

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra technické a informační výchovy

Bakalářská práce

Jan Sedláček

Závislost na internetu u žáků 2. stupně základních škol

Olomouc 2021

vedoucí práce: Ing. Mgr. Michal Sedláček, Ph.D.

Tímto prohlašuji, že tuto práci s tématem “Závislost na internetu u žáků 2. stupně základních škol” jsem vypracoval samostatně pouze s použitím citovaných zdrojů, které jsou uvedeny v seznamu zdrojů.

V Olomouci 25. 4. 2021

Podpis autora:

Tímto děkuji vedoucímu této bakalářské práce, panu Ing. Mgr. Michalovi Sedláčkovi, Ph. D., za odborné vedení a poskytnuté konzultace.

Dále také děkuji vedením škol, jejichž školy se zúčastnily dotazníkového výzkumu této práce i v nelehké situaci, která byla způsobena celosvětovou pandemií.

Abstrakt

Tato bakalářská práce se zaměřuje na závislost na internetu u žáků druhého stupně základních škol. Teoretická část charakterizuje závislost, závislost na internetu, netolismus a jeho prevenci a případnou léčbu. Dále se tato část zaměřuje na internet, jeho služby, aplikace, jeho historii a jeho pozitivní/negativní dopady. Vysvětleny jsou také sociální sítě a online počítačové hry a to především jejich historie a současnost. Zmíněno je také nebezpečí gamblingu spojené se online počítačovými hrami. Praktická část se zabývá vyhodnocením dotazníkového výzkumu zabývajícího-se užíváním internetu a detekcí závislostního chování. Výsledky výzkumu jsou seřazeny v tabulkách a grafech.

Klíčová slova

závislost, internet, služby internetu, internetové aplikace, online počítačové hry, online videohry, sociální sítě, negativní dopady, pozitivní dopady, netolismus, závislost na internetu

Abstract

This bachelor's thesis focuses on internet addiction among secondary school pupils. The theoretical part characterizes addiction, internet addiction, netolism and its prevention and its possible treatment. Next, it focuses on the internet, its services, applications, history and its positive/negative impacts. Social networks and online videogames and especially their history and present are amongst the following explained topics. The danger of gambling connected to online videogames is also mentioned. The practical part focuses on the evaluation of a survey which focused on the use of the internet and the detection of possible addictive behaviour. The results from this survey are ordered into tables and graphs.

Keywords

addiction, internet, internet services, internet applications, online computer games, online videogames, social networks, negative impacts, positive impacts, netolism, internet addiction

Obsah

Předmluva.....	7
1 Teoretická část.....	9
1.1 Charakteristika závislosti.....	9
1.1.1 Závislost na alkoholu	10
1.2 Netolismus	11
1.2.1 Existence internetové závislosti	11
1.2.2 Příznaky netolismu.....	12
1.2.3 Rizika a negativní dopady netolismu	13
1.2.4 Prevence	15
1.2.5 Léčba.....	17
1.3 Internet	18
1.3.1 Původ internetu	18
1.3.2 Služby internetu	20
1.3.3 Pozitiva a užití internetu	23
1.3.4 Negativa internetu	23
1.4 Sociální síť.....	24
1.4.1 Historie sociálních sítí.....	24
1.4.2 Současné sociální síť	25
1.5 Online počítačové hry.....	30
1.5.1 Historie počítačových her a jejich přechod do online prostředí.....	30
1.5.2 Žánry online počítačových her.....	31
1.5.3 Gambling v online videohrách.....	33
2 Praktická část.....	35
2.1 Cíle výzkumu.....	35
2.2 Metody výzkumu	35
2.3 Hypotézy.....	37
2.4 Charakteristika výzkumného vzorku	37
2.5 Výsledky výzkumu	38
2.5.1 Hypotéza 1	38
2.5.2 Hypotéza 2	39
2.5.3 Hypotéza 3	40
2.5.4 Hypotéza 4	41
2.5.5 Hypotéza 5	42
Zhodnocení výsledků.....	43

Závěr.....	45
Seznam použitých zdrojů:	47
Seznam tabulek:.....	55
Seznam grafů:	56
Seznam vzorců:	57
Seznam příloh:.....	58
Příloha 1 - Dotazník:	I
Příloha 2 – Výsledky dotazníku:	VI

Předmluva

Internet se v současnosti stává nejdůležitějším (nejen) komunikačním prostředkem. Mimo funkcí komunikačních zastává i funkce naplnění volného času a to nejčastěji pomocí sociálních sítí či online počítačových her.

Jen v České Republice má dle Českého statistického úřadu (2020) k internetu přístup celkem 81,7% českých domácností. Tato procentuální hodnota také napovídá růstu užívání internetu v ČR, kdy se tohle číslo za posledních deset let zvýšilo o 25,7%. Z těchto celkových 81,7 procent má přístup k internetu 98,5% domácností s dětmi což nás v kombinaci s užitím internetu jako prostředku k vyplnění volného času přivádí k hlavnímu tématu této práce.

Závislost na internetu je aktuálním problémem, který se vyskytuje jak u dětí, tak dospělých. Tento problém však může způsobit potíže ve vzdělávání dětí tím, že může vést k prokrastinaci a celkové ztrátě pozornosti žáka. Tímto se můžeme dostat ke zhoršení nejen prospěchu žáka, ale také jeho následnou nepřípravenost pro funkci jak ve společnosti, tak pro další vzdělávání či případně zaměstnání. Touto problematikou se zabýval doktor Sue-Huei Chen z Národní Taiwanské univerzity v Taipei, který společně s kolegy vyvinul škálu, podle které je možno tuto závislost testovat.

Téma této bakalářské práce bylo zvoleno z toho důvodu, že sám internet používám a to někdy i v nepřiměřené míře a pozoruji na sobě příznaky této zmíněné závislosti. Rozhodnutí-se pro toto téma bylo tedy jednoduché, jelikož z něj plynulo ponaučení nejen pro mne.

Tato bakalářská práce je rozdělena do dvou částí - teoretické a praktické. Celkový obsah a cíle těchto dvou částí jsou následovné.

Cílem teoretické části je objasnění a vysvětlení pojmů spojených se závislostmi a to především se závislostí na internetu a s ní spojenou závislostí na moderních technologiích neboli netolismem a dále také objasnění termínů spojených se slovem internet a jeho funkcí, aplikací a služeb. Teoretická část obecně charakterizuje závislost a popíše její znaky a příznaky. Tato charakteristika bude následně porovnána se závislostí na internetu. Následně se tato část zaměří přímo na problematiku netolismu a závislosti na internetu, kdy vyobrazí problémy s nimi spojené, možnosti prevence a možnosti léčby.

Dalším již zmíněným velkým blokem teoretické části je již zmíněné zaměření na internet. Tato část upřesní stručnou historii internetu, její služby a aplikace. Budou uvedeny pozitiva internetové komunikace a její nebezpečí a případná úskalí.

Následně se zaměří na sociální sítě, kdy budou popsány jednotlivé nejoblíbenější sítě a jejich historie.

Poslední součástí teoretické části bude zaměření na online počítačové hry a problém online gamblingu s nimi spojený.

Cílem části praktické bude navázat na poznatky z části teoretické a vhodně je využít. Tato část bude především zaměřena na žáky druhých stupňů základních škol a to konkrétně na žáky šestých a devátých tříd a jejich užívání internetu, jeho služeb a aplikací. Praktická část bude vykonána s pomocí dotazníku, který pomůže určit dobu strávenou žáky na internetu, jejich nejpoužívanější služby, nejpoužívanější sociální sítě, nejhranější žánry online počítačových her a zjistí případné závislostní chování žáků k internetu s pomocí Chenovy škály. Výsledky šetření budou následně uvedeny do přehledných tabulek a případných grafů.

1 Teoretická část

1.1 Charakteristika závislosti

Robinson a Berridge (2003) vysvětlují závislost na příkladu drog, které jsou zprvu užívány protože jejich efekt je příjemný. To se však s opakovaným užíváním zvrhne a díky homeostatickým neuroadaptacím se zvyšuje tolerance k droze a u uživatele se vyvíjí závislost na užívané látce. Dojde-li k vývoji závislosti, nelze s užíváním drogy přestat, protože se po jejím vysazení začnou objevovat negativní abstinenční příznaky. Droga je tedy kontinuálně užívána, aby se uživatel těmto negativním účinkům vyhnul.

Dle Mezinárodní Klasifikace Nemocí (MKN-10; anglicky: ICD-10, International Classification of Diseases) je syndrom závislosti charakterizován jako soubor behaviorálních, kognitivních a fyziologických stavů, které souvisí s opakujícím-se užitím látky (nejčastěji drogy) a jeho charakterizujícími prvky jsou:

- touha po užívání drogy
- zhoršené ovládní při užívání drogy
- užívání drogy napříč škodlivým účinkům
- prioritizace drogy před vztahy a aktivitami
- zvýšená drogová tolerance na užívanou drogu
- odvykáací stav

Tyto prvky jsou charakterizovány pro celý oddíl s názvem “Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním psychoaktivních látek” (oddíl F10 - F19). Jednotlivé charakterizující prvky syndromu závislosti jsou uvedeny pro množství psychoaktivních látek a to takto:

F10.2 - syndrom závislosti na alkoholu

F11.2 - syndrom závislosti na opioidech

F12.2 - syndrom závislosti na kanabinoidech

F13.2 - syndrom závislosti na sedativech nebo hypnoticích

F14.2 - syndrom závislosti na kokainu

F15.2 - syndrom závislosti na stimulantech včetně kofeinu

F16.2 - syndrom závislosti na halucinogenech

F17.2 - syndrom závislosti na tabáku

F18.2 - syndrom závislosti na prchavých rozpouštědlech

F19.2 - syndrom závislosti na více drogách a jiných psychoaktivních látek

Nešpor (2013) také uvádí, že ikdyž nemůžeme závislost na práci, internetu či hráčství dle definice MKN-10 charakterizovat jako závislost, je zřejmé, že toto návykové chování má mnoho specifik společných s výše uvedenými (látkovými) závislostmi.

Dle páté edice Diagnostického a Statistického Manuálu Duševních Poruch (DSM-V, anglicky: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th-edition) je závislost charakterizována obdobně a to jako kognitivní, behaviorální a fyziologické problémy, které indikují kontinuální užívání drog a jiných látek. Další důležitou charakteristikou dle DSM-V jsou změny funkcí v mozku, které mohou vést například k již zmíněné touze po užívání drog, které stimulují mozková centra.

Důležitým rozdílem v charakteristice závislosti mezi DSM-V a MKN-10 je ten, že DSM-V charakterizuje i závislost způsobenou faktory, které nezahrnují užití drog a jiných psychotropních látek. Srovnává tedy rizika užívání drog s riziky například gamblingu - důvodem je aktivace stejných mozkových center a jejich stimulace.

Jak již bylo řečeno, závislosti jsou rozděleny buď podle užívané látky nebo jiného externího zdroje (například herní automaty a gambling). Jako příklad pro zjednodušení definice závislosti uvedeme závislost na alkoholu jakožto jednu z nejčastějších látkových závislostí.

1.1.1 Závislost na alkoholu

Veselý, Dzúrová (2013) popisují alkohol jako depresant centrálního nervového systému, jehož fyziologické efekty jsou úzce spojeny s procentem koncentrace v užívatelově krvi a také na jeho tělesné stavbě. Alkohol v malých dávkách zpomaluje tep a dýchání, snižuje koordinaci svalů a oslabení smyslů. Vysoké dávky alkoholu mohou vést ke kómatu nebo až ke smrti jedince. Dlouhodobé užívání alkoholu vede dle autorů ke zvýšené toleranci k alkoholu (tj. člověk potřebuje požit vyšší dávku aby došlo k intoxikaci) a dále k abstinenčním příznakům, fyzickým či psychickým potížím a to zejména srdeční a jaterní choroby, vysoký krevní tlak nebo potíže s reprodukcí.

Pro diagnózu závislosti na alkoholu využívá DSM-V těchto jedenácti kritérií:

- Užívání alkoholu ve velkém množství nebo dlouhodobě
- Chtíč a nevydařené pokusy o ukončení či omezení konzumace alkoholu
- Množství času stráveného vyhledáváním/užíváním alkoholu a zotavovací doby
- Touha po pití alkoholu

- Opakované užívání alkoholu související s neúspěchem v práci, ve škole či doma
- Užívání alkoholu napříč opakujícím se sociálním či vztahovým problémem, které způsobuje
 - Vzdání se sociálních či odpočinkových aktivit za účelem pití alkoholu
 - Užívání alkoholu při životu nebezpečných situacích/aktivitách
 - Alkohol je užíván napříč tomu, že způsobuje psychické či fyzické potíže
 - Zvýšená tolerance k alkoholu - Člověk potřebuje pro dosažení intoxikace větší množství látky nebo užívá stále stejné množství; alkohol však na něj má stále menší účinky
 - Abstinenční příznaky

DSM-V dále dělí vážnost alkoholismu na 3 stupně - nízkou (přítomnost 2-3 z uvedených symptomů), střední (přítomnost 4-5 z uvedených symptomů) a vážnou (přítomnost 6 a více uvedených symptomů)

1.2 Netolismus

Netolismus (neboli Netholismus) je - stručně řečeno - závislost na takzvaných virtuálních drogách, mezi které patří například internetové služby, sociální sítě, počítačové hry, či televize. (Kopecký a kol., 2015) Jedná se o riziko jak pro děti a dospívající, tak i pro jejich rodiče.

Kopecký dále uvádí, že se nejedná o závislost fyzickou nýbrž o závislost behaviorální či psychickou. Nedochozí totiž k jakékoli konzumaci drog či jiných psychotropních látek.

Hlaváč (2015) vysvětluje netolismus jako nutkání zapnout počítač bez jakéhokoliv předem určeného cíle, nutkání zapnout mobilní telefon pro zkontrolování SMS zpráv, neschopnost vymezení času pro začátek a ukončení užívání internetu či například kvůli tomuto jednání zanedbávat jiné aktivity.

1.2.1 Existence internetové závislosti

Blinka (2015) ve své knize uvádí, že závislost na internetu je pouhý fenomén, na kterém se odborníci zatím úplně neshodují, protože teorie o závislosti na internetu obsahuje specifika, která nejsou uspokojivě vyřešena a jsou tím pádem stále problémová.

Prvním z těchto problémů počítá s tím, že si jedinec pouze přináší patologické jevy s sebou na místo, kde se tyto problémy teprve projeví. V tomto případě je tímhle místem například sociální síť.

Druhý problém se týká charakteristiky užívaného média. Počítá se s tím, že kdyby uživatel na danou aplikaci v životě nenarazil, neprojevil by se u něj žádné patologické problémy.

Blinka však konstatuje, že jsou tyto problémy vyhocené a jedná se spíše o jejich idealizaci, protože výzkum tohoto patologického problému stále probíhá.

1.2.2 Příznaky netolismu

Griffith (2005) pro diagnózu závislosti na internetu využívá těchto kritérií:

- **Salience** (Význačnost/Prominence) - poukazuje na to, že se zvolená aktivita stane pro osobu nejdůležitější. Jedinec nad aktivitou neustále přemýšlí. Příkladem je to, že osoba dělá něco jiného ale přemýšlí a nemůže se dočkat na dobu, kdy bude danou aktivitu konat. (Aktivitou můžeme považovat například hraní online her)

- **Změna nálady** - poukazuje na změnu nálady, kterou osoba prožívá při konání zvolené aktivity. Může to být například vzrušení, úleva či stav flow. Vybraná aktivita může mít na jedince v jinou denní dobu úplně jiný efekt.

- **Tolerance** - poukazuje na to, že aby člověk dosáhl stejného efektu vzrušení, potřebuje se svoji vybranou aktivitou trávit stále více času.

- **Abstinenční příznaky** - poukazují na to, že když osoba nemůže svoji vybranou aktivitu konat, dostaví se k ní negativní psychické účinky. Může to být deprese, podrážděnost, náhlé výkyvy nálad, stres, nespavost či bolesti hlavy.

- **Konflikt** - poukazuje na to, že vybraná aktivita narušuje vztahy a to buď vnitřní konflikt nebo mezilidský konflikt. Aktivita ovlivňuje rodinné vztahy, pracovní vztahy či vztahy s přáteli. Konflikt může také ovlivnit školní docházku nebo prospěch.

- **Relaps** - poukazuje na návrat k původnímu chování po neúspěšných pokusech odvyknout si.

Porovnáme-li tyto diagnostická kritéria s kritérii danými pro diagnózu závislosti na alkoholu, všimneme si, že jsou obdobná. Rozdílem je pouze slovo alkohol, které je v Griffithových kritériích zaměněno za slovo aktivita.

Kopecký (2011) uvádí hned několik hlavních příznaků netolismu. Podle něj to je stav podobný tranzu, vzpírání se rodičům a nesouhlas s nimi a neschopnost rozvrhnout si čas pro konanou aktivitu a dodržet jej. Mezi další příznaky uvádí:

- Zanedbávání práce a učení
- Hraní počítačových her za účelem úniku od reality
- Krádeže za účelem nákupu počítačových her
- Neustálé navyšování času stráveného na počítači
- Zhoršené rodinné vztahy
- Nervozita když zrovna není daná osoba na počítači či neustálé přemýšlení nad počítačem

Závislostní kritéria pro používání internetu lze podle K. S. Youngové (2004) rozdělit do pěti kategorií:

- Závislost na virtuální sexualitě - značná konzumace pornografického materiálu z internetu
- Závislost na virtuálních vztazích - věnování příliš velkého množství času sociálním sítím či seznamkám
- Internetová kompulze - online sázení, hraní online her, internetové nákupy, atd.
- Informační přetížení - nadměrné vyhledávání informací v online databázích a na webu
- Závislost na počítači - nadměrné užívání počítače a hraní počítačových her

Dle Kopeckého (2015) je netolismus závažným problémem především v asijských zemích jako je například Čína, Hong-Kong, Japonsko, Jižní Korea, Malajsie a Filipíny. Tvrdí, že závislost na počítačových hrách u dětí ve věku 12 - 18 let byla v množství od 11% u Čínských dětí po 39% u Japonských dětí.

1.2.3 Rizika a negativní dopady netolismu

Dle Youngové (2004) je jedním z nejčastějších negativních dopadů na společnost jsou dle jejich vlastních slov takzvané "kyberpoměry". Těmito kyberpoměry považuje romantické a sexuální poměry, které jsou zahájeny a dále udržovány přes internet a to přes sociální sítě, chat či e-mail. Youngová tvrdí, že internet umožňuje lidem spojit se 24 hodin denně 7 dní v týdnu což může způsobit problémy ve stávajících vztazích. Její výzkum ukázal že 53% závislých uživatelů internetu mělo rodinné problémy, které vedli i k rozvodům, protože tohle zprvu nevinné chování a komunikace mohla vést ke všemu od tajných telefonních hovorů až k nevěře.

Youngová také poukazuje na další negativní dopady ve vztazích jako jsou například:

- Změny v režimu spánku za účelem komunikace s online partnerem
- Lhaní a zvýšená opatrnost týkající se komunikace s online partnerem
- Změny chování
- Ignorování domácích povinností
- Ztráta zájmu o partnera

Další kategorie na kterou Youngová (2004) poukazuje jsou studenti. U nich Youngová konstatuje, že jsou to právě oni, kdo jsou nejohroženější skupinou ze strany internetové závislosti. Říká že univerzitní studenti:

- Mají neomezené připojení k internetu a to nejen ke studijním povinnostem
- Mají nestrukturované časové mezery mezi vyučováním, které mohou využít k užívání internetu
- Zažívají (často poprvé v životě) volnost - rodiče je nekontrolují, mohou být na ubytování na kolejích daleko od domova
- Nejsou na internetu kontrolováni
- Mohou být zastrašeni velkým množstvím studentů v kampusu a je pro ně jednodušší komunikovat s přáteli online
- Nemohou chodit s přáteli například do barů a hospod z důvodu nízkého věku (například v Americe, kde je pití alkoholu povoleno až od 21 let)

Poslední skupinou o které Youngová (2004) mluví jsou zaměstnanci u kterých je problém se ztrátou produktivity z důvodu používání internetových služeb v pracovní době. Dalšími problémy jsou například problémy spojené s negativní publicitou, kdy zaměstnanci navštěvovali v pracovní době nevhodné webové stránky.

Kopecký (2011) ve svém článku uvádí také další sociální a psychologická rizika netolismu. Ty se tentokrát týkají především dětí a mladistvých. Jedná se o rizika:

- Nepravidelnost spánku či jídla a celková špatná organizace času
- Neschopnost komunikovat či řešit problémy ve vztazích (a to jak rodinných tak partnerských)
- Zhoršený prospěch, zhoršená paměť a efektivita práce
- Odkládání a omezení ostatních koníčků

Kopecký dále mluví i o možných fyzických a zdravotních potížích, které jsou způsobeny sedavým způsobem života a nadměrným využíváním počítačů. Jedná se o:

- Bolesti zad, svalů a kloubů
- Zhoršení zraku
- Epilepsie
- Srdeční nemoci, obezita, cukrovka

Szotkowski a Kopecký (2019) popisují také specifické fyzické a další problémy a syndromy spojené s užíváním moderních technologií. Jsou to:

- **Tabletové rameno** - Jedná se o přetížení ramenních svalů, které může vyústit v bolesti paží, rukou a nebo například hlavy

- **Syndrom esemeskového krku** - Je způsoben špatným postavením těla při používání mobilního telefonu - při velkém sklonění hlavy vzniká přetížení těla

- **“Myšitida”** - Syndrom počítačové myši - Přetěžování svalů a vaziv v ruce, zápěstí a předloktí. Projevuje se bolestí a ztuhlostí končetiny.

- **Fantomové vibrace** - Uživateli se zdá, že mu telefon vibruje v kapse i když jej tam třeba vůbec nemá

- **Fear of missing out** - Strach z toho, že když nebudeme zařízení (např. mobilní telefon) používat, něco nám “uteče” - uživatel chce mít stále aktualizované informace

- **Technostres** - Neschopnost vyrovnat se s moderními technologiemi

- **Kyberchondrie** - Hledání informací o nemocích, které mohou vést k hypochondrii

- **Technoference** - Uživatel má nutkání neustále přerušovat konanou aktivitu za účelem brouzdání internetem

- **Digitální amnézie** - Uživatel internetu zapomíná informace, které jsou na webu jednoduše přístupné

1.2.4 Prevence

Žufníček ve svém metodickém doporučení (MŠMT ČR) pro prevenci netolismu doporučuje:

- Sledovat to, jaké hry děti hrají
- Hrát počítačové hry společně s dítětem a pomoci mu tak rozeznat fantastické a fikční elementy od reálného života
- Stanovit čas, kdy dítě může počítačové hry hrát

- Zjistit zda nejsou počítačové hry pro dítě únikem od problémů a případně tyto problémy řešit

- Vést dítě k tomu, aby si ve hraní udělalo přestávku
- Podporovat dítě v jiných aktivitách - především mimo-počítačových - a snažit se, aby se dítě nenudilo
- Posilovat zdravé sebevědomí dítěte

Uvádí také, že rodiče občas neberou nelátkové závislosti jako vážné a nabádá pedagogické pracovníky aby seznámili rodiče s problémem netolismu a informoval je o rizicích. Rodiče nabádá k seznámení s problémem a případnému řešení závislostního chování s příslušnými orgány. Mohou to být:

- Pedagogicko-psychologická poradna
- Středisko výchovné péče
- Odborná zdravotnická zařízení
- Další nestátní organizace

Pro vyhledání informací však mohou jak rodiče tak pedagogičtí pracovníci použít i webové stránky věnované (nejen) této problematice. Mezi tyto webové projekty patří:

- **Projekt E-Bezpečí** (e-bezpeci.cz) - Jedná se o projekt realizovaný centrem prevence rizikové virtuální komunikace Univerzity palackého v Olomouci ve spolupráci s dalšími organizacemi. Zaměřuje se na výzkum, vzdělávání, prevenci a intervenci problémů, jako jsou například:

- kyberšikana
- kybergrooming
- stalking a kyberstalking
- hoax a fake news
- netolismus a online závislosti
- rizika sociálních sítí
- sexting
- Youtubering

Projekt provádí plošné výzkumy, terénní práci, vytváří přednášky či vzdělávací aktivity a zabývá se popularizací bezpečného chování na internetu.

- **Projekt bezpečne-online.cz** - Projekt zřizovaný Národním centrem bezpečnějšího internetu (NCBI) jakožto neziskovým nevládním sdružením. Cílem projektu je přispívat k bezpečnému užívání internetu, informačních a komunikačních technologií. Projekt se zaměřuje na děti, teenagery, rodiče, pedagogické pracovníky a především na:

- Užívání finančních služeb
- Ochranu osobních údajů
- Zefektivnění využití internetu

- **Projekt Nebud' obět'!** (nebudobet.cz) - Projekt pořádaný spolkem Nebud' obět' zaměřující se na prevenci a ochranu před hrozbami internetu. Primární uvedená cílová skupina jsou žáci 2. stupně základních škol a studenti škol středních. Projekt se zaměřuje na:

- Školení pedagogických pracovníků
- Kyberšikanu
- Sociální sítě a problémy s nimi spojenými (sexting, hoax, stalking, atd.)
- Podpora organizací
- Netolismus

- **Projekt Bezpečně Online** - Projekt pořádaný doménou seznam.cz. Projekt obsahuje naučná videa a filmy o bezpečném chování na internetu a upozornění na jeho rizika. Do tohoto projektu nyní patří i starší projekt s názvem "Seznam se bezpečně"

- **Projekt Internetem Bezpečně** (internetembezpecne.cz) - Jedná se o projekt který realizuje vzdělávací aktivity zaměřené na rizika a bezpečnost na internetu založený neziskovou organizací you connected. Projekt realizuje odborné přednášky a konference, informační webové stránky a vydává vzdělávací materiály.

1.2.5 Léčba

Národní zdravotnický informační portál Ministerstva Zdravotnictví České Republiky (NZIP) informuje, že hlavní metodou léčby netolismu by měla být psychoterapie a tedy i léčba doplněná farmakoterapií a to především antidepresivy v horších případech onemocnění.

Mluví také o tom, že léčbu vyhledává pouze menšina závislých a to jak z důvodu toho, že si závislý pomůže svépomocí a uvědomí si rizika tak z toho důvodu, že závislý popírá vlastní závislost. Další možností může být například i celková neinformovanost veřejnosti.

Cílem léčby není celkové opuštění virtuálního světa nýbrž omezení užívání problémových aplikací jako jsou například online hry, sociální sítě a pornografické stránky.

Specializovaná zařízení pro léčbu netolismu vznikají v zemích jako jsou například Spojené Státy Americké, Čína a Jižní Korea.

1.3 Internet

Leirner (1997) uvádí, že internet způsobil větší revoluci v počítačových a komunikačních technologiích než jakýkoliv jiný vynález. Říká, že vynálezy jako jsou telegraf, telefon, rádio a počítač pouze přichystaly scénu internetu, který umožňuje celosvětové vysílání a šíření informací či kolaboraci a komunikaci mezi uživateli bez ohledu na jejich lokaci.

Internet je dle jeho názoru reprezentuje jeden z nejúspěšnějších příkladů výhod nepřetržitého výzkumu, dlouhodobých investic a vývoje informační infrastruktury. Co začalo jako výzkum přepínání paketů a Americká vojenská síť je nyní něčím, co zná (skoro) každý moderní člověk.

Dle Dennise (2020) je internet systémová architektura, která propojením menších počítačových sítí umožnila a revolucionalizovala dálkovou komunikaci a vytvořila místo pro komerční sféru. Odhaduje, že přístup k internetu mělo v roce 2020 asi 4 a půl miliardy lidí. Internet těmto uživatelům umožňuje nejen komunikaci na dálku a přístup k elektronické komerci, ale i přístup k velkému množství informací.

1.3.1 Původ internetu

Keefler a Baiget (2001) popisují počátky internetu jak ho známe nyní jako součást Studenoválečného technologického souboje mezi Spojenými Státy Americkými a Sovětským Svazem Socialistických Republik.

Dle autorů se ve Spojených Státech Amerických začalo mluvit o tajné vojenské síti kvůli Karibské krizi v roce 1962. V této době se ve výzkumných střediscích počítače stávaly pořád více běžnými. Vývojem této počítačové sítě byla pověřena americká ARPA

(do roku 1972; nyní DARPA - Defense Advanced Research Projects Agency; česky: Agentura ministerstva obrany pro pokročilé výzkumné projekty).

Hlavním požadavkem na tuto síť bylo založení bezpečných spojovacích center tím způsobem, aby komunikace a přenos informací mohl pokračovat i po výpadku jedné z nich. To vedlo k výzkumu distribuované sítě, která byla poprvé odzkoušena mezi počítači Kalifornské Univerzity v Los Angeles a Stanfordským Institutem pro Výzkum v roce 1969. Ke konci tohoto roku byly k této síti - nyní pojmenované ARPAnet - připojeny

i Kalifornská Univerzita v Santa Barbaře a Utažská Univerzita. Jednou z výhod ARPAnetu bylo propojení a vytvoření sítě, která obsahovala nehomogenní zařízení.

První veřejná demonstrace ARPAnetu proběhla roku 1972 na mezinárodní konferenci pro počítačovou komunikaci a díky jejímu úspěchu se následujícího roku do této sítě připojily dvě další výzkumná zařízení - tentokrát již zahraniční. Jednalo se o Londýnskou univerzitu a Norské Královské Radarové Zařízení.

Původní aplikací na ARPAnetu byly Telnet (využitý jako virtuální terminál), FTP (File Transfer Protocol - přenos souborů) a SMTP (Simple Mail Transfer Protocol - Přenos zpráv, e-mail).

Tohoto bylo dosaženo pomocí IP (Internet Protocol - Internetový Protokol), který umožňoval přenos informací skrze směrovače (routery), které dokáží vybrat nejvhodnější cestu přenášenému paketu a doručit jej tak do rukou příjemce. Tohoto bylo dosaženo díky takzvaným IP adresám (vzor: 111.222.333.444), které obsahují číslo sítě (vlevo), čísla podsítě a číslo zařízení/síťového rozhraní (vpravo). Tyto adresy byly dále nahrazeny slovními adresami - počítače pracovali dále s číselnými, slovní domény byly vytvořeny, aby si je uživatelé mohli lépe zapamatovat. Tyto slovní domény se z tohoto důvodu používají dodnes.

Dalším důležitým prvkem je rodina protokolů TCP/IP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol) používaný dodnes, který má za úkol rozložit zprávu na diskrétní "balíčky" pro odeslání a jejich následné složení v cílovém zařízení.

V osmdesátých letech minulého století se protokol IP začal používat i v dalších institucích, které byly díky tomu schopné mezi sebou komunikovat. Autoři však uvádějí, že asi nejdůležitějším vývojem situace bylo vytvoření NSFnetu Americkou vládou skrze Národní vědeckou nadaci (NSF; National Science Foundation) v polovině osmdesátých let minulého století, jejímž cílem bylo podpoření výzkumu a vzdělávání v Amerických institucích. Se zvyšující-se poptávkou bylo vytvořeno více center, které umožnily přístup

k síti množství univerzit, což přispělo ke standardizaci protokolu IP. NSFnet bylo zakázáno používat pro:

- Aktivity ze kterých by uživatel profitoval
- Rozsáhlé soukromé použití

Počet uživatelů ve vzdělávacích a výzkumných zařízeních stále rostl až do poloviny 90 let minulého století, kdy došlo k vypuštění této sítě do světa - vznikla celosvětová síť WWW (World Wide Web), která byla dostupná i pro uživatele mimo univerzity. Byly vyvinuty webové prohlížeče, které umožnily zjednodušený přístup k internetu pro veřejnost. Veřejný internet přinesl mnoho možností jak pro podnikatele tak pro "obyčejné" uživatele. Postupem času začaly vznikat první sociální sítě, online hry, internetové obchody a další různě zaměřené webové stránky.

Jako hlavního úřadujícího člena moderního internetu autoři uvádějí World Wide Web Consortium (W3C) založené roku 1994, které sjednocuje různé internetové protokoly. Mezi 7 hlavních principů této organizace patří univerzální přístup, sémantický web, důvěra, interoperabilita, vyvíjitelnost, decentralizace a multimédia. Konsorciu předsedá Tim Berners-Lee (hlavní autor specifikací URL, HTML a HTTP - hlavních součástí webu - zleva: Uniform Resource Locator - určuje umístění souboru/adresa webové stránky; HyperText Markup Language - značkovací jazyk určený pro tvorbu webových stránek; HyperText Transfer Protocol - protokol určený ke komunikaci s webovým serverem).

Dle Dennise (2020) bylo v roce 2005 ve Spojených Státech Amerických k internetu připojeno 78% dospělých a 90% teenagerů. U Evropy a Asie autor popsal podobná čísla. Autor se shoduje s tím, že internet v této době stále rostl a stal se věcí každodenního života, která byla (již mimo univerzity a výzkumná centra) zdrojem jak informací, tak zábavy.

1.3.2 Služby internetu

K internetu neodmyslitelně patří mnoho služeb, funkcí a aplikací, se kterými se můžeme setkávat každý den. Jsou to:

- **WWW** - World Wide Web - z výše uvedeného textu již víme, že WWW je hlavní službou pro vyhledávání informací. Tento - zkráceně Web - dává uživatelům možnost přístupu k různorodým dokumentům či multimédiím. Web je propojen takzvanými hypertexty, hypermédii či hyperlinky, což jsou spojení, které umožňují uživateli jednoduše najít to, co hledá a případně je odkázat na témata spojená s tím

vyhledávaným (hypertext pro textová vyhledávání a hypermédia pro obrázky, zvuky a multimédia). Tyto hypertexty/média/linky jsou následně uspořádány do textové formy zapsané pomocí HTML a je jim přiřazena adresa URL. Takové vysvětlení podává i Denis J. Protti v Bidgoliho (2002) knize.

CERN udává, že vývoj WWW začal roku 1989 výzkumníkem jménem Tim Berners-Lee.

- **E-Mail** - Electronic Mail - Elektronická pošta je dle Prottiho (Bidgoli, 2002) nejvíce užívanou aplikací internetu. E-Mail umožňuje uživatelům z celého světa odesílat a přijímat zprávy. Elektronická pošta má oproti klasické značnou výhodu v tom, že je téměř instantní. Další výhodou je zasílání obrázků, zvuků či multimédií (do určité velikosti). Každému uživateli je přiřazena E-Mailová adresa, kterou kromě přístupu k poště využije například pro registraci na různé webové stránky.

- **IM** (Instant Messaging) a **Chat** - Larson (2016) ve svém článku popisuje tuto funkci jako aplikaci v níž může probíhat konverzace mezi dvěma účastníky. Účelem této aplikace je zasílání zpráv v reálném čase (na rozdíl od emailu). Mezi oblíbené IM a Chatovací aplikace patří například Messenger, WhatsApp či Telegram. Tyto aplikace často mívají systém “přátel” pro jednoduchý výběr kontaktu. Tento systém nám také může ukazovat, zda je kontaktovaný právě dostupný (je v režimu online) či nikoliv.

- **VoIP** - Voice over IP - Jedná se o technologii přenosu hlasu přes internet. Hladká a Fousek z Masarykovy univerzity kladou důraz na nízkou latenci (odezvu) sítě, protože odesíláme složitější data než například textová. Rozdílem je podle autorů to, že se vlastnosti sítě mohou v průběhu hovoru měnit (narozdíl od telefonní sítě pro kterou je vyhrazena určitá šířka pásma). Clifford (2018) rozděluje internetovou telefonii na 3 části dle využitého zařízení:

- Telefon s VoIP adaptérem, který nám dokáže připojit pevnou linku do internetové sítě

- Počítač, na kterém máme staženou aplikaci jako například Skype či Microsoft Teams

- Mobilní telefon (smartphone), který má přístup k podobným aplikacím jako počítač (Messenger, FaceTime, Skype, atd.)

Clifford uvádí, že hlavní výhodou internetové telefonie je cena, která v některých případech může být nulová - například FaceTime a Skype. Problém však může nastat při pomalém internetovém připojení, kdy může hovor vypadnout.

- **FTP** - File Transfer Protocol - Protokol pro přenos souborů - Jedná se o protokol, který umožňuje přenos jak textových dat, tak komplexnějších souborů jako jsou například grafické soubory či počítačové programy. (Protti; Bidgoli, 2002) Praktičnost tohoto protokolu je zařízena příkazy pro:

- Zobrazení adresářů a souborů v nich uložených
- Nastavování různých parametrů souborů
- Operace se soubory a adresáři

Dle autora je na internetu rozsáhlé množství takovýchto FTP serverů, které obsahují miliony souborů.

Hladká a Fousek popisují FTP jako protokol, který dokáže vytvořit spojení s jiným počítačem, procházet adresáře a přenášet soubory v obou směrech. Podle autorů se v dnešní době s FTP setkáme především ve webhostingu nebo vnitřních firemních úložištích dat.

- **E-Banking** - Internetové bankovníctví, je služba, která umožňuje jak převody peněz mezi uživateli, tak platby v internetových obchodech. Uživatel má jednoduchý přístup ke svým penězům - ke zkontrolování účtu mu stačí počítač či chytrý telefon a internet, dokáže spravovat nastavení své platební karty a účtu z pohodlí domova/v jakoukoliv denní dobu a má veškeré bankovní informace na jednom místě.

- **Cloud** - neboli cloudová úložiště - Jedná se o službu která umožňuje zálohovat uživatelská data mimo počítač uživatele na externím - často komerčním - serveru. Mezi nejznámější cloudová úložiště patří Dropbox a Disk Google. Obě služby mají jak verzi zdarma, tak verzi placenou, která uvolní uživateli více prostoru pro ukládaná data, přístup pro více uživatelů do jednoho úložiště či dobu zálohy souborů (ochrana proti nechtěnému smazání). K přístupu ke cloudovému úložišti využijeme buď internetového prohlížeče nebo případně aplikaci zvoleného cloudu.

- **Sociální sítě** - Dle Sadiku a kol. (2019) jsou sociální sítě službou, která uživatelům umožňuje tvořit a udržovat sociální vztahy, vyhledávat ostatní uživatele s podobnými zájmy a umožňuje jim využít chatu v reálném čase, sdílení například obrázků, komentářů a videí. Mezi nejznámější sociální sítě patří například Facebook, Twitter a Instagram.

- **Online počítačové hry** - Internet umožňuje hráčům počítačových her spojit se pomocí tzv. multiplayeru (česky: hra více hráčů) s ostatními hráči stejné hry a díky tomu

hrát společně. (Basler, 2018) Tyto multiplayerové hry jsou nejčastěji hostovány buď na dedikovaných serverech, na kterých běží jedna instance hry nebo jsou hráči spojeni v režimu peer-to-peer, kdy jsou jednotliví uživatelé připojeni na sebe bez centrálního serveru. Tento režim má výhodu v tom, že není zatěžován server, nýbrž všichni uživatelé rovnoměrně - jeden uživatel je pouze určen zakladatelem hry (host). Při výpadku hosta je v tomto režimu vybrán host jiný. Mezi nejznámější online hry patří například série Call of Duty či World of Warcraft.

1.3.3 Pozitiva a užití internetu

Jak již bylo zmíněno, pozitiva internetu jsou mnohá. Internet využijeme pro komunikaci na dálku a to jak textovou, tak i hlasovou či videokonferenční, vyhledávání různých informací, zálohu dat nebo zábavu. Internet nám však také velmi pomohl

v současné koronavirové pandemii jak ve školách, tak i v pracovní sféře. Důvodem byla nutnost přejít v případě škol na distanční výuku a v případě firem na práci z domova.

Pro tuhle funkci bylo využito aplikací, jako je například Microsoft Teams, Zoom, Google Classroom či Skype. Výukovou funkci zajistily i internetové aplikace jako například Kahoot a Quizziz. (Portál JSNS.CZ)

1.3.4 Negativa internetu

Nic se však neobejde bez negativ - ani internet. Již byly zmíněny negativní dopady na společnost (problémy ve vztazích, práci či studiu (Young, 2004)), negativní dopady na fyziologickou stránku člověka (Kopecký, 2015; Szotkowski & Kopecký, 2019) i negativní dopady na psychologickou stránku člověka, která je s těmito problémy spoutána (závislost na internetu či počítači). Internet však skrývá i jiná nebezpečí a to jak dětem, tak i dospělým. Bezpečnostní portál Kaspersky a Kopecký (2015) udávají hned několik úskalí:

- **Kyberšikana** - Jedná se o problém týkající se především dětí a mladistvých. Ke kyberšikaně dochází především na sociálních sítích a dle Kopeckého ji zažilo v České Republice asi 8% dětí. Andersonová (2018) ve svém článku uvádí, že nějakou formu kyberšikany zažilo 59% Amerických teenagerů.

- **Kybergrooming** - jedná se o druh psychické manipulace využitě především k sexuálnímu zneužití dětí, která využívá sociálních sítí a internetu jako svého média. (Kopecký, 2015)

- **Sexting** - Kopecký jej definuje jako rozmáhající fenomén zasílání zpráv a fotografií se sexuálním obsahem. Tento obsah může být následně využíván k vymáhání, vydírání a kyberšikaně.

- **Ztráta soukromí** - Dle portálu Kaspersky může dojít (i k nechtěnému) úniku osobních informací, které může opět vést například k vydírání.

- **Phishing** - Jedná se o pokus ukradnout přihlašovací údaje od uživatele internetu (přihlašovací jména a hesla). Může dojít k úniku osobních informací či ztrátě osobních dat/souborů.

- **Scam** (česky: podvod) - může se jednat například o peněžní podvody - například u nákupů na podezřelých internetových obchodech.

- **Malware** - Na internetu je mnoho webových stránek ze kterých je možné stahovat různé soubory či programy. Tohle je dle portálu Kaspersky nebezpečím především pro děti, kdy může nebezpečný soubor (malware; malicious software; česky: škodlivý software) vystupovat například za počítačovou hru.

- **Prokrastinace**

- **Přístup k nevhodnému obsahu**

1.4 Sociální sítě

Slovník Merriam-Webster definuje sociální síť jako formu elektronické komunikace, skrze kterou mohou její uživatelé vytvářet online komunity a sdílet informace, nápady osobní zprávy a ostatní obsah jako jsou například videa.

Dle výzkumu Pew Research Center v letech 2005-2019 stouplo užívání sociálních sítí u dospělých Američanů z 5% v roce 2005 na 72% v roce 2019. To celkem dělá 90% Američanů ve věku 18-29 let, 82% obyvatel ve věku 30-49 let, 69% obyvatel ve věku 50-64 let a 40% obyvatel ve věku 65+.

1.4.1 Historie sociálních sítí

Jako jednoho z původních předchůdců sociálních sítí uvádí Shah (2016) takzvaný Bulletin Board System (zkráceně BBS; česky: systém elektronických nástěnek). Tento systém byl dostupný po připojení telefonních linek k modemu a byl nejčastěji veden pod taktovkou fanoušků počítačových technologií. Nevýhodou této technologie však byla nízká rychlost a možnost sdílení pouze textových dat. Největší sítí BBS je podle autora FidoNet, který spojil hned několik 'BBSek' do sebe a umožnil jim tak přežít

do současnosti. Další z předchůdců je dle autora systém CompuServe, který uživatelům umožňoval zasílat e-maily a účastnit se diskusí ve fórech.

Jako hlavního předchůdce moderních sociálních sítí Shah udává uživatelsky vytvořené komunity v systému America Online (zkráceně AOL), které uživatelům umožňovaly vytvářet uživatelské profily jaké známe ze současnosti.

Jones (2015) uvádí, že první moderní sociální síť byla síť Six Degrees. Ta svým uživatelům umožňovala vytvoření účtu za pomoci e-mailové adresy, vytváření profilů a přidávání přátel. Six Degrees byl založen roku 1997 a následně ukončen roku 2001. Vrcholný počet uživatelů byl 3 a půl milionu.

Shah (2016) však uvádí úspěšnější sociální síť - classmates.com - jejímž cílem bylo spojit staré přátele a známe ze školy. Tato síť funguje od roku 1995 dodnes a ikdyž zpočátku neumožňovala vytváření uživatelských účtů, počet registrovaných dnes činí dle autora nějakých 57 milionů.

Jako další veleúspěšnou síť oba autoři uvádějí Friendster který byl založen v roce 2002. Ten byl dle Jonese podobný síti Six Degrees (zakládání účtu, přidávání přátel, uživatelské profily), ale obsahoval několik funkcí navíc. Těmito funkcemi byly:

- sdílení fotografií
- sdílení videí
- komentáře na profilech ostatních uživatelů
- zprávy mezi uživateli

Tato síť v průběhu svého života změnila cílovou demografii na hráče počítačových her a v roce 2015 ukončila veškeré své služby a v následujících letech byla definitivně uzavřena. Její revoluční funkce však nacházíme v moderních sociálních sítích.

1.4.2 Současné sociální sítě

● **Facebook** - Jedná se o sociální síť a zároveň společnost založenou v roce 2004 a jejími zakladateli jsou Harvardští studenti Mark Zuckerberg, Eduardo Saverin, Dustin Moskovitz a Chris Hughes. “The Facebook” byl původně vytvořen pro univerzitní studenty, kterých bylo na této síti téhož roku registrováno přes 250 000 ze 34 různých univerzit. Hlavní sídlo Facebooku je ve městě Menlo Park v Kalifornii. (Hall, 2021).

Z hlediska sociální sítě se jedná o sociální síť s registrací zdarma, která umožňuje komukoli ve věku 13 a více s přístupem k internetu sdílet fotografie, obrázky, videa, statusy, psát zprávy, přidávat ostatní do okruhu přátel, vytvářet skupiny či se stát

fanouškem všeho od hudebních skupin po počítačové hry. Každý uživatel má přístupnou vlastní "zed", na kterou může přidávat vlastní příspěvky ("statusy"), které jsou zobrazeny lidem buď v jeho okruhu přátel nebo široké veřejnosti. Ve čtvrté čtvrtině roku 2020 měl Facebook zhruba 2,8 miliardy aktivních uživatelů. (Tankovska, 2021a; GCFGlobal)

Z hlediska společnosti je Facebook vlastníkem několika dalších firem a aplikací. Jsou to: Messenger (chatovací aplikace; založeno Facebookem v roce 2011), Instagram (sociální síť; zakoupeno v roce 2012), Whatsapp (chatovací aplikace; zakoupeno v roce 2014) a Oculus (firma zaměřená na technologii virtuální reality, zakoupeno v roce 2014). (Facebook)

- **Instagram** - Sociální síť pro chytré telefony zaměřená především na sdílení fotografií založena roku 2010 absolventem Stanfordské univerzity Kevinem Systromem, která byla v roce 2012 zakoupena společností Facebook za celkovou částku 1 miliardy Amerických dolarů. Původní název prototypu této sociální sítě byl Burbn. Instagram v současnosti dovoluje uživatelům nejen sdílet fotografie, ale i videa a živé přenosy. Dovoluje také chatovat s přáteli, sledovat ostatní uživatele (k čemuž slouží funkce zdi na které se uživatelé zobrazují nové příspěvky sledovaných uživatelů a taky funkce Instagram Stories která umožňuje sdílet fotografii či video, která je po 24 hodinách smazána), upravovat pořízené fotografie v zabudovaném editoru či komentovat příspěvky dalších uživatelů. Stejně jako u Facebooku je věková hranice pro registraci 13 let. Registrace je zdarma. (Blystone, 2020; GCFGlobal; Instagram)

Dle výzkumu Tankovské (2018/2021) v letech 2013 až 2018 se počet uživatelů zvýšil z 90 milionů na 1 miliardu což z Instagramu dělá jednu z nejoblíbenějších sociálních sítí.

- **Twitter** - Sociální síť, kterou vytvořila společnost Odeo (E. Williams, B. Stone, N. Glass, J. Dorsey (současný vedoucí společnosti)). Hlavní funkcí twitteru je pro uživatele psaní takzvaných "tweetů" - krátkých článků ("mikroblogů") o délce 280 znaků (dříve 140 znaků), které jiní uživatelé mohou sdílet, komentovat nebo označit, že se jim "tweet" líbí. Tyto články mohou obsahovat videa, obrázky či webové linky. Další funkcí je sledování ostatních uživatelů, kdy se jejich příspěvky zobrazují na hlavní straně sledujícího uživatele (tzv. timeline). V současné době se jedná o samostatnou společnost se sídlem v San Francisku v Kalifornii, USA. (Meyer, 2019/2020)

Dle výzkumu Tankovské (2019/2021a) mezi lety 2010 až 2019 bylo v první čtvrtině roku 2019 na Twitteru 330 milionů aktivních uživatelů.

- **Youtube** - Sociální síť založená v roce 2005 třemi bývalými zaměstnanci PayPalu (internetové bankovníctví) - C. Hurley, S. Chen a J. Karim - jakožto webová videoseznamka. Tohle však veřejnost nezaujmulo a tak se z Youtube stal web pro sdílení jakýchkoliv videí. Uživatel má tedy možnost tyto videa sledovat, hodnotit (systémem líbí se mi/nelíbí se mi), komentovat a případně odebírat tvorbu uživatelů, kteří nahrávají obsah. Naopak tvůrci obsahu mají kromě nahrávání videí a hostování živých vysílání možnost interakce se svojí komunitou prostřednictvím dotazníků či textových statusů/mikroblogů. Společnost Youtube byla v roce 2006 zakoupena společností Google za 1,65 miliardy Amerických dolarů. Dle vlastních statistik společnosti navštíví web Youtube přes 2 miliardy (přihlášených) uživatelů. (Leskin, 2020; Hosch, 2020; Youtube) S těmito daty souhlasí i Tankovská (2021b).

- **TikTok** - Mobilní sociální síť určená pro sdílení krátkých videí vlastněná Čínskou společností ByteDance. Videá jsou často upravena fotografickými filtry a doprovázena populární hudbou. Tankovská (2021c) popisuje TikTok jako jednu z nejrychleji rostoucích sociálních sítí. K tomu přispělo pohlčení aplikace/sociální sítě Musical.ly (zaniklá sociální síť velmi podobná TikToku určená pro natáčení videí se zpěvem na playback), jejíž uživatelské účty byly do TikToku převedeny. Oblíbenou funkcí sociální sítě jsou takzvané “duety”, které umožňují uživatelům vytvářet videoodpovědi či kolaborace s původním tvůrcem. Nové video (odpověď) je pak přehráváno po boku původního. Mezi nejoblíbenější styly videí patří zpěv na playback, tanec či žerty. (Herrman, 2019)

Počet aktivních uživatel v lednu 2021 činil 689 milionů (Tankovska, 2021b)

- **Reddit** - Je sociální síť založená roku 2005 S. Huffmanem a A. Ohanianem. Jedná se především o diskuzní fórum s uživatelsky moderovanými subfóry/komunitami (takzvanými subreddity), které jsou rozděleny podle zájmů uživatelů. Síť umožňuje uživatelům sdílet jak články, tak i obrázky či videa. Reddit obsahuje takzvanou funkci “Karmy” - jedná se o hodnocení uživatelů a jejich příspěvků, podle které můžeme poznat zda uživatelé se článkem souhlasí či ne. Hodnotit může každý (registrovaný) uživatel pomocí šipky nahoru či dolů (takzvaný upvote a downvote). (Clement, 2019a; Reddit)

Dle vlastních statistik společnosti je Reddit užíván více než 52 miliony aktivních uživatel, kteří vytvořili přes sto tisíc různých komunit.

- **LinkedIn** - Je sociální sítí určenou pro profesionální a firemní sféru. Tato sociální síť byla spuštěna v roce 2003 a je jednou z největších sítí pro hledání práce a najímání zaměstnanců. Síť také umožňuje firmám propagaci skrze digitální portfolia.

Sociální síť používá odhadovaných 645 milionů uživatelů celosvětově a z toho přes 58 milionů Američanů. (Clement, 2020)

- **Snapchat** - Jedná se o sociální síť založenou E. Spieglem, B. Murphym a R. Brownem v roce 2011. Primární funkcí Snapchatu je vytváření fotografických či multimediálních zpráv, které mohou být upraveny filtry, textovými komentáři či virtuálními samolepkami. Tyto zprávy pak mohou být zaslány jednomu člověku a nebo všem uživatelským kontaktům. Velká oblíbenost Snapchatu byla ze začátku kvůli soukromým fotozprávám, které byly po určité době automaticky smazány (tuto dobu nastavoval odesílatel zprávy). (Tankovska, 2021d)

Dle Tankovské (2021e) měl Instagram v poslední čtvrtině roku 2020 265 milionů aktivních uživatelů.

- **Pinterest** - Jedná se o sociální síť určenou pro sdílení fotografií a obrázků. Co však Pinterest odlišuje od sítí určené pro sdílení fotografií (například Instagram) je zaměření na hobby. Na Pinterestu můžeme najít fotografie a návody pro inspiraci k vyrábění doplňků pro domácnost a zahradu či kuchařské recepty. Tuto sociální síť užívají především uživatelé, kteří se chtějí přiučit něčemu novému (z hlediska hobby) a také firmy, které tuto síť využívají k propagaci svých produktů. (Meng, 2019; Pinterest)

Dle Tankovské (2021b) měl Pinterest v Lednu 2021 442 milionů aktivních uživatelů.

- **Tumblr** - Je sociální sítí určenou ke sdílení krátkých blogů obsahujících obrázky, text či jiná multimédia, která byla založena v roce 2007. Sídlo společnosti je v San Franciscu, Kalifornii ve Spojených Státech Amerických. Sociální síť převážně tvoří virtuální denníky (profily) uživatelů, které mohou obsahovat jak sdílená multimédia (například videa z Youtube) či vlastnoručně tvořené umění (například kresby). (Clement, 2019b; Tumblr)

Dle vlastních statistik společnosti je na Tumblru umístěno přes 518 milionů blogů ve kterých bylo v roce 2019 dle výzkumu Tankovské (2019/2021b) přes 171 miliard příspěvků.

- **Steam** - Platforma Steam je vlastněna společností Valve a byla založena v roce 2003 za účelem distribuce počítačových her společnosti. Ikdyž se především jedná o internetový obchod určený pro nákup a distribuci digitálních verzí počítačových her, jedná se i o vcelku sofistikovanou sociální síť určenou pro hráče. Zaměříme-li se na tuto stránku, zjistíme, že Steam má funkce podobné ostatním sociálním sítím. Těmito funkcemi jsou - systém přátel (který navíc dává uživateli možnost připojit se do přítelem právě hrané hry a to buď jako hráč (uživatel musí hru vlastnit) nebo pouze jako sledující),

zed' pro psaní příspěvků a sdílení obrázků (především určenou pro sdílení snímků obrazovky z her či sdílení herních úspěchů), systém herních komunit a skupin (rozdělených především podle her), systém pro výměnu a obchodování se sběratelskými předměty, nahrávání videí či pořádání živých vysílání nebo například sdílení uživatelsky vytvořených herních modifikací. (Steam)

Steam měl v roce 2020 dle Clementové (2021) 120 milionů uživatelů.

- **Chatovací aplikace a služby zaměřené na chat:**

- **Messenger** - Messenger je chatovací aplikace pro počítače a mobilní zařízení založená společností Facebook v roce 2011. Aplikace je zaměřena především pro komunikaci s přáteli z Facebooku a mimo chat může uživatel sdílet fotografie, virtuální samolepky či hlasové zprávy.

Dle Tankovské (2021b) byl Messenger v Lednu 2021 využíván víceněž jednou miliardou uživatel (1,3 miliardy).

- **WhatsApp** - Je aplikací zaměřenou na zasílání zpráv zdarma po internetu, internetové telefonní hovory a sdílení dokumentů. Funkce jsou tedy velmi podobné Messengeru. (WhatsApp) WhatsApp byl v roce 2014 zakoupen společností Facebook a v současné době se jedná o staršího bratra Messengeru se dvěma miliardami uživatelů v Lednu 2021 (Tankovska, 2021b).

- **Discord** - Je chatovací sociální síť. Uživatelé mají možnost připojit se na servery vytvořené různými komunitami (od videoherních po čistě komunikační). V těchto komunitních serverech se uživatel může připojit jak k textové, audio či videokomunikaci a v chatovém prostoru sdílet obrázky či videa. Discord je oblíbený především mezi hráči počítačových her z toho důvodu, že se dá se hrami jednoduše propojit. Oblíbenou funkcí jsou také například automatizovaní ("robotičtí") uživatelé, kteří umožňují například hraní jednoduchých textových her přímo v aplikaci. (Discord)

- **Telegram** - Je aplikací podobnou Messengeru a WhatsAppu - umožňuje tedy chatovat s přáteli a sdílet obrázky, audio a další multimédia a soubory. Čím se však Telegram liší od konkurence je vyšší bezpečnost zpráv (zprávy jsou šifrované a mohou být úplně zničeny/smazány) a také větší možnosti přizpůsobení pomocí "botů" (robotických/automatických uživatelů). (Telegram)

- **Slowly** - Slowly se od ostatních uvedených aplikací a sociálních sítí liší. To především tím, že aplikace není zaměřena na instantní komunikaci, nýbrž na tu zpomalenou. Slowly se snaží napodobit funkci tradiční pošty tím, že zprávy nejsou

zobrazeny příjemci ihned, ale až po určité době. Tato doba se liší podle vzdálenosti příjemce od odesílatele - doba doručení tak může trvat i 24 hodin. Sociální síť je tedy určena pro hledání přátel na dopisování a uniknutí od každodenního hektického života. (Slowly)

1.5 Online počítačové hry

Basler (2018) popisuje počítačovou hru/videohru jako interaktivní program (software), který je užíván nejen za účelem zábavy a odpočinku ale například i jako výuková aktivita. Uživatel (hráč) s tímto softwarem “komunikuje” ve virtuálním prostředí aplikace - v takzvané virtuální realitě. Hlavním požadavkem pro interakci s počítačovými hrami je zařízení schopné je spustit a následně zobrazit - může to být například počítač, herní konzole či mobilní telefon (existují různé druhy her pro různá zařízení - nemůžeme například spustit hru pro systém Windows na zařízení s iOS). Některé videohry mají i možnost připojení do relací jiných hráčů prostřednictvím internetu.

1.5.1 Historie počítačových her a jejich přechod do online prostředí

Chikhani (2015) uvádí “Brown Box” (česky: hnědá skříňka) vyvinutou Ralphem Baerem v roce 1967 jako první komerční herní konzoli. Jednalo se o elektronkový obvod, který po připojení k televizi umožnil hráčům ovládat čtverce po obrazovce. Toto zařízení mohlo být naprogramováno pro virtuální ping pong, dámu a 4 sportovní hry. Licence k Brown Boxu byla prodána společnosti Magnavox, která v roce 1972 přišla na trh s konzolí Odyssey, která se vyráběla až do roku 1975 a za tuto dobu se jí prodalo okolo 300 000 kusů.

Jako současníka a následníka ‘Odyssey’ Rechsteiner (2020) uvádí společnost Atari z roku 1972, která vyvinula hru Pong a následně hru Space Invaders v roce 1978 - tato hra byla dle autora počátkem zlaté éry videoher. Space Invaders však nebyla jedinou příčinou tohoto rozmachu videoher. Druhou příčinu mělo na svědomí opět Atari, které v roce 1977 uvedlo do prodeje svou domácí herní konzoli Atari 2600, které umožňovalo hraní více her. Tyto hry byly umístěny na zasouvacích kazetách a byly prodejné samostatně. V roce 1983 byla však společnost nucena vyhlásit bankrot a to kvůli krachu trhu s herními konzolemi a také kvůli nepovedené hře E.T., která je do dnešní doby považována za nejhorší videohru.

Některé společnosti však tento krach přežily a začla tak nová éra videoher. Společnost Nintendo vydala konzoli NES (Nintendo Entertainment System - 1985) a společnost Commodore vydala počítač Commodore 64 (C64 - 1982). Tyto zařízení díky lepším technologiím umožňovaly programovat propracovanější a graficky náročnější hry a v případě C64 umožňovaly uživatelům programovat vlastní hry. Z této éry můžeme znát dodnes oblíbené franšizy jako je například Super Mario, Tetris či Pac-Man. Vývoj her však nepřestal - právě naopak - nabíral na obrátkách a s novými technologiemi se zlepšovaly i hry. Ty se stávaly čím dál tím komplexnější a vyžadovaly stále lepší hardware - tomuto období se říkalo "bit wars" (česky: války bitů) - výrobci se v tomto čase předháněli s technologiemi konzolí a her. (Beatteay, 2020)

V této době však bylo možné hrát s přáteli pouze u jedné konzole a jedné televize po připojení více herních ovladačů. Připojení do lokálních sítí a později internetu tak bylo revolucí pro videoherní průmysl.

Chikhani (2015) uvádí, že oblíbenost hraní přes lokální sítě poprvé začala v roce 1993 se hrou Pathway to Darkness a hrou Doom s jejím dodnes populárním stylem hry "Deathmatch". Nevýhoda lokálního hraní však byla ta, že si hráči museli přinést vlastní počítače, které byly zapojeny do lokální sítě.

Velkým mezníkem bylo představení veřejného internetu, který umožnil spojit se s hráči z celého světa z pohodlí domova. V počátku nového tisíciletí tak vzniklo mnoho žánrů online počítačových her.

1.5.2 Žánry online počítačových her

- **MMORPG** - Massively Multiplayer Online Role-Playing Game (česky: masivní vícehráčová online hra na hrdiny). Portál Computer Hope uvádí, že MMORPG jsou hry ve kterých všichni hráči hrají v jednom herním světě. Hráč začíná s nízkou úrovní vytvořené herní postavy a pomocí úkolů a jiných aktivit dosahuje úrovní vyšších, získává novou výbavu, schopnosti a možnost účastnit se náročnějších aktivit. Tyto obtížnější aktivity (také nazývané "raid" - česky: nájezd) mohou pro splnění požadovat skupinu hráčů. MMORPG jsou často rozděleny na 2 zóny:

- PvE - Player versus Environment - hráč versus prostředí - hráč čelí umělé inteligenci.

- PvP - Player versus Player - hráč versus hráč - hráč čelí ostatním hráčům

Hráči mohou také tvořit cechy, gildy či aliance, které umožňují lepší socializaci.

Mezi nejznámější MMORPG patří World of Warcraft, Guild Wars 2, Elder Scrolls Online či Star Wars the Old Republic

- **FPS/TPS** - First/Third Person Shooter (česky: střílečka z pohledu první/třetí osoby). Ve střílečkách typu FPS hráč na obrazovce vidí pouze ruce a zbraň herní postavy zatímco u typu TPS hráč vidí celou svoji postavu. Jedná se o hry, jejichž cílem je zabití nepřítele a jejich herní módy jsou podobné. Jsou to například:

- Deathmatch - všichni proti všem - popularizovaný hrou Doom v roce 1993 - vítězí hráč, který zabije nejvíce nepřátel

- Team Deathmatch - tým proti týmu - obdoba deathmatche, hráči jsou však rozděleni do týmů

- Capture the Flag - úkolem je ukradnout vlajku (či jinou věc) nepřátelskému týmu a přinést ji zpět do přátelské základny

- Domination/Conquest - úkolem hry je s vlastním týmem obsadit několik bodů na herní mapě a udržet je co nejdéle

- Battle Royale - cílem hry je být posledním přeživším (případně posledním přeživším týmem) na herní mapě - herní mapa je často rozlehlá a s průběhem času se zmenšuje

- CO-OP - některé hry z tohoto žánru mají i možnost kooperace s ostatními hráči proti nepřítelům řízeným umělou inteligencí

Mezi nejznámější online FPS a TPS hry patří série Call of Duty, série Battlefield, Fortnite, PlayerUnknown's Battlegrounds, série Counter Strike, Overwatch, Team Fortress 2 či Valorant. (Hosch, 2018; Pavlovic, 2020)

- **MOBA** - Multiplayer Online Battle Arena (česky: vícehráčová online bitevní aréna). Pavlovic (2020) popisuje MOBA hry jako hry s pohledem shora, ve kterých si hráč vybere herní postavu, která má přiřazené určité schopnosti. Velkou součástí tohoto herního módu je kooperace s ostatními hráči, protože cílem hry je porazit nepřátelský tým buď určitým počtem zabití či zničením základny na herní mapě.

Mezi nejznámější MOBA hry patří League of Legends a Dota 2.

- **RTS** - Real-Time Strategy (česky: strategie v reálném čase). Dle Pavlovice (2020) se jedná o hry, jejichž cílem je zničit základnu nepřítele. Toho je dosaženo budováním vlastní základny a cvičením jednotek, ze kterých hráč vytváří armádu. Hráč vidí herní mapu z pohledu shora. Na této mapě je současně umístěno několik hráčů, kteří se mohou spojit či se zničit navzájem.

Mezi nejznámější RTS hry patří série Warcraft, série Command & Conquer a série Starcraft.

- **Závodní hry** - Jak už z názvu vypovídá - cílem závodních her je vyhrát závod - nejčastěji automobilů či motorek. Tyto hry mohou mít i prvky simulátoru, kdy se například auto chová jako v realitě

Mezi nejznámější závodní hry s online režimem patří série jako Need for Speed, The Crew, Forza Motorsport/Horizon či Dirt.

- **Sandbox hry** - V doslovném překladu znamená “sandbox” pískoviště - v těchto hrách si hráč může dělat vše co se mu zamane. Pavlovic (2020) tyto hry popisuje jako hry bez daného cíle, které hráči umožňují jít si vlastní cestou. Tyto hry mají volně přístupnou herní mapu a nelineární hratelnost.

Mezi nejznámější sandboxové hry s online/multiplayer elementy patří Minecraft a série grand Theft Auto

- **Sociální hry** - Můžeme je rozdělit na 2 typy:
 - Simulátory reálného života - Hra ve své podstatě funguje jako sociální síť - je určena primárně pro socializaci. Příkladem tohoto typu hry je například Second Life, který nabízí ekonomikou podobnou té v reálném světě, hledání práce, nakupování či dekoraci příbytku. Tato hra není dle autorů určena dětem. (Strickland & Roos)
 - Hry na sociálních sítích - Jedná se o prohlížečové hry, které jsou umístěny na sociálních sítích. Cíle těchto her jsou různé - od udržování vlastní farmy po vedení města. Lidé z okruhu přátel na sociálních sítích si v těchto hrách mohou pomáhat - nedochází však k interakci v reálném čase. Mezi jednu z nejznámějších her z této kategorie patří FarmVille, který byl přístupný přes sociální síť Facebook.
- **Prohlížečové hry** - Jak již z názvu vypovídá - jedná se o hry přístupné z webového prohlížeče. Tyto mohou být všech vyjmenovaných žánrů - od MMORPG (například Gladius či Shakes and Fidget) po budovatelské strategie (například Ikariam či Travian).

1.5.3 Gambling v online videohrách

Ve množství online počítačových her je možno zakoupit takzvané “loot boxy” (česky: truhly s kořistí/pokladem). Dle Zendleho a kolektivu autorů (2019) se jedná o virtuální zboží zakoupitelné za reálné peníze, které má po otevření šanci dát uživateli jednu z množství virtuálních předmětů. Tyto předměty jsou často kosmetické (například

nové kamufláže na zbraně či oblečení herní postavy). Autoři uvádí, že tyto “truhlice” mohou vést ke gamblingu. Důvodem je časté rozlišení obsažených předmětů podle vzácnosti a tím pádem jejich ceny na komunitních tržištích..

Jako příklad uvedeme hru Counter Strike: Global Offensive. Jedná se o kompetitivní akční hru, jejíž součástí je obchod s kufříky a klíči k nim. Tyto kufříky (které mohou hráči získat běžnou hrou a nebo zakoupit za poměrně malý peníz na komunitním trhu (cena se pohybuje od jednotek euro centů)) obsahují estetické kamufláže a polepy na virtuální zbraně. Problém dle autorů však nastává u prodeje klíčů, které jsou potřeba k otevření těchto kufříků - ty se totiž nedají získat hraním, ale pouze zakoupením za 2,49€.

Po použití zakoupeného klíče na kufřík klíč zmizí z uživatelského inventáře a zobrazí se grafika podobná hernímu automatu, kdy hráč na obrazovce vidí v kruhu obíhat předměty různých vzácností. Ty nejvzácnější předměty je v herní komunitě možno prodat i za tisíce dolarů - zatím nejdražší polep na zbraň byl prodán za 150 000 Amerických dolarů. (Kotwani, 2021)

Vzácnost kamufláží je určena barvami, každá z nich má procentuální šanci pro získání. (Scott-Jones, 2017):

- Modrá - 79,92%
- Fialová - 15,98%
- Růžová - 3,2%
- Červená - 0,64%
- Žlutá - 0,26%

Nezáleží však jen na této vzácnosti. Každá kamufláž má 10% šanci na to, že bude mít funkci “StatTrak” - polep na zbraň získá ukazatel, který čítá zabítí způsobené touto zbraní. Vzácnost kamufláže je také závislá na kvalitě potisku - ta může vypadat buď jako úplně nová, či naprosto zničená. Vzory některých polepů mohou být i náhodné - některé variace mohou mít větší či menší cenu na komunitním trhu.

2 Praktická část

2.1 Cíle výzkumu

Cílem výzkumu a tedy praktické části této bakalářské práce je porovnání užívání internetu a jeho aplikací a služeb u žáků 6. a 9. ročníků druhého stupně základních škol. Užívání aplikací a služeb bylo konkrétně zaměřeno na komunikační a volnočasové služby internetu a to především na sociální sítě a online počítačové hry. Součástí výzkumu bylo i zjištění rozdílů v používání internetu mezi žáky původem z města či vesnice, rozdíly mezi používáním internetu mezi pohlavími, zjištění doby užívání internetu a případné zjištění závislostního chování vzhledem k internetu a jeho službám.

2.2 Metody výzkumu

Jako metodologie výzkumu byl zvolen kvantitativní výzkum (Chráska, 2007) a konkrétně tedy výzkum dotazníkový.

Dotazník byl zcela anonymní a obsahoval celkem 45 otázek rozdělených do 3 částí:

- **První část** byla zaměřena na čistě organizační záležitosti dotazníku a obsahoval 4 otázky.

- **Druhá část** byla zaměřena na zjištění závislostního chování žáků a obsahoval 26 otázek. Pro tuto část byl využita Chenova škála závislosti na internetu (Chen Internet Addiction Scale; CIAS) vyvinuta Dr. Sue-Huei Chenem z Národní Taiwanské Univerzity v Taipei v roce 2003 (překlad Mgr. Petra Vondráčková; web adiktologie.cz). Jedná se o bodovou škálu, kde každá odpověď má přiřazenou bodovou hodnotu. U každé položky měl respondent možnost zvolit jednu ze 4 odpovědí (nesouhlas respondenta - 1 bod; neúplný nesouhlas - 2 body; neúplný souhlas - 3 body; souhlas respondenta - 4 body). Chenovou hranicí pro identifikování závislostního chování je dosažení 58 bodů.

- **Třetí část** byla již zaměřena na konkrétní služby a aplikace internetu a obsahoval 15 otázek. Tato část dotazníku obsahovala jak odpovědi uzavřené (pro jednu i více možností) tak i odpovědi otevřené.

Dotazník byl vytvořen pomocí platformy Google Forms a byl rozeslán domluveným náhodným školám pomocí emailu. Toto řešení dotazníku bylo zvoleno z důvodu uzavřeným školám kvůli pandemii Covid-19. Jednotlivé školy potom plnění dotazníku řešily podle vlastních možností - a to buď zadáním dotazníku jako domácího úkolu a nebo případně vyhrazení jedné z online hodin pro vyplnění dotazníku.

Pro vyhodnocení dotazníku bylo využito programu Microsoft Excel a programu Statistica 13.4.0 (pro potvrzení hypotéz pomocí studentova t-testu (srovnání průměrných výsledků dvou souborů)). Při vyhodnocování výsledků bylo vyřazeno 8 odpovědí u otázek týkajících se hypotéz 1-3. Došlo k chybným odpovědím u otázek o stráveném čase na internetu - byly vyřazeny odpovědi typu “nevím” či “nejsem si jistý”.

Již zmíněný t-test byl použit u hypotéz 1 – 3 z důvodu potřeby porovnání 2 skupin. Dle Chrásky (2007) se jedná o jeden z „nejznámějších statistických testů významnosti pro metrická data“. Před začátkem veškerých výpočtů si vytvoříme nulovou hypotézu, alternativní hypotézu a zvolíme hladinu významnosti (nejčastěji používáme $\alpha = 0,05$), která nám umožní zavrhnout či potvrdit nulovou hypotézu. Při použití tohoto testu nejprve testujeme nulovou hypotézu pomocí kritéria t, které vypočítáme následovně:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s} \sqrt{\frac{n_1 * n_2}{n_1 + n_2}}$$

Vzorec 1: Výpočet parametru ,t‘

(\bar{x}_1 je průměr jedné skupiny, \bar{x}_2 je průměr skupiny druhé, n_1 a n_2 jsou celkové četnosti těchto skupin a s je směrodatnou odchylkou)

Směrodatnou odchylku je možno vypočítat pomocí naměřených hodnot z obou porovnávaných skupin pomocí vzorce:

$$s^2 = \frac{1}{n_1 + n_2 - 2} \left[\sum (x_{1i} - \bar{x}_1)^2 + \sum (x_{2j} - \bar{x}_2)^2 \right]$$

Vzorec 2: Výpočet směrodatné odchylky

(x_{1i} a x_{2j} jsou zmíněné naměřené hodnoty ve skupinách)

Posledním zbývajícím krokem pro získání směrodatné odchylky je odmocnění s^2 .

Následně již můžeme vypočítanou hodnotu t porovnat s kritickou hodnotou zvolené hladiny významnosti a určíme počet stupňů volnosti:

$$f = n_1 + n_2 - 2$$

Vzorec 3: Výpočet stupňů volnosti

V tuto chvíli je možné buď potvrdit nebo zavrhnout nulovou hypotézu. Pokud je hodnota t menší než kritická hodnota hladiny významnosti, zavrhneme nulovou hypotézu a přijímáme alternativní. Pokud je tomu naopak a hodnota t je rovna nebo vyšší kritické hodnotě, nemůžeme nulovou hypotézu zavrhnout.

2.3 Hypotézy

- Hypotéza 1: Žáci původem z města tráví na internetu více času než žáci původem z vesnice.
- Hypotéza 2: Žáci 9. tříd tráví na internetu více času než žáci 6. tříd.
- Hypotéza 3: Chlapci tráví na internetu více času než dívky.
- Hypotéza 4: Dívky používají sociální sítě více než chlapci.
- Hypotéza 5: Alespoň 10% žáků vykazuje závislost.

2.4 Charakteristika výzkumného vzorku

Výzkum za pomoci online dotazníku byl uskutečněn na náhodně zvolených vesnických a městských školách. Těmito školami byly: ZŠ Brodek u Přerova, ZŠ Holečkova v Olomouci, ZŠ Dr. Horáka v Prostějově a ZŠ Kostelec na Hané.

Celkový počet respondentů byl 164 žáků 6. a 9. ročníků těchto škol. Výzkum probíhal v Listopadu 2020 a období Leden až Březen 2021.

6. ročníky			
Škola	Dívky	Chlapci	Celkem
ZŠ Brodek u Přerova	11	15	26
ZŠ Holečkova	14	8	22
ZŠ Dr. Horáka	28	27	55
ZŠ Kostelec na Hané	4	7	11
Celkem	57	57	114

Tabulka 1: Struktura respondentů 6. tříd

9. ročníky			
Škola	Dívky	Chlapci	Celkem
ZŠ Brodek u Přerova	6	12	18
ZŠ Holečkova	6	4	10
ZŠ Dr. Horáka	5	3	8
ZŠ Kostelec na Hané	10	4	14
Celkem	27	23	50

Tabulka 2: Struktura respondentů 9. tříd

2.5 Výsledky výzkumu

2.5.1 Hypotéza 1

Žáci původem z města tráví na internetu více času než žáci původem z vesnice.

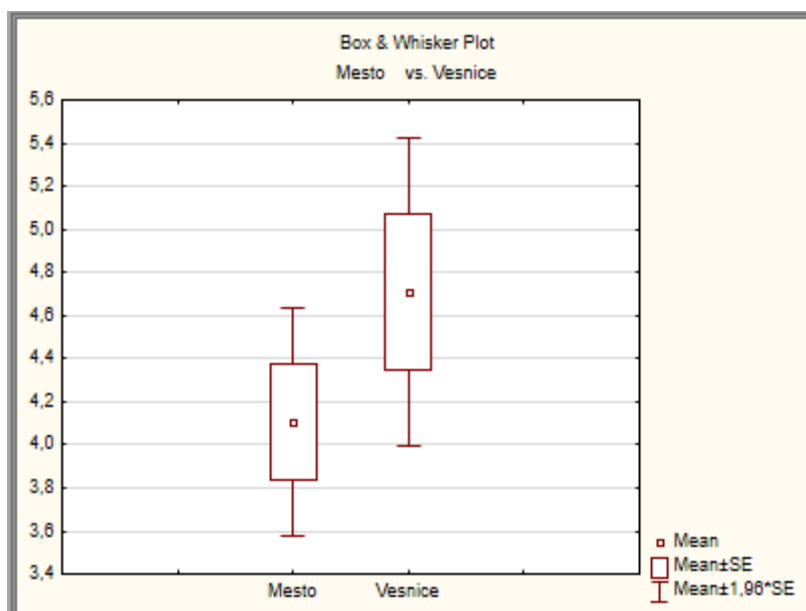
Zvolená hladina významnosti $\alpha = 0,05$

Nulová hypotéza: Žáci původem z města tráví na internetu stejné množství času jako žáci původem z vesnice. ($X_1 = X_2$)

Alternativní hypotéza: Žáci původem z města tráví na internetu více času než žáci původem z vesnice. ($X_1 > X_2$)

Group 1 vs. Group 2	T-test for Independent Samples (Spreadsheet3)										
	Mean Group 1	Mean Group 2	t-value	df	p	Valid N Group 1	Valid N Group 2	Std.Dev. Group 1	Std.Dev. Group 2	F-ratio Variances	p Variances
Mesto vs. Vesnice	4,104651	4,707143	-1,35667	154	0,176872	86	70	2,502195	3,045242	1,481158	0,084938

Tabulka 3: Ověření hypotézy č. 1



Graf 1: Graf hypotézy č. 1

Z tabulky vytvořené programem Statistica (Tabulka 3) je možné vyčíst, že signifikance p vyšla 0,176872 a je tedy vyšší než zvolená hodnota hladiny významnosti ($\alpha = 0,05$). Tento rozdíl uvádí, že mezi žáky z měst i vesnic není v užívání internetu signifikantní statistický rozdíl a nesmíme tedy zavrhnout nulovou hypotézu.

2.5.2 Hypotéza 2

Žáci 9. tříd tráví na internetu více času než žáci 6. tříd.

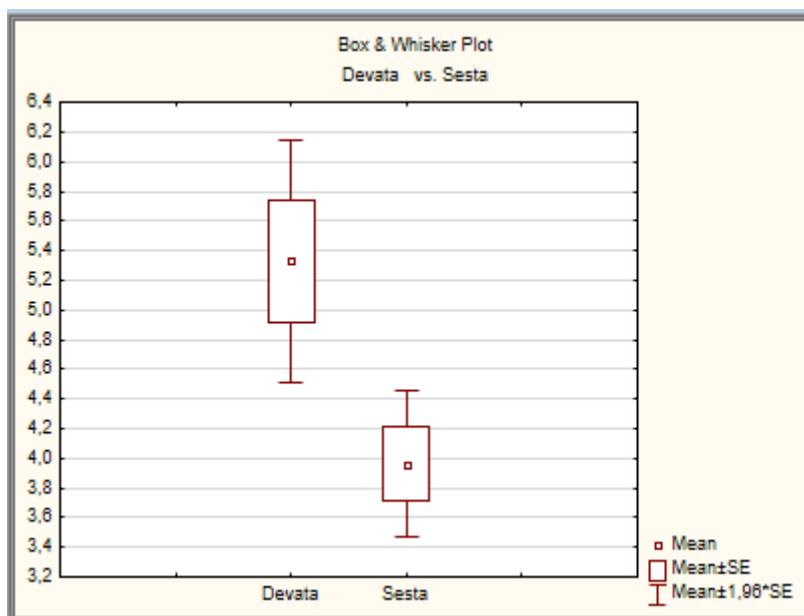
Zvolená hladina významnosti $\alpha = 0,05$

Nulová hypotéza: Žáci 9. tříd tráví na internetu stejné množství času jako žáci 6. tříd.
($X_1 = X_2$)

Alternativní hypotéza: Žáci 9. tříd tráví na internetu více času než žáci 6. tříd. ($X_1 > X_2$)

		T-test for Independent Samples (Spreadsheet8)									
		Note: Variables were treated as independent samples									
Group 1 vs. Group 2	Mean Group 1	Mean Group 2	t-value	df	p	Valid N Group 1	Valid N Group 2	Std.Dev. Group 1	Std.Dev. Group 2	F-ratio Variances	p Variances
Devata vs. Sesta	5,329787	3,963303	2,897601	154	0,004309	47	109	2,842375	2,640678	1,158596	0,529830

Tabulka 4: Ověření hypotézy č. 2



Graf 2: Graf hypotézy č. 2

Z tabulky vytvořené programem Statistica (Tabulka 4) je možné vyčíst, že signifikance p vyšla 0,004309 a je tedy nižší než zvolená hodnota hladiny významnosti ($\alpha = 0,05$). Tento rozdíl uvádí, že mezi žáky 9. a 6. tříd je v užívání internetu statistický rozdíl a zavrhneme tedy nulovou hypotézu. Alternativní hypotéza, která tvrdí, že žáci 9. tříd tráví na internetu více času než žáci 6. tříd je tedy potvrzena a přijímáme ji.

2.5.3 Hypotéza 3

Chlapci tráví na internetu více času než dívky.

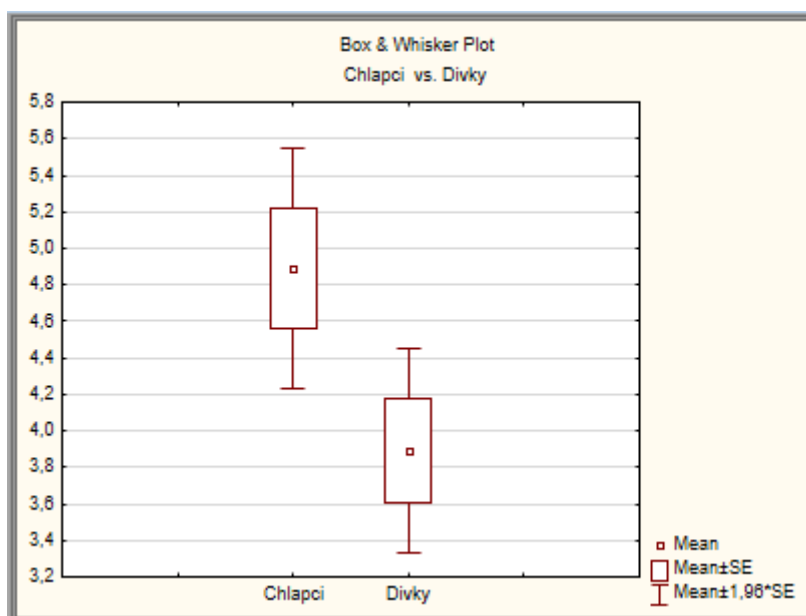
Zvolená hladina významnosti $\alpha = 0,05$

Nulová hypotéza: Chlapci tráví na internetu stejné množství času jako dívky. ($X_1 = X_2$)

Alternativní hypotéza: Chlapci tráví na internetu více času než dívky. ($X_1 > X_2$)

T-test for Independent Samples (Spreadsheet10)											
Note: Variables were treated as independent samples											
Group 1 vs. Group 2	Mean Group 1	Mean Group 2	t-value	df	p	Valid N Group 1	Valid N Group 2	Std.Dev. Group 1	Std.Dev. Group 2	F-ratio Variances	p Variances
Chlapci vs. Dívky	4,890000	3,891975	2,284174	154	0,023728	75	81	2,888771	2,567507	1,265911	0,301253

Tabulka 5: Ověření hypotézy č. 3



Graf 3: Graf hypotézy č. 3

Z tabulky vytvořené programem Statistica (Tabulka 5) je možné vyčíst, že signifikance p vyšla 0,023728 a je tedy nižší než zvolená hodnota hladiny významnosti ($\alpha = 0,05$). Tento rozdíl uvádí, že mezi chlapci a dívkami je v užívání internetu statistický rozdíl a zavrhuje tedy nulovou hypotézu. Alternativní hypotéza, která tvrdí, že chlapci tráví na internetu více času než dívky je tedy potvrzena a přijímáme ji.

2.5.4 Hypotéza 4

Dívky používají sociální sítě více než chlapci.

Nejčastěji používané služby a aplikace						
Služby / Aplikace	Dívky	Dívky %	Chlapci	Chlapci %	Celkem	Celkem %
Sociální sítě	50	59,52	19	23,75	69	42,07
E-Mail	4	4,76	6	7,5	10	6,1
Prohlížení webu	1	1,19	4	5	5	3,05
Internetové volání	5	5,95	12	15	17	10,37
Chat	16	19,06	8	10	24	14,63
Přenos souborů	1	1,19	1	1,25	2	1,22
Online hry	2	2,38	26	32,5	28	17,07
Jiné*	5	5,95	4	5	9	5,49
Celkem	84	100	80	100	164	100

Tabulka 6: Nejčastěji používané internetové služby a aplikace mezi žáky

Z tabulky 6 můžeme vyčíst, že nejpoužívanější aplikací/službou internetu u dívek jsou sociální sítě. Z celkového množství 84 dívek jich 50 uvedlo, že jejich nejpoužívanější internetovou aplikací/službou jsou právě sociální sítě. Z celkového množství 80 chlapců jich pouze 19 uvedlo sociální sítě jako jejich nejpoužívanější službu/aplikaci. Dívky jsou v používání sociálních sítí v převaze. Můžeme tedy potvrdit tuto hypotézu.

Zajímavým poznatkem je to, že chlapci jako nejčastější službu uváděli online počítačové hry.

2.5.5 Hypotéza 5

Alespoň 10% žáků vykazuje závislost.

Chenův dotazník						
	6. třída		9. třída		Celkem	
Hranice	Počet	%	Počet	%	Počet	%
$x \geq 58$	28	24,56	15	30	43	26,22
$x < 58$	86	75,44	35	70	121	73,78
Celkem	114	100	50	100	164	100

Tabulka 7: Množství žáků s příznaky

Chlapci x Dívky ($x \geq 58$)		
	Počet žáků	%
Dívky	19	44,19
Chlapci	24	55,81
Celkem	43	100

Tabulka 8: Rozložení příznaků závislosti (chlapci x dívky)

Město x Vesnice ($x \geq 58$)		
	Počet žáků	%
Město	21	48,84
Vesnice	22	51,16
Celkem	43	100

Tabulka 9: Rozložení příznaků závislosti (město x vesnice)

Uvědomění si závislosti		
	Počet žáků	%
Ano	24	55,81
Ne	19	44,19
Celkem	43	100

Tabulka 10: Uvědomění si příznaků závislosti

Z tabulky 7 můžeme vyčíst, že z celkového počtu 164 žáků/respondentů má dle Chenova dotazníku a bodování 43 žáků 58 nebo více bodů a tím pádem příznaky závislosti na internetu. To činí až 26,22% dotazovaných což je více než předpovídala daná hypotéza a můžeme ji proto potvrdit.

Z doplňujících tabulek 8 a 9 můžeme vyčíst, že chlapci jsou k závislosti náchylnější a poměr závislých ve městech a vesnicích je přibližně vyrovnaný. K větší náchylnosti chlapců k závislosti může napomáhat také to, že tráví na internetu dle potvrzené hypotézy 3 více času než dívky.

Zajímavým poznatkem je také to, že dle tabulky 10 si více než polovina respondentů s příznaky myslí, že jsou na internetu závislí.

Zhodnocení výsledků

Bylo stanoveno několik hypotéz týkajících se trávení času na internetu. Úkolem první hypotézy bylo zjistit, zda na internetu tráví více času žáci původem z města či žáci pocházející z vesnice. Hypotéza předpovídala, že žáci z města budou na internetu trávit času více než jejich spolužáci z vesnice. Tato hypotéza nebyla potvrzena z důvodu nesignifikantního rozdílu mezi skupinami. Zajímavým zjištěním však bylo to, že podle zjištěných průměrů byla tendence užívání internetu spíše opačná - žáci z vesnice trávili oproti žákům z města na internetu více času. Průměrný žák z vesnice tedy na internetu tráví zhruba o půl hodiny více než jeho spolužák z města.

Druhá hypotéza porovnávala užívání internetu u mladších a starších žáků a předpovídala, že žáci starší budou na internetu trávit více času než ti mladší. Tato hypotéza byla statisticky potvrzena. Rozdíl mezi věkovými kategoriemi činil skoro dvě hodiny průměrného času užívání. To však mohlo být zapříčiněno i tím, že starší žáci mohou mít více online výuky v rámci pandemie než žáci mladší a tudíž bylo tohle číslo nafouknuto tímto způsobem.

Třetí hypotéza vycházela z předpokladu, že chlapci stráví na internetu více času než dívky. Tato hypotéza byla potvrzena s rozdílem jedné hodiny mezi pohlavími.

Na třetí hypotézu navazovala ta čtvrtá, která konstatovala, že dívky budou používat sociální sítě více než chlapci. Z dat je zřetelné, že sociální sítě jako hlavní užívanou internetovou službou volily především dívky - a to konkrétně 59,52% z nich. V pořadí druhou dívkami nejpoužívanější aplikací byl chat. U chlapců vítězily online počítačové hry a to s 32,5 procenty. U chlapců byly sociální sítě až na druhém místě a to s 23,75%. Celková žáky nejpoužívanější službou byly sociální sítě, kterou volilo 42,07% ze všech žáků. Z doplňujících otázek výzkumu také vyplynulo, že nejpoužívanější sociální sítí je Youtube, kterou následuje Instagram a TikTok. Velikán Facebook se tedy na stupních "vítězů" neumístil.

Poslední hypotéza tvrdila, že alespoň 10 procent žáků bude vykazovat závislost vůči internetu. Tato hypotéza se potvrdila s až překvapivými výsledky, kdy dle Chenovy škály vykazovalo příznaky závislosti až 26,22% žáků. Tyto výsledky mohou být znepokojivé, jelikož se jedná o více než čtvrtinu dotazovaných. Z žáků z 6. tříd vykazuje příznaky 24,56% žáků a z žáků z 9. tříd vykazuje příznaky rovných 30% žáků. Kvůli nepoměrnému množství žáků 6. a 9. tříd není uveden poměr žáků z celku 43 žáků s příznaky závislosti.

Dále bylo zjištěno, že chlapci jsou k závislosti náchylnější než dívky. K tomu může nahrávat i již zmíněný fakt o tom, že chlapci na internetu tráví více času než dívky. Závislost však nebere ohledy na to odkud žáci pocházejí - z dat vychází, že rozložení závislých žáků ve městech a vesnicích je zhruba vyvážené.

Zajímavým faktem je také to, že 55,81% žáků z příznaky si myslí, že jsou závislí a uvědomují si tedy své nadměrné užívání internetu.

Dalšími zjištěními z dotazníkového šetření bylo, že nejčastěji používané zařízení pro přístup k internetu je mobilní telefon. Dále to, že nejčastěji internet žáci v používají pro online výuku a v závěsu za tím pro kontakt s přáteli, sledování videí a filmů a hraní online her. Nejhranějšími žánry online počítačových her jsou "Battle Royale" a "FPS" k čemuž také poukazují konkrétní zmíněné hry - Fortnite, Apex Legends a Counter Strike: Global Offensive.

Z celé práce však vyplývá jediné – internet je „dobrý sluha, ale zlý pán“ a závislost na něm je aktuálním problémem, který je nutné začít řešit včas, protože může zajít jak k psychickým tak fyziologickým potížím. K řešení potíží se závislostí nám mohou například pomoci organizace zmíněné v teoretické části této práce.

Dle mého názoru není nutné se na internet dívat jako na zlo, jen je potřeba poučit veřejnost o jeho nebezpečích. Děti je od nebezpečí internetu – a hlavně tedy závislosti na něm chránit možné. Nutné je však s nimi o tomto problému komunikovat. Zakázat dětem používání internetu v dnešní době není možné – hlavně tedy v době, kdy byla tato práce psaná a bez internetu nefunguje vzdělávání, protože jsou školy uzavřené kvůli současné pandemii – dle mého názoru je mnohem důležitější používání internetu regulovat a netrávit na něm více času, než se může zdát být zdravé.

Důležitou funkcí pedagoga je vést dítě k celkovému rozvoji a je tedy nutné jej před těmito nebezpečími chránit. Tuto prevenci můžeme provést například návštěvou nebo spoluprací s centry pro prevenci závislosti – v tomto případě s centry zabývající se netolismem a internetovou závislostí. Pokud však už dítě pociťuje příznaky, je nutné obrátit se na rodiče a případně na odbornou pomoc.

Závěr

Tato bakalářská práce byla napsána z důvodu objasnění problematiky závislosti na internetu, užívání internetových služeb a aplikací a použití těchto nabytých znalostí v reálném prostředí v dotazníkovém šetření.

Teoretická část charakterizovala závislost jako nemoc a popsala její příznaky na příkladu závislosti na alkoholu. Tyto příznaky pak byly porovnány s příznaky netolismu a závislosti na internetu, které byly detailně popsány v další podkapitole. Dále se práce zaměřila na rizika a negativní dopady závislosti na internetu a to jak psychologická tak fyziologická. Objasněna byla i forma prevence a léčby této závislosti.

Další rozsáhlou kapitolou byla kapitola zaměřená na internet, jeho služby a aplikace. Tato kapitola nejprve popsala historii internetu a dále se zaměřila na popis jeho služeb a aplikací. Detailně bylo rozebráno téma sociálních sítí a online počítačových her. Byly také zmíněny pozitiva, negativní dopady a nebezpečí internetu. V neposlední řadě bylo také zmíněno propojení online počítačových her a gamblingových aktivit.

Praktická část byla uskutečněna kvantitativním dotazníkovým výzkumem, kde respondenty byli žáci druhého stupně základních škol - konkrétně žáci šestých a devátých tříd náhodně vybraných městských a vesnických škol. Celkový počet respondentů činil 164 žáků. Z tohoto počtu se jednalo o 114 žáků šestých tříd a 50 žáků tříd devátých. Genderová vyváženost byla 84 dívek a 80 chlapců. Dotazník (Příloha 1) byl rozeslán e-mailem školám, na kterých byl výzkum domluven s řediteli.

Dotazník byl rozeslán tímto způsobem z důvodu uzavřených škol, jejichž uzavření bylo zapříčiněno probíhající pandemií nemoci Covid-19. Toto zkomplikovalo výzkum natolik, že většina oslovených škol neměla zájem či čas účastnit se výzkumu z důvodu už tak nedostatkových vyučovacích hodin. Většina účastníků-se škol tedy volila způsob rozeslání dotazníku žáků jako domácího úkolu. To však u části zapříčinilo to, že žáci dotazník nevyplnili všichni. Hlavní cíle této práce byly však dle mého názoru splněny i napříč těmito komplikacemi.

Seznam použitých zdrojů:

- 1) A short history of the web. [online]. Home | CERN. [cit. 18.02.2021]. Dostupné z: <https://home.cern/science/computing/birth-web/short-history-web#:~:text=Tim%20Berners%2DLee%2C%20a%20British,and%20institutes%20around%20the%20world.>
- 2) AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5. 5th ed. Washington, D.C.: American Psychiatric Publishing 2013, 947 p. ISBN 978-0-89042-555-8.
- 3) ANDERSON, M. A Majority of Teens Have Experienced Some Form of Cyberbullying. [online]. Pew Research Center 2018. [cit. 19.02.2021]. Dostupné z: <https://www.pewresearch.org/internet/2018/09/27/a-majority-of-teens-have-experienced-some-form-of-cyberbullying/>
- 4) BASLER, Jaromír a Michal MRÁZEK. Počítačové hry a jejich místo v životě člověka. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2018. ISBN 978-80-244-5404-7.
- 5) BEATTEAY, Sun-Li. The Bit Wars. [online]. Medium 2020 [cit. 24.02.2021]. Dostupné z: <https://medium.com/@SunnyB/the-bit-wars-5954d84ab3b8#:~:text=The%20short%20answer%20is%20that,place%2C%20the%20timeline%20is%20subjective.>
- 6) BIDGOLI, Hossein. Encyclopedia of Information Systems. Elsevier, 2002. ISBN 978-0-12-227240-0
- 7) BLINKA, Lukáš. Online závislosti: jednání jako droga? : online hry, sex a sociální sítě : diagnostika závislosti na internetu : prevence a léčba. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-7975-5.
- 8) BLYSTONE, Dan. The Story of Instagram: The Rise of the #1 Photo-Sharing Application. [online]. Investopedia 2020. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.investopedia.com/articles/investing/102615/story-instagram-rise-1-photo0sharing-app.asp#:~:text=Instagram%20is%20a%20photo%20and,app%20was%20launched%20on%20Oct.>
- 9) CLEMENT, J. (2019a). Reddit - Statistics & Facts. [online]. Statista 2019 [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/topics/5672/reddit/>
- 10) CLEMENT, J. (2019b) Tumblr - Statistics & Facts. [online]. Statista 2019 [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/topics/2463/tumblr/>

- 11) CLEMENT, J. (2020). LinkedIn - Statistics & Facts [online]. Statista 2020. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/topics/951/linkedin/>
- 12) CLEMENT, J. (2021). Number of monthly active users of Steam worldwide from 2017 to 2020 [online]. Statista 2021. [cit. 23.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/733277/number-stream-dau-mau/>
- 13) CLIFFORD, Daniel. VoIP: The complete beginner's guide. Broadband, TV, Landline & Mobile Comparison. [online]. broadbandchoices 2018. [cit. 18.02.2021]. Dostupné z: <https://www.broadbandchoices.co.uk/guides/internet/internet-phone-voip-offers#:~:text=A%20VoIP%20system%20works%20by,than%20using%20normal%20phone%20lines.>
- 14) Co je netolismus - E-Bezpečí.[online]. Projekt E-bezpečí - E-Bezpečí [cit. 15. 2. 2021]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/71-trivium/1432-co-je-netolismus>
- 15) Company info. [online]. Facebook. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://about.fb.com/company-info/>
- 16) DENNIS, Michael A. a Robert KAHN. Internet. [online]. Encyclopedia Britannica, 2020. [cit. 18.02.2021]. Dostupné z: <https://www.britannica.com/technology/Internet>
- 17) Distanční výuka – materiály od JSNS zdarma. [online]. Vzdělávací program JSNS. [cit. 19.02.2021]. Dostupné z: <https://www.jsns.cz/distanzni-vyuka>
- 18) Features. [online] WhatsApp. [cit. 23.02.2021]. Dostupné z: <https://www.whatsapp.com/features/>
- 19) GRIFFITHS, Mark. A “Components” Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework. Journal of Substance Use. 2009. 10. 191-197. DOI:10.1080/14659890500114359.
- 20) HALL, Mark. Facebook. [online]. Encyclopedia Britannica 2021. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.britannica.com/topic/Facebook>
- 21) HERRMAN, John. How TikTok Is Rewriting the World. [online] The New York Times 2019 [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.nytimes.com/2019/03/10/style/what-is-tik-tok.html>
- 22) HLADKÁ, Eva a Jan FOUSEK. Základy IT Gramotnosti - Služby internetu. [online]. Fakulta informatiky Masaríkovy univerzity. [cit. 18.02.2021]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/do/ics/el/sitmu/law/html/sluzby-internetu.html>

- 23) HLAVÁČ, Jan. Netolismus. Virtuální závislost, nebo závislost na virtuálu?. Prevence (3) 2013 str. 6-8.
- 24) HOSCH, William L. YouTube. [online]. Encyclopedia Britannica 2020 [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.britannica.com/topic/YouTube>
- 25) HOSCH, William. Electronic shooter game. [online]. Encyclopedia Britannica 2018. [cit. 25.02.2021]. Dostupné z: <https://www.britannica.com/topic/electronic-shooter-game#ref1083436>
- 26) Chenova škála závislosti na internetu. [online]. Klinika adiktologie Lékařské fakulty Univerzity Karlovy. [cit. 3. 4. 2021]. Dostupné z: <https://www.adiktologie.cz/chenova-skala-zavislosti-na-internetu-chen-internet-addiction-scale-cias>
- 27) CHIKHANI, Riad. The History Of Gaming: An Evolving Community. [online]. Tech Crunch 2015. [cit. 24.02.2021]. Dostupné z: https://techcrunch.com/2015/10/31/the-history-of-gaming-an-evolving-community/?guccounter=1&guce_referrer=aHR0cHM6Ly93d3cuZ29vZ2xILmNvbS8&guce_referrer_sig=AQAAAITAEJKuhUXZxepwg1oVvQC1VNhN4zpuKpp0GXOFLyr85Ru3miV2VU_Gm4_aMSJ0iqbzXnNk6xLGlgsfr9INseiWfg5TYuu6sVXNZjR5vcnMd2Apnq1dIhRrmfLgVWAeFSo4wgdD9anRCr11fDYR7Mth-MWErz3_uVmKtjpJyS
- 28) CHRÁSKA, Miroslav. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5326-3.
- 29) Informace o projektu - E-Bezpečí. [online]. Projekt E-bezpečí - E-Bezpečí [cit. 16.02.2021]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/o-projektu/projektu>
- 30) Informace. [online]. STEAM. [cit. 23.02.2021]. Dostupné z: <https://store.steampowered.com/about/>
- 31) Internet Safety for Kids: Top 7 Internet Dangers | Kaspersky. [online]. Kaspersky Cyber Security Solutions for Home & Business | Kaspersky [cit. 19.02.2021]. Dostupné z: <https://usa.kaspersky.com/resource-center/threats/top-seven-dangers-children-face-online>
- 32) JONES, Matthew. The Complete History of Social Media: A Timeline of the Invention of Online Networking. [online]. History Cooperative 2015. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://historycooperative.org/the-history-of-social-media/>
- 33) KALINA a kol. Klinická adiktologie. Grada 2015. ISBN 978-80-247-4331-8

- 34) KEEFER, Alice a Tomas BAIGET. How it all began: a brief history of the Internet. Emerald Publishing 2001 DOI:10.1108/03055720010804221
- 35) KOPECKÝ, Kamil a kol. RIZIKOVÉ FORMY CHO VÁNÍ ČESKÝCH A SLOVENSKÝCH DĚTÍ V PROSTŘEDÍ INTERNETU. Univerzita Palackého v Olomouci, 2015 ISBN 978-80-244-4868-8
- 36) KOPECKÝ, Kamil. Úvod do netolismu. Internetový portál E-Bezpečí. [online]. Centrum PRVoK PdF UP: Olomouc, 2011. [cit. 15. 2. 2021]. Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/331-uvod-do-problematiky-netolismu>
- 37) KOTWANI, Bharat. MOST EXPENSIVE CSGO SKIN SOLD FOR A RECORD \$150K USD. [online]. TE talkesport 2021. [cit. 27.02.2021]. Dostupné z: <https://www.talkesport.com/news/csgo/most-expensive-csgo-skin-sold-for-a-record-150k-usd/>
- 38) LARSON, Gary W. Instant Messaging, [online]. Encyclopedia Britannica, 2016. [cit. 18.02.2021]. Dostupné z: <https://www.britannica.com/topic/instant-messaging>
- 39) LEINER, Barry M. a kol. A Brief History of the Internet. [online]. 1997. [cit. 18.02.2021]. Dostupné z: <https://arxiv.org/html/cs/9901011?>
- 40) LESKIN, Paige. YouTube is 15 years old. Here's a timeline of how YouTube was founded, its rise to video behemoth, and its biggest controversies along way. [online] Insider 2020. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.businessinsider.com/history-of-youtube-in-photos-2015-10>
- 41) MENG, Andy. What is Pinterest?. [online] Infront Webworks 2019. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.infront.com/blog/what-is-pinterest-and-how-does-it-work/>
- 42) MEYER, Jack. History of Twitter: Jack Dorsey and The Social Media Giant. [online]. The Street 2019/2020. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.thestreet.com/technology/history-of-twitter-facts-what-s-happening-in-2019-14995056>
- 43) MMORPG. [online]. Computer Hope 2019. [cit. 25.02.2021]. Dostupné z: <https://www.computerhope.com/jargon/m/mmorpg.htm>
- 44) Nebud' obět'! | Rizika internetu a komunikačních technologií. [online]. Nebud' obět'! [cit. 16.02.2021]. Dostupné z: <http://www.nebudobet.cz/>

- 45) NEŠPOR, Karel. Návykové chování a závislost Současné poznatky a perspektivy léčby. Portál 2013. ISBN 978-80-7367-908-8
- 46) Netolismus: závislost na tzv. virtuálních drogách | NZIP. [online]. NZIP – Národní zdravotnický informační portál [cit. 17. 2. 2021]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/259-netolismus>
- 47) O nás. Úvod. [online]. Národní centrum bezpečnějšího internetu [cit. 16.02.2021]. Dostupné z: <https://bezpecne-online.ncbi.cz/uvod/o-nas>
- 48) O projektu - INTERNETEM BEZPEČNĚ. INTERNETEM BEZPEČNĚ - Užívejme internet bezpečnějším způsobem. [online]. INTERNETEM BEZPEČNĚ 2018. [cit. 16.02.2021]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/o-projektu/>
- 49) PAVLOVIC, Dwight. Video Game Genres: Everything You Need to Know. [online]. HP 2020. [cit. 25.02.2021]. Dostupné z: <https://store.hp.com/us/en/tech-takes/video-game-genres>
- 50) Press. [online] YouTube 2021. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/intl/en-GB/about/press/#:~:text=Global%20Reach,in%20more%20than%20100%20countries.>
- 51) RECHSTEINER, Alexander. The history of video games. [online]. Swiss National Museum 2020. [cit. 24.02.2021]. Dostupné z: <https://blog.nationalmuseum.ch/en/2020/01/the-history-of-video-games/>
- 52) ROBINSON, Terry a Kent BERRIDGE. Addiction. Annual review of psychology. Vol.54. s.25-53. 2003. DOI:10.1146/annurev.psych.54.101601.145237.
- 53) SADIKU, Matthew. N. O.; OMOTOSO, Adedamola. A. a MUSA, Sarhan. M. Social Networking. International Journal of Trend in Scientific Research and Development. Volume-3. 126-128. 2019. DOI:10.31142/ijtsrd21657
- 54) SCOTT-JONES, Richard. Here are CS:GO's loot box odds. [online]. PCGamesN 2017. [cit. 27.02.2021]. Dostupné z: <https://www.pcgamesn.com/counter-strike-global-offensive/csgo-case-odds>
- 55) SHAH, Saqib. The history of social networking. [online]. Digital Trends 2016. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.digitaltrends.com/features/the-history-of-social-networking/>

- 56) SLOVÁK, Dalibor, Petra PRZECZKOVÁ, Šárka DAŇKOVÁ a Miroslav ZVOLSKÝ. Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: MKN-10 : desátá revize : obsahová aktualizace k 1. 1. 2018. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2017. ISBN 978-80-7472-168-7.
- 57) Slowly. [online]. Slowly App. [cit. 23.02.2021]. Dostupné z: <https://slowly.app/en/>
- 58) Social Media Fact Sheet. [online]. Pew Research Center. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.pewresearch.org/internet/fact-sheet/social-media/#find-out-more>
- 59) Social Media. [online]. Merriam-Webster. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/social%20media>
- 60) STRICKLAND, Jonathan a Dave ROOS. How Second Life Works. [online]. How Stuff Works. [cit. 26.02.2021]. Dostupné z: <https://computer.howstuffworks.com/internet/social-networking/networks/second-life.htm>
- 61) SZOTKOWSKI, René a Kamil KOPECKÝ. Kybernemoci a netolismus (přůvodce studiem). [online]. Pdf UP Olomouc, 2019. [cit. 15.02.2021]. Dostupné z: https://www.pdf.upol.cz/fileadmin/userdata/PdF/VaV/2019/odborne_seminare/2._Kybernemoci_a_netolismus.pdf
- 62) TANKOVSKA, H. (2018/2021). Number of monthly active Instagram users from January 2013 to June 2018. [online]. Statista 2021. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/253577/number-of-monthly-active-instagram-users/#:~:text=How%20many%20people%20use%20Instagram,user%20properties%20owned%20by%20Facebook.>
- 63) TANKOVSKA, H. (2019/2021a). Number of monthly active Twitter users worldwide from 1st quarter 2010 to 1st quarter 2019. [online]. Statista 2021. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/282087/number-of-monthly-active-twitter-users/>
- 64) TANKOVSKA, H. (2019/2021b). Cumulative total of Tumblr posts between May 2011 and April 2019. [online]. Statista 2021. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/221565/total-cumulative-number-of-tumblr-posts/>

- 65) TANKOVSKA, H. (2021a). Number of monthly active Facebook users worldwide as of 4th quarter 2020. [online]. Statista 2021. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/264810/number-of-monthly-active-facebook-users-worldwide/#:~:text=How%20many%20users%20does%20Facebook,the%20biggest%20social%20network%20worldwide.>
- 66) TANKOVSKA, H. (2021b). Most popular social networks worldwide as of January 2021, ranked by number of active users. [online] Statista 2021. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/272014/global-social-networks-ranked-by-number-of-users/>
- 67) TANKOVSKA, H. (2021c). TikTok- Statistics & Facts. [online]. Statista 2021. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/topics/6077/tiktok/>
- 68) TANKOVSKA, H. (2021d). Snapchat - Statistics & Facts. [online]. Statista 2021 [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/topics/2882/snapchat/>
- 69) TANKOVSKA, H. (2021e). Number of daily active Snapchat users from 1st quarter 2014 to 4th quarter 2020. [online]. Statista 2021 [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/545967/snapchat-app-dau/>
- 70) Telegram FAQ. [online] Telegram. [cit. 23.02.2021]. Dostupné z: <https://telegram.org/faq#q-what-is-telegram-what-do-i-do-here>
- 71) VESELÝ, Arnošt a Dagmar DZÚROVÁ. Substance Use in a Comparative Perspective The Case of Bulgaria, Czechia, Croatia, Romania and Slovakia. Karolinum 2013. ISBN 978-80-246-1891-3
- 72) Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci - 2020. [online]. Český statistický úřad [cit. 13. 2. 2021]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/vyuzivani-informacnich-a-komunikacnich-technologie-v-domacnostech-a-mezi-jednotlivci-2020>
- 73) What is Facebook?. [online]. GCFGlobal. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://edu.gcfglobal.org/en/facebook101/what-is-facebook/1/>
- 74) What is Instagram?. [online]. GCFGlobal. [cit. 21.02.2021]. Dostupné z: <https://edu.gcfglobal.org/en/instagram/what-is-instagram/1/>
- 75) What is Pinterest?. [online] Pinterest. [cit. 22.02.2021]. Dostupné z: <https://help.pinterest.com/en/guide/all-about-pinterest>

- 76) What makes Discord different?. [online]. Discord. [cit. 23.02.2021]. Dostupné z: <https://discord.com/why-discord-is-different>
- 77) YOUNG, Kimberly. S. Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*. 2004. 48(4). 402–415. DOI:10.1177/0002764204270278
- 78) ZENDLE, David; MEYER, Rachel a Harriet OVER. Adolescents and loot boxes: links with problem gambling and motivations for purchase. *Royal Society Open Science* 2019. DOI:10.1098/rsos.190049
- 79) ŽUFNÍČEK, Jan. Příloha č.15 - Netolismus | Metodické dokumenty (doporučení a pokyny). [online]. MŠMT ČR 2013. [cit. 16.02.2021]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>

Seznam tabulek:

<i>Tabulka 1: Struktura respondentů 6. tříd</i>	38
<i>Tabulka 2: Struktura respondentů 9. tříd</i>	38
<i>Tabulka 3: Ověření hypotézy č. 1</i>	38
<i>Tabulka 4: Ověření hypotézy č. 2</i>	39
<i>Tabulka 5: Ověření hypotézy č. 3</i>	40
<i>Tabulka 6: Nejčastěji používané internetové služby a aplikace mezi žáky</i>	41
<i>Tabulka 7: Množství žáků s příznaky</i>	42
<i>Tabulka 8: Rozložení příznaků závislosti (chlapci x dívky)</i>	42
<i>Tabulka 9: Rozložení příznaků závislosti (město x vesnice)</i>	42
<i>Tabulka 10: Uvědomění si příznaků závislosti</i>	43

Seznam grafů:

<i>Graf 1: Graf hypotézy č. 1</i>	39
<i>Graf 2: Graf hypotézy č. 2</i>	40
<i>Graf 3: Graf hypotézy č. 3</i>	41

Seznam vzorců:

<i>Vzorec 1: Výpočet parametru ,t'</i>	36
<i>Vzorec 2: Výpočet směrodatné odchylky</i>	36
<i>Vzorec 3: Výpočet stupňů volnosti</i>	37

Seznam příloh:

Dotazník	I
Výsledky dotazníku	VI

Dotazník

Závislost na internetu u žáků 2. stupně základních škol

Dobrý den,
Jmenuji se Jan Sedláček a jsem studentem Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci oboru Anglický jazyk / Základy technických věd a IT.
To, co nyní vidíte před sebou je dotazník vztahující se k mé bakalářské práci, která se zabývá závislostí na internetu u žáků 2. stupně základní školy.
Tímto Vás prosím o pravdivé vyplnění dotazníku - nemusíte se ničeho bát - dotazník je plně anonymní.
Děkuji a přeji pohodový zbytek dne,
Jan Sedláček

*Povinné pole

Organizační
otázky

Prosím o vyplnění 4 organizačních otázek - v každé vyberte pouze jednu možnost nebo napište stručnou odpověď.
Opakuji - dotazník je plně anonymní - pokud Vám nikdo nestojí za zády, tak nikdo nebude vědět, že jste odpovídali právě Vy.

4. Bydlíte ve městě nebo ve vesnici? *

Označte jen jednu elipsu.

- Město
 Vesnice

Vlastní
dotazník
- 1. část

Nyní se vrhneme na otázky přímo týkající se používání internetu.
Opětovně prosím o pravdivé vyplnění.
Tato část dotazníku je převzata z Chenovy škály závislosti na internetu (The Chen Internet Addiction Scale (CIAS))

Jak odpovídat:
U následujících otázek je možná volba 1 - 4
1 znamená "Nesouhlasím"
2 znamená "Spíše Nesouhlasím"
3 znamená "Spíše Souhlasím"
4 znamená "Souhlasím"
Vždy je možno vybrat pouze jednu odpověď.

5. Bylo mi vicrát než jednou řečeno, že na internetu trávím příliš mnoho času. *

Označte jen jednu elipsu.

- 1 2 3 4
Nesouhlasím Souhlasím

1. Jaké je Vaše pohlaví? *

Označte jen jednu elipsu.

- Dívka
 Chlapec

2. Do jaké třídy chodíte? *

Označte jen jednu elipsu.

6. třída
 9. třída

3. Napište název školy kterou navštěvujete + obec/město ve které/m škola sídlí. *

6. Po surfování na internetu cítíte jiné fyzické potíže. (Bolest hlavy, Bolest zad, atd.) *

Označte jen jednu elipsu.

- 1 2 3 4
Nesouhlasím Souhlasím

7. Zjišťuji, že se vyžívám na internetu na úkor toho, abych se stýkal(a) se svými kamarády. *

Označte jen jednu elipsu.

- 1 2 3 4
Nesouhlasím Souhlasím

8. Myšlenka na to, že se připojím na internet, je první věc, která mě každý den ráno hned po probuzení napadne. *

Označte jen jednu elipsu.

- 1 2 3 4
Nesouhlasím Souhlasím

9. Nedaří se mi zvládat své nutkání připojit se na internet. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

10. Více než jednou se mi stalo, že jsem kvůli internetu spal/a méně než čtyři hodiny. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

11. Surfování na internetu se negativně projevuje na mém tělesném zdraví. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

15. Mé odpočinkové aktivity se omezují na užívání internetu. (Internet používám jako hlavní odpočinkovou aktivitu.) *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

16. Cítím se deprimovaný/á a skleslý/á, když na nějakou dobu přestanu internet užívat. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

17. Doba, kterou týdně trávím na internetu, se za posledních 6 měsíců výrazně zvýšila. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

12. Přestože se užívání internetu negativně odrazilo na mých vztazích s jinými lidmi, množství času, které na internetu trávím, se nezmenšilo. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

13. Když jsem nějakou dobu bez internetu, mám pocit, že mi něco chybí. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

14. Kvůli internetu trávím méně času s rodinou. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

18. Trávení času na internetu má určitý negativní dopad na mé výsledky ve škole. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

19. Nedaří se mi zvládat své nutkání připojit se na internet poté, co jsem se již odhlásil/a, abych mohl/a dělat nějakou jinou plánovanou práci. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

20. Kdyby nebylo internetu, neměl/a bych v životě mnoho radosti. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

21. Snažím se trávit na internetu méně času, ale mé snahy jsou marné. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

22. Zůstávám online po delší dobu, než jsem měl/a v úmyslu, i když jsem měl/a původně v plánu jen se na něco rychle podívat. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

23. Jakmile se dostanu na internet, vjede do mě nová energie bez ohledu na únavu, kterou cítím. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

27. Zvykám si méně spát, abych mohl/a trávit více času na internetu. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

28. Jsem neklidný/á a podrážděný/á, když připojení na internet nefunguje nebo když není takové připojení k dispozici. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

29. Zjišťuji, že trávím na internetu stále více času. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

24. Během dne se cítím unavený/á, protože dlouho do noci surfuji na internetu. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

25. Kvůli užívání internetu nepravidelně jím. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

26. Musím na internetu trávit stále více času, abych dosáhl/a stejného uspokojení jako předtím. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

30. Když po určitou dobu nechodím na internet, začnu se cítit nespůjňně. *

Označte jen jednu elipsu.

	1	2	3	4	
Nesouhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Souhlasím

Vlastní
dotazník
- 2. část

Tato část se zabývá konkrétně jakým způsobem internet využíváte. Uvidíte otázky doplňující první část týkající se služeb internetu, sociálních sítí a online počítačových her. Některé otázky budou mít možnost více odpovědí - tyto otázky budou označeny značkou (V0)

31. Kolik času trávíte na internetu každý den? (Celkem) *

Označte jen jednu elipsu.

<input type="radio"/>	méně než 30 minut
<input type="radio"/>	30 minut - 1 hodina
<input type="radio"/>	1 - 2 hodiny
<input type="radio"/>	2 - 3 hodiny
<input type="radio"/>	3 - 4 hodiny
<input type="radio"/>	4 - 5 hodin
<input type="radio"/>	více než 5 hodin

32. V případě, že jste zvolili "více než 5 hodin", uveďte kolik hodin na internetu trávíte.

33. Kolik času trávíte na internetu každý den kvůli škole? (Výuka, vypracovávání domácích úkolů, komunikace s učiteli) *

Označte jen jednu elipsu.

- méně než 30 minut
 30 minut - 1 hodina
 1 - 2 hodiny
 2 - 3 hodiny
 3 - 4 hodiny
 4 - 5 hodin
 více než 5 hodin

34. Kolik času trávíte na internetu každý den v rámci volného času? *

Označte jen jednu elipsu.

- méně než 30 minut
 30 minut - 1 hodina
 1 - 2 hodiny
 2 - 3 hodiny
 3 - 4 hodiny
 4 - 5 hodin
 více než 5 hodin

35. Na jakém zařízení internet používáte? *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- Počítač
 Mobil
 Herní konzole
 Chytrá televize
 Tablet

Jiné: _____

36. Proč/Jak používáte internet? (VO) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- Kontakt s přáteli
 Vytváření nových přátelství
 Sdílení vlastního obsahu (fotky, videa, blog, atd.)
 Hraní online her
 Brouzdání internetem
 Zprávy/Novinky
 Škola/Výuka
 Odpočinek
 Sledování videí/filmů

Jiné: _____

38. Kterou z těchto služeb používáte nejčastěji/hejvíce? *

Označte jen jednu elipsu.

- E-Mail
 Prohlížení webových stránek
 Telefonování/Videohovory přes internet (Discord/Teamspeak/Skype/atd.)
 Chat (pisemný - Messenger/WhatsApp/atd.)
 Přenos souborů (stahování/nahrávání/přeposílání)
 Sociální sítě (Facebook/Instagram/Twitter/YouTube/TikTok/atd.)
 Online/Multiplayerové počítačové hry
 Jiné: _____

37. Jaké služby internetu používáte? (VO) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- E-Mail
 Prohlížení webových stránek
 Telefonování/Videohovory přes internet (Discord/Teamspeak/Skype/atd.)
 Chat (pisemný - Messenger/WhatsApp/atd.)
 Přenos souborů (stahování/nahrávání/přeposílání)
 Sociální sítě (Facebook/Instagram/Twitter/YouTube/TikTok/atd.)
 Online/Multiplayerové počítačové hry

Jiné: _____

39. Kolik času na této konkrétní službě strávíte každý den? *

Označte jen jednu elipsu.

- méně než 30 minut
 30 minut - 1 hodina
 1 - 2 hodiny
 2 - 3 hodiny
 3 - 4 hodiny
 4 - 5 hodin
 více než 5 hodin

40. V případě, že jste zvolili "více než 5 hodin", uveďte kolik hodin na této konkrétní službě trávíte.

42. Jaký žánr online her hrajete? Jsou myšleny pouze online režimy her. (V případě, že online hry nehrajete, zaklikněte příslušnou kolonku.) (VO) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- MMORPG (např. WoW, SWTOR, atd.)
 Battle Royale (např. Fortnite, Apex Legends, atd.)
 FPS (např. CS:GO, Team Fortress 2, atd.)
 RTS (např. Starcraft 2, Age of Empires, atd.)
 MOBA (např. League of Legends, DotA 2, atd.)
 Online Závodní hry
 Sociální hry (např. Second Life, atd.)
 Flash hry (superhry.cz, atd.)
 Nehrají hry online.

Jiné: _____

43. Napište konkrétní online hry které hrajete. (Nevypíňujte v případě, že nehrajete online hry.)

41. Jaké sociální sítě používáte? (V případě, že sociální sítě nepoužíváte, zaklikněte příslušnou kolonku.) (VO) *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- Facebook
 Instagram
 Twitter
 Youtube
 TikTok
 Snapchat
 Tumblr
 Reddit
 Nepoužívám sociální sítě.

Jiné: _____

44. Myslíte si, že jste závislí na internetu? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne

45. Pokud ano - Proč si to myslíte?

**Nezapomeňte
dotazník
odeslat!**

Děkují za pravdivé vyplnění tohoto dotazníku a přeji Vám mnoho budoucích úspěchů.
Nyní prosím klikněte na tlačítko odeslat.

Obsah není vytvořen ani schválen Googlem.

Google Formuláře

Výsledky dotazníku

1 Jaké je Vaše pohlaví?

1. Jaké je Vaše pohlaví?		
	Počet	%
Dívka	84	51,2
Chlapec	80	48,8
Celkem	164	100

2 Do jaké třídy chodíte?

2. Do jaké třídy chodíte?		
	Počet	%
6. třída	114	78,1
9. třída	50	21,9
Celkem	164	100

3 Napište název školy kterou navštěvujete + obec/město ve které/m škola sídlí.

Odpovědi u této otázky odpovídaly názvům účastníků se škol.

4 Bydlíte ve městě nebo ve vesnici?

4. Bydlíte ve městě nebo ve vesnici?		
	Počet	%
Město	90	54,9
Vesnice	74	45,1
Celkem	164	100

5 Bylo mi víckrát než jednou řečeno, že na internetu trávím příliš mnoho času.

5.		
	Počet	%
Nesouhlasím	32	19,5
Spíše nesouhlasím	43	26,2
Spíše souhlasím	49	29,9
Souhlasím	40	24,4
Celkem	164	100

6 Po surfování na internetu pociťuji jiné fyzické potíže. (Bolest hlavy, Bolest zad, atd.)

6.		
	Počet	%
Nesouhlasím	88	53,7
Spíše nesouhlasím	40	24,4
Spíše souhlasím	23	14
Souhlasím	13	7,9
Celkem	164	100

7 Zjišťuji, že se vyžívám na internetu na úkor toho, abych se stýkal(a) se svými kamarády.

7.		
	Počet	%
Nesouhlasím	54	32,9
Spíše nesouhlasím	42	25,6
Spíše souhlasím	43	26,2
Souhlasím	25	15,3
Celkem	164	100

8 Myšlenka na to, že se připojím na internet, je první věc, která mě každý den ráno hned po probuzení napadne.

8.		
	Počet	%
Nesouhlasím	72	43,9
Spíše nesouhlasím	35	21,3
Spíše souhlasím	38	23,2
Souhlasím	19	11,6
Celkem	164	100

9 Nedaří se mi zvládat své nutkání připojit se na internet.

9.		
	Počet	%
Nesouhlasím	77	46,9
Spíše nesouhlasím	60	36,6
Spíše souhlasím	20	12,2
Souhlasím	7	4,3
Celkem	164	100

10 Více než jednou se mi stalo, že jsem kvůli internetu spal/a méně než čtyři hodiny.

10.		
	Počet	%
Nesouhlasím	109	66,5
Spíše nesouhlasím	22	13,4
Spíše souhlasím	10	6,1
Souhlasím	23	14
Celkem	164	100

11 Surfování na internetu se negativně projevuje na mém tělesném zdraví.

11.		
	Počet	%
Nesouhlasím	85	51,8
Spíše nesouhlasím	48	29,3
Spíše souhlasím	20	12,2
Souhlasím	11	6,7
Celkem	164	100

12 Přestože se užívání internetu negativně odrazilo na mých vztazích s jinými lidmi, množství času, které na internetu trávím, se nezmenšilo.

12.		
	Počet	%
Nesouhlasím	76	46,4
Spíše nesouhlasím	55	33,5
Spíše souhlasím	22	13,4
Souhlasím	11	6,7
Celkem	164	100

13 Když jsem nějakou dobu bez internetu, mám pocit, že mi něco chybí.

13.		
	Počet	%
Nesouhlasím	67	40,9
Spíše nesouhlasím	53	32,3
Spíše souhlasím	33	20,1
Souhlasím	11	6,7
Celkem	164	100

14 Kvůli internetu trávím méně času s rodinou.

14.		
	Počet	%
Nesouhlasím	78	47,6
Spíše nesouhlasím	43	26,2
Spíše souhlasím	31	18,9
Souhlasím	12	7,3
Celkem	164	100

15 Mé odpočinkové aktivity se omezují na užívání internetu. (Internet používám jako hlavní odpočinkovou aktivitu.)

15.		
	Počet	%
Nesouhlasím	41	25
Spíše nesouhlasím	38	23,2
Spíše souhlasím	48	29,3
Souhlasím	37	22,5
Celkem	164	100

16 Cítím se deprimovaný/á a skleslý/á, když na nějakou dobu přestanu internet užívat.

16.		
	Počet	%
Nesouhlasím	100	61
Spíše nesouhlasím	28	28
Spíše souhlasím	15	9,2
Souhlasím	3	1,8
Celkem	146	100

17 Doba, kterou týdně trávím na internetu, se za posledních 6 měsíců výrazně zvýšila.

17.		
	Počet	%
Nesouhlasím	42	25,6
Spíše nesouhlasím	38	23,2
Spíše souhlasím	38	23,2
Souhlasím	46	28
Celkem	164	100

18 Trávení času na internetu má určitý negativní dopad na mé výsledky ve škole.

18.		
	Počet	%
Nesouhlasím	78	47,6
Spíše nesouhlasím	54	32,9
Spíše souhlasím	21	12,8
Souhlasím	11	6,7
Celkem	164	100

19 Nedaří se mi zvládat své nutkání připojit se na internet poté, co jsem se již odhlásil/a, abych mohl/a dělat nějakou jinou plánovanou práci.

19.		
	Počet	%
Nesouhlasím	94	57,4
Spíše nesouhlasím	46	28
Spíše souhlasím	12	7,3
Souhlasím	12	7,3
Celkem	164	100

20 Kdyby nebylo internetu, neměl/a bych v životě mnoho radosti.

20.		
	Počet	%
Nesouhlasím	95	57,9
Spíše nesouhlasím	36	22
Spíše souhlasím	23	14
Souhlasím	10	6,1
Celkem	164	100

21 Snažím se trávit na internetu méně času, ale mé snahy jsou marné.

21.		
	Počet	%
Nesouhlasím	65	39,6
Spíše nesouhlasím	58	35,4
Spíše souhlasím	28	17,1
Souhlasím	13	7,9
Celkem	164	100

22 Zůstávám online po delší dobu, než jsem měl/a v úmyslu, i když jsem měl/a původně v plánu jen se na něco rychle podívat.

22.		
	Počet	%
Nesouhlasím	52	31,7
Spíše nesouhlasím	36	21,9
Spíše souhlasím	50	30,5
Souhlasím	26	15,9
Celkem	164	100

23 Jakmile se dostanu na internet, vjede do mě nová energie bez ohledu na únavu, kterou cítím.

23.		
	Počet	%
Nesouhlasím	73	44,5
Spíše nesouhlasím	37	22,6
Spíše souhlasím	34	20,7
Souhlasím	20	12,2
Celkem	164	100

24 Během dne se cítím unavený/á, protože dlouho do noci surfuji na internetu.

24.		
	Počet	%
Nesouhlasím	106	64,6
Spíše nesouhlasím	41	25
Spíše souhlasím	8	4,9
Souhlasím	9	5,5
Celkem	164	100

25 Kvůli užívání internetu nepravidelně jím.

25.		
	Počet	%
Nesouhlasím	128	78
Spíše nesouhlasím	21	12,8
Spíše souhlasím	8	4,9
Souhlasím	7	4,3
Celkem	164	100

26 Musím na internetu trávit stále více času, abych dosáhl/a stejného uspokojení jako předtím.

26.		
	Počet	%
Nesouhlasím	127	77,5
Spíše nesouhlasím	30	18,3
Spíše souhlasím	4	2,4
Souhlasím	3	1,8
Celkem	164	100

27 Zvykám si méně spát, abych mohl/a trávit více času na internetu.

27.		
	Počet	%
Nesouhlasím	119	72,6
Spíše nesouhlasím	28	17,1
Spíše souhlasím	13	7,9
Souhlasím	4	2,4
Celkem	164	100

28 Jsem neklidný/á a podrážděný/á, když připojení na internet nefunguje nebo když není takové připojení k dispozici.

28.		
	Počet	%
Nesouhlasím	54	32,9
Spíše nesouhlasím	54	32,9
Spíše souhlasím	35	21,4
Souhlasím	21	12,8
Celkem	164	100

29 Zjišťuji, že trávím na internetu stále více času.

29.		
	Počet	%
Nesouhlasím	56	34,1
Spíše nesouhlasím	51	31,1
Spíše souhlasím	40	24,4
Souhlasím	17	10,4
Celkem	164	100

30 Když po určitou dobu nechodím na internet, začnu se cítit nespůj/nesvá.

30.		
	Počet	%
Nesouhlasím	100	61
Spíše nesouhlasím	36	22
Spíše souhlasím	22	10,4
Souhlasím	11	6,6
Celkem	169	100

31 Kolik času trávíte na internetu každý den? (Celkem)

31. Kolik času trávíte na internetu každý den? (Celkem)		
	Počet	%
méně než 30min	4	2,4
30min - 1h	8	4,9
1h - 2h	18	11
2h - 3h	22	13,4
3h - 4h	24	14,6
4h - 5h	38	23,2
více než 5h	50	30,5
Celkem	164	100

32 V případě, že jste zvolili "více než 5 hodin", uveďte kolik hodin na internetu trávíte.

Nejčastější psaná hodnota byla 6-7 hodin. Vyskytly se však i výjimky, a to zejména 12, 13,5 nebo i 14 hodin.

33 Kolik času trávíte na internetu každý den kvůli škole? (Výuka, vypracovávání domácích úkolů, komunikace s učiteli)

33. Kolik času trávíte na internetu každý den? (Škola)		
	Počet	%
méně než 30min	3	1,8
30min - 1h	9	5,5
1h - 2h	12	7,3
2h - 3h	36	22
3h - 4h	43	26,2
4h - 5h	39	23,8
více než 5h	22	13,4
Celkem	164	100

34 Kolik času trávíte na internetu každý den v rámci volného času?

34. Kolik času trávíte na internetu každý den? (Volný čas)		
	Počet	%
méně než 30min	8	4,9
30min - 1h	19	11,6
1h - 2h	33	20,1
2h - 3h	35	21,3
3h - 4h	31	18,9
4h - 5h	21	12,8
více než 5h	17	10,4
Celkem	164	100

35 Na jakém zařízení internet používáte?

35. Na jakém zařízení internet používáte? (VO)		
	Počet	% z celku (164)
Počítač	122	74,4
Mobil	137	83,5
Herní konzole	32	19,5
Chytrá televize	27	16,5
Tablet	22	13,4
Jiné	5	3,1

Procentuální hodnota neodpovídá 100% z důvodu otázky o více odpovědích.

Mezi „Jiné“ se řadí odpověď notebook.

36 Proč/Jak používáte internet? (VO)

36. Proč/Jak používáte internet? (VO)		
	Počet	% z celku (164)
Kontakt s přáteli	127	77,4
Vytváření nových přátelství	32	19,5
Sdílení vlastního obsahu	47	28,7
Hraní online her	81	49,4
Brouzdání internetem	52	31,7
Zprávy/Novinky	46	28
Škola/Výuka	143	87,2
Odpočinek	60	36,6
Sledování videí/filmů	122	74,4
Jiné	14	8,5

Procentuální hodnota neodpovídá 100% z důvodu otázky o více odpovědích.

Mezi „Jiné“ se řadí odpovědi poslech hudby, development, škola a sociální sítě.

37 Jaké služby internetu používáte? (VO)

37. Jaké služby internetu používáte? (VO)		
	Počet	% z celku (164)
E-Mail	108	65,9
Prohlížení web. Stránek	75	45,7
Telefonování/Videohovory	96	58,5
Chat	119	72,6
Přenos souborů	58	35,4
Sociální sítě	118	72
Online počítačové hry	66	40,2
Jiné	8	4,9

Procentuální hodnota neodpovídá 100% z důvodu otázky o více odpovědích.

Mezi „Jiné“ se řadí odpovědi MS Teams, Google Meet, poslech hudby a YouTube.

38 Kterou z těchto služeb používáte nejčastěji/nejvíce?

38. Kterou z těchto služeb používáte nejčastěji/nejvíce?		
	Počet	% z celku (164)
E-Mail	10	6,1
Prohlížení web. Stránek	5	3
Telefonování/Videohovory	17	10,4
Chat	24	14,6
Přenos souborů	2	1,2
Sociální sítě	69	42,1
Online počítačové hry	28	17,1
Jiné	9	5,5
Celkem	164	100

Mezi „Jiné“ se řadí odpovědi MS Teams, sledování multimédií (filmy, videa, seriály) a poslech hudby.

39 Kolik času na této konkrétní službě strávíte každý den?

39. Kolik času na této konkrétní službě strávíte každý den?		
	Počet	%
méně než 30min	11	6,7
30min - 1h	21	12,8
1h - 2h	41	25
2h - 3h	37	22,6
3h - 4h	25	15,2
4h - 5h	19	11,6
více než 5h	10	6,1
Celkem	164	100

40 V případě, že jste zvolili "více než 5 hodin", uveďte kolik hodin na této konkrétní službě trávíte.

Průměrná hodnota u žáků kteří zvolili tuto možnost činila 7,9 hodin.

41 Jaké sociální sítě používáte? (V případě, že sociální sítě nepoužíváte, zaklikněte příslušnou kolonku.) (VO)

41. Jaké sociální sítě používáte? (VO)		
	Počet	% z celku (164)
Facebook	50	30,5
Instagram	103	62,8
Twitter	20	12,2
Youtube	137	83,5
TikTok	73	44,5
Snapchat	62	37,8
Tumblr	4	2,4
Reddit	16	9,8
Nepoužívám sociální sítě	4	2,4
Jiné	22	13,4

Procentuální hodnota neodpovídá 100% z důvodu otázky o více odpovědích.

Mezi „Jiné“ se řadí odpovědi Clubhouse, Messenger, Pinterest, Discord, Twitch, Wattpad a nebo kombinace všech uvedených.

42 Jaký žánr online her hrajete? Jsou myšleny pouze online režimy her. (V případě, že online hry nehrajete, zaklikněte příslušnou kolonku.) (VO)

42. Jaký žánr online her hrajete? (VO)		
	Počet	% z celku (164)
MMORPG	15	9,1
Battle Royale	47	28,7
FPS	37	22,6
RTS	8	4,9
MOBA	16	9,8
Online Závodní hry	19	11,6
Sociální hry	11	6,7
Flash hry	12	7,3
Nehraji hry online	67	40,9
Jiné	20	12,2

Procentuální hodnota neodpovídá 100% z důvodu otázky o více odpovědích.

Mezi „Jiné“ se řadí odpovědi Sandbox hry, Simulátory, Příběhové hry a Roleplay hry.

43 Napište konkrétní online hry které hrajete. (Nevyplňujte v případě, že nehrajete online hry.)

Nejčastějšími odpověďmi byly hry: Among Us, Apex Legends, Fortnite, Minecraft, FIFA, Counter Strike: Global Offensive, Starcraftm Overwatch, Rainbow Six Siege, Valorant, Roblox, Call of Duty, World of Tanks a League of Legends.

44 Myslíte si, že jste závislí na internetu?

44. Myslíte si, že jste závislí na internetu?		
	Počet	%
Ano	44	26,8
Ne	120	73,2
Celkem	164	100

45 Pokud ano - Proč si to myslíte?

Nejčastější odpověď na tuto otázku byla „Trávím tam dlouho/moc času“.

Mezi další odpovědi patřily odpovědi typu: „nevím ale myslím si to“; nedokážu se hlídat; je to první věc na kterou myslím když se vzbudím; kvůli současné situaci; cítím se dobře když jej používám.