telefonů o přestávkách)

Popis prostředí

7:35 – 7:55

Učebna 8.třídy, žáci jsou celý den v jedné učebně, nepřesouvají se, přestávky tráví většinou ve třídě.

8:40 – 8:50

Učebna 8.třídy, chodba (3 žáci šli na WC)

Slunná třída v posledním patře, 4 řady lavic, třída je vyzdobená výtvy žáků, zdi barevně pomalované.

9:35 – 9:50

Stále třída, někteří postupně jdou na chodbu/WC a zpět do třídy.

Popis pozorovaných žáků

7:35 – 7:55

7:35 přišli dva žáci, 7:40 přicházejí další, další dvě holky,

18 žáků – 7 dívek, 11 chlapců

8:40 – 8:50

18 žáků, po zvonění odešli dva žáci na chodbu, pak se vrátili,

Děti vypadají úměrně svému věku, dívky jsou přirozené, ne namalované, chlapci nevypadají jako frajeři, jeden má obarvené a moderně upravené vlasy

9:35 – 9:50

18 žáků + jeden žák deváté třídy přišel na chvíli (5 minut)

Jaké je sociální prostředí – vztahy žáků, sociální komunikace, atmosféra

7:35 – 7:55

Tichá konverzace, smích, děti nekřičí, baví se mezi sebou, ale v klidu.

8:40 – 8:50

Klid, komunikace, přátelská, milá atmosféra, není hluk, ale žáci se baví mezi sebou, je tam živo.

Většina se spolu baví v lavici ve dvojici, někteří ve čtveřici s další lavicí, jen jeden žák sedí sám a s nikým se nebaví.

9:35 – 9:50

Ve třídě je větší hluk než předchozí přestávky, víc pohybu po třídě, víc komunikace, všichni se s někým baví, sám je stále jen jeden žák. Téměř všichni se pohybují po třídě, tvoří tam hloučky a baví se, nebo něco vymýšlejí.

Jak se žáci chovají – co dělají, čemu se věnují

7:35 – 7:55

2 žáci přicházejí jako první, povídají si už cestou do třídy, po příchodu sundávají všechny židle z lavic, připravují si sešity na lavici, povídají si o škole, o tom, co viděl jeden ve zprávách, o černoších a nějaké zprávě ze světa. Sedí přitom spolu v lavici a dívají se na sebe, jeden u toho svačí jablko. V 7:40 přicházejí další dva žáci, chlapec a dívka, při příchodu se zdraví se žáky ve třídě, dívka se chystá na hodinu, dává si na lavici věci, pak si povídá s chlapci o tom, co mají zítra mít do školy, že píše ze zeměpisu. Přicházejí další dvě dívky, připravují si na hodinu, baví se o úkolech do školy, o tom, co budou dělat zítra. 7:45 přicházejí další žáci, také se připravují na hodinu (2 kluci), baví se s dalšími kluky ve třídě. 7 žáků sedí okolo jedné lavice a mají tam hru, s kterou si hrají (tamagoči), u toho se baví a smějí, střídají si hru mezi sebou. Žáci se baví mezi sebou, není nikdo, kdo by seděl sám a nebavil se. Přicházejí další, hned po příchodu jdou ke skříni vzadu třídy a připravují si z ní učebnice a sešity, baví se s ostatními, co dělali včera. Další skupinka se baví o tom, co budou dělat po škole (holky půjdou běhat). Tři kluci po příchodu do třídy řeší, že jeden zapomněl v šatně peněženku, mluví u toho sprostě („pičo, kurva, já zapomněl peněženku“), pak se dohadují, co budou dělat, nakonec jdou pro ni do šatny. Holky občas také v rámci věty mluví sprostě („ty vole, do prdele, kurva“). Skupinka žáků s tamagočim si radí, jak si s ním hrát, pomáhají si s ním, u toho si občas nadávají („ty debile“), ale v přátelské atmosféře, smějí se u toho. Kluci se vrací ze šatny, bez peněženky, řeší, že by to nestihli, že si jí tam pak vyzvedne. Tři kluci se baví o Facebooku, že se šel jeden včera podívat, co je tam nového a našel nějakou skupinu, baví se o ní, smějí se, baví se také o fotkách a videích, která viděli na internetu.

8:40– 8:50

Žáci zůstávají ve třídě, jen tři šli na chodbu, po zvonění zůstávají sedět v lavicích, někteří přešli k jiné lavici, kde se baví se spolužáky. Někteří žáci svačí. Tři kluci se baví o komunikaci ve skupině na Facebooku, jak si psali o škole, že se na Facebooku hecovali, že

dostanou jedničku z písemky, ale nedokázali to. Jinak všichni sedí v lavicích a svačí, baví se mezi sebou, nekřičí, baví se v klidu, hlavně o škole, jaké testy budou psát. Někteří svačí, asi polovina má před sebou otevřený sešit a listuje jím, ostatní si povídají, sedí. Jen dva kluci sedí na lavicích u jiných žáků a povídají si s nimi, smějí se u toho. Baví se o tom, kam pojedou na školní výlet. Tři děti sedí sami v lavici a koukají do sešitů (jedna holka, dva kluci), ostatní si všichni ve skupinkách povídají, o místech, kde byli a kam pojedou, o testech a jak se na ně učili.

9:35 – 9:50

Všichni zůstávají ve třídě, čtyři kluci spravují hodiny, které asi rozbili, přichází za nimi jeden deváťák. Do třídy nakukuje ve dveřích učitelka, která má dozor na chodbě před třídou. Děti svačí, sedí v lavicích a povídají si. Kluci pořád řeší hodiny, ukazují je učitelce ve dveřích. Dva kluci sedí sami v lavici, koukají před sebe a s nikým se nebaví, ostatní stojí, 5 kluků u jedné lavice, povídají si. Ostatní se pohybují po třídě, k umyvadlu, koši, stojí u okna, vepředu ve třídě. Skupinka žáků si povídá o nějaké prodejně, o kamarádech, další skupinka kluků se baví o videu, které viděli na internetu. Žáci stojí po skupinkách po třídě, u oken, u skříněk vzadu, vepředu. Kluci jsou občas sprostí („do prdele, ty vole, kurva“). Paní učitelka z chodby (dozor) volá dva žáky na chodbu. Dva žáci hrají si hrají vepředu ve třídě – jeden plácne druhého do dlaní, druhý zase prvního. Jeden žák maže tabuli, pak na čistou tabuli dělá šmouhy houbou. Jeden žák si ve skřínce vzadu ve třídě půjčuje knížku, ostatní kluci ho jdou napodobit, půjčují si taky knížky, chodí s nimi po třídě, předstírají, že si z nich čtou. Po odchodu učitelky zpět na chodbu, knížky zase ukládají do skříně. Prohlízejí si další knížky ve vitríně, pak je tam zase vracejí. Jeden kluk tahá holku za vlasy, ale jemně a kamarádsky, ta se směje, baví se spolu. Většina dětí během přestávky svačí, jsou ve třídě, jen pár dětí odešlo na chodbu (WC), skoro všichni se pohybují po třídě.

Činnost	Frekvence		
Konzumace svačiny/pití			
Komunikace se spolužáky			
Hraní her bez moderních komunikačních technologií			
Používání mobilního telefonu individuálně			
Používání technologie v kolektivu			
Pohyb po třídě/chodbě			
Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly			

Příloha 4: Záznamový arch – pozorování žáků o přestávce, Základní škola Kunratice (město, zákaz mobilních telefonů o přestávkách)

Popis prostředí

8:45 – 8:55

Žáci se přesouvají do stejného patra do jiné třídy na další hodinu, postávají na chodbě před zamčenou třídou – část chodby uzavřená skleněnými dveřmi, v této části jsou jen dvě třídy a aula.

8:50 – 8:55 žáci tráví čas ve třídě chemie, kde mají další hodinu, ve třídě jsou lavice opět po čtyřech židlích.

9:40 – 10:00

Žáci se opět přesouvají před jinou třídu, kde chvíli čekají na chodbě, než jim učitelka třídu odemkne, pak jdou dovnitř, jsou ve třídě, kde jsou lavice po dvou místech.

10:45 – 10:55

Přesun do jiné třídy o patro níž, čekají na chodbě před třídou, než ji vyklidí žáci, kteří v ní byli před nimi. Některé dívky čekají ve dveřích třídy, ostatní na chodbě před třídou.

Popis pozorovaných žáků

8:40 – 8:55

Žáci osmé třídy, 24 žáků, z toho 14 dívek, 10 chlapců

9:40 – 10:00

Žáci osmé třídy, 24 žáků, z toho 14 dívek a 10 chlapců.

10:45 – 10:55

Žáci osmé třídy, 20 žáků, z toho 10 dívek a 10 chlapců – zbytek žáků je rozptýlen po chodbě, některé dívky stojí před jinou třídou, kde se baví se spolužáky z jiných tříd.

Jaké je sociální prostředí – vztahy žáků, sociální komunikace, atmosféra

8:40 – 8:55

Na chodbě před třídou – komunikace, hluk, zlobení, škádlení se (holky se zavírají do skříněk), ale v přátelské atmosféře.

V další třídě po přesunu – lehký hluk, šum ve třídě, komunikace mezi žáky okolo jedné lavice, zdá se, že ti, co spolu sedí jsou kamarádi, žáci sedí rozděleně – chlapci spolu, dívky spolu.

9:40 – 10:00

Klid ve třídě, žáci svačí, tiše si povídají, někteří svačí sami a s nikým se nebaví, jinak jsou ve třídě dva velké hloučky žáků – kluci (5) a holky (10). Tři kluci sedí sami, jinak všichni s někým, kde spolu komunikují. Zdá se, že všichni žáci mají přátelské vztahy, jen jeden kluk se s nikým celou přestávku nebaví.

10:45 – 10:55

Komunikace po skupinkách, kluci se provokují a zlobí se navzájem, smějí se u toho. Dívky na chodbě tančí a předvádějí si různé kroky a pohyby, smějí se u toho. Přátelská atmosféra, veselo, lehké napětí.

Jak se žáci chovají – co dělají, čemu se věnují

8:40 – 8:55

Žáci se přesouvají po chodbě před třídu, kde mají další hodinu, třída je zamčená, tak postávají na chodbě před třídou, povídají si po skupinkách či ve dvojicích. Tři dívky se schovávají do skříněk, které jsou podél stěny chodby, zavírají se tam a smějí se. Kluci a holky stojí spolu v hloučcích – kluci a holky zvlášť, někteří svačí. Přišel učitel a odemkl jim třídu, žáci jdou dovnitř. Tam sundávají každý svou židli z lavice a vyndávají si sešity na lavici. Téměř všichni pak chvíli stojí u lavice (asi 7 žáků sedí) a baví se spolu napříč celou třídou, někteří sedí na lavici, pár holek (ty, co se schovávaly ve skřínkách) se pohybují po třídě a dělají blbosti, smějí se. Jedna dívka sedí na lavici a čte si knížku.

9:40 – 10:00

Žáci se přesouvají do jiného patra a třídy, vyndávají si věci na lavice, povídají si o předchozí hodině o testu a známkách, které dostali, jestli jsou s nimi spokojeni nebo ne. Někteří odešli na záchod a na chodbu, asi polovina žáků průběžně, zbytek sedí v lavicích, svačí nebo stojí u lavic spolužáků a povídají si. Tři kluci sedí u jedné lavice a povídají si o počítačové hře. Dva žáci sedí sami v lavicích a svačí, s nikým se nebaví, ostatní se všichni s někým povídají. Kluci pořád řeší počítačovou hru, baví se o svých postavách ve hře a o levelech, kterých dosáhli. Jedna dívka drží v ruce telefon, baví se s další dívkou o tom, co si s kým psali na messengeru. Skupinka kluků se baví o hashtazích³², které si vyhledávali, o Instagramu. Dívka s telefonem ho pořád drží v ruce, kouká do něj a sjíždí prstem po obrazovce, další dívka taky vytáhla telefon, schovává ho za tašku a něco na něm píše. Dívka, která vytáhla telefon jako první, do

³² Hashtag je slovo nebo fráze označená znakem „#“. Význam slova označeného tímto symbolem je dnes chápán jako forma klíčového slova, často se používá na sociálních sítích. (Hashtag, 2018)

něho pořád kouká, už pět minut. Mezitím se vytvořil další hlouček chlapců (5), baví se okolo jedné lavice, potichu a v klidu si spolu povídají. Další dívka začala koukat do telefonu, ukazuje na něm kamarádce nějaké fotky, koukají do něho spolu v jedné lavici. Další dívky se baví o česání, účesech a videích na YouTube, které viděli. Chlapci jsou občas sprostí, používají ve větách výrazy jako „ty vole“, „do prdele“. Jedna dívka (stejná jako první přestávku) si čte knihu v lavici, povídá si u toho s dívkou, která sedí s ní. 9:58 všichni už sedí v lavicích, jsou v klidu, docela potichu si povídají, dojíždají svačiny, které v průběhu přestávky téměř všichni jedli. Dvě dívky se pořád sklání nad telefonem, přidala se k nim jedna další, koukají na Instagram. Dvě další dívky se k sobě mačkají a opírají se o sebe, u toho se smějí, další dvě dívky koukají pořád spolu do jednoho telefonu.

10:45 – 10:55

Cestou po chodbě si žáci povídají o předchozí hodině, baví se spolu po skupinkách (asi pět skupinek). Baví se genderově odděleně. Dívky se baví o obědě, chlapci (6) se opět baví o počítačových hrách a o Instagramu, další tři chlapci se perou, přetahují se proti zdi, hází se na zed', ale smějí se u toho a vrací si to navzájem. Asi čtyři dívky na chodbě tančí, předvádějí si pohyby a taneční kroky – moderní tanec. 6 chlapců si sedlo na lavici před třídu, u zdi na chodbě, a házejí si a berou si lahve s pitím. Dívky stojí ve dvou skupinkách, baví se spolu, kluci mají dvě skupinky, v jedné z nich (na lavici před třídou) se kluci lehce polévají pitím z lahví, házejí lahve na zem a zase je zvedají. Jiní chlapci pobíhají po chodbě, přesouvají se mezi skupinkami chlapců, jedna skupinka si povídá o cestování – jeden z nich pojede na tři týdny do USA, tak se ho vyptávají a baví se o tom. Pak se baví o Playstationu a o hrách, dívky stojí ve dveřích třídy. Při zvonění se všichni hrnou dovnitř, hned za nimi jde učitel a zavírá dveře.

Činnost	Frekvence		
Konzumace svačiny/pítí			
Komunikace se spolužáky			
Hraní her bez moderních komunikačních technologií			
Používání mobilního telefonu individuálně			
Používání technologie v kolektivu			
Pohyb po třídě/chodbě			
Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly			

Příloha 5: Záznamový arch – pozorování žáků o přestávce, Základní škola Radlická (město, povolené mobilní telefony o přestávkách)

Popis prostředí

7:40 – 8:00

Třída fyziky, v mezipatře, jediná v mezipatře, mimo hlavní chodby, má vlastní chodbu s WC.

8:45 – 8:50

Přesun do jiné třídy, jiného patra, dvě žákyně jdou cestou na záchod. Žáci jsou v další třídě, třída češtiny. Opět třída v mezipatře, se samostatnou chodbou, WC a kabinetem.

9:40 – 10:00

Velká přestávka, žáci zůstávají ve třídě, do další třídy se přesouvají až s prvním zvoněním (9:55). Někteří žáci se pohybují po chodbě, většina zůstává ve třídě.

Popis pozorovaných žáků

7:40 – 8:00

Žáci osmé třídy, 4 holky, 7 kluků

8:45 – 8:50

Žáci osmé třídy, 7 kluků, 5 holek

9:40 – 10:00

Prvních pět minut po zvonění je ve třídě pět kluků, holky a zbytek kluků jsou na chodbě, kde se baví se staršími spolužáky

Jaké je sociální prostředí – vztahy žáků, sociální komunikace, atmosféra

7:40 – 8:00

Na začátku přestávky jsou ve třídě pouze tři žáci, je ticho, nebaví se mezi sebou, sedí individuálně. Postupně přicházejí další, začínají se mezi sebou bavit, ve třídě je šum, ale ne velký, jinak ticho, ve třídě je málo žáků. Postupně přicházejí další žáci, když jsou ve třídě dvě holky a 4 kluci, komunikují mezi sebou kontrastně holky x kluci, popichují se.

8:45 – 8:50

Atmosféra je uvolněnější než před první hodinou (při vstupu do třídy jsem žákům řekla, ať si mě nevšímají a dělají že tu nejsem). Kluci na sebe křičí, sedí v hloučku, hádají se a nadávají si. Někteří (dvě dívky, dva kluci) sedí sami a s nikým se nebaví. Kluci lítají po třídě a zlobí. Dva hloučky u lavic.

9:40 – 10:00

Většina žáků sedí ve své lavici, jen pár se jich baví ve skupince u jedné lavice, komunikace probíhá, ale žáci při ní koukají do svého mobilu.

Jak se žáci chovají – co dělají, čemu se věnují

7:40 – 8:00

Dva žáci hned po příchodu začali svačit, jeden v průběhu přestávky pil minerálku, jeden držel v ruce plechovku s energitákem a pohrával si s ní. Jeden žák na výzvu učitelky sundává všechny židle z lavic. Žáci si povídají, jaký měli víkend, baví se každý ze své lavice, přes celou třídu, tedy nahlas. 4 kluci si po příchodu do třídy nadávají za to, že jednomu v šatně svázali tkaničky, jsou na sebe sprostí, pokračují v nadávkách a výčtu toho, co si udělali zlého, i v minulosti. Baví se o společné známé/sestřenici jedné žákyně a o víkendovém nočním zážitku s ní, kdy je jeden žák potkal. Žáci se ze začátku cítili asi nesví z mé přítomnosti, zdavili a smáli se mezi sebou s otázkami, kdo jako jsem a co tady dělám. Během přestávky přišla dvakrát do třídy učitelka, která je následující hodinu učí a ptala se, kdo ještě dorazí (žáků bylo málo), jednoho žáka poprosila o sundání židlí. Žáci v průběhu přestávky volně přicházeli a odcházeli ze třídy na hlavní chodbu. Dva žáci se připravovali na hodinu tím, že listovali v sešitě, většina z nich si na stůl připravila pomůcky – sešity, učebnice, penál. Nikdo před hodinou nepoužíval telefon, žádný jsem neviděla.

8:45 – 8:50

4 kluci křičí a běhají po třídě, berou si věci a nadávají si za to, honí se a berou si je zpět. U jedné lavice sedí dvě holky a kluk nad jedním mobilem a povídají si nad ním a koukají do něj. Čtyři kluci zlobí – lítají po třídě, hází po sobě hadr na tabuli, jeden si sedá na učitelské křeslo a hraje si na učitele, ostatní kluci na něj pokřikují přes celou třídu. Jedna holka vchází do třídy s telefonem v ruce, kouká do něj celou cestu po chodbě až do lavice, tam sedí sama a kouká pořád do telefonu. Jeden žák svačil, dva žáci se během přestávky napili. Někteří (výrazně méně než před první hodinou) si připravili pomůcky na stůl (penál, sešit).

9:40 – 10:00

Jeden žák hned po zvonění odchází na chodbu za staršími žáky, hned po odchodu ze třídy vytahuje telefon, nese ho v ruce a volá na kamaráda na chodbě, že si píše s nějakou holkou. Všechny holky vychází na chodbu, s telefony v ruce, jdou si kupovat svačinu. Zbytek žáků je ve třídě, kde je 5 minut po zvonění učitelka, tak pak odchází. Po dobu přítomnosti učitelky byli žáci v klidu, po jejich odchodu začali být hluční. Jeden žák pouští z mobilu hudbu přes

přenosný reproduktor, hlasitě na celou třídu (rap, rychle přeskakuje písničky). Ve třídě je pět kluků, každý sedí sám v lavici, v ruce má telefon a sklání se nad ním, kouká do telefonu. Dva kluci (co pouští hudbu) se baví spolu u jedné lavice, v ruce oba telefony. Dva žáci vybíhají na chodbu pro svačinu a křičí u toho, že si jdou pro svačinu. Holky chodí do třídy a zpět na chodbu, kde svačí a baví se se staršími spolužáky. Ve třídě jeden kluk vzal reproduktor druhému a utíká mu po třídě. Druhý ho honí rychle po celé třídě, křičí na něj, ať mu vrátí reproduktor a vyhrožuje mu („jo, ty čubko, ty mrdko jedna, kurva“). Z chodby se vrátily dvě holky a sedly si ke klukům k jedné lavici, kde se všichni společně sklání nad telefonem a povídají si a smějí se. Baví se o tom, jak si v noci volali, ale nešlo to, tak si ukazují na mobilu, jak odblokovat kontakty a nastavení. Na konci přestávky se baví o tom, jak se natáčeli na telefon. V 9:55 zvoní a žáci se přesouvají na další hodinu do jiné třídy. Většina žáků o přestávce svačila.

Činnost	Frekvence		
Konzumace svačiny/pití	III	III	IIIIII
Komunikace se spolužáky	IIII	IIIIII	IIIIII
Hraní her bez moderních komunikačních technologií			
Používání mobilního telefonu individuálně		III	IIII
Používání technologie v kolektivu		III	IIII
Pohyb po třídě/chodbě	II	IIII	IIII
Příprava na hodinu/studium/domácí úkoly	II		

Přepisy rozhovorů s pedagogy z vybraných škol

Audio záznamy všech rozhovorů jsou uloženy v archivu autorky. Na vyžádání je možné je poskytnout k přehrání.

Příloha 6: Přepis rozhovoru s respondentkou RD1, Základní škola Debř (venkov, zákaz mobilních telefonů o přestávkách)

T: Vzpomenete si, co dělali děti o přestávkách na druhém stupni před deseti lety?

R: Mobilní telefony určitě nebyly. To je už dávno.

T: Liší se nějak skladba těch aktivit o přestávkách?

R: To určitě. Určitě se neučili, to je asi tak stejný. Víc se scházeli na chodbách a povídali si. Nějaký hry si mohly hrát, třeba. Víím že karty, to byl jeden trend, že si kluci většinou o přestávkách hráli karty.

T: Tak to se dneska už nevidí.

R: No, dneska už ne. Ale víím, že tady to byl opravdu takovej trend. Povídání a karty.

T: A čím si myslíte, že je ta změna aktivit zapříčiněna?

R: To nevím, čím by to mohlo být. Vývojem? Všechno jde dopředu. Všechno se mění Tak už je to nezajímá. Karty, to už dneska není, nebo společenský hry taky ne. Co tady je, tak že se třeba nemůžou navštěvovat ve třídách, tak na chodbách se různě o velký přestávce scházej, z různých ročníků, navštěvují se.

T: Takže oni se nemůžou navštěvovat ve třídách?

R: O velký přestávce jedině, o malých přestávkách nemůžou z patra do patra, jo. To jsou jenom v rámci jednoho patra. Takže když máme třeba osmičku, devítku na tom druhým patře, tak jako na chodbě se můžou sejit, ale nemůže o malý přestávce osmák třeba jít navštívit někoho o patro níž. A nesměj do tříd teda, schází se jenom na chodbách.

T: Takže to máte proto, aby tady nelítali z patra do patra?

R: Taky no.

T: Zajímá mě Váš názor na to, že 53% všech uživatelů mobilů je na tom závislých. Což samozřejmě způsobuje deprese a úzkosti. Co si o tom myslíte?

R: No my když jsme dělali průzkum ve třídě, tak se přiznalo poměrně hodně, víc jak polovina, tráví víc jak tři až čtyři hodiny denně na počítači nebo na mobilu nebo prostě na sociálních sítích, jo.

T: To jste dělali v rámci Vaší třídy?

R: Ano, v rámci prevence. My tady máme preventivní programy. Byl tady pán na prevenci, takže se nějak měli jako přiznávat, že jo. Jak je to věrohodný, to je další věc. Ale určitě ten posun tam je.

T: Pozorovala jste před zavedením zákazu mobilů u vás na škole nějaké projevy závislosti?

R: Měli jsme tady jednu dívku, tak byla závislá na počítači, nevím, jestli na Facebooku, nebo nějaký takovýhle sociální síti. A ta potom teda byla i v nějaký dětský léčebně, ta se s tím léčila teda. Jako že by to bylo na ní nějak pozorovatelný, to ne. Nevím, jestli ten telefon jako o hodině, to nemůžu tvrdit, ale o přestávce určitě používala, protože ta závislost si myslím, že už tam byla opravdu silná.

T: Co si myslíte o tom, že děti tráví čím dál víc času s digitálními médii? Myslím mimo školu, o jejich volném čase. Co si myslíte o tom vývoji?

R: Že to bude ještě horší a horší, si myslím. Protože ta společnost tak je nastavená, že jo. Žádné sporty, aktivity. To ono to je jednodušší, že jo, zalézt si a hrát si nějakou počítačovou hru nebo na mobilu. A rodiče to jednoznačně nemají pod kontrolou, co si budem povídat.

T: Takže čím si myslíte, že to je způsobený?

R: Myslím si, že určitě největší podíl na tom má rodina, protože ty rodiče prostě nejsou ty děti schopný nějak nasměrovat nebo k něčemu je vést a ty děti pak prostě tráví ten volný čas tím, co je pro ně nejjednodušší, a to je třeba ten mobilní telefon, že jo. Všechno to vychází z rodiny, no.

T: Já jsem vyzorovala, že děti, které nepoužívají telefony, se věnují o přestávce víc času přípravě na hodinu. Pozorujete to nějak?

R: Tak chvilkami určitě. Pokud je před písemkami, a to dítě je motivovaný k nějakýmu výkonu, tak ano. Ty sešity na chodbě nebo v učebně si otevřou a aspoň se do toho dívaj. Jestli se ucej, to už je jiná věc. Ale někdy si aspoň něco opakujou, mám ten pocit.

T: A kdybyste to měla porovnat před zákazem a po zákazu?

R: Tak bylo by to špatný, kdyby to bylo stejný, takže si myslím, že teď je to asi víc, no, protože nemají co jinýho dělat, že jo. Nic jinýho jim nezbyvá. Buď to si něco hrát, povídat nebo pokud jim záleží aspoň trochu na známkách, tak si to i trochu opakovat, no.

T: Takže ti osmáci-?

R: Osmáci i ti deváťáci, ty vyšší ročníky určitě, no.

T: Takže vyšší víc než nižší, jo?

R: Jako co můžu mluvit za šestku sedmičku, kde ještě učím, tak tam moc ty sešity nevidám na chodbách, jo. Ale nahoře jo, tam jo. Nebo i když mají volnou hodinu, nebo když jsme třeba na počítačích a oni, že mají něco do školy, tak jo, dělají si to, no. Tam myslím, že trošičku už si to uvědomují a snažej se využít ten čas, který jsou ve škole.

T: Co si myslíte obecně o zákazu mobilních telefonů i o přestávkách?

R: Myslím si, že to je dobře. Protože to je, jak jsem říkala. Když si to zapnou na deset minut, tak po deseti minutách jako, že bychom obcházeli a všichni by nám museli ukázat, že to mají vypnutý, to bychom nic jinýho nedělali, jo. Takže určitě, já jsem pro. Prostě přijít do školy, vypnout, odejít ze školy, zapnout ten mobil. Jako myslím, že ten den bez toho mobilu vydrží. Ubyde tak toho hlídání a dohadování se pak. Těch deset minut, nebo pět minut – některý přestávky jsou jenom pět minut – tak než to zapnou a vypnou, to je konec, jo. Takže tak, určitě, no.

T: Napadá Vás ještě něco zajímavého, co byste chtěla k tomu dodat? Nějakou vlastní zkušenost třeba?

R: Jako, že zabavujem telefony občas, to taky jako se stávalo. Ted' poslední dobou už ne, ale občas se nám stávalo, že prostě o přestávce jsme ho viděli, že je zapnutý nebo že si s tím hrajou, tak to prostě bylo zabavený. Ted' pokud třeba vědí, že rodič bude volat mu, tak přijdou a řeknou a mají teda povolení. Když řeknou, že se musí domluvit ohledně odjezdu domů, nebo já nevím čeho všeho, ale musí přijít a musíme o tom vědět, no. To jim samozřejmě umožníme, ale jinak vědí, že postih by byl, kdybychom je viděli.

T: Když to teda poruší, tak se to dá do ředitelny a musí si pro to přijet rodiče?

R: Tak, tak. Dáváme to dolů paní sekretářce do trezoru, zavoláme rodičům, že ten mobilní telefon je u nás, aby nevolali dítěti a neměli strach, takže zavoláme, že byl zabaven, že je dole u paní sekretářky a že si mají pro něj přijít. A jestli si přijdou ten den, jestli si přijdou za týden. Stalo se mi, že tam byl i měsíc třeba v tom trezoru, jo. Takže to dítě fungovalo bez mobilu a jako rodič proč by chodil do školy, takže taky to šlo. A byl prostě bez mobilu. A oni pak ty rodiče nadávají, že musí do školy a tak dále, takže si myslím, že i to dítě je poučený tím, no. Říkám, je to na nich, pokud se staví ten den, nebo se staví za týden, za měsíc, to už není náš problém, jo. Oni jsou informováni, že to bylo zabavený, že to dítě neztratilo, že se mu nic nestalo a tak dále a jak si to pak vyřešej doma, to už jiná věc no.

T: Bavili jste se před zavedením tohoto pravidla s rodiči? Potřebovali jste jejich souhlas?

R: Souhlas nevím, jestli jsme nějak dávali hlasovat. Ale na rodičovský schůzce jsme se s nima domluvili a přítomní souhlasili, nikdo nic nenamítal, takže prostě s tím jsou seznámeni a oni

si pak dají fakt jako pozor. Protože vědí, že to pak má doma ten dopad, že rodiče sem musí a různě řeší směny, takže někdo se tady stavuje třeba z noční, když jede nebo z odpolední a tak, ale je to komplikovaný. A funguje to. Za poslední dobu, že si dávají pozor, no.

T: Tak jo, to mi asi stačí, moc Vám děkuju za rozhovor!

Příloha 7: Přepis rozhovoru s respondentkou RD2, Základní škola Debř (venkov, zákaz mobilních telefonů o přestávkách)

T: Vzpomenete si, jak se děti chovaly, když jste nastoupila sem na školu? Myslím hlavně ten druhý stupeň o přestávkách.

R: Tak konkrétně ti moji, co jsem teďka jejich třídní, tak ty byli zbrkaný, určitě lítali po chodbách. Ono to tady je vidět i na těch šestákách, sedmákách, že oni jsou taky trochu akčnější a živější, mně přijde. A ta osmá a devátá třída, že už se tak ustálily v tom chování. Takže určitě byly živější, no.

T: A napadá Vás, čím by to mohlo být způsobený, ta změna?

R: Tak já bych ráda řekla, že jako dozrály a vyspěly, ale nevím. Těžko říct, proč se takhle změnilo. Možná asi bych byla ráda, kdyby jim to takhle zůstalo, kdyby jim nějakým způsobem došlo, že už prostě nepotřebujou létat a blbnout, že už nejsou v té pubertě. Protože ta šestá, sedmá třída je pro to klasická, ale že tak nějak se zklidnili, no.

T: A kdybyste měla porovnat jeden stejnej ročník? Nemyslím teď jako, že ty děti zestárly, ale jako osmá třída před pěti lety a osmá třída teď?

R: Tak to je velká změna teda. Já bych řekla, že určitě.

T: A v čem?

R: Právě třeba i v tom nevyblbnutí se. Já si myslím, že o těch přestávkách hodně blbnuli. Ještě když jsem je měla třeba za třídní, když si vzpomenu, že byly třeba v pátý třídě, tak to byly živly. Možná že je to daný tím, že třeba paní učitelka si vedla ty hodiny přísněji, takže oni o těch přestávkách byly jakoby víc živější a postupem času se to teda zklidnilo, no. Ale byl to tak ten přelom sedmá, osmá třída, no.

T: Pak by mě zajímal Váš názor na závislost na mobilních telefonech. Že už je víc jak polovina všech uživatelů mobilních telefonů je na tom závislá, tak co si o tom myslíte?

R: Já s tím souhlasím. Sama jsem uživatelkou telefonu a jako věřím tomu, že je. Že prostě člověk má nutkání neustále si něco prohlížet a že ho to jakoby odvádí od toho běžného života kolem něj. Takže souhlasím s tím, že určitě to vliv má a že ty závislosti tam pak jsou.

T: A pozorujete to nějak i tady na těch dětech, na druhým stupni?

R: Tak je pravda, že tady byla holčina, asi dva roky zpátky, která byla závislá na Facebooku. A ta i chvíli se zdržovala, teď nevím přesně kde, kde se jí snažili pomoci. Takže ten konkrétní případ vím. Ale jako z doslechu, protože tím, že tady ty mobilní telefony nemají, ale když se

takhle ptám – a já mám i mediální výchovu – že když se ptám, jak často na nich tráví ten čas, tak je to vlastně neustále skoro pořád, jo, přijdou domů a jsou, no...

T: Takže to řešíte s dětma i v rámci té mediální výchovy?

R: Tak docela jo, no.

T: Jako prevence a tak?

R: Určitě.

T: A funguje to? Máte pak nějakou zpětnou vazbu?

R: Tak je pravda, že tím, jak se o tom jakoby bavíme, tak jakoby přitakávají, že vlastně to asi bude ten problém. Jestli si z toho potom něco vezmou – doufám v to. Ale v tu chvíli jako uznají, že tráví asi dost času na tom.

T: S tím souvisí to, že digitální média zabírají čím dál víc jejich volného času.

R: Je to tak, no. Že vlastně přijdou domů a co udělají? Zapnou si internet nebo na mobilu. Ten mají vlastně většinou pořád, když mají zaplacený data. A je fakt, že když to vezmu za sebe, tak my starší jsme lítali venku a podobně, a to už vlastně není, no.

T: A čím si myslíte, že je to způsobený, že už to není jako dřív?

R: Nevěnování se rodiny, rodičů. Třeba ta rodina by měla mít určitě hodně velký vliv, to znamená, že ty děti třeba nějakým způsobem organizovat třeba v kroužcích nebo nabádat k tomu, aby třeba navštěvovaly nějaký zájmový kroužky. Tak když tohleto nemají a nemají třeba ani žádný sportovní utkání a zápasy, tak věřím tomu, že ten čas pak na těch mobile trávěj, no.

T: Já jsem v rámci pozorování osmáků zjistila, že ty děti, které nepoužívají telefony o přestávkách, se věnují víc přípravě na hodinu, o těch přestávkách. Máte s tím nějakou zkušenost?

R: Je pravda, že když tam mám dozory, tak jo. Určitě mají otevřený sešity.

T: Co si myslíte obecně o zákazu mobilních telefonů?

R: Já jsem ráda, že to tak je. Jsem po pravdě ráda, protože mám kolegyně na jiných školách a ty s tím mají strašlivý problémy a nevědí, jakým způsobem to mají řešit, nevědí, jakým způsobem by to měli mít ošetřený, aby si třeba rodiče nestěžovali, že jim jako lezou do soukromí, jo. Že prostě to je jejich majetek. Kolikrát jsem třeba zaslechla, že kolegyně mají zakázáno jim ho sebrat, protože nedej bože, kdyby se rodiče ozvali a někde jim to spadlo, tak prostě by si mohli stěžovat. Takže já jsem ráda, že to takhle je. Ale právě od těch známých vím, že to hodně řeší a nevědí si s tím rady, no.

T: Tak jak to, že u vás to funguje a jinde nevědí, jak na to?

R: Asi tam nemají striktně daná takováhle pravidla, asi si prostě nezapsali do řádu, že ty telefony prostě nebudou používány. A tím pádem, když pak ty děti vyrušují třeba v hodině, tak prostě nevědí, co si můžou dovolit, protože to nemají nikde jakoby daný písmem no. Tady to je výhoda tý malý školy, navíc se všichni známe a můžem reagovat. Možná i ti učitelé na těch větších školách nemají takový přístup k tomu vedení, nemůžou se třeba na ně obrátit. Tady to je bez problému, no.

T: Napadá Vás k tomu ještě něco zajímavého?

R: Asi ne.

T: Tak Vám moc děkuji za rozhovor!

Příloha 8: Přepis rozhovoru s respondentkou RK1, Základní škola Kunratice (město, zákaz mobilních telefonů o přestávkách)

T: Vzpomenete si, co dělali žáci na druhém stupni o přestávkách před deseti lety?

R: To by snad možná bylo lepší, kdybyste se mě zeptala, co dělali před dvaceti lety...

T: Tak co dělali před dvaceti lety?

R: Chodili do kola po chodbě, což znáte možná z filmu. Nebo já nevím, jestli ještě vy, když jste byla na základce, jestli jste...

T: Ne, to jsme už nedělali.

R: Tak to se chodilo pořád dokola na chodbách, ale jenom při velké přestávce. Taky tady bylo období, a to bylo dobrý, jenže my už jsme velká škola a není to už tak jednoduchý, kdy o velký přestávce se chodilo ven. Tím, že máme velký areál.

T: Jako všichni?

R: Ano, všichni. A měli jsme dozory venku, byli jsme tak rozprostřený. Ale děti, to bylo trochu komplikovaný, protože děti, kteří jsou alergici, a že jich je poměrně dost, tak ti nemohli ven a zas je někdo musel hlídat vevnitř. Pravda je, že když byla ta jiná doba, já neříkám dobrá nebo špatná, člověk se prostě do toho tak dostal, a bylo to tak a ani se neuvažovalo o tom, že to je jinak, takže třeba ty děti, když se nestěhovali ze třídy, nebyly třeba odborný učebny. Když teda byly ve třídě, tak když měly tendence někam jít, jsme je zaháněli do třídy, zavírali jsme dveře a „Kam jdeš?“ „Do druhého patra?“ „Běž zpátky, tady je tvoje kmenová třída“. Tak byla taková doba, že prostě jsme je drželi. Pak bylo takový to uvolnění. A to bylo i v tom, že ty děti měly určitou volnost, že teda necouraly zbytečně po chodbách, naopak tehdy couraly jenom, když chtěly, a to bylo období, kdy jsme tady měli pana ředitele tělocvikáře. Kdy se nakoupilo asi pět ping-pongových stolů a po celé té budově bylo prostě pět ping-pongovejch stolů, což nám učitelům přišlo strašný, jak oni tady budou furt jenom pinkat, a opravdu to bylo dobrý, zabavily se. A zase měly tendence třeba zůstat v té škole po ukončení své výuky. Ale v té době nebyl žádný klub pro tyhle velký. A zase jsme říkali: „Vy musíte odejít. Tady nemůžeš zůstat v té škole“. Protože svým způsobem nebyl dozor. Ono se to zdá dneska divné, že jsme je jako z té školy vyhazovali, ale prostě nad těma dětma měl být dozor. Protože člověk nikdy neví, co se kde stane, že jim se může něco stát, nebo že něco způsobí. To je těžký, takže „už tady není dozor, bohužel nemůžeš pinkat, musíš odejít“. No a pak ty další, prostě ten posun, kdy už je tady Vítek (ředitel), vznikl klub, což je výborný a vznikají i na jiných školách ty kluby, ale asi zase záleží na člověku, který to vede, takže ty děti se tady už pohybují nejen o

těch přestávkách, ale volně se pohybují i když skončí svou výuku a je pravda, že ne všichni spěchají domů a že v tom klubu třeba vydrží do šesti. Hrají ping-pong. Mají možnost využít to hřiště venku. Je to prostě takový volnější, ale zase stejně aby to nedošlo moc daleko, člověk se kolikrát bojí, když potřebuji si dělat věci a najednou nějaký děti někam jdou, jako když tam není ten učitel, tak si myslím, že je opravdu dobrý a byly trochu nasměrované. Teď můžeš být v knihovně, to je jako studijní centrum nebo v klubu, kde máš možnost si popovídat, můžeš si něco zahrát atd. Ale asi by neměli úplně volně chodit po škole.

T: A v klubu je tedy pedagog?

R: Tam je kolegyně XX, která je tam od dvanácti hodin do šesti hodin. A mají tam šipky, fotbálek, kulečnick, dva počítače, sedačku, kde si můžou povídat, pustit rádio, kdyby chtěly. Ping-pong tam mají. Nebo si tam dávají před to branky malé, takže tam hrají. Ale hlavně tam i něco tvoří, kdo nechce netvoří. Takové to volnější. Ale záleží na tom člověku, protože fakt je, když je tam ta Věrka, že je to úplně jiný, než když tam je zástup někoho. /plně je cítit, jak prostě to chce to srdíčko, k tomu, k těm dětem. Ona tam měla kolikrát děti, teď už je to asi dva tři roky, tady byl kluk, který neměl doma dobrý zázemí a on tam byl v pátek do šesti. Ona mu vařila čaj a povídala si s ním. A připadá mi, že dřív se třeba hodně mluvilo o tom, že naši devátáci hlavně chodí do parku kouřit, a i se řekla nějaká ta marijánka. A nemluví se tom. Oni určitě někde kouří, něco popijí, to zas ne, že by byli svatí. Tím, že mají možnost někde být, když je hnusný počasí, si tam sednou v koutku. Nikdo je neobtěžuje.

T: Takže to využívá většina těch dětí z toho druhého stupně?

R: Těžko říct většina. To se nedá říct většina. Je zajímavé, že to jsou takové jako třídy. Že jsou třídy jako celek, kdy tam hodně chodí a jsou určité třídy, kdy tam třeba chodí minimum, dvě, tři děti ze třídy. Tři sta korun platí na celý rok.

T: A to platí všichni nebo jen ti, kteří se přihlásí?

R: Jen ti, kteří se přihlásí na začátku roku. Co to je tři sta korun za rok, že jo? A Věrka z toho právě, z toho fondu kupuje třeba hry nebo když se hází ty šipky, tak ony ty hroty se dost často poškodí, musí na opravu nebo nějaký materiál na tvoření a tak.

T: Tak to je hezký. A kdybyste měla porovnat tedy tu skladbu nebo poměr těch aktivit, co dělali ti žáci dejme tomu před těmi dvaceti, patnácti neb deseti lety?

R: No tak samozřejmě. Je to posun. To je jasné, že je to posun. Ale zase pořád nad těma dětma musí být dozor. Musí vědět, kde jsou ty děti a co dělají. Myslím si, že je ideální, když oni mají pocit, že mají tu volnost a nevidí ty oči, které je sledují.

T: A co dělají ty děti nejvíc o přestávkách na druhém stupni?

R: To je různé. Oni teda hodně chodí do toho bufetu, i když teda ten bufet se skladbou hodně změnil. Oni si stejně i kupují takové ty kukuřičné chleby. Vůbec to není dobrý, ona na tom není žádná pomazánka. Oni pořád kupují ty vody, proti kterým já tedy docela jsme. Snažím se v rámci své chemie a přírodopisu jako ekolog, aby si to spíš nosili z domova, ale oni si to prostě kupují tady ty plasty. A teda hodně, co dělají a my jim to dost dovolujeme, když to jsou měkký míčky a oni si třeba na té zemi hrají fotbálek. Obzvlášť tedy na těch dlouhých chodbách. Ale měkký míček, aby to tedy nezničilo ty stěny. Povídají. Někdo taky zlobí a honí se. Ale člověk má samozřejmě tendence to zastavit. Ať se klidně honí, ale člověk má zas strach, aby se někomu něco nestalo nebo aby do někoho nenarazili. Oni tady mají taky čtenářské možnosti. Mají tady zrovna knihovničku, zrovna před naším kabinetem, pak je ještě jedna nahoře, a ještě jedna tady v takovém zákoutí a mám pocit, že toho moc nevyužívají. Na to, jak jaký to bylo, jestli je to skladbou těch knížek. Protože to je takový, že kdokoliv může dát knížku, kdokoliv si může půjčit knížku. Kolikrát tam jsou takový ne zrovna pro ně atraktivní. A i mrňaví na áčku mají takový koutek čtenářský. Nevím, do jaké míry to využívají.

T: Dál by mne zajímalo, co si myslíte o tom, že některé studie dokládají, že až 53 % uživatelů mobilních telefonů je na nich závislých, což způsobuje úzkosti, deprese atd.

R: Já to mu věřím, protože já i když to tak pozoruji v rodině, když jako dcera už je tedy dospělá, má dítě, ale pořád kouká na ten Facebook, pořád to sleduje, pořád nám hlásí, co je kde ve světě něco nového, a my se s manželem zlobíme, když tohle dělá a je u nás. A myslím si, že když nebyl zákaz těch mobilů, ty děti si opravdu namísto toho, aby spolu komunikovali, tak seděli a koukali do nich. Ale že by to zas byla taková strašná závislost, úplná, skoro až fyzická nebo psychická, nevím. Tak si myslím, že když to mají teď zakázané, tak by to na nich bylo vidět, že by byli nějakí nervózní nebo něco. A oni nejsou. Oni jsou úplně normální, i když nemůžou mít ten telefon puštěný.

T: Takže si myslíte, že to na ně má z dlouhodobého hlediska pozitivní dopad? Celkově, nejen v té škole?

R: Ano určitě. Tak oni si to zase vynahradí, když končí ve škole. A to vidíte, už když vyjdou ze školy, jak už to vytahují. Jdou po chodníku a už do toho koukají.

T: Takže je to vyloženě jen v té škole a pak zas?

R: No, no, no. Nevím tedy nesleduji je nikde, ale prostě jsem se tomu musela několikrát smát, když vyjdou ze školy a už vytahují mobil. Bojí se, o co přišli, celou tu dobu.

T: No to je právě ta závislost. Ještě s tím samozřejmě souvisí to, že teda obecně, teď myslím mimo školu, že součástí volného času dětí se čím dál více stávají digitální média.

R: *Ono to není nutně těmi médii. Ono je to i nabídkou toho ostatního.*

T: *Jak to myslíte? Čeho?*

R: *Dřív se chodilo do Sokola. Byly různé kroužky. A mě připadá v současné době, když to tak sleduju, ty děti, když jsou někde sportovně zaháčkovaný, tak to jsou všechno takový, platí se to a už je to... Jde to za tím úspěchem, aby byli dobří. Není to jako, že by tam chodili jenom tak si zacvičit.*

T: *Že je to jako výkonnostní?*

R: *Připadá mi to tak. Pravda je, že u nás je pestrá nabídka kroužků. Hodně ti mají to využívají. Když to ale vezmu teda na ten druhý stupeň, hodně chodí na florbal, někdo dělá atletiku, basket. Ale to už je, že tam nejdu jen tak si s partou lidí zahrát.*

T: *Takže si myslíte, že je všeobecně dostatečná nebo nedostatečná nabídka?*

R: *Myslím si, že pro některé rodiče to nemusí být ani finančně dostupné. Že je možná pro ně jednodušší jim koupit mobil nebo posadit je k tomu počítači. Nehledě na to, že když sedí u počítače, tak jsou doma a nic se jim nemůže stát, možná. A že kdyby možná chodili za nějakýma sportovní aktivitami, tak ti rodiče je nemají pod kontrolou. Nevím.*

T: Z mého výzkumu zatím vyplynulo, že u osmáků, kteří nepoužívají nebo nemají telefony, tak se více věnují přípravě na hodinu. Tak by mě zajímalo, jestli to pozorujete nebo co si o tom myslíte?

R: *No mě připadá, že tady, co se týče přípravy na hodinu, tak je tady posun spíš zpátky, že opravdu v dřívějších letech, jsem víc viděla, že by děti se třeba více učili. Třeba se naučí doma, ale i teď, když je před písemkou, jsem viděla, že se třeba učí.*

T: *A čím si myslíte, že je ta změna způsobena? Ten posun zpátky tedy?*

R: *Já nevím. Já to беру třeba podle sebe, když jsem začínala, tak jsem byla přísnější. Víc jsem toho chtěla po těch dětech. Teď to je takový hodně, jak jsou ty nové metody. Ono se hodně o tom přemýšlí, pořád se něco hledá, hledají se souvislosti, komunikuje se ve skupině. Není tam ten stres, když to nevím já, bude průšvih. Prostě v rámci té skupiny se na něco přijde. Připadá mi, aspoň si to představuju, že při hodinách, kdy já učím to není tak stresující jako dřív. A ty děti se toho tolik nebojí, a tím pádem se tolik honem nešrotí, aby to uměly. To je můj názor.*

T: Vy tedy máte na vaší škole zákaz mobilních telefonů. Vidíte v tom pozitiva negativa? Co si o tom myslíte?

R: *Já si myslím, že je to určitě dobře. I když teda slovo zákaz není moc populární. Ale díky tomu zákazu, ty děti se opravdu spolu baví, prostě taky myslí na něco jiného. Nejsou jenom napíchnutí na ten svůj mobil. Takže si myslím, že je to určitě dobře. Nehledě na to, že když*

nutně potřebují se domluvit s rodiči. Že si něco zapomněli, nebo že musí někam jít. Tak si prostě řeknou a nikdo jim nic neřká, že nesmíš používat telefon.

Příloha 9: Přepis rozhovoru s respondentkou RK1, Základní škola Kunratice (město, zákaz mobilních telefonů o přestávkách)

T: Jak byste porovнала chování dětí o přestávkách, když jste začínala učit a dnes?

R: Byl určitě větší klid na chodbách. Spousta dětí byla zalezlých ve třídách nebo tak. Seděli v lavici a hráli nějaké hry nebo něco. A teď je tam větší ruch, protože oni začali hrát nějaký hry, že kopou míčky a samozřejmě u toho křičí a tak. Ten ruch se zvýšil, ale zas ta komunikace mezi těma dětma se zvýšila.

T: Vidíte nějakou příčinu toho, že se to zlepšilo?

R: No protože, jsme zakázali používání telefonů.

T: To jsou dva roky?

R: Ano.

T: Takže tím se zvýšila komunikace, ruch a nesedí zalezlí ve třídách?

R: Přesně.

T: Zajímá by mě váš názor na fakt, že 53% procent všech uživatelů telefonů je závislých na jeho používání, což způsobuje deprese a úzkost. Pozorujete to?

R: Na to nedokážu odpovědět. U dětí to nějak nepozoruji, vím, že používají techniku, že zvládají spoustu věcí i třeba s počítačem, když mám problémy, tak to vyřeší, když to jde, ale nějaký dopad na jejich psychiku, to jsem nezaznamenala, to nedokážu říct. Ale vím, že teď jedou YouTuberi, takže to mají zmáknuté, kdo kde co říká.

T: S tím souvisí taky nadměrné užívání digitálních médií, i když se ne vždy jedná o závislost, ve volném čase dětí zabírá tato činnost stále větší prostor. Jaký je váš pohled na tuto skutečnost?

R: To je určitě problém. Zvlášť u těch dospívajících dětí, protože tam vidí nějaký příklad, kterému se chtějí podobat, ale ještě to nedokážou kriticky zhodnotit, že je to prostě pomocí photoshopu, a holky tím pak na sebe kladou větší nároky. Pak jsou právě problémy s nízkým sebevědomím a s anorexií. To určitě je velký problém. A ty děti jsou toho vážně plné, víc než my, když jsme si dříve koupili nějaký časopis. A oni to vidí všude a ten tlak je o to větší si myslím.

T: Vidíte tedy problém více s tím, co na internetu vidí, nežli to samotné používání?

R: Ano, spíše ten dopad toho obsahu.

T: Z mého výzkumu zatím vyplynulo, že u osmáků, kteří nepoužívají nebo nemají telefony, tak se více věnují přípravě na hodinu. Tak by mě zajímalo, jestli to pozorujete nebo co si o tom myslíte?

R: Aha, tak to je tak dávno, že si to nepamatuji. Tuhle konkrétní situaci, to mě nenapadá.

T: A máte pocit, že se připravují na hodinu dostatečně?

R: Mě právě připadá, že já přijdu do hodiny a oni do té doby hráli ten fotbal na chodbě, takže nemám takový pocit, že bych si říkala, že se více připravují. To ne. Spíš přijdou zpocení a ufunění.

T: Takže jste spokojená se zákazem telefonů nebo ne?

R: Já myslím, že to má smysl. Hlavně je to i ochrana těch dětí proti kyberšikaně nebo tak. I nás pedagogů, aby si nás nenatáčeli. Problém je, když jedeme někam na výjezd, protože rodiče chtějí být s dětma v kontaktu, my jim řekneme, ať si ten telefon neberou, že jim zavoláme nebo prostě pošleme nějakou formu zprávy, že je vše v pořádku a někdy se nám stalo, že stejně ten telefon vzali a pak nám to zapírali. Prostě takové třenice nám vznikají. V té škole to má ale dost velký smysl. Mě to vyhovuje. Ale já jsem třeba mírná, co se týče penalizace, takže já právě moc nevím, jak je za to penalizovat, když ten telefon mají nebo je vidím, že ho používají. My to děláme tak, že když vidíme, že ho používají, tak ho zabavíme, doneseme ho k paní zástupkyni a úplně na konci dne si pro něj přijdou a paní zástupkyně jim ho vrátí. Ale, že já konkrétně bych dávala poznámky nebo nějaký tresty za telefon, to nedělám. Ale vím, že jiní pedagogové ano.

R: Já vidím jako velký problém to ošetřit právně. Protože je to částečně omezování osobní svobody. Tohle jsme tady řešili strašně dlouho protože jsou tady i samozřejmě rodiče právníci, takže je v tomhle sporné.

Příloha 10: Přepis rozhovoru s respondentkou RR1, Základní škola Radlická (město, povolené mobilní telefony o přestávkách)

(Respondentka začala spontánně hovořit hned po seznámení s tématem, aniž bych položila otázku.)

R: Takže vlastně my to vnímáme v posledních několika letech, že ty mobily narostly, že dřív ani nebyli tak jako na tom závislý, že prostě sem tam někdo, takže to je jakoby protipohyb, oni zvyšují tu aktivitu a my teda hledáme cestu co s tím a zase tak, abysme prostě s nima ty vztahy úplně si jako nenarušili, ale cílem je, aby prostě o těch přestávkách vůbec ty mobily prostě nikdo nevytáhoval.

T: Vnímáte nějaký rozdíl mezi tím, jak se děti třeba chovaly na druhém stupni o přestávkách před deseti lety a teď?

R: Já jsem učila krátce na základní škole a pak jsem učila léta na gymnáziu, takže tam jako je jinak.

T: Tak na těch nižších ročnících na gymnáziu?

R: A v těch nižších ročnících, no, jako skopičiny dělaj furt stejný, to jako, v tom rozdíl není. Co se týká toho mobilu, tak jo a to je prostě opravdu během posledních pár let. Já ještě když jsem sem přišla, tak jako ty mobily byly, ale nemělo je tolik dětí a teď vlastně se to stalo takovou jako, opravdu jako standardem, a že vlastně čím dál víc i odpoledne ty děti trávěj na mobilu a furt jako na zastávce vlastně, jsou jako k tomu mobilu připoutaný, a to před třeba čtyřma lety ještě takhle nebylo. Jo, takže tam já prostě vidím posun a tím pádem i tu závislost, jako já, my o tom mluvíme na VKZ, řešíme to i hodně s rodičema, teď zrovna jsme to řešili i v tý 4.B, protože oni vlastně vpluli do YouTube a do všech těch YouTuberů a tak dále a z malejch dětí, který prostě jsme orientovali na tradice, na všechno, tak během měsíce jsou úplně jiný děti, ale úplně jiný děti. Takže já jsem z toho byla hrozně smutná, protože já jsem s nima plánovala už jako pokročilejší věci hudební a tak dále a najednou oni vlastně šli hrozně dolů. Že vlastně ta schopnost vnímat, ta schopnost něco vytvářet se prostě najednou ztratila jo, a vlastně jako jenom řvát, jenom jako kravít, samozřejmě tam hrajou roli i hormony, ale ve čtvrtý třídě jako, to je brzo.

T: Takže myslíte, že to je tím YouTube nebo téma-?

R: Je, protože oni i jako používaj fráze od těch YouTuberů a vlastně i se k nám začali takovýmhle způsobem chovat. Takže mi samozřejmě tam držíme nějakou linii, ale jako... A i jsem s nima o tom mluvila a oni prostě by nejradši teď poslouchali jenom ty blbosti

z YouTube a mají pocit, že tohle bysme měli dělat o hudebce. Ale to je během měsíce prostě, jo, během prázdnin vlastně se to stalo, během dvou měsíců teda, během prázdnin, no.

T: A vnímáte něco podobného i na tom druhým stupni, jako že by tam byl taky takovejhle nějaký skok nebo posun?

R: No, já to, mě by to zajímalo jako. Já si myslím, že to hodně záleží – strašně to záleží – na rodičích. Jak se sejdou ty rodiče ve třídě a jak jim dovolujou ten mobil a tady v tý čtyřce prostě, byť ty rodiče jako celkem jsou takový jako ne úplně špatný, ale některý jsou problematický a je tam dost rozpadlých rodin. A oni nemaj čas je zkontrolovat, nemaj čas vlastně, takže ty děti, jak maj ten mobil u sebe furt, maminka přijde prostě večer z práce až někdy pozdě, vaří, nekontroluje, u některých těch rodičů o tom budem mluvit na třídních schůzkách. Oni maj ten mobil i večer, maj ho prostě v posteli, takže se tam pak ráno lemrej, protože přes noc byli na internetu nebo si hráli hry. Takže já jsem třeba tohleto zavedla ve svojí třídě a ty rodiče naštěstí na to dali a taky pak ta třída jako studenti šla nahoru – večer mobil se zabavuje a je prostě jinej budík, nebo je budili rodiče, ale tak, že... Neměli prostě telefon večer u sebe.

T: To jste se vyloženě domluvila s rodičema na tomhleto?

R: S rodičema. Jakej to má prostě obrvskej vliv na to, jak ty děti celkově jako fungujou a to stejný uděláme teď na třídních schůzkách v tý čtyřce. Do těch ostatních tříd já jako třídní nemůžu jako zasahovat, tady že jsme jako kamarádky (4.B učí kolegyně z kabinetu), tak to prostě může bejt a jenom o tom s těma kolegama mluvím, ale není to tam takhle jako nastavený. Nechtěj vlastně, oni se boje ty učitelé zasahovat do tý výchovy těch dětí. A já tím, že jsem pracovala prostě čtyři roky s dospělejma lidma, tak já trošku vím jak na to a prostě si to risknu, protože pak tady řešíme vlastně jako ty důsledky toho a proč já mám řešit, že to dítě je nevy spalý, když prostě by to šlo úplně jednoduše zařídit. Stejně tak, když to dítě nějak hůř prospívalo, tak jsem s těma rodičema měla třeba i deset konzultací a ladili jsme režim dne toho dítěte, pohyb, počítač, kroužky, kdy jak funguje učení, maminka kdy co kontrolu a tak dále. Jo, takže se to dá. Dá se to, ale musej ty rodiče spolupracovat.

T: A pak je vidět nějaký posun teda u toho dítěte?

R: Jo, jo. A pak je blbý, když se sejde partička, kde třeba, oni spolu jako hodně táhnou, jako alfasamečků, a kde prostě třeba čtyři ty rodiče jsou takhle a dva z toho by ty rodiče drželi zkrátka. Tak to je docela neřešitelný oříšek a tam spíš bysme třeba potřebovali nějakou jako radu, co s tím. Protože to prostě nevím, co s tím. Tam oni buď jsou jako vyřezaní od těch

kluků a dělá to potom jim jako horší v té societě, a nebo prostě to má na ně taky vliv a ta třída hůř pracuje.

T: Že je stáhnou ty, co mají teda tadyto povolený a nemají to nějak regulovaný?

R: No, no. Takže to je prostě problém no. Ale o těch přestávkách, jak říkám, tam prostě jdeme cestou nějakýho toho, abysme si ty vztahy s nima udrželi, aby to prostě nebyl takový jako hned teror, aby se nestalo, že budou jako proti nám, jo. Aby oni si jako osahali, že já je jako upozorním na to a po kolikátý to je, jo-

T: Jako s tím mobilem?

R: Jako s tím mobilem, o přestávce. Aby vlastně viděli, že to jako porušují opakovaně, že vlastně jako tam je nějaký problém, aby se dotkli té své vlastní závislosti a zůstali v tom pocitu a nešli jako do té agrese vůči tomu učiteli. To mě jako přijde v tuhle fázi přednější než... A tak třeba bych potřebovala poradit, jak u těch velkejch, protože ty, jakmile jsou zaláskovaný, tak pro ně jako to chápu jako trest netrest, oni klidně jako to, ale hlavně musej odepsat tomu svému milýmu. Takže to je prostě velkej problém. Jako co se týká sbírání mobilů ráno, to jsme taky nad tím uvažovali, ale prostě jako bojíme se toho, že... Jednak je to organizačně docela náročný, pak když to dítě odchází, potřebuje ten mobil s sebou, třeba jde k lékaři a tak dále, tak to je jedna věc. A druhá věc je, kdyby se ty mobily tady ztratili, tak rodiče jsou proti tomu, tak vlastně jako ta škoda jde za náma. Jako jak říkám, není to tak, že bysme úplně věděli, co s tím, snažíme se s tím nějak pracovat, příští rok bude přitvrzení, že já za to budu dávat, jestli třeba i s kolegy se domluví, tresty. Když uvidím mobil, tak to nebude jenom, že ho seberu, ale bude prostě tres no.

T: A co si myslíte teda o úplným zákazu o přestávkách? Protože je hodně škol už v Česku, který ho zakazují.

R: No my ho defacto, říkám, u nás není problém jako my ho máme (zakázaný), ale jde o to jako jak ty děti trestat, když vlastně to porušej, jo. To je to, co my řešíme, jak tohleto řešit, ale jinak si myslím, že to je dobře. Protože prostě ty děti maj mít čas na to si popovídat, de facto já, když říkám jim, jak má vypadat přestávka. A to jim i opakuju, protože třeba si nedojdou na záchod žejo, pak couraj o hodině, měli by si uvědomit, jaký jsou jejich potřeby, ty vyřešit. Napřed ideálně si, buď se přestěhujou, nebo malý jsou ve třídě, přehodit si učení, to je úplně první – maj starost z krku. Druhá věc jsou fyzický potřeby a pak by měli prostě se hejbat, jo. To znamená, já je pouštím klidně i o malý přestávce na chodbu, jo, ať se prohejbaj prostě a popovídat s kamarádama, vyblbnout. Za dvě minuty zvonění, mezi minutou a půl, za dvě minuty zvonění je ženu do třídy a aby se zklidnili, aby už jako vnímali, jaká hodina přijde a

ideálně si otevřeli sešit, udělali jo, jo, jo, vím, vím, tohle jsem zapomněl, jasný a takhle by vlastně podle mě měla vypadat přestávka.

T: A funguje to tak?

R: Funguje to částečně, jo. Je to prostě o nějakým neustálým tom, že když to neustále jako připomínám a pak je nepustím o přestávce a říkám, jo tak budete si prostě trénovat ájínu, no, tak to nějak funguje, ale ne úplně.

T: Takže tam musíte bejt, aby to fungovalo.

R: Jo, pořád. Prostě nefunguje to samo. Jo protože ta pozornost jejich je buď že teda vystřelej rovnou ven si hrát, nebo u těch starších teda, že někdy, ale říkám teda, to jsou stále titíž, jo, na ten mobil jsou to vlastně stále titíž, že to není jako masovej projev, a zároveň ale ty lidi jste tady mohla načapat a jsou to furt ty stejný, jo. A vlastně jako, tím že já nevím, jak jim pomoci, tím že jsou to lidi právě zejména z těch starších ročníků, který vím, že maj prostě nějaký žejo – potřebujou prostě komunikovat, tak jako tohle jak vyřešit... Protože tam jdou okamžitě do obrovský agrese a vlastně to nekážou pochopit a já nemám úplně nástroj, jak jim vysvětlit, že i když jsou zaláskovaný, i když je to pro ně naprostá priorita života, tak by prostě ten mobil o tý přestávce používat neměli a měli by ho mít uložený. A tam není, zatím nedaří se nám tam najít nějaký jako komunikační prostě kanál, protože oni vlastně maj za to, vždyť od toho ty mobily jsou, a to je tak strašně urgentní, co já teď potřebuju vyřídit, jako paničelko strašně, to jako nepřežitelný. A ta druhá strana hlavně jako čeká tu odpověď, to znamená že, ta druhá strana nedokáže pochopit ten náš zákaz, jo, a tím pádem tam vzniká jako napětí mezi těma dětma a no, tohle je trošku oříšek.

T: Já jsem třeba v průběhu psaní diplomový práce narazila na různý právě, jedním z nich byl experiment učitelky a žáků, že si dali dva týdny bez mobilů, i mimo školu.

R: To je zajímavý nápad. A jak se v tom budou cejtít... To je jeden typ lidí jako, který na tom třeba hrajou hry nebo jsou na YouTubku a tak, tak tam si myslím, že tohleto by zafungovalo. U těch milostnejch záležitostí, tam trošku mám obavu, protože oni jsou si vědomi toho, že jsou ve zvláštním stavu zamilovanosti, to znamená, že vlastně oni si nepřipustěj, že tam k tomu můžou mít jakoby kombinovaně ještě tu závislost na tom telefonu a tam podle mě, je to jako jenom můj pocit, tohleto nezafunguje, jo. A je skutečně dokonce možný, že na tom telefonu závislý nejsou, že je to prostředek pro tu komunikaci, který pro ně prostě v tu chvíli je primární a jsou to prostě i typy, který si myslím, že na tom dokonce skutečně závislý nejsou, jo. A tím, že jsou to třeba chytrý děti jo, protože tím, že právě nejchytrější, nejvyspělejší se zamilujou jakoby jo, tak já tam nemám k tomu jakoby vlastně žádný argument jo. Ale na ty

závisláky, který zas taky jakoby vidím, tohleto je dobrý nápad, se zkusit domluvit, jak se v tom budou cítit, udělat takovejhle experiment.

T: Ono to musí bejt asi nějak podmíněný, namotivovaný tím, že teda uviděj k tomu nějaký kontext, ale pak si myslím, že to zafunguje, protože to je právě výzva pro ty děti. Paní učitelka to samozřejmě dělala nima, takže v tom byla. Psali si deníčky každý den, takže jsem viděla zápisky z toho a ty děti tam psali, jak se cítěj strašně dobře, že maj strašně moc času volnýho a že to je jako úplně povznášející pocit, tam někdo psal a tak. Je pravda teda, že po skončení tohodle experimentu, si ty děti mysleli, že to nebudou už tolik používat, že to omezí, ale většina z nich se k tomu vrátila, že to bylo potom stejný, že to není dlouhodobý řešení asi, to by muselo nějak postupně se zvyšovat asi ta doba.

R: Jasně, to děkuju i za zprávu. Tam je otázka, že jim to může pomoct do budoucna a do dospělosti, kdy jako už budou mít víc tí vůle a budou vyspělejší a nebudou to potřebovat, tak tam můžou mít aspoň nějakou jako mentální kotvu, jo, ale je otázka, jak s tím pracovat teda dlouhodobě, jo. Možná to opravdu zkoušet nějak jako opakovat.

Příloha 11: Přepis rozhovoru s respondentkou RR2, Základní škola Radlická (město, povolené mobilní telefony o přestávkách)

T: Můžu se zeptat, jestli si vzpomenete, co dělali žáci druhého stupně před 10 lety o přestávkách?

R: No tak to bude určitě strašnej rozdíl.

T: A v čem?

R: Tak jednak těch mobilů určitě nebylo tolik, jednak si myslím, že spíš jako ještě měli snad víc jiných zájmů nebo museli se víc snažit, když bylo třeba něco vyhledat. Tak fakt si do té knihovny zajít, jo, něco pro to udělat. Ted' si to vygooglujou. To znamená, že oni vlastně ztrácej to, že musí někde jít, něco pro to udělat, že to prostě mají naservírovaný hned a vůbec vlastně o tom nepřemýšlejí. , "Já si to vygoogluju. "

T: Ale celkově aktivity o přestávkách – myslíte, že se nějak změnilo složení nebo poměr aktivit?

R: Nevím no. Tak my teda ty mobily tady nechceme, aby byly, že jo. Takže myslím, že se chovají tak nějak přibližně stejně. Záleží teda jak která škola to má nastavený, že jo.

T: A tady u vás?

R: My to teda máme tak, že oni mají ten mobil, jakmile vkročí do třídy, vypnout, nechat ho v tašce a zapnout si ho, až odejdou.

T: Ze třídy nebo na konci hodiny?

R: Vysloveně až po vyučování. Ani o přestávkách teda nemají dovoleno si mobilovat, že jo. Samozřejmě, že to udělat můžou a když je chytíme, tak jsme si říkali, vezmeme jim to. Ale přesně jak říkala Alenka (učitelka z kabinetu), to není úplně jednoduchý, že jo. Prostě máme ve školním řádu, že mobily se vypnou, jakmile se vkročí do školy a zapnou se až- Jo takže v podstatě můžeme, když rodiče to podepíšou, můžeme napsat poznámku – porušil školní řád. Ale já se s tím jako neperu. Moje děti to nedělají, že jo.

T: Pozorujete o přestávkách, že by druhostupňové děti byly na chodbě na telefonu?

R: Tak jim to můžu vypnout a vzít si ho k sobě.

T: A stává se to?

R: Já víceméně se takovým situacím jako vyhýbám, abych pravdu řekla, abych to nemusela řešit. No stává se to, no. Tak většinou jim ho seberou a dají jim ho po skončení vyučování. Musí na to ten kantor myslet, že jo, aby nezapomněl, že má mobil dítěte, že jo. Ale máme to ve školním řádu, takže sebrat jim ho můžeme, když nám to podepsali, že jo. Ale pak je blbost, aby

si sem pro to jezdili, že jo. To jsou věci, který prostě opravdu můžou... Můžou se stát takový věci, já nevím, že děti si natačejí kantora v hodině a podobně, pak to můžou různě použít, jo. Prostě je to blbý tohle, no.

T: Víte důvod, proč máte zakázaný telefony ve školním řádu? Je to teda kvůli kyberšikaně?

R: Taky, taky. Tak to se probírá taky v hodinách, určitě o tom s nimi třídní učitelé mluví, že jo, proč nám to vadí. A hlavně to taky ruší, že jo. Pochopitelně se nesoustředí na výuku

T: A jak dlouho to je u vás zakázané?

R: Ježíš, to nevím. Ale co jsem tady já. Ale jako tohleto tady funguje a myslím si, že je to docela rozumný. Protože rodiče tím, že to podepíší, s tím souhlasí.

T: Zajímá mě váš názor na to, že 53% všech uživatelů mobilů je na tom závislých. Ta závislost způsobuje deprese, úzkosti a různé psychické poruchy-

R: Já si myslím, že to tak je. Že ta závislost na těch médiích je to, co člověka odvádí od té životní reality, že žije někde úplně v nějakém virtuálním světě. Že vlastně už teď, co třeba lékaři studují psychiatrii, tak už jsou vysloveně – protože já mám sestru lékařku – že už jsou vysloveně i obory psychiatrie, kde se přímo studuje jako ta závislost, jo. Takže jsou nově pojmenovaný psychické poruchy, jo a jedna z nich bude tahle, že jo. Spoustu lidí bude v depresích, nešťastných a bude se to léčit jako jakákoliv jiná závislost. A to už se děje dneska, že jo.

T: Co si myslíte o tom, že média zabírají čím dál větší část volného času dětí?

R: Je to na rodičích. Vždycky je to na rodičích, co jim nabídnout a záleží na tom, jak funguje ta rodina. Pokažd' jsou rozumný, samozřejmě do styku s médiema přijdou. Jak se říká, je to dobrý sluha, ale zlý pán, tak je třeba najít tu zlatou střední cestu. Bez toho se to neobejde., dnešní doba, jo, nejde to bez toho. Prostě nějak najít tu zlatou střední cestu.

T: jak si myslíte konkrétně, že ti rodiče to ovlivňují?

R: Tak já bych řekla kroužky, zájmové činnosti, v té rodině se dětem věnovat, povídat si s nima, jo. Sednout si aspoň večer k tomu stolu a říct si, co jsme dělali, kde jsme byli, co bylo ve škole, jo. Aby se ta rodina prostě sešla a ty lidi si povídali, aby na sebe měli čas, aby komunikovali. Aby se těm dětem věnovali no. To si myslím, že je strašně důležitý no, a bohužel jako v mnoha rodinách se to nechává bejt. Tak jako já mám neteř a ona je třeba s klukem sama, a vím, že prostě když už nemůže, že mu prostě strčí tablet, hraj si a dej mi pokoj. A to je špatně.

T: Zjistila jsem, že děti, které nepoužívají telefony se víc věnují přípravě na hodinu.

R: To určitě, to určitě. Ale tak jako moji to nedělat, že jo. Je třeba aby si o tý přestávce trošku jako odpočinuli, že jo. Jsou to malý děti, že jo, tak... Jako my je tady nepouštíme moc na chodby, aby tady nelítali, jo, ale mají tu třídu malou, zase kdo by je tady hlídal, jo, to není legrace. Ale mají třeba moje děti dovoleno, když jako se připraví, udělají si, co mají a stojí v lavici připravený na další hodinu, že můžou tady hrát třeba ten fotbálek, jo. Takže jako že by s mobilama si hráli, to ne. I si čtou některý, nebo si povídají, nebo já nevím. Ale říkám, nemají prostor že jo, protože kdo má dozor, tak jim ho prostě sebere, že jo. Ale takhle, my máme výhodu, že jsme malá škola, že se to dá všechno ohlídat, takže i když ten kantor ten mobil sebere, tak tam dojde a dá mu ho, tady ho máš, příště ho tu nechci vidět, jo, nebo ti dám zápis. Ale říkám, že nám to rodiče podepíšou, s tím vlastně souhlasí. Když nesouhlasí, ať si ho dají jinam, my se tady s ním rozčilovat nebudem.

T: Co si myslíte o striktním zákazu mobilů o přestávkách? Jestli to má smysl?

R: No já si myslím, že jo. Protože ono je to tak, že když třeba bylo, že dítě vytáhlo mobil a volalo mamince, já nevím, Kája mě štípnul, nebo kousnul nebo mi snědl svačinu, já nevím, maminka přiběhla celá nasupená, co se to tady děje, že jo. Za pět minut dítě o tom neví, takže i děšení těch rodičů, že jo. Paní učitelka mi dala pětku a máma už tady je, jo. My i na školu v přírodě, když jezdíme, tak mobily s sebou nebereme. Když rodiče budou chtít zavolat, zavolají mě, když chtějí s dítětem mluvit, kdyby dítěti se stejskalo, zavolám já mamince, kdyby se něco dělo, voláme rodičům, pořád jsme ve spojení. Takže ani na školu v přírodě je s sebou neberou. Tablety, mobily, nic. Jedeme tam odpočívat, jedeme si tam vyhrát, jedeme do přírody, proto tam jedeme, takže ani tam je s sebou nebereme. A rodiče s tím souhlasí vlastně od tý první třídy.

T: Tak jo. Napadá Vás k tomu ještě něco?

R: Asi ani ne.

T: Tak Vám moc děkuju!

Příloha 12: Přepis rozhovoru s respondentkou RB1 a RB2, Základní škola Březno (venkov, povolené mobilní telefony o přestávkách).³³

T: Můžete mi nějak popsat, co ty děti dělají o přestávkách-?

RI: Moje děti v zásadě divočejí, lítají po třídě a hrajou podivný hry, kterejm nerozumím.

T: Jaký třeba?

RI: Hrajou si, že šňupou kokain, že nastrouhaj gumu nebo křidu a dělaj, že jsou feťáci. Tak viděj to kolem sebe, že jo. Co ještě tuhle hrály...? Jo, pak si hrajou na Hitlera, a tak různě jako, no, takže... Takže se je tam snažím chodit co nejvíce hlídat a vysvětlit jim, že to nejsou úplně ideální a vhodný hry a vysvětlit jim proč. Ale ne vždycky se setkám s pochopením teda. Mobily nemají teda, ani o přestávkách, to mají zakázaný. Takže mobily u sebe nemají, každopádně když je přestávka, tak hodně divočejí, oni jsou hodně živý, tyhle ty děti, co mám já, ty moje.

T: A ty mobily mají zakázaný, protože jsou na prvním stupni nebo proč? Protože tady celkově to nemáte zakázaný o přestávkách.

RI: Tady celkově, ono to je asi jako kdo si to nastaví v té třídě, jestli se nemýlim. A my to máme nastavený, že prostě ho nevytahujou přes den, jo. Jako mají ho u sebe, kvůli rodičům, to jo, ale prostě ho nevytahujou, nehrajou si s ním.

T: A funguje to, dodržují to?

RI: Tak tadle pětka moje jo, ty jo.

T: A když máte dozor na tom druhým stupni tady, tak tam to pozorujete jak?

RI: Já je o těch přestávkách s tím telefonem moc nevidám. Vím že ta devítka osmička, že ty telefony mají u sebe a o přestávkách na tom jedou hry, nebo nevím co tam hledaj. Ale jako že by běhaly s mobilem po chodbě, to ne, to spíš jako si sednou v té třídě.

T: A přijde Vám, že víc sedí s mobilem ve třídě nebo že lítají po chodbě?

RI: Já bych řekla, že jsou spíš ve třídě teda, co pozoruju.

T: Zajímá mě Váš názor na to, že víc než polovina všech uživatelů mobilů je na tom závislá, což způsobuje samozřejmě deprese a úzkosti jako jakákoliv jiná závislost.

³³ Chvilí po zahájení rozhovoru s respondentkou RB1 přišla do kabinetu respondentka RB2 a začala doplňovat odpovědi první respondentky těmi svými. Autorka se rozhodla tento koncept zachovat po zbytek rozhovoru, neboť se respondentky vzájemně doplňovaly a podněcovaly k dalším zajímavým myšlenkám.

R1: Já si myslím, že je to víc než 50%, nevím teda. Ale pozoruju to. Když třeba některá ta třída, třeba osmička konkrétně, která ty mobily nemá úplně v zásadě zakázaný. Sice tam mají krabici, kam by teda ten telefon měli odevzdávat, ale zrovna u tý osmičky mám pocit, že to je nastavený, jak si to ten vyučující v tý daný hodině nastaví, tak to je. A já třeba ho nesbírám do tý krabice, ale řeknu, ať je v tý hodině jako nevytahujou a vidím u nich takovej ten neklid jo, fakt jak feťáci jo, že jim začnou tikat ty ruce. A ted' oni třeba ten mobil mají takhle na stole (ukazuje na svůj položený otočený mobil před sebou) a už jenom, že si na něj sáhnou, jo. Oni si na něj sáhnou, oni ho takhle posunou, jo. Já řeknu, ted' to chvilku nechte ty mobily, jo, a oni ho maj třeba na stole, protože vědí, že za chvilku tam budem něco hledat, i se nám stává, že tam občas něco hledáme, ale už jim tikaj ty ruce, jo. Takže oni jenom takhle (lehce pohladila mobil před sebou na stole) si na něj sáhnou, nebo ho takhle převrátěj v tý ruce, ho položej, jo. A to už je jako podle mě, že fakt mají tu závislost. Já to opravdu vidím jako feťák, kterej prostě... A úplně to chápu jako, já do jistý míry, když se nepodívám třeba dvě tři hodiny na telefon, tak už jsem tady nervózní jo, takže... Oni už úplně ztrácej spojení s reálným světem, oni si žijou v tý virtuální realitě, prostě mám ten pocit. Pro ně je důležitý kdo jim dá jakej like, jakou budou mít fotku na Facebooku, pro ně je důležitý, kdo jim napíše jakej komentář pod nějakej jejich příspěvek někde. Oni v pátý třídě mají Instagramy a Facebooky a prostě žádaj vás o přátelství, takže to je takový těžký, no.

T: A čím si myslíte, že to je, ten posun? Jasně, že technologie jsou dostupnější a rozšířenější, ale myslíte si, že to má nějakej konkrétnější důvod?

R1: To je dobou, prostě.

R2: Ono to je jednoduchý, někomu říct přes mobil ty vole, než mu to říct do očí, že jo.

R1: To je další věc, no, že přes tu technologii, přes email, přes Facebook, přes messenger, přes Instagram častěji můžu na někoho útočit, na někom si můžu vybit nějakej svůj jakoby splín, prostě je to pro mě mnohem snazší s tím člověkem komunikovat tak, jak bych si to do očí nedovolila. Takže oni tam podle mě taky dost často sekaj ramena.

T: Co si myslíte o tom, že děti tráví čím dál víc času s těma digitálníma médiema ve svém volným čase?

R2: Nemaj doma co dělat. Není práce doma pro děti, no není. Jestli vyluxujou, vytřou podlahu, ha, kdo ví jestli. No nemaj co dělat, není co dělat. Venku nic, žádný hospodářství, nic. Jestli támhle okopne kytičku, no tak to určitě ještě pod dobrým tlakem, no a jenom když je hezky a je tam celá rodina a táta u něj stojí pomalu s vidlema. No tak vidle už ani nevědí, jak vypadaj.

R1: *To podle mě souvisí s tou výchovou, když prostě by mamka mu řekla, dej mi telefon a běž vytírat, tak půjde vytírat, že jo. Já to třeba i sleduju u nás doma, moje ségra jako mnohdy, aby se toho dítěte na chvíli zbavila a mohla si dělat něco svého, tak ona mu práskne ten tablet a hraj si, jo. Takže oni jsou k tomu i vedený, že jo. Dneska lidi mnohem víc jsou z tý práce utahaný, protože tam fakt jako dřou, si myslím některý, jo. A teď přijdou domů a jsou tak vyřízený, jo a chtěj chvílku klidu pro sebe a pro něj je nejsnazší tomu dítěti prásknout mobil nebo tablet, aby to dítě zabavili, jo. To dítě jim dá prostě pokoj, s pusou otevřenou kouká na tablet a rodič má chvíli pro sebe, dá si kafe a nohy nahoru, jo.*

R2: *No a když už je odpočínutej, tak tomu rodičovi to vyhovuje, tak tomu dítěti tam ještě práskne pohádku a je to.*

R1: *V tomhle já si myslím, že to tak je, no. Že ty rodiče nevezmou to dítě na procházku, jo, nebo prostě, nepěstujou se tolik sporty, že by prostě ten rodič s tím dítětem šel si zabruslit nebo si s ním šel na kolo. Ne, pro něj je nejjednodušší... I ty rodiče dneska sami jsou v takovým věku, těchletěch dětí, co my tady máme, prostě rodiče mých dětí jsou můj vrstevníci, tak i oni ale trávěj hodně času na tom mobilu, jo! Já vidím ty maminky, oni jdou s kočárem, v jedný ruce telefon, takhle loktem tlačí ten kočár, v druhý ruce cigáro, no prostě šílený, jo.*

R2: *No jo no.*

T: *Jak jsem pozorovala ty osmáky, tak jsem zjistila, že když ty děti nepoužívají telefony o přestávce, tak víc se věnují přípravě na tu hodinu. Máte to nějak vyzozorovaný třeba?*

R2: *Když vědí, že něco budou psát, nebo budou zkoušený, tak jako se učeť, teda aspoň ty osmáci, většinou. Ale když mají takovou lážo plážo, že vědí, že se nic nebude dít, no tak to už visej na těch mobilech.*

R1: *Ale oni na nich visej, když mají lážo plážo hodinu, tak visej i o hodině. Jaký si to uděláš, takový to máš, no.*

R2: *Oni tam mají krabici, tam mají jména a tam šoupnou mobily. V devítce mi tam šoupnou peněženku nebo obal. Já říkám, no tak počkáme. Tak dneska měli psát písemku. „Budem psát bez opakování, když se tam neoctnou všechny mobily“, tak jich tam bylo 16 místo 18, tak říkám dobrý. Tak jsem odešla za dveře. Za minutu vrátím se – já jsem jim řekla, že jdu za dveře, aby tam ten jeden, co chyběl, tam ten mobil dal – tak to dopadlo tak, že jeden tam vyměnil mobil za peněženku a druhý vyměnil mobil a nechal mu tam jenom kryt.*

T: *A proč ho tam nechtějí dát?*

R2: *No, protože oni jsou machři a teďka jsou maskovaný penálem že jo, a něco si tam šmrdlaj, když já tam mávám křídou a píšu nějaký vzorečky, že jo.*

R1: Oni využívají těch chviliek nepozornosti, toho, kdy my se soustředíme na něco jakoby v tu chvíli důležitýho, jinýho. Protože člověk jim chce sdělit nějakou důležitou informaci, a ještě jako blbeček jim to píše na tabuli, aby ty děti to měly odkud opsat.

T: Vidíte nějaký rozdíl, když ty telefony nebyly třeba před dvaceti lety a teď, v tý přípravě na hodinu?

R2: To asi ne. Kdo se nechce učit, tak se neučí, že jo. Takže to je asi stejný.

T: Ještě jsem se chtěla zeptat, co si myslíte o zákazu mobilních telefonů o přestávkách?

R1: Já bych to zakázala.

T: Takže si myslíte, že to má nějaký smysl?

R2: No někde jo, někde asi jo. V nějaký třídě, kde to je k nevydržení.

R1: Já bych to fakt ráno vybrala a odpoledne to vrátila.

R2: No jako jak v který třídě. Takže v šestce – ty to mají vlastně zakázaný...

T: Takže to nedělat úplně plošně...?

R2: No podle zásluh. Tak proč by třeba se to mělo vybírat, já nevím, sedmičce, když ta je jakože lidově úplně neškodná a tam jako přijdu a ty mobily tam jsou a ty holky je tam nevytahuj, jsou takový normální. Takže proč to jako hrotit, když to není potřeba.

T: Takže na základě čeho by se to zakazovalo?

R2: No podle toho, jestli s tím otravujou, neotravujou. Máš mobil, máš ho mít v tašce. Někdo to má na lavici a něco si tam na něm šmrdlá, že jo, tak zabavit, jo. Ale prostě ať to odnese pak celá třída, že jo. Ono vždycky jich je víc, takových těch, to se nedá říct no.

T: Vzpomenete si, co dělali dělali osmáci před deseti leti o přestávkách?

R2: No před deseti lety už mobily byly ale...

T: Tak před dvaceti lety?

R2: No lítali o přestávkách víc než teď, zavírali se do skříní, házeli po sobě odpadkovými koši, a to snad nemůžu ani říkat, to ještě když jsem byla v Boleslavi. Takže říkám, tohleto jako bylo úplně jiný, no jako jo. Když jsem přišla do třídy, tak bylo zavřený dítě ve skříní, no tady to taky udělali jako fór, ale to jsou takový blbosti.

T: A vidíte nějaký rozdíl mezi tím, jak se chovají osmáci dneska a před těmi dvaceti lety?

R2: No osmáci, osmáci... No osmáci, když mě viděj, tak se jim dělá špatně jako, ty se chovaj normálně o přestávkách už teďko.

T: A co to znamená normálně?

R2: No normálně. Buď si teda něco učeť, nebo si tam blekotaj, holky se tam upravujou a kluci, když mají zrovna ten mobil, tak hrajou na mobilu, nebo některý se učeť, některý tam po sobě

vykřikujou nějaký drby, no. No ale tohle bylo vždycky no. Ale dřív, no dřív nevím, to je podle toho, jaká je to třída. Protože dřív byly taky třídy, který byly na vraždu a který jako byly normální, že jo.

R1: No dneska jsou ty děti takový emočně víc plochý.

R2: No všechno jim je jedno, no. Ale taky zas jak který.

R1: Mně přijde, že nemaj ty emoce. Nebo když už je maj, tak jenom takovou tu agresivitu, ale že ty emoce jsou nějaký úplně jiný u těch dětí, jo. Neříkám tady na škole, vůbec nemluví tady o tý škole. Ale prostě teďka zrovna nedávno jsem viděla video, který natočili žáci, je to na YouTube, normálně jako veřejně. Když nějaký chlapec jde, a ještě se usměje do kamery, řekne že natáčí, a zcela chladnokrevně tam naběhne na nějaký děti, který totálně zmlátí, totálně prostě, aniž by hnul brvou. Ty děti tam ležej, je tam dalších asi dvacet dětí, který nikdo se jich nezastane. On zase teda jako ukončí tu svoji aktivitu, usměje se do tý kamery, druhý ho obejmě okolo ramen a odcházej, jako.

R2: Tak tohle já vůbec nevím, tohleto já vůbec nesleduju.

R1: A oni se dneska u takových věcí jako fakt natáčej a děsně jako je to baví a děsně se tím prezentujou, jak je to děsně cool, jo, jak jsou dobrý prostě, že tohle dokážou. A oni si ale neuvědomujou, že tomu druhýmu můžou jako fakt reálně ublížit a že ten člověk třeba může skončit v nemocnici. Oni jak to viděj všude okolo sebe, všude tisíce střileček, detektivek a já nevím co, tak si myslej, že to je vlastně normální.

T: Takže čím si myslíte, že to je způsobený, ta emoční plochost, jak jste říkala?

R1: Tím, co viděj okolo sebe, protože ta televize – dneska nemáte tři kanály, jako byly dřív-

R2: Jo a zprávy ukazujou taky jenom samý-

R1: -dneska máte krimi a tohle a támhle prostě. Takže je to jakoby tím, co jim ty média nabízej, že jo.

R2: Jo a ono to je pohodlný, jim to nabídnu, oni se toho chytěj a myslej si, že to je norma, že jo.

T: Co Vy si myslíte o tom, že víc jak polovina uživatelů mobilů je na nich závislá?

R2: No já nevím, asi jo. Já mobil nemám, takže nemůžu říct.

T: A co si myslíte, že i děti patří do týhle skupiny?

R2: No tak když nemají nic jinýho, lepšího, tak co by nebyly závislý, že jo. Jako já fakt nevím. Já bych půlku vyhnala k vidlím a lopatě, že jo. Podle mě, kdyby každej přeházel Tatru písku denně, tak by byly úplně jiný, no.

T: Takže si myslíte, že jim něco chybí?

R2: No nemají co dělat! No nemaj! Protože se nuděj, jo. No některý jdou támhle na fotbal, že jo, jenže tam jsou dvakrát tejdě na tréninku, že jo, no a pak fakt nemaj doma co dělat. Jako jsou ty výjimky, jako (jméno dítěte), že jo. Jako ten musí doma makat, to je jediný dítě, co musí dělat.

R1: Já mám taky dítě, který fakt dělá, no. Jenže se pak nestíhá učit, víš.

R2: No ale tak to jsou děti, který jako zase na to nemaj mozkový závity, on ví, že půjde k traktor, že jo, půjde na statek. Ale jako ty děti nemají do čeho dloubnout. Přejde domů a jestli támhle vytře prach a vyneser koš... A to už na vesnici je taky, že jo. Dřív to bylo jenom v panelákách, ale teďko jako kdo, jo. Když bydlej s prarodičema v baráku, tak tam je nějaký králik, slepice, to aspoň něco, ale tady jako sídliště tady, támhle, to je pár metrů čtverečních, posekaj motorovou sekačkou, to je za hodinku, když už, že jo. No a co jinýho maj dělat? Já když jsem tady jako na kole projížděla vesnicí, tak koho jsem potkala ve volným čase – vždycky jednoho jedinýho kluka, kterej tady kroužil po vesnici. A byl to furt ten samej. A jinak to je všechno zalezlý. Kdyžtak jdou na ten fotbal, že jo, holky na házenou. Ale kolik jich z toho chodí na fotbal a naházenou, že jo.

T: A co teda si myslíte, že dělají v tom volným čase?

R2: No tak když je hezky, tak asi někde takhle flákaj, že jo, někde zalezlý. Krafaj na zastávce a u toho teda seděj a maj mobil a pišou nějakýmu mladíkovi z Boleslavi jako a je to, no.

R1: A ještě si myslí, že hroznej vliv mají ty YouTubeři na ně. To jsou prostě vzory, který... Viz třeba konkrétní případ. Dominika Myslivcová, blondýna, úplně tupá, a ta ale určuje trendy jo. Holky chtěj bejt děsně jako Dominika Myslivcová. Nebo nějaký ty kluci, oni se tam předháněj v těch videích na tom YouTubu, kolik za co utratili, co si novýho koupili, jakou značkovou kabelku mají. A v patnácti letech jako, to je úplně masakr teda. Taky nejsou vzory, který by jim dávali něco do života no.

T: Jakou třídu nejvíc tohle ovlivňuje?

R1: Od tý sedmičky vejš. Já myslím, že už ty dvanácti třináctiletý děti na tom užděj, že fakt ty YouTubeři sledujou a oni tam jako kecaj mnohdy fakt nesmysly. Jako já něřikám, že všichni a pořád, ale veskrze jako... To je zase jeden z těch vzorů, kterej jim jako v ničem v životě nepomůže a nikam je neposune, spíš je to potáhne dolů jako jo, si myslim.