

Bakalářská práce

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta

Bakalářská práce

Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Autor práce: Jana Vojíková
Vedoucí práce: Mgr. Tomáš Cyril Havel, Dr. theol.
Studijní program: Pedagogika volného času

2024

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem autorem této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

Datum:

Podpis studenta:

Poděkování

Ráda bych poděkovala všem, díky kterým jsem měla čas, chuť i motivaci zpracovat tuto bakalářskou práci. Děkuji vedoucímu mé práce panu Mgr. Tomáši Cyrilu Havlovi, Dr. theol. za jeho čas, cenné rady a vedení. Dále všem respondentům, kteří se mnou sdíleli své pohledy a své rodině, bez jejíž podpory by tato práce nemohla vzniknout.

Obsah

Úvod	7
1 Virtuální život	9
1.1 <i>Historie vývoje virtuálního světa</i>	9
1.1.1 Počátky virtuálního světa	9
1.1.2 Rozvoj virtuálního světa	10
1.2 <i>Virtuální svět a jeho dynamika</i>	11
1.2.1 Prostředí virtuálního světa	12
1.2.2 Virtuální a kybernetický svět	12
1.3 <i>Přínosy a rizika digitálního světa – shrnutí</i>	13
2 Dospívání a digitální prostředí	14
2.1 <i>Adolescent</i>	14
2.2 <i>Interakce s rodiči a vrstevníky</i>	14
2.3 <i>Vliv digitálního světa na dospívání: Digitalizace dospívání</i>	15
2.4 <i>Sociální interakce v digitálním věku</i>	15
3 Strategie digitální výchovy: Role a odpovědnost rodičů	17
3.1 <i>Digitální identita</i>	17
3.2 <i>Budování důvěrného vztahu a komunikace</i>	18
3.3 <i>Nastavení pravidel a vyvážení digitálního a reálného života</i>	19
3.4 <i>Rodičovská kontrola a technologické nástroje</i>	20
3.5 <i>Rodiče na první místě</i>	21
3.6 <i>Podpora rodičům</i>	22
3.7 <i>Spolupráce</i>	23
3.8 <i>Pravidla, pravidla a pravidla</i>	23
4 Metodologie	25
4.1 <i>Metodologie výzkumu</i>	25
4.2 <i>Analýza dat</i>	26
4.3 <i>Výběr účastníků a jejich demografie</i>	26
4.4 <i>Příprava a vedení rozhovorů</i>	26
4.5 <i>Reflexe průběhu výzkumu</i>	27
5 Rodinné strategie v digitálním věku: Analýza rozhovorů	28
5.1 <i>Respondent 1. Filip</i>	28
5.1.1 <i>Klíčové body rozhovoru</i>	28
5.1.2 <i>Shrnutí</i>	31

5.2	<i>Respondent 2. Ladislava</i>	31
5.2.1	Klíčové body rozhovoru.....	32
5.2.2	Shrnutí.....	33
5.3	<i>Respondent 3. Tomáš</i>	34
5.3.1	Klíčové body rozhovoru.....	34
5.3.2	Shrnutí.....	36
5.4	<i>Respondent 4. Natálka</i>	36
5.4.1	Klíčové body rozhovoru.....	37
5.4.2	Shrnutí.....	38
5.5	<i>Respondent 5. Miloslava</i>	38
5.5.1	Klíčové body rozhovoru.....	39
5.5.2	Shrnutí.....	40
5.6	<i>Respondent 6. Vítěslav</i>	41
5.6.1	Klíčové body rozhovoru.....	41
5.6.2	Shrnutí.....	42
5.7	<i>Respondent 7. Ondřej</i>	43
5.7.1	Klíčové body rozhovoru.....	43
5.7.2	Shrnutí.....	45
5.8	<i>Respondent 8. Pavla</i>	45
5.8.1	Klíčové body rozhovoru.....	45
5.8.2	Shrnutí.....	48
5.9	<i>Respondent 9. Josef</i>	48
5.9.1	Klíčové body rozhovoru.....	48
5.9.2	Shrnutí.....	50
5.10	<i>Respondent 10. Romana</i>	50
5.10.1	Klíčové body rozhovoru.....	50
5.10.2	Shrnutí.....	52
6	Analýza a porovnání výsledků	53
6.1	<i>Společná témata mezi rodiči</i>	53
6.1.1	Stanovení pravidel a limitů pro digitální zařízení.....	53
6.1.2	Rodičovská komunikace a vzájemná důvěra.....	54
6.1.3	Vyvážení digitálního a reálného života.....	54
6.1.4	Online bezpečnost a ochrana soukromí.....	55
6.1.5	Využívání digitálních technologií pro vzdělávání a osobní rozvoj.....	55
6.1.6	Rodičovské role.....	56
6.1.7	Budoucnost digitální výchovy.....	56
6.2	<i>Porovnání s odbornými postoji, shrnutí</i>	57
	Závěr	58
	Zdroje	60
7	Přílohy	63
	<i>Příloha I. Prostředí virtuálního světa</i>	64
	<i>Příloha II: Přepis rozhovoru 1 (Filip)</i>	68
	<i>Příloha III: Přepis rozhovoru 2 (Ladislava)</i>	72
	<i>Příloha IV: Přepis rozhovoru 3 (Tomáš)</i>	76
	<i>Příloha V: Přepis rozhovoru 4 (Natálka)</i>	80

<i>Příloha VI:</i>	<i>Přepis rozhovoru 5 (Miloslava)</i>	84
<i>Příloha VII:</i>	<i>Přepis rozhovoru 6 (Vítěšlav)</i>	89
<i>Příloha VIII:</i>	<i>Přepis rozhovoru 7 (Ondra)</i>	94
<i>Příloha IX:</i>	<i>Přepis rozhovoru 8 (Pavla)</i>	97
<i>Příloha X:</i>	<i>Přepis rozhovoru 9 (Josef)</i>	100
<i>Příloha XI:</i>	<i>Přepis rozhovoru 10 (Romana)</i>	103
ABSTRAKT		109
ABSTRACT		110

Úvod

Digitální svět se stal neodmyslitelnou součástí našeho každodenního života. Dotýká se nás všech, bez ohledu na to, zda jsme dospělí, či děti. Když se mé, dnes již dvě dospělé děti, narozené v letech 1999 a 2002, před časem ponořily do virtuálního vesmíru, nebyli jsme si plně vědomi rizik ani možností, které nám tento nový svět přinášel. Nacházeli jsme se na začátku této cesty, neznali mnoha aspektů tohoto nového prostředí. Děti nás, jako rodiče, velmi rychle předběhly ve svých vědomostech a zkušenostech, zatímco my teprve začali uvažovat o tom, zda je tato cesta bezpečná a vhodná. Virtuální svět se stále posouvá kupředu, strhává nás s sebou a já, jako rodič, mám někdy pocit, že se to vše nedá uchopit ani obsáhnout.

Nyní s dcerou narozenou v roce 2011, která vyrůstá ve světě, kde jsou digitální technologie součástí každodenního života, se ptám jak ji co nejlépe provázet touto digitální džunglí a jak se v tom všem vyznat? Jsem nadšená ze všech těch technických vymožeností, ale zároveň pociťuji obavy z rizik, která to s sebou přináší. Dospívání dcery ve světě plném sociálních sítí, mobilních aplikací, her, virtuálních prostředí a nekonečného množství informací, klade na nás, jako rodinu, nové výzvy. Jak s ní vstupovat do tohoto digitálního prostoru? Ve své roli matky vnímám, že nenacházím dostatek relevantních českých knih, srozumitelných, ucelených, přehledných informací, kterým bychom jednoduše, jako rodiče, rozuměli. Není jednoduché najít odpovědi na otázky, zda správně vychováváme své děti v digitálním prostředí a jakým způsobem je chránit, aniž bychom je zároveň omezili. Kam se obrátit? Jak to dělat dobře? A co je vlastně dobře?

Můj výběr tohoto tématu pro bakalářskou práci „Virtuální život dětí v pohledu rodičů“ není jen akademický. Je i osobní výzvou, odvozenou z vlastních (někdy až zoufalých) zkušeností matky, která by ráda nahlédla do toho, jak jiní rodiče čelí podobným výchovným dilematům a jak se vyrovnávají s podobnými protesty dítěte jako já, např.:

„Kamarádi nemají omezení jako já?“ „Proč nemůžu mít také Facebook a proč ti vadí TikTok?“ „Proč nemůžu být na počítači déle?“ „Nechci jít na procházku, protože mám zrovna rozehranou hru...“

Mají to ostatní rodiče stejně? Jak reagují? Rozumí tomuto světu?

Cílem této práce je zjistit, jak na virtuální život dětí pohlížejí jiní rodiče, jejichž děti jsou v podobném věku jako má dcera. Skrze rozhovory (kvalitativním výzkumem),

plánuji zachytit autentické příběhy, postřehy a strategie v oblasti digitálního života a výchovy. Zajímá mě, jaké postupy a přístupy zvolili, aby porozuměli tomuto prostoru, bezpečnosti, vzdělávání, komunikaci a hodnotám spojených s virtuálním světem. Očekávám, že výsledky této studie nabídnou pohled na obavy i úspěšné postupy dotázaných.

Má bakalářská práce je rozvržena do dvou hlavních částí – teoretické a výzkumné. V teoretické části se pokusím představit důležité informace pro zorientování se v tomto tématu. Tyto poznatky mohou sloužit jako jednoduchý, ucelený průvodce pro rodiče, kteří hledají odpovědi na své otázky a snaží se v tomto prostoru lépe orientovat. Protože rozhovory byly prvním krokem mé práce, teoretická část je již tvořena s přihlédnutím k těmto rozhovorům, praktickým zkušenostem rodičů a podložena odbornými zdroji. Při výběru zdrojů pro podporu mé práce jsem kladla důraz na jejich věrohodnost a přímou relevanci k tématu. Výsledná kompilace zahrnuje vědecké články, knihy, statistické údaje, případové studie, expertní názory a výzkumné zprávy, díky kterým získá práce pevný teoretický základ.

1 Virtuální život

Virtuální život, někdy označovaný jako digitální svět nebo kyberprostor, se stal nedílnou součástí života nejen dětí. Ovlivňuje způsob, jakým komunikujeme, učíme se i trávíme svůj volný čas. Je to prostor, který se tak rychle vyvíjí, že pokud „zaspíme“, jen těžko se v něm budeme orientovat. Tento fenomén, jak poznamenává například Michal Černý v knize „Život Onlife“, přináší jak pozitivní výzvy, tak i problémy na které musíme být připraveni. Černý zdůrazňuje nutnost osvojení si dovedností pro efektivní navigaci v tomto prostoru:

„kyberprostor se postupně stal prostředím, ve kterém žijeme stejně běžně jako ve světě fyzickém. Osvojit si kompetence k tomu, abychom se v něm mohli nějakým způsobem pohybovat a pracovat, se zdá být nezbytné“ (Černý, 2020, s. 120).

Výzkum EU Kids Online 2020, který v tiskové zprávě popisuje Masarykova univerzita, ukazuje rapidní nárůst času, který děti tráví na internetu, což zvyšuje vliv digitálního světa na jejich život. S rozvojem mobilních technologií a dostupností internetu je stále důležitější umět se v tomto prostředí s dětmi pohybovat a rozumět mu (Masarykova univerzita, 2020).

V této kapitole se zaměříme na to, jak nás digitální svět ovlivňuje. Začneme historií a vývojem od počátků počítačových technologií až po dnešní moderní éru. Prozkoumáme jeho dynamiku a v jakých podobách ho ve svých životech nalézáme. Podíváme se na rozdíly mezi virtuálním a kybernetickým světem a zaměříme se na jeho pozitivní aspekty, ale také na rizika a výzvy, které s sebou nese. Na konci této kapitoly bychom měli získat lepší představu o tom, jak digitální svět ovlivňuje naše životy, zejména životy našich dětí, a porozumět jeho prostředí.

1.1 Historie vývoje virtuálního světa

V této části se podíváme na historii virtuálního světa a jeho evoluci. Krátkým shrnutím zjistíme, jak se tato digitální dimenze vyvíjela a porozumíme významným milníkům a událostem, které ji formovaly.

1.1.1 Počátky virtuálního světa

Virtuální svět, jak jej známe dnes, má své kořeny v raných vývojových fázích počítačové technologie, kdy první digitální prostředí vznikala jako jednoduché textové platformy

a postupně se rozvíjela do složitějších rozhraní. Počítačové technologie, původně vytvořené jako nástroje pro výpočty a zpracování dat, se rychle transformovaly v komplexní virtuální prostředí, která nabízejí jak zábavu, tak vzdělávací příležitosti. První kroky k vytvoření tohoto světa lze vystopovat až do 50. let 20. století, kdy jednoduché digitální simulace a hry naznačovaly rané stádium tohoto nového prostředí, zatím s omezenou grafikou a interaktivitou. Vědci a inženýři začali experimentovat s prvky, které dnes považujeme za základ toho všeho. Jeden z prvních milníků, UNIVAC I, první komerčně dostupný počítač, položil základy pro budoucí vývoj digitálních technologií. Během 90. let přinesl rozvoj internetu a multiplayerových online her novou éru sociálních interakcí a digitální komunikace. Toto období znamenalo vznik prvních online komunit a sociálních sítí, které změnily způsob, jakým lidé interagují a sdílejí informace. Rozvoj webových prohlížečů a zvýšení přístupnosti internetu umožnili vznik virtuálních světů, které jsou dnes běžnou součástí digitální kultury (Digitální revoluce, 2003; Svět Androida, n.d.; Virtuální svět, 2003).

1.1.2 Rozvoj virtuálního světa

S příchodem nového tisíciletí se sociální média stala klíčovým prvkem digitální kultury. Platformy jako Facebook, Twitter (X) a Instagram umožnily lidem nejen sdílet obsah a udržovat sociální vazby, ale také prozkoumávat a formovat své online identity. Valkenburg a Peter (2011) zdůrazňují, že online komunikace, zejména mezi adolescenty, nabízí jedinečné příležitosti pro sebe prezentaci a sociální interakci, což může mít pozitivní dopad na jejich sebevědomí a sociální dovednosti. Pokud si dáme pozor na negativní složky této komunikace, může být tento vývoj pro děti dobrý.

V posledních letech se technologie virtuální reality (VR) a rozšířené reality (AR) staly významnými inovacemi, které otevírají nové dimenze zážitků a interaktivity ve virtuálních světech. Tyto technologie transformují způsoby, jakými můžeme prozkoumávat a interagovat s digitálním obsahem, poskytují nové příležitosti pro vzdělávání, zábavu a sociální interakci. Jejich význam přesahuje hranice zábavního průmyslu a stávají se klíčovými nástroji ve vzdělávacích procesech a kultivaci sociálních vztahů mezi dětmi a mládeží. Jak podotkl James Gleick ve své knize „The Information“ (2011), digitální revoluce zásadně změnila náš přístup k informacím a ovlivnila všechny aspekty našich životů, včetně sociálních vztahů a vzdělávacích metod. Tento fenomén, který Gleick (2011) popisuje, zdůrazňuje, jak zásadní je pochopit a orientovat se v digitálním prostředí, abychom mohli efektivně využívat jejich potenciál a zároveň se chránit před riziky. Při pohledu do budoucnosti a s ohledem na rychlý vývoj digitálních technologií a sociálních sítí je zásadní, abychom se naučili adaptovat a stali se kritickými uživateli. I Kopecký a Krejčí (2023) zdůrazňují, že musíme rozvíjet naši digitální a mediální gramotnost, abychom byli připraveni na neustálé změny a byli schopni je

využívat smysluplně a moudře. Toto rozvojové úsilí je klíčové nejen pro nás, ale i pro naše děti, které vstupují do světa, kde algoritmy formují naše digitální zážitky. Učení se jak pochopit a efektivně využívat tyto nástroje je nezbytné pro navigaci v moderním digitálním prostředí a pro ochranu před potenciálními riziky, které s sebou digitální svět přináší (Kopecký a Krejčí, 2023).

Virtuální světy dnes představují komplexní a multifunkční prostředí, které nabízí nejen zábavu, ale hrají také klíčovou roli ve vzdělávání a sociálních interakcích dětí a mládeže. Důležitost těchto prostředí pro rozvoj digitální a mediální gramotnosti nelze popřít. Jako společnost, včetně rodičů a vychovatelů, musíme rozvíjet schopnost kriticky vnímat a bezpečně navigovat digitálním světem, abychom připravili naše děti stát se informovanými a odpovědnými digitálními občany.

1.2 Virtuální svět a jeho dynamika

Po prozkoumání klíčových aspektů a vývoje virtuálního světa je nyní čas k pochopení jeho dynamiky a prolínání s reálným světem.

Virtuální svět není pouhým prostředím, nýbrž jak poukazuje Michal Černý (2020) i dynamickým kontinuem, kde se online a offline aspekty života vzájemně proplétají a ovlivňují naše vnímání reality a mezilidských vztahů. Například, když naše děti hrají online hry s kamarády, prožívají společné zážitky a zároveň budují vztahy v digitálním prostoru, komunikují skrze síť, což může mít vliv i na jejich chování ve skutečném životě. Michael L. Benedikt (2008) ve své práci zdůrazňuje, že digitální informace mění naše chápání prostoru, čímž propojuje fyzický svět s digitálním. Představme si, jak naše děti prozkoumávají virtuální muzeum pomocí aplikace ve svém mobilním telefonu. Tímto způsobem se fyzické místo propojuje s digitálním obsahem, což otevírá nové možnosti pro interaktivitu a učení. Virtuální svět tedy tvoří digitální dimenzi, která je sice oddělená, ale zároveň spojená s naší fyzickou realitou.

Porozumění dynamice virtuálního světa a jeho vlivu na naše děti je klíčové pro navigaci v této nové realitě. Připravit naše děti na svět, kde se digitální a fyzické prostředí neustále propojují, od nás vyžaduje přehodnotit naše výchovné metody a naučit je, i sebe, jak bezpečně a zodpovědně využívat tyto digitální nástroje.

V další podkapitole „Prostředí virtuálního světa“ se podíváme na konkrétní digitální prostředí, které virtuální svět nabízí, a prozkoumáme, jaký má na naše děti vliv. Tímto způsobem budeme pokračovat v naší cestě za lepším pochopením virtuálního života dětí a jeho dopadu na jejich vývoj.

1.2.1 Prostředí virtuálního světa

Po prozkoumání dynamiky virtuálního světa se nyní zaměříme na různorodá digitální a online prostředí, která tento svět zahrnuje. Virtuální světy nabízejí širokou škálu prostředí, od těch, které napodobují reálný svět, až po úplně fantastické dimenze. Rozmanitost způsobů, jak lidé interagují s virtuálním světem a jaký význam mu přiřkládají, může být ovlivněn jejich individuálními zkušenostmi, vědomostmi a potřebami. Při rozhovorech s rodiči jsem zaznamenala různé pohledy ve vnímání virtuálního světa. Někteří ho pojímali jako sociální síť, jiní jako herní prostředí, a další ho vnímali jako celkový digitální prostor. Tyto přístupy odrážejí bohatství možností, které virtuální svět nabízí. Každé z těchto prostředí má své výhody i nevýhody, které ovlivňují způsob, jakým je děti a mladí lidé využívají. Detailní popis a analýzu nejběžnějších prostředí – jako jsou sociální sítě, online hry, virtuální světy, online komunikační platformy, virtuální realita, online vzdělávací platformy, e-shopy, virtuální asistenti či digitálních média – naleznete v příloze této práce (příloha 1.) Tento přehled poskytuje ucelený pohled na klíčové digitální a online prostředí, které formuje životy dětí v dnešní digitálně propojené době.

1.2.2 Virtuální a kybernetický svět

Předtím, než se pustíme do další kapitoly, je potřeba si uvědomit rozdíly mezi pojmy „virtuální svět“ a „kybernetický svět“ a jejich dopad na zkušenosti dětí v digitálním prostředí.

Virtuální svět se zaměřuje na digitální prostředí, ve kterém děti mohou interagovat s počítačem vytvořenými světy a scénami. Tyto světy nabízejí dětem unikátní prostředí pro interakci, které rozšiřují jejich sociální a kognitivní dovednosti. Tato prostředí, zahrnující např. MMORPGs, které jsou charakterizovány interaktivními příběhy, kde hráči přijímají role různých postav, vytváří své avatary a spolupracují nebo soutěží s ostatními ve virtuálním světě. Virtuální světy umožňují interakci v reálném čase a jsou považovány za fantazijní místa oddělená od reálného světa, přesto ale s propustnými hranicemi mezi nimi. Toto může mít jak pozitivní, tak negativní dopady na jejich sociální dovednosti a chování. Tyto interakce v reálném čase jsou často ovlivněny reálným životem a přinášejí do virtuálního světa kulturní předsudky a vzorce chování (Dědková a spol., 2023).

Na druhé straně kybernetický svět přesahuje hranice virtuálních herních prostředí a zahrnuje celé spektrum digitálních systémů a sítí. Tohoto světa se dotýká kybernetická bezpečnost, ochrana osobních údajů a digitálních hrozeb, které mohou mít přímý dopad na děti. Důležitost kybernetické bezpečnosti zdůrazňuje i rostoucí riziko netolismu, tedy závislosti na internetu, která se stává stále významnějším problémem zejména u dětí a adolescentů (Viewegová, 2019). Přítomnost dětí online a jejich interakce s digitálními

technologiami vyžadují zvýšenou pozornost k bezpečnostním opatřením a vzdělávání v oblasti digitální gramotnosti, aby se minimalizovala rizika související s online aktivitami (Černý, 2020).

Je klíčové, aby rodiče a vychovatelé rozuměli rozdílům mezi těmito pojmy, aby mohli dětem poskytnout relevantní informace o digitální bezpečnosti a etice. Jejich úloha spočívá v tom, že by měli dětem pomáhat porozumět tomu, jak bezpečně a odpovědně využívat virtuální prostředí a jak se bránit před potenciálními kybernetickými hrozbami. Zároveň je důležité dětem vysvětlit, že virtuální a kybernetický svět je vzájemně propojen, a že správné chování online může pozitivně ovlivnit nejen jejich zážitek v digitálním prostředí, ale i život v prostředí reálném. Poučení o digitální bezpečnosti a etice by mělo být součástí výchovy, aby se děti staly informovanými a odpovědnými uživateli online světa.

1.3 Přínosy a rizika digitálního světa – shrnutí

V této závěrečné části první kapitoly si shrneme klíčové aspekty digitálního věku a jeho dopad na děti, které jsme již nastínili v předchozích sekcích.

Jak ukazují Sadílková (2020), Kopecký a Krejčí (2023), digitální technologie nabízí dětem nejen obrovský potenciál pro rozvoj, komunikaci i učení prostřednictvím aplikací a her, ale současně, jak upozorňují Černý (2020) a dTest (2023), představují výzvy, mezi které patří například kyberšikana či závislost na digitálních médiích. Je prokázáno, že děti, které stráví omezený čas hraním vzdělávacích videoher, mohou těžit z pozitivních dopadů na rozvoj myšlení a získávání nových dovedností (Sadílková, 2020; Kopecký a Krejčí, 2023), pokud se ale nepodporuje zdravá rovnováha mezi online a offline aktivitami, vede to k opačnému výsledku.

V digitálním věku, ve kterém děti tráví stále více času online je klíčové, aby rodiče a vychovatelé rozuměli digitálním stopám, které děti zanechávají a potenciálním rizikům spojeným s ochranou jejich soukromí. Je důležité je naučit, jak se v digitálním prostředí pohybovat stejně bezpečně a uvědoměle, jako by se pohybovaly ve světě reálném. Je také nezbytné vést děti k tomu, aby byly schopny kriticky přemýšlet o informacích, které získávají a sdílejí online, a rozuměly důsledkům svých digitálních akcí. Důležitým aspektem je podpora digitální gramotnosti, která zahrnuje nejen technické dovednosti, ale také schopnost kritického hodnocení informací a bezpečného online chování (Zormanová, 2022; Kopecký a Krejčí, 2023).

V souladu s úvodními slovy této kapitoly bychom již měli mít přehled a představu o tom, jak virtuální svět vstupuje do života našich dětí a proč je důležité porozumět jeho dopadům. S tímto základním pochopením, se nyní dostáváme k dalšímu tématu, kterým je dospívání. Období, které je pro tuto práci stěžejní.

2 Dospívání a digitální prostředí

Dospívání, období plné změn, je v dnešní době charakterizováno novými výzvami a možnostmi. Mé osobní zkušenosti jako matky dvanáctiletého dítěte, obohacené o perspektivy získané z nedávných diskusí s rodiči, prohloubily můj zájem o pochopení toho, jak tyto digitální dynamiky ovlivňují naše děti v jejich náročném období. V této kapitole se tedy zaměříme na prozkoumání digitálních výzev a příležitostí, které dospívající v současné době obklopují. Podrobně se podíváme na roli, kterou v tomto procesu hrají rodiče a zaměříme se na otázky vlivu digitálního prostředí na sociální interakce, identitu a chování mladých lidí.

2.1 Adolescent

Období, které lze vymezit mezi desátým a patnáctým rokem (věk, který je pro mou práci nejrelevantnější), zahrnuje ranou adolescenci neboli pubescenci, což je čas, kdy děti začínají procházet procesem pohlavního dospívání (Říčan, 2021). Tělesné proměny jsou jen jednou z částí složitého procesu, kterým dospívající prochází. Důležité změny se odehrávají také na úrovni sebepojetí, sebevědomí a sebeobrazu, kdy mladí lidé zkoumají a redefinují svou totožnost a jak se vidí ve vztahu k ostatním. Postupné osamostatňování se od rodiny je doprovázeno zvýšenou socializací v nových skupinách a celkovou změnou životního stylu (Vágnerová, 2005). Období rané adolescence je také definováno hledáním identity, jak popisuje Eriksonova teorie psychosociálního vývoje. Dospívající se v této fázi často potýkají s pochybnostmi o své pozici ve světě a strachem z budoucnosti, což může přinášet úzkost a obavy ze selhání. Důležitým momentem v tomto věku je také konec povinné školní docházky, kdy jsou mladí lidé postaveni před nutnost rozhodnout se o své budoucí profesní cestě (Drapela, 2008). Dospívání přináší významný posun v kognitivních schopnostech, kde mladí lidé dosahují nové úrovně abstraktního myšlení a emočního prožívání. Tento vývoj podporuje jejich schopnost reflexe a sebereflexe, umožňuje hlubší porozumění složitým konceptům a podněcuje kritické myšlení.

2.2 Interakce s rodiči a vrstevníky

V dospívání prochází vztahy s rodiči a vrstevníky zásadními proměnami. V tomto období usilují mladí lidé o větší nezávislost, což často provází konflikty. Může to ale přinést i hlubší porozumění a empatii v rodinných vztazích, jak zdůrazňuje Vágnerová (2005), jen se to musí správně uchopit. Dnešní rodiče, kteří vychovávají své děti v éře digitálních

technologií, čelí zcela novým výzvám oproti minulým generacím. Tento rozdíl může někdy ztěžovat porozumění specifickým situacím, kterým jejich děti čelí.

Klíčem k udržení pozitivních vztahů a úspěšné navigaci dospívajících touto transformační fází je otevřená komunikace a podpora nezávislého myšlení a sebevyjádření. Tyto prvky přispívají k posílení sebevědomí a rozvoji sociálních dovedností mladých lidí.

2.3 Vliv digitálního světa na dospívání: Digitalizace dospívání

Digitální technologie dnes již formují životy dětí od útlého věku. Dle výzkumné zprávy „České děti v kybersvětě“ (Kopecký a Sztokowski, 2019), začíná většina dětí aktivně používat internet již ve věku sedmi let, přičemž jejich online aktivity zahrnují hraní her, sledování videí a interakci na sociálních sítích. V období dospívání, kdy se děti stávají více nezávislymi a začínají formovat svou identitu, digitální technologie a sociální média hrají stále významnější roli. Nabízí dospívajícím nové možnosti pro zkoumání a vyjádření své identity (Vágnerová, 2005). Nicméně, spolu s příležitostmi přichází i řada rizik. Nadměrné používání digitálních médií může vést k závislosti, která má negativní dopad na fyzické a psychické zdraví, včetně problémů se spánkem, obezity a deprese. Kyberšikana, jakožto forma online agrese, může mít devastující vliv na sebevědomí a sociální vztahy dospívajících, což může vést k úzkosti a depresi (Veličková Hulanová, 2012, „Děti a online rizika“). Digitalizace dospívání zasahuje do klíčových aspektů vývoje mladých lidí, kde interakce s digitálním prostředím formuje jejich sociální chování, způsoby učení a volnočasové aktivity. Významným faktorem je, že dospívající vstupují samostatně do digitálního světa v době, kdy se formují jejich sociální a emocionální dovednosti, což vyžaduje pečlivou navigaci a podporu ze strany rodičů a vychovatelů. Je nezbytné, aby rodiče rozvíjeli digitální gramotnost a kritické myšlení u svých dětí, poskytovali jim orientaci a podporovali zdravou rovnováhu mezi digitálními a reálnými zážitky. Přístup k internetu a sociálním sítím může ovlivnit mnoho aspektů jejich vývoje, od formování osobnosti, až po sociální interakci, která je v tomto období velmi důležitá.

2.4 Sociální interakce v digitálním věku

Mladí lidé se často setkávají a komunikují online, což jim otevírá nové možnosti vyjadřování se a sebepoznání. Podle Sulerovy práce z roku 2005 může být internetový prostor místem, kde si mladí lidé mohou vyzkoušet různé způsoby, jak se prezentovat ostatním, což může být pro jejich osobní vývoj velmi přínosné (Suler, 2005). Kopecký a Krejčí (2023) zdůrazňují, že sociální sítě mohou podporovat rozvoj sociálních dovedností a komunikačních schopností. Je však nezbytné, aby mladí lidé byli schopni

rozlišovat mezi svým online a offline já a naučili se využívat digitální média zodpovědně, což je klíčové pro jejich celkový rozvoj (Šmahel, 2003). Dospívající mohou také čelit obtížím týkajících se řešení konfliktů a konfrontacím v reálném životě, protože digitální prostředí umožňuje vyhybat se přímé interakci, například odesláním textové zprávy nebo emotikony. Tato situace může vést k nedostatečnému rozvoji důležitých komunikačních a sociálních dovedností a v reálném světě pak děti zatěžovat více než je nutné. Podle Krčmářové (2012) je důležité zmínit dvojsečný aspekt anonymity na internetu. Ta může být pozitivní ve smyslu navazování kontaktů například i u stydlivých dětí, ale zároveň může oslabovat empatii a vést k nesprávnému chápání online interakcí.

V digitálním prostředí se děti a dospívající mohou stát také snadným cílem pro online predátory, což zvyšuje riziko tzv. kybergroomingu. Kybergrooming je proces, kdy dospělí navazují online vztahy s mladými lidmi s cílem zneužít je sexuálně nebo je vmanipulovat do nebezpečných situací (Krčmářová, 2012). Důvěřivost a potřeba pozornosti činí děti zvláště zranitelnými vůči takovým hrozbám. Je důležité vychovávat děti k opatrnosti a kritickému myšlení v online prostředí, aby rozpoznaly potenciální hrozby a uměly se jim vyhnout.

3 Strategie digitální výchovy: Role a odpovědnost rodičů

V návaznosti na předchozí kapitoly, které se zabývaly pochopením digitálního světa a jeho vlivu na děti, se nyní obracím k praktickým strategiím a krokům, jež mohou rodičům pomoci efektivněji se orientovat v digitálním věku. Pro zajištění komplexního a vyváženého přístupu, tato kapitola již kombinuje praktické zkušenosti získané z rozhovorů s rodiči, s důležitými poznatky podloženými odbornou literaturou a doporučeními. Zaměříme se na vytvoření „akčního plánu“ nejdůležitějších bodů, který rodičům poskytne nástroje a znalosti nezbytné pro podporu zdravého vývoje jejich dětí ve světě technologií. Diskutovány budou metody, jak mohou rodiče efektivně podporovat digitální identitu a komunikaci dětí, budovat důvěru, stanovovat pravidla, uznávat význam času stráveného mimo digitální prostředí a využívat technologické nástroje a rodičovskou kontrolu pro zajištění bezpečnosti a podpory digitální gramotnosti. Pro každé téma připravím seznam klíčových doporučení, která jsou snadno aplikovatelná a mohou být integrována do výchovné strategie. Cílem je nabídnout rodičům ucelený náhled na možnosti, jak se stát aktivními účastníky v digitálním rozvoji svých dětí a připravit je na výzvy digitálního světa.

3.1 Digitální identita

Nyní, kdy se náš reálný a online život neustále prolíná, se digitální identita stává klíčovou součástí toho kdo jsme. Možná by nám Aristoteles řekl, že naše identita je něco pevného a jedinečného, ale v online světě to tak úplně neplatí. Zde naše identita neustále vzniká a mění se na základě toho co děláme na internetu – ať už jde o fotky které sdílíme, komentáře které píšeme nebo stránky které navštěvujeme. Ale nejde pouze o to, jak se online ukazujeme, ale i o to, jaké stopy na internetu zanecháváme a jak tyto stopy mohou ovlivnit, jak nás vidí ostatní v našem osobním i profesním životě. Důležité je si uvědomit, že si můžeme vybrat způsob, jakým se budeme v online světě prezentovat. Můžeme si vybírat, co o sobě na internetu prozradíme a jak se zachováme. Součástí toho je i uvědomění si rizik spojených s naší online přítomností, jako je možnost krádeže identity nebo zneužití osobních údajů (Kopecký, Szotkowski a Kubala, 2022).

Je zásadní chránit naše online soukromí a bezpečnost. Jako rodiče máme zodpovědnost naučit naše děti, jak si budovat pozitivní online pověst a jak chránit své soukromí na internetu. Je důležité otevřeně s nimi mluvit o tom, co a jak sdílejí online a o potenciálních následcích jejich digitálních stop. Třeba jen poukázání na to, jak sociální sítě a online platformy sbírají informace o nás, může být učícím momentem,

který jim pomůže lépe pochopit a respektovat hranice soukromí na internetu (Veličková Hulanová, 2009). Je vhodné dětem ukazovat následky zanechaných digitálních stop na reálných příkladech ze života, aby si byly schopné rizikovou situaci dobře představit a uvědomit si ji.

Praktické rady pro rodiče

1. **Vzdělávání o digitální identitě:** vysvětlete dětem, co digitální identita je a jaké jsou důsledky nesprávného online chování. Pro podporu vzdělávání najdete mnoho užitečných zdrojů vhodných jak pro dospělé, tak pro děti. Rodiče mohou využít edukační materiály dostupné např. na platformě e-Bezpečí (www.e-bezpecni.cz) a edukační portál České televize (edu.ceskatelevize.cz);
2. **Pozitivní prezentace:** povzbuzujte děti, aby si online budovaly pozitivní pověst a byly si vědomy toho, jak mohou jejich online aktivity ovlivnit jejich osobní i profesní život;
3. **Ochrana soukromí:** uče děti, jak chránit své soukromí na internetu, například používáním silných hesel, kontrolou nastavení soukromí na sociálních sítích a opatrností při sdílení osobních informací;
4. **Kritické myšlení:** podporujte děti v kritickém přemýšlení o informacích, které na internetu najdou nebo sdílejí a aby rozpoznaly možná rizika a manipulaci (Online rizika, 2012);
5. **Reálné příběhy:** hledejte a ukazujte dětem příklady nevhodného chování online a jeho důsledky na reálných životech, které jsou jim blízké.

Využitím těchto strategií mohou rodiče pomoci svým dětem lépe se orientovat a rozvíjet zdravou a pozitivní digitální identitu, přičemž se mohou opírat o doporučení a návody uvedené v knize Kopecký, Szotkowski a Kubala (2022), která poskytuje komplexní pohled na „bezpečné chování na internetu pro kluky a pro holky“.

3.2 Budování důvěrného vztahu a komunikace

Důvěra je základním kamenem každého vztahu, zejména mezi rodiči a dětmi. Rodiče by měli aktivně pracovat na budování důvěry tím, že budou naslouchat, respektovat soukromí svých dětí, zároveň ale vyžadovat otevřenost v otázkách týkajících se jejich online aktivit. Valkenburg a Peter (2011) zdůrazňují, že důvěra a komunikace jsou klíčové pro navigaci dětí v digitálním prostředí. Pokud s našimi dětmi mluvíme, zajímáme se o ně, posloucháme a i my jim vyprávíme, tvoříme spolu vztah, který může pomoci ve chvílích, kdy nastane problémová situace. Tato otevřenost umožňuje rodinám efektivně řešit potenciální problémy a výzvy, které s sebou online svět přináší. Při mých

rozhovorech s rodiči bylo toto jedno ze stále opakovaných témat. Většina rodičů zdůrazňovala, že hlavním pilířem je otevřená komunikace a důvěra. Právě tyto prvky pomáhají předcházet problémům, problémy řešit a pomáhají dětem se v tomto světě orientovat.

Rodiče by měli povzbuzovat děti ke sdílení svých online zážitků, včetně toho, co je baví i co je znepokojuje. Tato otevřená výměna informací pomáhá rodičům lépe porozumět digitálnímu světu svých dětí a podporuje vytváření společných strategií pro řešení problémů. Výzkum „České děti v kybersvětě“ od Kopeckého a Szotkowského (2019) navíc ukazuje, jak důležité je, aby rodiče měli přehled o aktivitách, které jejich děti na internetu provádějí a o rizicích, kterým mohou čelit. My rodiče někdy nerozumíme tomu, co nám naše dítě vypraví, avšak zájem a i případné postavení dítěte do role průvodce posiluje důvěrný vztah a komunikaci.

Praktické rady pro rodiče

6. Vytváření bezpečného prostoru pro diskusi: vytvořte doma prostředí, kde se dítě cítí pohodlně a chce sdílet své online zážitky bez strachu z odsouzení nebo přísných důsledků;
7. Vedení příkladem: rodiče by měli být vzorem v tom, jak se chovat online, včetně toho, co sdílí a jak komunikují na sociálních sítích.
8. Zdůraznění důležitosti soukromí: uče děti, jak chránit své osobní údaje a důvěrné informace online;
9. Diskuse o online reputaci: vysvětlíte dětem, jak online aktivity mohou ovlivnit jejich pověst a budoucí příležitosti, například při hledání práce;
10. Rozpoznávání a reagování na online rizika: uče děti, jak rozpoznat potenciální online hrozby, jako je kyberšikana nebo nevhodný obsah a jak na ně reagovat.

Pro účinnou komunikaci o digitálním světě je klíčové, aby rodiče rozuměli digitální kultuře a byli informovaní o nejnovějších trendech a technologiích. To pomůže překlenout propast mezi generacemi a podpořit otevřený dialog mezi rodiči a dětmi o digitálním životě.

3.3 Nastavení pravidel a vyvážení digitálního a reálného života

Stanovení pravidel pro používání digitálních zařízení a internetu je klíčové pro zdravý digitální životní styl. Efektivní digitální výchova zahrnuje spolupráci mezi rodiči a dětmi při vytváření pravidel pro online chování. Tento společný proces nejenže podporuje důvěru a respekt, ale také pomáhá dětem rozvíjet smysl pro zodpovědnost a sebereflexi (Duerager a Livingstone, 2012). Jak zdůrazňují Ubíková a Odtrčilová (2020) v publikaci

„Jak na rodičovskou kontrolu – Zdravé hranice v online prostoru“, je klíčové, aby rodiče a učitelé překlenuli rozdíly mezi reálným a virtuálním světem a učili děti, jak mohou technologie používat zdravě a vyváženě.

Důležitým aspektem digitální výchovy je také učení dětí hodnotě offline času. Rodiče by měli podporovat aktivity, které nevyžadují technologie, aby podpořili fyzický, sociální a emocionální vývoj dítěte. Jako příklad může sloužit situace, kdy rodina společně rozhoduje o „digitálních detoxech“ nebo specifických časech, kdy jsou všechny obrazovky vypnuty, například během rodinných večerů nebo hodinu před spaním (Ubíková a Odtrčilová, 2020).

Praktické rady pro rodiče

11. Stanovit pravidla: společně domluvená pravidla se vždy lépe dodržují než ty striktně přikázaná. Vysvětlení významu omezení vede k lepšímu porozumění a akceptaci;
12. Podporovat offline čas: podporujte aktivity, které nevyžadují obrazovku, jako je čtení, sport, rodinné hry, výlety nebo venkovní aktivity;
13. Jít příkladem: děti nejvíce čerpají z chování svých rodičů. Ukázkou vlastního vyváženého přístupu k digitálním technologiím a prioritě aktivit mimo obrazovky můžete inspirovat své děti k následování.

Někdy je velmi těžké najít s dítětem, které je pohlcené digitálním světem, společnou cestu. Pokud ale nebudeme vytvářet velký tlak a půjdeme mu příkladem, může se to podařit. Komunikace, důvěra i vhodný kompromis, podporují společnou cestu k nastavení i dodržování těchto pravidel.

3.4 Rodičovská kontrola a technologické nástroje

Kromě společného stanovení pravidel mohou rodiče využívat technologické nástroje a aplikace pro rodičovskou kontrolu.

Tyto aplikace nabízí různé funkce, včetně časových limitů, blokování aplikací a sledování online aktivit, což rodičům pomáhá chránit děti před nevhodným obsahem a podporovat zdravý digitální životní styl. Pro další informace a přehled dostupných nástrojů rodičovské kontroly doporučuji navštívit například web dvojklik.cz, který poskytuje užitečné rady a návody pro rodiče (Dvojklik, 2024). Tento zdroj poskytuje cenné informace o tom, jak efektivně využívat dostupné technologické nástroje k zajištění bezpečnějšího online prostředí pro naše děti, jak s nimi mluvit a zároveň respektovat jejich soukromí a podporovat vzájemnou důvěru.

Praktické rady pro rodiče

14. Aplikace pro rodičovskou kontrolu: tyto aplikace umožňují rodičům monitorovat a omezovat používání digitálních zařízení a internetu svými dětmi. Mohou zahrnovat funkce, jako jsou časové limity, blokování určitých aplikací nebo webových stránek a sledování online aktivit;
15. Filtry obsahu: filtry mohou pomoci zabránit přístupu k nevhodnému nebo škodlivému obsahu. Rodiče mohou tyto filtry nastavit na různých úrovních, včetně internetového poskytovatele, prohlížeče, nebo přímo v rámci konkrétních aplikací a platform;
16. Nástroje pro správu času stráveného u obrazovky: tyto nástroje umožňují rodičům stanovit, kolik času mohou jejich děti denně strávit používáním digitálních zařízení, což podporuje vyváženější digitální životní styl;
17. Edukativní platformy a aplikace: kromě omezování přístupu k nevhodnému obsahu mohou rodiče také podporovat používání edukativních a pozitivních online zdrojů, které podporují učení a kreativitu.

Při výběru a používání těchto nástrojů je důležité, aby rodiče komunikovali se svými dětmi o důvodech, které je k těmto opatřením vedli, k jejich pochopení hodnoty bezpečnosti a zodpovědnosti online. Společné nastavení pravidel a cílů, může podpořit spolupráci a posílit důvěru mezi rodiči a dětmi v digitálním prostředí (Dvojklik, 2024).

3.5 Rodiče na první místě

Rodiče mají v tomto procesu nezastupitelnou roli, neboť jsou prvními, kdo by měl dětem předávat základní principy digitální bezpečnosti, vhodného chování včetně online etiky. Měli by vytvářet příležitosti pro společné učení se s dětmi. To může zahrnovat společné procházení vzdělávacích materiálů, diskuse o aktuálních zprávách týkajících se online bezpečnosti nebo účast na workshopech a seminářích. Jak uvádí Ubíková a Odtrčilová (2020) v dokumentu „Jak na rodičovskou kontrolu – Zdravé hranice v online prostoru“, klíčem je otevřeně diskutovat o potenciálních online hrozbách nebo sdílení osobních informací s neznámými osobami na internetu.

Praktické rady pro rodiče

18. Buďte aktivně zapojení: zajímejte se o online aktivity vašich dětí. Společně prozkoumávejte nové aplikace, hry a webové stránky a diskutujte o tom, co na nich najdou zajímavého nebo užitečného;
19. Budujte společný základ znalostí: věnujte čas společnému prozkoumávání a učení o digitálních nástrojích a online zdrojích s vašimi dětmi. To může zahrnovat společné

sledování vzdělávacích videí o online bezpečnosti, čtení článků o digitální gramotnosti nebo hraní vzdělávacích her zaměřených na učení digitálních dovedností;

20. Vytvářejte společný digitální čas: stanovte časy, kdy budete jako rodina společně využívat digitální zařízení, ať už je to pro vzdělávací účely nebo pro zábavu. Toto pomůže posílit rodinné vazby a umožní vám sdílet své digitální zkušenosti a poznatky;
21. Buďte příkladem: vaše vlastní chování v tomto prostoru je pro děti vzorem. Naučte se a ukažte jim, jak se bezpečně a eticky chovat online.

Jako rodiče hrajeme klíčovou roli v digitálním vzdělávání a výchově našich dětí. Náš přístup, chování a zapojení mohou mít významný dopad na to, jak naše děti vnímají a interagují s digitálním světem. Rodiče by měli být proaktivní a přítomní v digitálním životě svých dětí, nejen jako dozorcí, ale především jako průvodci a podporovatelé. Naším cílem je vybavit sebe i děti nástroji, znalostmi a dovednostmi, které potřebujeme pro bezpečné a zodpovědné pohybování se digitálním světem.

3.6 Podpora rodičům

V souvislosti s podporou digitální gramotnosti a bezpečnosti je nezbytné zdůraznit význam zdrojů, které jsou k dispozici jak rodičům, tak dětem. Organizace jako Safer Internet Centrum ČR (www.bezpecnyinternet.cz), která sdružuje čtyři klíčové instituce zabývající se bezpečností nebo webové portály jako internetembezpecne.cz, bezpecnevsiti.cz nebo o2chytraskola.cz, poskytují články, návody, online kurzy a interaktivní hry, které pokrývají různé aspekty digitální bezpečnosti a gramotnosti. Využití těchto zdrojů může rodičům a vychovatelům výrazně usnadnit orientaci v digitálním světě a poskytnout jim nástroje potřebné k efektivní výchově digitálně gramotných a bezpečně se pohybujících dětí.

Praktické rady pro rodiče

22. Využití vzdělávacích zdrojů: hledejte a sdílejte s dětmi kvalitní vzdělávací materiály zaměřené na digitální gramotnost a bezpečnost. To může zahrnovat online kurzy, interaktivní hry nebo aplikace, které jsou speciálně navrženy pro výuku „nejen“ dětí;
23. Zajímejte se, vzdělávejte a věnujte čas prozkoumávání zdrojů: vyberte si články, návody nebo online kurzy, které jsou nejrelevantnější pro vás a vaše děti vzhledem k jejich věku a zájmům.

Je klíčové, aby rodiče byli nejen informovaní, ale také vzdělaní a aktivně hledali nové a ověřené zdroje informací.

3.7 Spolupráce

Někdy mohou vznikat problémy, pokud děti ve škole či jinde získávají přístup k obsahu, který je v rodině zakázán, nebo když jsou ovlivněny vrstevníky jejichž rodiče nevěnují pozornost online aktivitám. Stejně tak u rozvedených rodičů s odlišnými pohledy na digitální výchovu to může způsobovat nesoulad v přístupech k online chování dětí, což pro ně může být matoucí. Důležité je si uvědomit, že děti nemusí být schopny plně posoudit obsah na internetu a jeho potenciální důsledky. Sjednocený výchovný přístup mezi všemi zainteresovanými stranami, včetně škol (Zormanová, 2022) a otevřená komunikace s dětmi jsou klíčové. Monitorování online aktivit a vysvětlování, proč jsou určité věci nevhodné nebo nebezpečné, jsou nezbytnými kroky pro dobrou orientaci dětí v tomto světě. Software pro rodičovskou kontrolu se může stát cenným nástrojem pro udržení konzistence ve výchově, i přes rozdílné názory na digitální výchovu mezi rodiči (Zormanová, 2022).

Praktické rady pro rodiče

24. Spolupráce mezi rodiči: i přes možné rozdíly v názorech je důležité najít společnou půdu a dohodnout se na základních pravidlech a očekáváních týkajících se online aktivit a bezpečnosti. To pomůže zajistit konzistenci ve výchově, i když děti tráví čas v různých domácnostech;
25. Komunikace s dalšími zainteresovanými stranami: zapojte školy a jiné rodiny ve vaší komunitě do diskuse o digitální výchově, aby se zajistila koherentní podpora a usměrňování dětí ve vztahu k digitálním technologiím.

3.8 Pravidla, pravidla a pravidla

Jak jsme se společně procházeli světem digitálního věku a jeho vlivem na naše děti, je jasné, že pravidla hrají klíčovou roli v jejich ochraně a vedení. Ale právě tak, jako se naše děti a svět kolem nás neustále vyvíjí, musíme i my být připraveni k adaptaci a změnám. Představte si pravidla ne jako pevné sloupy, ale jako látku, která se s námi může plynule hýbat a měnit. Každý člen rodiny by měl mít prostor pro vyjádření svých myšlenek a nápadů na změny pravidel, protože toto otevřené fórum podporuje vzájemnou důvěru a respekt. Změna pravidel by neměla být tabu, ale příležitostí ke společnému růstu a učení. Učení se z chyb je fundamentální součástí života. Každá chyba nám dává příležitost k lepšímu pochopení sebe samých a světa kolem nás. Proto přistupujme k digitálnímu světu a jeho výzvam s klidem a trpělivostí a pamatujme, že každý krok, ať už správný nebo špatný, nás posouvá dál.

Praktické rady pro rodiče

26. Společná revize pravidel: pravidelně si sedejte s celou rodinou a prozkoumejte stávající pravidla pro digitální zařízení a online aktivity;
27. Konstruktivní přístup k chybám: místo trestání za chyby v online chování použijte tyto situace jako učební momenty. Diskutujte o tom, co se stalo, proč to byl problém a jak podobné situaci v budoucnu předejít;
28. Flexibilita pravidel: buďte otevřeni možnosti, že pravidla mohou potřebovat změnu, aby reflektovala růst vašich dětí, jejich měnící se potřeby a vývoj digitálních technologií. Pravidla by měla být živá, měnící se s časem a zkušenostmi;
29. Budování vzájemné důvěry: ukazujte dětem, že jejich názory a pocity jsou cenné a že jste ochotni spolupracovat na nalezení řešení, která vyhovují všem. To posiluje vzájemnou důvěru a respekt;
30. Poselství do budoucnosti pro nás všechny: buďme připraveni na změny, které digitální éra přináší, ale nezapomínejme na naše společné hodnoty a tradice, které tvoří základ našich rodin. Ve světě plném proměnlivých pravidel a technologií, necht' je naším stálým průvodcem láska, porozumění a společný růst.

4 Metodologie

Výzkum je klíčovým pilířem mé bakalářské práce, která se zaměřuje na pochopení virtuálního života dětí v pohledu rodičů. Skrz tuto kapitolu, kde si kladu za cíl podrobně popsat a zdůvodnit metodologický přístup, který jsem zvolila pro svůj výzkum, včetně sběru dat, jejich analýzy a interpretace, přejdeme od teoretické části předchozích kapitol k výzkumné (praktické) části zaměřené na rozhovory.

Můj výzkum má za cíl ukázat, jak různí rodiče vnímají a reagují na digitální život svých dětí ve stále se vyvíjejícím světě. Především se ptám: Jaké strategie rodiče používají k podpoře zdravého digitálního života svých dětí? Jaké výzvy a příležitosti rodiče identifikují ve vztahu k digitálnímu světu a jak to ovlivňuje jejich přístupy k výchově? Jak rodiče vnímají svou roli a odpovědnost? Jak nahlíží na bezpečnost? A nakonec, jakou vidí budoucnost v digitální výchově v kontextu neustále se měnícího technologického prostředí?

4.1 Metodologie výzkumu

Výzkum prezentovaný v této bakalářské práci je zasazen do rámce kvalitativní metodologie, která se zaměřuje na pochopení a interpretaci fenoménu digitálního života a výchovy v pohledu rodičů. Tento přístup byl zvolen na základě doporučení Švaříčka a Šed'ové (2007), kteří zdůrazňují, že kvalitativní výzkum umožňuje hlubší proniknutí do subjektivně prožívaných realit jednotlivců a nabízí možnost zkoumat komplexní sociální jevy v jejich přirozeném kontextu. Základním stavebním kamenem této metodologie je použití polostrukturovaných rozhovorů jako primární metody sběru dat. Tento přístup, dle Švaříčka a Šed'ové (2007), poskytuje flexibilitu a otevřenost v dialogu s účastníky, což umožňuje získání hlubokého porozumění jejich zkušenostem, pocitům a postojům. Polostrukturované rozhovory byly zvoleny pro svou schopnost generovat bohatá data, která odrážejí šíři a hloubku rodičovských perspektiv na digitální výchovu.

V souladu s etickými principy zdůrazněnými v literatuře, jako je Chráska (2016), byl kladen důraz na zajištění důvěrnosti a anonymity účastníků. Informovaný souhlas byl získán od všech respondentů před zahájením rozhovorů a data byla zpracována s respektem k jejich soukromí.

4.2 Analýza dat

V souladu s metodologickými principy Švaříčka a Šed'ové (2007), byla pro hlubší pochopení digitální výchovy z rodičovské perspektivy zvolena tematická analýza. Tento přístup, charakterizovaný svou flexibilitou a schopností odkrýt komplexní vzory v narativních datech, umožňuje detailní zkoumání a interpretaci subjektivních zkušeností respondentů. Analýza byla realizována v několika krocích. Počáteční fází byla pečlivá transkripce rozhovorů, následné opakované čtení transkriptů a tvoření si poznámek, kde jsem si zaznamenala klíčová témata a vzory. Ty jsem dále analyzovala. Tento proces poskytl důležitý vhled do rodičovských postojů a zkušeností, což přispělo k lepšímu pochopení složitých otázek spojených s digitální výchovou. Cílem bylo pochopit, jak rodiče vidí virtuální život svých dětí, jak se v něm orientují, pohybují a odhalit odlišnosti v jejich pohledech a přístupech.

4.3 Výběr účastníků a jejich demografie

Klíčové pro mě bylo vybrat rodiče, kteří mají děti ve věku mé dcery, aby byly jejich zkušenosti co nejrelevantnější. Pro svůj výzkum jsem si vybrala deset rodin. Z každé jsem oslovila buď matku nebo otce, celkem tedy pět matek a pět otců. Všichni pocházeli z podobného sociálního a ekonomického prostředí, což zahrnovalo středoškolské, až vysokoškolské vzdělání a příslušnost ke střední třídě. Skupina zahrnovala jak zaměstnance, tak podnikatele, což mi umožnilo získat různorodé pohledy na digitální výchovu. Jsem si vědoma i potenciálních úskalí výzkumu, jako je riziko zaujatosti a omezená reprezentativnost.

4.4 Příprava a vedení rozhovorů

Hlavním nástrojem bylo využití otevřených otázek, jako je například „Jaký je váš názor na virtuální život vašeho dítěte?“ Tento přístup umožňoval účastníkům vyjádřit své osobní postoje a zkušenosti. Flexibilita při vedení rozhovorů mi umožnila reagovat na odpovědi účastníků a pokud bylo třeba, pokládat doplňující otázky pro hlubší pochopení jejich názorů. Například, když rodič zmínil obavy z nadměrného času stráveného online, ptala jsem se na konkrétní situace, které tyto obavy vyvolaly, nebo na strategie, které využívá k eliminaci problému. Před samotnými rozhovory jsem účastníky seznámila s mým výzkumným záměrem a myšlenkou projektu. Domluvili jsme vhodný čas a příjemné místo pro rozhovor, například u kávy, což přispělo k uvolněné a přátelské atmosféře. Délka rozhovoru byla flexibilní, nechala jsem na účastnících, jak dlouho chtějí o tématu hovořit. Tento přístup je v souladu s doporučeními Jiřího Švaříčka a Miroslava

Chrástka, kteří zdůrazňují význam kvalitativního výzkumu a hloubkových rozhovorů pro pochopení subjektivních zkušeností a postojů (Švaříček a Šed'ová, 2007; Chrástka, 2016). Moje práce tak staví na pevných teoretických základech a zároveň přináší autentické a relevantní pohledy rodičů na výchovu v digitálním věku.

4.5 Reflexe průběhu výzkumu

V průběhu výzkumu jsem si byla vědoma významu transparentnosti, etických přístupů a objektivity. S ohledem na doporučení Švaříčka a Šed'ové (2007) jsem se snažila uplatňovat reflexivní přístup, což mi umožnilo identifikovat a reflektovat možná omezení a zkreslení, která by mohla výsledky ovlivnit.

Jednou z prvních výzev bylo navázání důvěry s respondenty. Vzhledem k citlivosti tématu bylo klíčové být v prostředí, ve kterém by se rodiče cítili pohodlně a mohli sdílet své zkušenosti a obavy. Tento proces vyžadoval čas a empatii. Přestože se mi podařilo vytvořit s některými respondenty silný vztah, s jinými to bylo složitější. Cítili se v tomto tématu nejistě, což mohlo ovlivnit hloubku a šíři získaných informací.

Dalším úskalím byla technická stránka výzkumu. Ačkoli jsem měla k dispozici potřebné nástroje pro nahrávání a analýzu dat, technické problémy a omezení v některých případech komplikovaly sběr a zpracování informací. Například se jednalo o problémy s kvalitou nahrávek, nebo se softwarovými nástroji pro transkripci, které vedly k dodatečné pracovní zátěži a stresu.

Výzvou také bylo zpracování emocionálně náročného obsahu rozhovorů. Některé příběhy a zkušenosti rodičů byly tak silné, že ovlivnily mé vlastní vnímání digitálního světa a rodičovství. Toto emoční zatížení bylo nutné zpracovat, abych mohla objektivně analyzovat data a vyvodit z nich relevantní závěry. Jedním z klíčových aspektů mé reflexe bylo uvědomění si vlastních předsudků a předpokladů, které jsem do výzkumu přinesla. Aktivně jsem se snažila minimalizovat jejich vliv na sběr a interpretaci dat, což vyžadovalo neustálou sebereflexi a kritické přehodnocování vlastních postojů.

Reflexe těchto úskalí a výzev je klíčová nejen pro pochopení průběhu mého výzkumu, ale i pro identifikaci oblastí, kde je potřeba dalšího rozvoje a přípravy. Přestože tyto překážky představovaly významné výzvy, poskytly mi také cenné lekce o významu flexibility, odolnosti a připravenosti na nečekané situace v akademickém výzkumu.

5 Rodinné strategie v digitálním věku: Analýza rozhovorů

V této kapitole se zaměřím na podrobnou analýzu rozhovorů s rodiči, aby bylo možné odhalit jejich perspektivy, obavy a strategie v oblasti digitální výchovy. Úvodní část každého rozhovoru obsahuje mé osobní dojmy, které reflektují atmosféru setkání a dynamiku interakce s respondenty. Dále pokračuji krátkým představením respondenta následovaným stručným shrnutím hlavních témat, která byla během rozhovoru dominantní. Tento přístup usnadňuje čtenářům rychle se zorientovat v klíčových oblastech diskuse a poskytuje základ pro hlubší analýzu a interpretaci rozhovorů, která následuje. Krátké zamyšlení se a diskuse u vybraných témat se také opírají o teoretické informace, které jsou uvedeny v předchozích kapitolách této práce. Vše společně umožňuje lepší pochopení zjištěných trendů a přístupů a může pomoci k lepší orientaci dalším rodičům. Tato kapitola slouží jako základ pro následné shrnutí, porovnání a syntézu informací, což nám umožní identifikovat vzorce, rozdíly a možné společné faktory v přístupech rodin k digitální výchově.

5.1 Respondent 1. Filip

S panem Filipem jsme se sešli v jeho oblíbené kavárně. Filip byl veselý a bylo vidět, že se jedná o téma, které ho zajímá a baví. Rozhovor plynul velmi příjemně a Filip měl hodně co říct. Se syny má hezký a důvěrný vztah a dle jeho vyprávění spolu podnikají spousty aktivit.

Rozhovor s panem Filipem, 38letým otcem dvou synů 12 a 14 let, se zaměřil na vyvážené využívání digitálních technologií v rodině, což je pro něj důležité. Filip zdůraznil význam stanovení pravidel a hranic pro používání elektroniky, jakož i význam společně stráveného času mimo obrazovky. Zmínil také důležitost vzájemné důvěry a otevřené komunikace o online aktivitách, aby bylo možné technologie využívat zodpovědně a bezpečně. Hlavními tématy rozhovoru byly strategie digitální výchovy, role rodičů, pravidla a omezení, vyvažování online a offline aktivit, přístup k online bezpečnosti a správné využívání technologií.

5.1.1 Klíčové body rozhovoru

Pro pana Filipa je důležité stanovení pravidel a limitů pro používání digitálních zařízení. Jeho přístup, který zahrnuje večerní pauzy od elektroniky, slouží jako základ pro udržení kvalitních mezilidských a rodinných vztahů. Tato strategie nejenže chrání rodinnou

harmonii, ale také posiluje vazby mezi členy rodiny tím, že společně tráví čas bez rušivých prvků technologií.

„V naší rodině máme pravidla pro používání elektroniky... večery jsou u nás bez technologií,“

popisuje Filip, což ilustruje jeho snahu o vytvoření prostředí, kde jsou prioritou osobní interakce nad digitálními aktivitami. Tato metoda nejen podporuje vzájemnou komunikaci a společné aktivity, ale také předchází potenciálnímu „technostresu“ a závislosti na digitálních zařízeních.

Filip rovněž zdůrazňuje význam komunikace a vzájemné důvěry. Jeho pravidelné diskuse s dětmi o jejich online aktivitách nejenže podporují otevřenou atmosféru v rodině, ale také posilují důvěru a dodávají dětem pocit bezpečí a pochopení.

„Pravidelně diskutujeme, co na internetu dělají... snažím se jim dát i svobodu, protože to si myslím pak i posiluje důvěru,“

vysvětluje. Tento vyvážený přístup, který kombinuje svobodu s odpovědností, umožňuje dětem rozvíjet digitální dovednosti a zodpovědnost s vědomím, že mají doma prostor pro otevřenou komunikaci a porozumění. Filipův důraz na dialog a důvěru tak vytváří pevný základ pro děti, aby se naučily navigovat digitálním světem bezpečně a s podporou svých rodičů.

Filip dále říká:

„jsem sportovec, a tak je vedu ke sportům.“

Jeho snaha o vyvážení digitálního a reálného života je klíčová pro zdravý rozvoj jeho dětí. Jeho aktivní podpora rodinných výletů a sportovních aktivit ukazuje jeho přesvědčení, že kvalitní rodinný čas a fyzická aktivita jsou nepostradatelné pro výchovu šťastných a vyrovnaných dětí.

„Důležité je pro mě také to, abychom společně trávili čas bez obrazovek,“

zdůrazňuje, což poukazuje na jeho úsilí omezit digitální přetížení a propagovat zdravé životní návyky. Pravidelné rodinné výlety a sportovní dny, kde:

„kluci musí spolupracovat a komunikovat nejen s námi, ale i s ostatními dětmi,“

nejen posilují rodinné vztahy a sociální interakce, ale také podporují rozvoj týmové práce a empatie mezi dětmi. Tento multidimenzionální přístup představuje pro Filipovy děti cennou lekci o důležitosti vyváženého života, kde digitální technologie mají své místo, ale nedominují rodinnému a sociálnímu životu.

Online bezpečnost a ochrana soukromí jsou pro Filipa stavebními kameny v procesu výchovy k bezpečnému používání internetu. Jeho aktivní role v edukaci dětí

o potenciálních rizicích a nebezpečích, která se na internetu mohou objevit, podtrhuje význam rodičovského vedení v digitálním světě.

„Snažím se být pro ně příkladem, co se týče online chování a bezpečnosti,“

vysvětluje, což zdůrazňuje jeho snahu o modelování pozitivního online chování. Pravidelné diskuse o tom, co děti dělají na internetu a s kým si píšou, nejenže pomáhají budovat důvěru a otevřenost, ale také posilují dětské pochopení a uvědomění o důležitosti ochrany osobních údajů. Tento přístup buduje u dětí základy pro vytvoření silného povědomí o online bezpečnosti, což je nepostradatelné pro jejich schopnost orientovat se v digitálním světě s jistotou a zodpovědností.

Filip uznává význam technologií pro vzdělávací a osobní rozvoj jeho dětí a zdůrazňuje pozitivní aspekty digitální éry ve vzdělávání. Jeho přístup, založený na společném učení a využívání online zdrojů např. pro školní projekty, ukazuje na praktické využití technologií jako nástroje pro rozšíření znalostí a dovedností.

„Technologie jsou skvělý nástroj pro učení,“

říká, což je odrazem jeho otevřenosti k digitálním zdrojům. Jeho zájem o podporu akademických a uměleckých zájmů dětí prostřednictvím online kurzů je příkladem toho, jak technologie mohou sloužit jako most k novým možnostem učení. Tato strategie nejenže podporuje autonomii a sebeřízené učení, ale také připravuje děti na budoucí vzdělávací a profesionální výzvy ve stále více digitálním světě. Filipova aktivní účast a podpora v procesu učení ukazuje význam rodičovského zapojení do vzdělávacího procesu dětí v digitálním věku.

Filip vnímá svou roli v digitální výchově jako zásadní pro navigaci jeho dětí v online prostředí. Jeho přístup, zaměřený na vedení a mentorství, přesahuje pouhé technické dovednosti a směřuje k vytváření hlubšího porozumění pro bezpečné chování na internetu:

„Cítím, že má role je být takovým průvodcem pro kluky v tom digitálním světě.

Víš, nejde jen o to je učit, jaké tlačítko zmáčknout, ale spíš o to, jak na internetu být bezpečně,“

komentuje. Tento citát zdůrazňuje Filipův závazek k rozvoji kritického myšlení a etického chování u svých dětí v digitálním světě. Jeho důraz na roli průvodce odráží hluboké pochopení potřeby vedení dětí skrze složité digitální prostředí, což je přístup, který může inspirovat další rodiče, aby přijali aktivnější úlohu ve výchově svých dětí v digitálním věku. Zajímavě reflektuje i momenty, kdy se cítí nesvůj ve světě, který je pro jeho děti natolik přirozený:

„Je to všechno hrozně rychlý. Je to někdy náročný,“

přiznává, což ukazuje na výzvy, kterým rodiče v digitálním věku čelí.

O budoucnosti Filip přemýšlí s optimismem, přičemž si je vědom rychlého vývoje technologií a s tím spojených výzev:

„Musíme být krok před těmi, kdo by chtěli technologie zneužít,“

uvědomuje si, což poukazuje na nutnost neustálé bdělosti a adaptace. Filipův přístup zdůrazňuje význam přípravy dětí na to, aby se staly zodpovědnými a bezpečnými digitálními občany, schopnými využívat technologie pro osobní rozvoj a učení, zatímco jsou si vědomi potenciálních rizik. Tím, že učí své syny důležitosti kritického myšlení a bezpečného online chování, připravuje půdu pro jejich úspěch ve stále se měnícím digitálním světě.

5.1.2 Shrnutí

Filipův přístup k rodičovství v digitálním věku je příkladem proaktivní a informované výchovy, která klade důraz na komunikaci, bezpečnost a vyvážený život. Jeho snaha o vytvoření prostředí, kde technologie slouží jako nástroj pro učení a rozvoj, zatímco současně dbá na bezpečnost a ochranu soukromí, je inspirativní pro ostatní rodiče, kteří se snaží navigovat složitostmi výchovy ve světě ovládaném technologiemi. Filipův důraz na vzájemnou důvěru, otevřenou komunikaci a podporu offline aktivit ukazuje cestu, jak mohou rodiny využívat digitální technologie pozitivně, bez ztráty kontaktu se skutečným světem a mezilidskými vztahy. Jeho názory i přístupy korespondují s názory odborníků, které byly již přestaveny v teoretické části této práce.

5.2 Respondent 2. Ladislava

Rozhovor s paní Ladislavou jsme vedli u ní doma. Příjemná atmosféra u vína a veselé nálada provázela celý náš společný čas. Ladislava je běžná uživatelka tohoto světa, bez velkých znalostí, ale snahy obsáhnou vše, co je nutné jak pro její život, tak pro dobré vedení svých dětí na které je sama.

Rozhovor s paní Ladislavou, 49letou matkou tří dětí, dvou dcer 13 a 15 let a syna 30 let, který má zdravotní postižení, zahrnoval pohled na jejich virtuální život. Jako samoživitelka, která zastává roli obou rodičů, zdůrazňuje důležitost omezení a dohledu nad používáním elektroniky jejími dětmi. Diskutovala o významu komunikace, důvěry a vzdělávání ohledně bezpečného používání internetu. Rozhovor také obsahoval její postřehy o výhodách technologií pro vzdělávání a komunikaci, přičemž upozorňovala na potřebu rovnováhy a opatrnosti v digitálním světě. Považuje technologie za *„výborného služebníka, ale špatného pána,“* což odráží její uvážlivý přístup k digitální výchově.

5.2.1 Klíčové body rozhovoru

Paní Ladislava zavádí pravidla a omezení, aby své děti naučila bezpečně navigovat digitálním světem:

„Důležité je mít pravidla. Například u nás doma máme časy, kdy jsou telefony a tablety vypnuté. Je to něco, co děti potřebují naučit pro jejich vlastní dobro,“

zdůrazňuje, přičemž uvádí, jak domácí pravidla pomáhají dětem pochopit hranice a podporují zdravé digitální návyky. Tento přístup odráží doporučení odborníků, kteří tvrdí, že jasné hranice a monitorování jsou klíčové pro bezpečný online zážitek dětí.

Vzájemná důvěra a otevřená komunikace jsou základem jejího přístupu. Sdílení příběhů o interakcích dětí s online světem a společná diskuse o potenciálních rizicích a nástrahách, podporují kulturu otevřenosti a vzájemné podpory v rodině, což pomáhá budovat důvěru a pocit bezpečí. Důležitost otevřené komunikace a vzájemné důvěry je zdůrazněna výrokem:

„důležité je tady o tom si prostě hodně povídat, mít tu vzájemnou důvěru.“

To ukazuje, jak je pro ni důležité, aby spolu otevřeně komunikovali o online aktivitách a potenciálních rizicích.

„Elektronika je výborný sluha, ale špatný pán,“

připomíná Ladislava, což odráží důležitý princip v digitální výchově. Tento pohled je podpořený teoretickými závěry v předchozích kapitolách práce, které poukazují na důležitost rovnováhy mezi přístupem k informacím a potřebou ochrany před potenciálními riziky. Ladislava se snaží o vyvážený přístup, kde technologie jsou využívány rozumně a neomezují osobní a rodinné interakce:

„Říkám, napřed budou hotové povinnosti, úkoly do školy, budete připravený do školy a pak si teda ten telefon, počítač vezmete.“

Bezpečnost na internetu je pro paní Ladislavu také prioritou, což je patrné z jejích aktivit zaměřených na ochranu soukromí a bezpečnost svých dětí online.

„Instalovala jsem na zařízeních dětí Family Link,“

popisuje paní Ladislava. Tyto kontrolní opatření nejsou vnímána jako zásah do soukromí, ale jako nezbytný krok k zajištění bezpečného prostředí pro děti, které se teprve učí navigovat v rozsáhlém a často nebezpečném digitálním světě.

“ty léčky a nástrahy vždycky nějak můžou vytanout. A ne, já nejsem schopná je připravit absolutně na všechno,“

říká Ladislava a hned dodává, že je nutné s dětmi o tomto tématu stále mluvit a učit je přijít, když se něco děje:

„říkám, já vám hlavu nikdy neutrhnu, vždycky všechno se nechá vyřešit, ale musím o tom vědět.“

Důraz na komunikaci a vzájemnou důvěru mezi rodiči a dětmi je klíčový pro vytvoření prostředí, kde se děti cítí podporované a bezpečné sdílet své online zkušenosti a obavy.

Paní Ladislava také ukazuje na pozitivní aspekty technologií, jako je přístup k informacím a podpora vzdělávání, a to i pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami:

„i přes jeho postižení se můj syn dokáže na tabletu velmi dobře orientovat. Technologie mu otevírají nové možnosti učení.“ Dále také zmiňuje, *„Ty technologie jsou skvělé věci, jo holky, kamkoliv odjedou, tak prostě jsme spolu v kontaktu,“*

čímž připomíná význam technologií pro posílení rodinných vazeb a zajištění bezpečnosti dětí.

Rodičovskou roli vnímá jako klíčovou a komplexní. Nejenže se snaží být příkladem správného chování v digitálním světě, ale zároveň plní roli ochránce a průvodce pro své děti:

„jako matka tří dětí, kde jedno má speciální potřeby, se musím postavit k tomu z obou stran – být jak máma, tak táta, což zahrnuje i ochranu před potenciálními online riziky,“

vysvětluje. Tento přístup podtrhuje význam aktivního zapojení a dohledu rodičů nad online aktivitami dětí, zároveň ale také zdůrazňuje potřebu učit děti samostatnosti a kritickému přístupu k informacím, které na internetu naleznou.

Paní Ladislava se ve svých odpovědích také dotýká klíčového tématu budoucnosti a přípravy mladé generace na digitální svět. V diskusi o budoucnosti Ladislava vyjadřuje smíšené pocity:

„já bych řekla, já už jsem v tomhle tom věku stará, takže já už to zase vidím jakoby babičkovsky a bojím se toho co bude. Toho pokroku.“

Tento výrok odráží obavy z rychlého technologického vývoje, ale zároveň připouští, že technologie mohou *„hodně usnadnit život“*

5.2.2 Shrnutí

Z rozhovoru s paní Ladislavou vyplynulo, že její přístup k digitální výchově je pečlivě vyvážený, s důrazem na bezpečnost, omezení a výchovu k zodpovědnému používání technologií. Zdůrazňuje důležitost komunikace, důvěry a vzdělávání v oblasti bezpečného používání internetu, což jsou klíčové aspekty pro ochranu a správný rozvoj jejich dětí v digitálním světě. Zároveň je si vědoma výhod, které technologie nabízí pro

vzdělávání a komunikaci, avšak s důrazem na nutnost rovnováhy a opatrnosti. Její vyvážený přístup, který považuje technologie za „výborného služebníka, ale špatného pána,“ odráží důležitou roli rodiče jako průvodce a mentora v digitálním věku. Ladislavino pochopení potřeby nastavení hranic a vytvoření bezpečného prostředí pro děti, při současném podporování jejich vzdělávacího a osobního rozvoje prostřednictvím technologií, představuje cenný příspěvek k diskusi o digitální výchově. Její přístup zdůrazňuje, že úspěšná navigace dětí ve virtuálním světě vyžaduje nejen omezení a dohled, ale také podporu, důvěru, vzdělání a otevřenou komunikaci, což jsou klíčové komponenty pro rozvoj digitální gramotnosti a bezpečnosti, jak uvádí většina odborníků.

5.3 Respondent 3. Tomáš

S panem Tomášem jsme se sešli u něj doma. Při rozhovoru bylo vidět, že se v tématu orientuje a ví o čem mluví. Rozhovor plynul, pan Tomáš byl uvolněný a plně ponořený do vyprávění příběhů, které s dcerou ve virtuálním světě již zažil. Někdy bylo i vidět, že je rozhořčený, například když vyprávěl o rizicích.

Rozhovor se 49letým otcem tří dětí, se zaměřil na jeho zkušenosti a postoje k digitálnímu světu, zejména jeho 12leté dcery. Působí v oboru IT, takže má o této oblasti přehled. Sdílel své zkušenosti a obavy spojené s využíváním sociálních sítí a internetu dětmi. Bylo vidět, že sociální sítě jsou jeho nejdůležitější téma a obava. Zdůrazňoval důležitost výchovy dětí k bezpečnému a zodpovědnému chování na internetu, poukazyval na trvalou přítomnost digitálních stop a nutnost ochrany soukromí. Přestože oceňuje potenciální přínosy technologií, je opatrný ohledně možných rizik a snaží se svou dceru připravit na budoucí výzvy spojené s digitálním světem.

5.3.1 Klíčové body rozhovoru

Hlavním tématem našeho rozhovoru byla bezpečnost a sociální sítě. Tomáš poukazuje na rizika spojená s neuváženým používáním sociálních sítí, které demonstruje příběhem své dcery:

„V devíti letech vzala můj telefon... a reagovala na fotku... Napsala fuj to je ošklivý... Přes noc se strhla hrozná mela.“

Tento incident využil jako výukový moment, aby ukázal, jak rychle může online chování vést k neočekávaným reakcím:

„Všechno jsem jí to na tomto příkladu ukázal, vysvětlil. Okomentoval jsem i ten příspěvek, kde jsem všem poděkoval za jejich reakce a že mi to úplně úžasně posloužilo k tomu, abych dceři vysvětlil, jak je Facebook nebezpečný, jak jsou sociální sítě hrozně moc nebezpečný v tom směru, že úplně cizí lidi,

kteří vás neznají, který neví, jaký člověk je, tak ho můžou fyzicky i psychicky rozbít a ublížit mu.“

Jeho strategie využívání konkrétních situací jako výukových momentů a průběžné diskuse o digitálním chování podporují kritické myšlení, zodpovědné online chování a je podporována mnoha odborníky zabývajícími se tímto tématem. Reálné příklady ze života jsou tím nejlepším učitelem nás všech.

Tomáš v rozhovoru často vyjadřuje obavy ohledně sociálních sítí a důrazně se snaží oddalovat připojení své dcery k těmto platformám, i když ví, že se tomu nevyhne.

„Mým úkolem je poslat jí do světa vybavenou s nějakými znalostmi, představou, co všechno to může mít za následky.“

Tento postoj odráží obavu i snahu mnoha rodičů ochránit své děti před nástrahami tohoto prostředí.

Tomáš také ukazuje na potřebu dávat dětem povědomí o digitálním prostředí, mluvit s nimi o digitálních stopách a o následcích nesprávného online chování:

„Bohužel ty sociální sítě v tomhle tom směru, jsou přesně to úložiště všech našich nejen virtuálních hříchů. No a co si budeme říkat, každého zajímají jenom ty hříchy, nikoho nezajímá to pozitivní. Jo, takže já jako rodič směrem k naší Ádě, si myslím, že moje úloha je jí vysvětlit, co to může znamenat.“

Význam rodičovské role ve virtuálním výchově a otevřená komunikace a důvěra je pro Tomáše důležité téma:

„Samozřejmě i vztah s tím dítětem ve smyslu toho, že prostě je to dítě ochotný s námi jako s rodiči mluvit a třeba nám vysvětlit nějaké situace a třeba se i ptát, tak to je taky hrozně důležitý, protože ta vzájemná důvěra, tam hrozně moc může pomoci.“

Děti potřebují cítit podporu a důvěru rodičů, aby se na ně mohly spolehnout a přijít ve chvílích, kdy je to třeba. Díky dobrému vztahu se dá předejít mnoha nepříjemnostem a problémům nejen v digitálním životě.

S Tomášem jsme také probírali téma kontroly, systémových nástrojů a omezení. Říká, že je pro něj důležitá jak kontrola, tak i určitá svoboda a vlastní zkušenost, na kterých se dcera učí. Tento přístup umožňuje nejen efektivní dohled nad online aktivitami a podporuje výchovu k bezpečnému používání digitálních zařízení, ale také učí samostatnosti a zodpovědnosti.

„Rozhodně používám nástroje, systémový, protože všichni používáme v rodině Apple, tak tam máme čas u obrazovky, vidíme historii,“

„Ale zase na druhou stranu si myslím, že není úplně dobře, mít nějakou stoprocentní kontrolu, protože to potom dítě nedostane ani šanci si lidově řečeno někde rozbít pusu. Nemá šanci si někde namlít, aby samo zjistilo, že prostě něco udělalo špatně, protože já jí to můžu hezky vykládat, ale ona si bude stejně myslet sví a až po vlastní zkušenosti jí to teprve může nakopnout. Proto říkám, že nezakázat, ale spíš být takovým průvodcem a nějakým takovým mentorem.“

Tomáš vidí budoucnost digitálně propojeného světa pozitivně, ale zdůrazňuje potřebu připravit děti na život v něm. Upozorňuje na rizika, na které je potřeba být připravený:

„virtuální svět jim může pomoci. Určitě ano. Určitě jim otevře obzory, určitě jim zpřístupní informace, ke kterým by se normálně nedostaly nebo dostávaly složitěji. Na druhou stranu je tam i to, že během vteřiny se ten život může změnit. A to riziko je tam poměrně velký.“

Jeho přístup k výchově, k digitální gramotnosti a připravenosti na výzvy, které přináší online prostředí, podtrhuje důležitost rodičovského vedení v této oblasti. Rodič je pro něj na prvním místě.

5.3.2 Shrnutí

Na základě rozhovoru s panem Tomášem lze konstatovat, že si je vědom potenciálního přínosu virtuálního světa pro děti, ale také rizik spojených s trvalou přítomností digitálních stop a možností zneužití osobních informací. Tomáš věří, že digitální svět může dětem pomoci rozšířit obzory a poskytnout jim přístup k informacím, které by jinak byly obtížně dostupné. Nicméně zdůrazňuje, že je důležité učit děti jak se v digitálním prostředí bezpečně pohybovat a být si vědomé potenciálních rizik. Tento rozhovor tak odhaluje komplexní pohled na digitální výchovu, kde se klade důraz na vyvážené využívání technologií, ochranu soukromí a podporu digitální gramotnosti. Jeho zkušenosti a postřehy jsou přínosné pro širší diskusi o roli rodičovství ve virtuálním věku.

5.4 Respondent 4. Natálka

Rozhovor s paní Natálkou probíhal v příjemném prostředí jejího domova. Natálka mi vysvětlila, že nemá tento digitální svět moc ráda, a že se omlouvá, že možná nebude moc pozitivní. Ujistila jsem ji, že každý pohled je důležitý, a že si ráda vyslechnu její názor. I když jsme se v některých chvílích společně zasmáli, bylo více vážných momentů, kdy bylo vidět, že Natálku toto téma nenechává úplně v pozitivním naladění.

Natálka, 40letá matka dvou dětí, sdílí své obavy a postřehy ohledně digitálního věku a jeho vlivu na děti. Jako administrativní pracovník ve výrobním družstvu a matka syna 11 let a dcery 8 let se potýká s výzvami, které přináší moderní technologie do rodinného života. Její pohled na digitální svět je smíšený, přičemž rozpoznává jeho nezbytnost v současné společnosti, ale zároveň vyjadřuje obavy z negativních dopadů na sociální vztahy a rozvoj dětí.

5.4.1 Klíčové body rozhovoru

Natálka vyjadřuje hluboké obavy ohledně vlivu digitálních technologií na děti, srovnává závislost na digitálních hrách s drogovou závislostí a zdůrazňuje potenciální škody na psychickém a emocionálním vývoji:

„Viš, u dítěte, které se rozvíjí, je to stejné jako závislost na alkoholu nebo drogách. Ty hry pro jejich vývoj jsou strašné.“

Její slova odrážejí hluboké pochopení potřeby ochrany dětí před negativními dopady virtuálního světa.

V rozhovoru také výrazně zdůrazňuje roli rodičů v procesu výchovy a ochrany dětí před potenciálními nebezpečími digitálního prostředí. Své vyjádření, že nedostatečný rodičovský zájem a aktivní zapojení mohou vést děti k úniku do virtuálního prostředí, poukazuje na kritickou potřebu pevné rodinné komunikace a společně stráveného času.

„Já si myslím, že je to hlavně chyba rodičů. Oni se o ty děti nezajímají. Nechají je, aby to dělaly. Nemluví s nimi a nedělají společně věci, a ty děti pak utíkají do tohohle světa,“

říká Natálka, což odráží její vnímání, že absence rodičovského vedení a podpory může děti přimět k hledání útěchy a společnosti v online prostředí a vytvářet tak podmínky pro závislosti a rizikové chování v tomto světě.

V rámci své strategie pro digitální výchovu klade paní Natálka důraz na stanovení pravidel a limitů pro používání technologií:

„Máme nastavená pravidla... o víkendu mohou děti hrát jen hodinu.“

Toto poukazuje na její snahu o vyvážený přístup, kde technologie mají své místo, ale nesmí dominovat životu jejích dětí. Vyjadřuje znepokojení nad tím, jak digitální technologie ovlivňují sociální interakce a vztahy mezi lidmi.

„Všechno, co souvisí s umělou inteligencí, počítači, mobily... si myslím, že to spíše začíná být globálním rozdělovačem lidí.“

Její slova reflektují potřebu najít rovnováhu mezi digitálním světem a reálnými sociálními vztahy.

Natálka vyjadřuje smíšené pocity ohledně budoucnosti digitálních technologií a jejich vlivu na děti.

„Umělá inteligence, ona sama o sobě, kdo ji vymyslel, je skvělá věc, ale jen když je používána správně, dá se využít na spoustu dobrých věcí, který pomůžou.“

Tato citace odhaluje její uznání potenciálních přínosů technologií, avšak s výhradou, že jejich správné využívání je klíčové pro minimalizaci rizik. Dále vyjadřuje obavy o budoucnost, kde by technologie mohly převzít kontrolu, pokud nebudeme schopni pochopit a řídit jejich vliv.

„A jednou se ona naučí, jak na nás a už ji nevypneme.“

Tato reflexe poukazuje na nutnost vzdělávat děti o bezpečném a zodpovědném používání technologií, aby byly připraveny na budoucnost, ve které technologie a umělá inteligence budou hrát ještě větší roli.

5.4.2 Shrnutí

Rozhovor s Natálkou odhaluje hluboké obavy z negativních dopadů digitálních technologií na výchovu a vývoj dětí. Přestože uznává potenciální přínosy technologií pro vzdělávání, zdůrazňuje důležitost rodičovského dohledu, stanovení hranic a podpory reálných sociálních interakcí. Její postřehy poukazují na složitou rovnováhu mezi integrací technologií do života dětí a zachováním jejich psychického a sociálního zdraví. Natálka vyzývá k aktivnímu rodičovství, kde se děti učí využívat technologie zodpovědně, s důrazem na reálné vztahy a aktivní život mimo obrazovky. Její přístup zdůrazňuje význam rodičovské role ve výchově digitálně gramotných dětí, které jsou schopné navigovat digitálním světem bezpečně a s mírou.

5.5 Respondent 5. Miloslava

S paní Miloslavou jsme se sešli u ní doma. Je to optimistická žena, která na věci kouká s nadhledem, a i náš rozhovor se takto ubíral.

Miloslava, 42letá matka dvou dětí, se v rozhovoru dělí o svůj pohled na digitální svět a jeho vliv na děti. Pracuje jako obchodní zástupce ve farmacii a žije ve městě. Svým dětem, 10letému synovi a 12leté dceři, se snaží poskytovat vyvážený přístup k digitálním technologiím, zdůrazňuje význam pohybových aktivit a má nastavená časová omezení pro používání elektroniky.

5.5.1 Klíčové body rozhovoru

Miloslava zdůrazňuje důležitost časových omezení a monitorování online aktivit svých dětí jako klíčovou strategii pro podporu zdravého vývoje:

„Ano, máme časová omezení, a u syna hlídám, co sleduje na YouTube, má tam dětský profil a sleduji u něj historii.“

Tento přístup poukazuje na její snahu o vyvážení mezi přístupem k digitálním technologiím a ochranou před potenciálními riziky.

Také klade velký důraz na důvěru a otevřenou komunikaci s jejími dětmi, což je základem pro navigaci v digitálním světě.

„děti nemají problém mi ukázat, co dělají online,“

sdílí, což odhaluje silný vztah založený na vzájemné důvěře a pochopení. Tento přístup umožňuje Miloslavě být informovanou o online aktivitách jejích dětí a efektivně jim radit a vést je. Díky otevřené komunikaci je schopna diskutovat o obsahu, který její děti sledují, a společně řešit jakékoli obavy nebo problémy, které mohou vzniknout:

„věřím, že když společně mluvíme a důvěřujeme si, tak je to klíčem,“

zdůrazňuje, poukazující na význam budování důvěry a schopnosti dětí otevřeně sdílet své zkušenosti a otázky. Tento přístup podporuje nejen bezpečné používání digitálních technologií, ale také rozvoj kritického myšlení a digitální gramotnosti u dětí. Miloslava tím vytváří prostředí, kde se děti cítí podporovány a povzbuzovány k tomu, aby se staly uvědomělými a zodpovědnými digitálními uživateli.

Podporuje u svých dětí rovnováhu mezi aktivním životním stylem a pozitivním využitím digitálních technologií. Její syn, pohybově aktivní, nachází radost ve sportu a hře venku, zatímco dcera Klárka:

„je v tom víc,“

což Miloslava popisuje s ohledem na Klárčinu vášeň pro umění, kterou rozvíjí prostřednictvím inspirace z online zdrojů, jako je TikTok. Tento přístup odráží Miloslavino uznání digitálních technologií jako nástroje pro osobní rozvoj dětí:

"Klárka(...), baví ji kreslení a malování a hodně z toho, co na netu dělá, je spojené právě s tím,"

Miloslava také klade důraz na výchovu v oblasti online bezpečnosti, což je pro ni klíčovou prioritou. Líbí se jí, že se děti učí o tomto tématu ve škole a doma to pak již jen komunikují.

„Věděli spoustu věcí, takže jsem nemusela moc přidávat,“

což ukazuje na její důvěru ve školní programy zaměřené na digitální bezpečnost. Klárčin zájem o paranormální jevy a umění, kreslení a malování, slouží jako příklady, jak

digitální technologie mohou podporovat osobní rozvoj dětí při zachování bezpečného online prostředí. Miloslava věří v důležitost otevřeného dialogu a vzdělávání o rizicích a příležitostech, které digitální svět nabízí. Její zkušenosti a postupy představují přístup, který zdůrazňuje potřebu učit děti jak bezpečně navigovat online, zatímco jim umožňuje prozkoumat jejich zájmy a rozvíjet své dovednosti v digitálním věku.

Oceňuje vzdělávací potenciál digitálních technologií, zejména v oblastech, které zajímají její děti, jako je umění a věda.

„Hodně hlídáme, co je a není vhodné pro jejich věk,“

ilustruje její snahu o smysluplné využití technologií pro podporu učení a kreativity. Zvláštní zmínku si zaslouží Kryštofův zájem o školní aplikaci, která je využívána k domácím úkolům a učení. Miloslava tuto aplikaci považuje za přínosnou:

„Je to skvělý, jak škola využívá technologie k vzdělávání,“

což reflektuje její pozitivní postoj k integraci technologií do vzdělávacího procesu. Tento přístup nejen podporuje vzdělávací rozvoj dětí, ale také je učí, jak využívat digitální nástroje zodpovědně a efektivně.

Do budoucnosti očekává, že technologie budou pro její děti přínosným nástrojem, za předpokladu správného využití. Její optimistický pohled na budoucnost zdůrazňuje důležitost rodičovského vedení a otevřené komunikace ve výchově dětí k samostatnému a bezpečnému prožívání digitálního světa:

„Považuji technologie za užitečné nástroje, pokud jsou používány správně,“

uvádí, což reflektuje její přesvědčení o významu připravit děti na adaptaci na digitální technologie zodpovědně a s prospěchem pro jejich vývoj.

5.5.2 Shrnutí

Paní Miloslava poskytuje cenný vhled do výchovy dětí v digitálním věku, kde rodičovská odpovědnost, nastavení hranic, aktivní trávení času a vzdělávání o online bezpečnosti hrají klíčovou roli. Její přístup k digitální výchově zdůrazňuje důležitost vyváženého využívání technologií a podporuje rozvoj zdravých digitálních návyků u dětí. Miloslava věří, že s pevným základem, vedením a otevřenou komunikací je možné připravit děti na budoucnost, ve které budou technologie sloužit jako nástroj pro osobní a profesní rozvoj, nikoli jako překážka. Její zkušenosti a strategie nabízí inspiraci pro ostatní rodiče, jak navigovat v digitálním světě, zatímco podporují bezpečné a zodpovědné využívání digitálních technologií svými dětmi.

5.6 Respondent 6. Vítěslav

S panem Vítěslavem, jsme náš rozhovor uskutečnili online. Tento digitální formát však nijak neomezil hloubku a kvalitu naší výměny názorů. Před samotným rozhovorem jsme měli příležitost se setkat osobně, což nám umožnilo lépe se domluvit na podrobnostech a cílech našeho hovoru. Rozhovor s Vítěslavem probíhal v přátelském a otevřeném duchu, což umožnilo vzniknout upřímné a bohaté diskusi. Jeho zkušenosti a postřehy o výchově dětí v digitálním věku jsou nejenom založené na osobních zkušenostech s vlastními dětmi, ale jsou také obohacené o příběhy a situace, které se kolem něj odehrávají.

Pan Vítěslav, otec dvou dětí, 12letého syna a již dospělé dcery, se podělil o své pohledy na význam rodičovského vedení a dohledu v digitálním světě. Zdůrazňuje klíčovou roli kritického myšlení a bezpečného používání technologií pro osobní rozvoj dětí.

5.6.1 Klíčové body rozhovoru

Vítěslav zdůrazňuje význam rodičovského dohledu a vedení v digitálním věku, zejména v kontextu bezpečnosti a zodpovědného používání internetu:

„snažíme se mít přehled o tom, co dělá, protože to je základ.“

Tato citace ilustruje důležitost aktivního zájmu rodičů o online aktivity svých dětí. Pan Vítěslav zdůrazňuje, že rodičovský dohled není o omezování svobody, ale o vytváření bezpečného prostředí pro děti na internetu, což podporují i různí autoři ve svých dílech.

Pan Vítěslav ve svém rozhovoru otevírá také důležitou diskusi o tom, jak digitální technologie, když jsou používány zodpovědně a s vhodným rodičovským vedením, mohou nabídnout dětem obrovské příležitosti pro rozvoj a učení.

„Já si myslím, že máme s manželkou obrovský štěstí a neskromně můžu říct, že je to možná důsledek naší správné výchovy, že náš syn využívá tu virtuální realitu hlavně pro získávání informací.“

Jeho pozitivní postoj k technologiím a vědomí jejich potenciálu pro vzdělávání je ukotveno v osobní zkušenosti se synem, který, když se společně jako rodina účastní vědomostních soutěží, je prý:

„v tom strašně dobrý.“

Tento příklad podtrhuje fakt, že digitální svět není jen zdrojem zábavy, ale i cenným prostředkem pro učení a objevování nových informací, což může vést k rozšíření obzorů a podpoře jejich intelektuálního růstu. Využitím technologií pro vzdělávací účely, jako je například přístup k online encyklopediím, vědeckým portálům nebo i edukačním hrám,

mohou rodiče svým dětem pomoci rozvíjet kritické myšlení, zlepšit digitální gramotnost a podpořit samostatné učení. Tím, že děti aktivně vyhledávají informace, učí se filtrovat a hodnotit obsah, trénují klíčové dovednosti dnešní přetížené informační doby.

Další důležitý aspekt, na který Vítěslav také poukazuje, je potřeba vyváženého přístupu. I když digitální technologie nabízejí mnoho výhod, je také důležité dbát na to, aby děti strávily dostatek času mimo obrazovky, angažovaly se ve fyzických aktivitách a rozvíjely sociální dovednosti prostřednictvím přímých interakcí. Tento vyvážený přístup pomáhá zajistit, že digitální technologie slouží jako doplněk, nikoli jako náhrada za široké spektrum zkušeností, které jsou pro rozvoj dětí zásadní. Vítěslav rovněž upozorňuje na potenciální rizika spojená s digitálním světem, včetně možnosti, že děti mohou narazit na škodlivý obsah nebo se zapojit do nebezpečných online aktivit.

„Ve své profesi se bohužel setkávám s lidmi, který tomu naprosto propadnou,“

Tato citace odkazuje na jeho profesionální zkušenosti u policie a poukazuje na extrémní případy, kdy digitální svět může mít negativní dopady. Vítěslav zdůrazňuje důležitost rodičovského vedení a komunikace, aby se předešlo takovým situacím.

Vítěslavův rozhovor ukazuje na komplexní roli rodiče v digitálním věku, balancování mezi podporou pozitivního využití technologií a zároveň ochranou před jejich riziky. Jeho zkušenosti a postřehy jsou cenným příspěvkem k diskusi o tom, jak navigovat v digitálním světě, tak aby podporoval bezpečný a zdravý vývoj dětí. Pan Vítěslav uzavírá své vyprávění sdílením přesvědčení, že klíčem k úspěšné digitální výchově je rovnováha, komunikace a důvěra mezi rodiči a dětmi. Jeho přístup zdůrazňuje, že ačkoliv digitální svět přináší nové výzvy, nabízí také příležitosti pro učení, rozvoj a propojení.

5.6.2 Shrnutí

Z Vítěslavova rozhovoru vyplývá, že digitální svět může být mocným spojencem v rozvoji našich dětí, pokud je využíván s rozmyslem a pod vedením odpovědných dospělých. Je to výzva pro rodiče, aby se stali aktivními účastníky v digitálním vzdělávání svých dětí, přičemž je třeba používat nástroje a znalosti potřebné k bezpečnému a produktivnímu používání technologií. Vítěslav rovněž upozorňuje na potenciální rizika, která jsou spojena s digitálním světem, včetně možnosti, že děti mohou narazit na škodlivý obsah nebo se zapojit do nebezpečných online aktivit.

Jeho příběh ukazuje na dvojsečnou povahu digitálních technologií, které mohou být jak cenným nástrojem pro vzdělávání a rozvoj, tak potenciálním zdrojem rizik, pokud nejsou používány zodpovědně. Jeho přístup k digitální výchově odhaluje hluboké

porozumění potřebám a výzvám dnešních dětí a nabízí cenné rady pro ostatní rodiče, kteří se snaží navigovat v komplexním digitálním prostředí.

5.7 Respondent 7. Ondřej

S panem Ondřejem jsme se sešli u něj doma. Protože se známe a já vím, že je v tomto oboru znalý, velmi jsem se těšila na informace, které mi poskytne. Rozhovor byl velmi příjemný i přínosný.

Pan Ondřej, manažer v logistice a otec dvou dětí, Elinky (12 let) a Šarlotky (4 roky), se s námi podělil o své zkušenosti a názory na výchovu dětí v digitálním věku. Jeho přístup k tématu virtuálního života dětí z pohledu rodiče odhaluje hloubku a šířku jeho úvah o rodičovských výzvách a strategiích v současné digitální éře. Hlavními body jsou pro něj rodičovský dohled, edukace, komunikace a prevence.

5.7.1 Klíčové body rozhovoru

Ondřej vyzdvihuje nezbytnost rodičovského dohledu v digitální výchově jako základ pro zajištění online bezpečnosti dětí.

„Důležité je, aby děti věděly, že internet není zcela bezpečné místo, a že je třeba být opatrný,“

zdůrazňuje. Jeho slova reflektují strategii, která se opírá o kombinaci dohledu, vedení a vzdělávání dětí o potenciálních online rizicích. Tento přístup umožňuje dětem nejen bezpečně prozkoumávat digitální svět, ale také podporuje rozvoj jejich schopnosti samostatně rozhodovat a kriticky přemýšlet o informacích, s nimiž se setkávají online. Důležitost rodičovského dohledu a vedení v kontextu online bezpečnosti, je například jeho přístup k dceřině používání mobilního telefonu, který je pečlivě konfigurován s omezením na hodinu denně pro zábavné aplikace a nezahrnuje instalaci nových aplikací bez rodičovského schválení. Toto rozhodnutí vychází z přání udržet rovnováhu mezi digitálním světem a reálným životem, a zároveň omezit potenciální rizika spojená s online aktivitami.

Pan Ondřej klade velký důraz na edukaci a preventivní opatření, včetně otevřené komunikace s Elinkou o rizicích spojených s online světem.

„Vzděláváme je o možných rizicích a snažíme se je naučit, jak se jim vyhnout,“

sdílí. Tato citace poukazuje na to, jak Ondřej a jeho manželka aktivně zapojují své děti do diskuse o digitálním světě, což podporuje rozvoj jejich digitální gramotnosti. Poukazuje na význam vést děti k tomu, aby řešily problémy společně s rodiči, a ne samy.

Také se je snaží vzdělávat v oblasti digitální gramotnosti, aby mohly rozpoznávat a správně reagovat na potenciální hrozby.

Ondřejova strategie v oblasti digitální výchovy zahrnuje i promyšlené omezení přístupu jeho dcery k sociálním médiím, jako jsou Instagram, Snapchat a TikTok. Toto rozhodnutí je motivováno snahou ochránit ji před potenciálně negativními vlivy a psychickými tlaky, které mohou tyto platformy přinášet:

„víme, jak moc mohou sociální média ovlivnit vnímání sebe sama a vztahy s vrstevníky, a proto preferujeme, aby Elinka trávila svůj čas aktivitami, které podporují její fyzický a emocionální rozvoj,“

vysvětluje Ondřej. Tento výrok zdůrazňuje jeho záměr podporovat zdravější alternativy k trávení volného času, které mohou zahrnovat sport, umělecké činnosti nebo rodinné výlety, posilující nejen fyzické, ale i sociální a emocionální pohody dětí. Jeho úsilí najít alternativní způsoby, jak zaplnit její volný čas, reflektuje hlubší pochopení významu sociálních interakcí mimo digitální prostředí:

„snažíme se podporovat činnosti, kde může být Elinka ve fyzickém kontaktu s vrstevníky, což považujeme za nezbytné pro rozvoj jejich sociálních dovedností,“

pokračuje. Tato strategie ukazuje na Ondřejovu proaktivní roli v digitální výchově, kde nejde jen o omezení nežádoucího obsahu, ale o celkovou podporu zdravého vývoje dítěte s důrazem na reálné zážitky a mezilidské vztahy.

Ondřej také poukazuje na klíčovou roli rodičů v digitální výchově:

„je naší odpovědností vést naše děti skrze digitální svět a ukázat jim, jak ho využívat k jejich prospěchu.“

Tato citace zdůrazňuje, že Ondřej vnímá rodičovství v digitálním věku jako aktivní proces vedení a podpory. Tento bod připomíná, že rodiče hrají klíčovou roli nejen jako ochránci, ale také jako průvodci a mentoři, kteří pomáhají dětem pochopit, jak využívat digitální technologie způsobem, který podporuje jejich vzdělání, sociální interakce a osobní rozvoj.

Ondřejův pohled na budoucnost a digitální výchovu je optimistický:

„myslím, že jako společnost jdeme správným směrem. Více se mluví o bezpečnosti na internetu a děti jsou vystaveny tématům digitální gramotnosti,“

vyjadřuje svou naději. Tento bod odhaluje Ondřejovu víru v postupný pokrok ve vzdělávání a osvětě, který by měl posílit digitální gramotnost a bezpečnostní povědomí budoucích generací.

„Věřím, že se děti stávají stále více digitálně gramotnými, a že budoucnost bude v tomto ohledu jen lepší.“

Toto reflektuje jeho víru v postupný pokrok a zlepšování strategií digitální výchovy ve škole, v rodinách i celé společnosti.

5.7.2 Shrnutí

Rozhovor s panem Ondřejem odhaluje komplexní pohled na digitální výchovu, který zahrnuje aktivní rodičovský dohled, důraz na edukaci a preventivní opatření a význam rodičovské role v navigaci dětí skrze digitální svět. Jeho optimismus ohledně budoucnosti digitální výchovy a víra v rostoucí digitální gramotnost dětí naznačují pozitivní vývoj v oblasti digitálního vzdělávání. Ondřejovy postřehy a zkušenosti nabízejí cennou perspektivu pro rodiče, kteří hledají rovnováhu mezi ochranou svých dětí a podporou jejich samostatného prozkoumávání digitálního světa. Jeho přístup zdůrazňuje, že s pravým vedením a podporou, mohou rodiče efektivně připravit své děti na výzvy a příležitosti, které digitální éra přináší.

5.8 Respondent 8. Pavla

S paní Pavlou jsme náš hovor uskutečnily online. Pavla je energická a sdílná a náš rozhovor plynul rychlým tempem s příjemným nábojem.

Paní Pavla sdílí své zkušenosti a postřehy jako matka dvou dětí 12 a 15 let a pedagog. Ve svém rozhovoru zdůrazňuje několik klíčových témat týkajících se výchovy dětí v digitálním věku, včetně nutnosti rodičovského zájmu a zapojení, významu omezení digitální expozice a rovnováhy mezi online a offline aktivitami. Přiznává také výzvy, se kterými se setkává při regulaci digitálního chování svých dětí, včetně vnějších tlaků a očekávání ve školním prostředí.

5.8.1 Klíčové body rozhovoru

Paní Pavla reflektuje nad proměnou společenského přístupu k mobilním telefonům a digitálním technologiím, zvláště ve vztahu k dětem a jejich využívání ve školním prostředí. Přestože sama vyrůstala v době, kdy mobilní telefony nebyly běžné, vnímá tlak ze strany současných rodičů na to, aby jejich děti byly neustále dostupné a online:

„je to divná doba, teď mají asi všichni pocit, že když ten telefon nebudou mít, tak asi o něco prostě přicházejí,“

popisuje. Vyjadřuje znepokojení z všudypřítomnosti mobilních telefonů ve školství a jejich rušivého vlivu na vyučování.

„Děti mají s sebou telefony ve škole i v hodinách, kdy do nich neustále koukají a ruší to vyučování,“

popisuje problémy, s nimiž se potýká jako učitelka i rodič. Tento problém je v dnešní době zvláště náročný. Mladí lidé jsou tak zvyklí na neustálou stimulaci a interakci, kterou nabízejí jejich zařízení. Pavla zdůrazňuje potřebu najít rovnováhu mezi využíváním technologií pro vzdělávací účely a zamezením jejich rušivého vlivu. Navíc, Pavla pozoruje negativní trend rostoucí preference krátkých digitálních obsahů mezi dětmi, jako jsou videa na TikToku, které podle ní snižují schopnost dětí soustředit se na delší texty a filmy:

„je to na ně dlouhý. Na celovečerní film se už nevydrží soustředit,“

popisuje, vyjadřujíc obavy z klesající délky pozornosti dětí vlivem konzumace krátkého digitálního obsahu. Tato pozorování společně poukazují na význam omezení digitálního vlivu a potřebu podporovat schopnosti dětí soustředit se na složitější a delší formy obsahu.

Dále Pavla popisuje svou zkušenost s výchovou dětí v digitálním věku, kde se snaží o rovnováhu mezi přínosy digitálních technologií a jejich potenciálními riziky. Jako rodič zdůrazňuje význam nastavení hranic a monitorování digitální aktivity svých dětí, což je v souladu s doporučeními odborníků na digitální výchovu, kteří zdůrazňují nutnost rodičovského zájmu a zapojení pro zajištění bezpečného a smysluplného využívání digitálních technologií dětmi.

„Ačkoliv se situace postupně měnila a digitální technologie se stávaly víc součástí, my jsme se snažili o určité omezení.“

Tento postoj odráží pochopení nutnosti omezení pro zdravý vývoj dětí a vyzdvihuje odpovědnost rodičů v této oblasti.

Pavla poukazuje na důležitost bezpečnosti na internetu a omezení času stráveného dětmi u obrazovek, k čemuž využívá aplikaci Family Link.

„Máme nastavený family link... já vidím, kde chodí, kam chodí, jak dlouho tam chodí, omezují jim to, uznám-li za vhodné.“

Tím ukazuje na praktický nástroj, který pomáhá v udržení digitální bezpečnosti dětí. Tato strategie reflektuje rady expertů na digitální bezpečnost, kterými je nastavení konkrétních pravidel pro používání digitálních zařízení a aplikací. Dále zdůrazňuje, jak omezení digitální expozice pomáhá udržovat zdravý životní styl a podporuje sociální interakce mimo virtuální prostředí.

V rozhovoru s paní Pavlou je zmiňována nejen snaha o vyvážený přístup k digitálním technologiím a význam bezpečnosti, ale také potíže, které jako rodič a učitelka zažívá při pokusu ohlídat a regulovat digitální chování svých dětí. Pavla

připouští, že i přes její úsilí a nastavená pravidla je někdy obtížné udržet situaci plně pod kontrolou.

„Vidím, že je to stále těžší uhlídat, i proto, že jsou na tom i ve škole a i školství, je k tomu víc vede.“

Tato citace odráží realitu mnoha rodičů, kteří se snaží navigovat v komplikovaném digitálním světě, kde technologie a online obsah hrají stále větší roli ve vzdělávání i volném čase dětí.

„My jako rodiče se můžeme snažit dělat maximum, ale samozřejmě, že okolí dělá tu většinu,“

vyjadřuje realitu. Toto přiznání podtrhuje, že i při nejlepších úmyslech a snaze o omezení a dohled, mohou rodiče narazit na překážky, jako jsou vnější vlivy prostředí a sociální tlaky, které komplikují udržení digitálního života dětí v rozumných mezích. Pavla upozorňuje na důležitost udržování otevřené komunikace, ale i na spolupráci s ostatními rodiči a školou.

Ač Pavla není největší fanoušek digitálních technologií, rozpoznává jejich hodnotu pro vzdělávání a udržování sociálních vazeb, ale zároveň poukazuje na význam aktivit mimo digitální prostředí.

„Je dobré mít telefon a možnost si kdykoliv něco najít na internetu, či se spojit s někým, ale vše by mělo mít své meze.“

Tato výpověď podtrhuje, že i přes technologický pokrok by měly zůstat zachovány určité hodnoty a meze.

Pavla také poukazuje na přínosy digitálního světa pro udržování mezilidských vztahů na dálku a vzdělávání, zvláště v jazykových dovednostech:

„protože vím, že třeba Péťa hraje hru online, kterou hraje s kamarádem z Anglie... a zase se rozvíjí trošičku jiným stylem.“

To ukazuje, že digitální technologie mohou mít pozitivní vliv na rozvoj dětí, pokud jsou používány rozumně a s mírou.

Pavlin rozhovor a její postřehy nabízejí cenný pohled na výzvy, se kterými se rodiče setkávají v digitálním věku a zdůrazňují význam rodičovské role a odpovědnosti při výchově dětí v digitálním prostředí. Její strategie a zkušenosti jsou v souladu s doporučeními odborníků a výzkumů v oblasti digitální výchovy a bezpečnosti, což podtrhuje důležitost informovanosti, dialogu a spolupráce mezi rodiči a dětmi pro zajištění pozitivního a bezpečného digitálního vývoje.

Přemýšlení o budoucnosti digitální výchovy a technologií vede paní Pavlu k rozporuplným pocitům. Na jedné straně vidí pozitiva v tom, jak digitální dovednosti připravují děti na budoucí výzvy.

„Je to pro něj pozitivní, protože ta doba si to vyžaduje,“

poznává o důležitosti adaptace na digitální svět. Na druhou stranu vyjadřuje obavy z možných negativních dopadů, jako je ztráta mezilidských vztahů a závislost na sociálních sítích. Tento kontrast zdůrazňuje složitost předvídání budoucího vývoje a potřebu vyváženého přístupu k digitální výchově.

5.8.2 Shrnutí

Přístup paní Pavly zdůrazňuje význam omezení, vzdělávání o digitálním světě a podpory aktivit mimo digitální prostředí. Paní Pavla poukazuje na složitost navigace rodičovstvím v digitálním věku, kde je klíčové najít rovnováhu mezi technologickými přínosy a potenciálními riziky. Zároveň se dotýká důležitých témat, jako je vliv sociálních médií na duševní zdraví a rozvoj dětí a zdůrazňuje potřebu spolupráce mezi rodiči a školami v nastavení hranic pro používání digitálních technologií. Její zkušenosti a postřehy nabízejí cenný vhled do toho, jak mohou rodiče efektivně vést své děti k zodpovědnému a prospěšnému využívání digitálního světa, přičemž nezapomínají na význam mezilidských vztahů a aktivit mimo digitální prostředí. Paní Pavla tak představuje hlas rodiče, který se snaží najít rovnováhu v neustále se měnícím digitálním prostředí a její příběh je připomínkou komplexních výzev, kterým dnešní rodiče čelí.

5.9 Respondent 9. Josef

S panem Josefem jsme se sešli u něj doma. Josef se cítil trochu nespokojen, protože o virtuálním životě svých dětí nemá moc prostoru přemýšlet. Přes počáteční nervozitu se ale nakonec rozhovor rozvinul v zajímavé téma, které odhalilo některé nové výzvy.

Pan Josef, rozvedený otec dvou synů 12 a 16 let, se se mnou podělil o své zkušenosti s omezeným rodičovstvím a výzvami digitální výchovy. Jako víkendový otec, který své děti vidá převážně během volných dnů a prázdnin čelí specifickým výzvám. Hlavním tématem našeho rozhovoru bylo omezení digitálního vlivu a komunikace mezi rodiči.

5.9.1 Klíčové body rozhovoru

Josef reflektuje nad komplikacemi, které přináší rozdílné pohledy na digitální výchovu mezi ním a jeho bývalou manželkou. Bez jednotné strategie se oba rodiče potýkají s efektivním omezením digitálního vlivu na své syny. Josef přiznává:

„já jsem v tom viděl problém asi dřív, než moje bývalá žena... na tom jsme se jako úplně neshodli.“

Tato situace podtrhuje, jak zásadní je koordinovaná komunikace mezi rodiči pro kultivaci zdravých digitálních návyků.

Josefův boj s hledáním alternativ k digitální zábavě odhaluje složité dilema mnoha rodičů. Snaží se přitáhnout pozornost svých synů k jiným aktivitám, ale čelí výzvě překonat přitažlivost digitálního světa:

„když jsou se mnou, snažím se jim vyvolat pozornost někde jinde,“

popisuje Pepa, avšak uznává, že najít dostatečně atraktivní alternativu je obtížné:

„samozřejmě se snažíme je od toho odehnat a najít jim nějaký jiný program, ale to je prostě těžký.“

Tento výrok odráží společný boj mnoha rodičů, kteří se snaží vyvážit digitální a nedigitální aspekty života svých dětí. Jeho zkušenost zdůrazňuje potřebu hledat kreativní řešení a aktivně se zapojovat do volnočasových aktivit dětí, které podporují jejich fyzický, emocionální a sociální rozvoj mimo digitální prostředí. Josef také nepřímou poukazuje na důležitost rodičovského příkladu a společně stráveného času, což jsou klíčové složky pro budování silného vztahu s dětmi a vedení jejich digitálního chování.

Nedostatek systematického dohledu a konzistentního rodičovského přístupu je dalším klíčovým bodem. Pepova bývalá manželka, která podporuje technologické zájmy dětí poskytováním nejnovějších zařízení a neomezených dat, kontrastuje s Pepovými snahami o omezení. Pepa přiznává, že kvůli neshodám nebyly zavedeny žádné konkrétní kontroly nebo omezení, což ztěžuje omezení času stráveného syny s elektronikou.

„Tím, že jsme se ženou vlastně nenašli společnou řeč...,“

vysvětluje, čímž poukazuje na komplikace v koordinaci výchovy mezi rozvedenými rodiči. Aby bylo možné efektivně řídit digitální život a zájmy dětí, je klíčové, aby oba rodiče společně pracovali na vytvoření konzistentního a udržitelného plánu, který podporuje zdravé digitální návyky a zajišťuje, že děti jsou chráněny před potenciálními riziky online světa. Josefova zkušenost tak poukazuje na širší problém s nímž se mnozí rodiče mohou setkat a zdůrazňuje potřebu najít společný základ v otázkách digitální výchovy.

Josefovy úvahy o budoucnosti a adaptaci jeho synů na digitální svět jsou smíšené. Doufá, že:

„si časem najdou nějakou novou zábavu nebo zájmy,“

ale současně si je vědom výzev, které digitální svět přináší. Diskuse o společenských změnách a možném úpadku sociálních dovedností kvůli nadměrnému používání elektroniky poukazuje na Josefovy obavy z negativního dopadu digitálního věku. Diskuse o degeneraci mladé generace a změnách ve společnosti naznačuje jeho

obavy z přílišné závislosti na digitálních zařízeních. Upozorňuje na izolaci a utlumování sociálních dovedností způsobené nadměrným používáním elektroniky:

„je otázka, co z nich vlastně vůbec vyroste, jak se budou umět začlenit do společnosti.“

Tato reflexe zdůrazňuje Josefovou obavu z negativního dopadu digitálních technologií na rozvoj sociálních a komunikačních dovedností jeho dětí.

5.9.2 Shrnutí

Pan Josef, který se s dětmi setkává převážně o víkendech a během prázdnin, čelí specifickým obtížím při pokusu omezit jejich digitální konzumaci a navigovat v komplikovaných vodách digitálního rodičovství bez společné strategie s bývalou manželkou. Hlavními tématy rozhovoru byla složitost rodičovské role v digitální výchově, absence koordinovaného dohledu a omezení digitálních aktivit synů a výzvy při hledání alternativ k digitální zábavě. Josefova snaha o odvedení pozornosti dětí od elektronických zařízení a jeho potýkání s nedostatkem společného přístupu s bývalou manželkou zdůrazňují potřebu komunikace a spolupráce mezi rodiči v digitálním věku. Tato kapitola také odhaluje Josefovy obavy a rozporuplné pocity ohledně budoucnosti digitálního života jeho dětí, zvláště v kontextu jejich sociálního rozvoje a adaptace na digitálně orientovanou společnost. Je zřejmé, že digitální výchova představuje komplexní výzvu pro rodiče, která vyžaduje jednotný přístup, otevřenou komunikaci a aktivní hledání kreativních řešení. Josefova zkušenost poukazuje na širší problémy, s nimiž se mnozí rodiče v digitálním věku setkávají a zdůrazňuje význam společného úsilí rodičů o podporu zdravých digitálních návyků u svých dětí.

5.10 Respondent 10. Romana

S paní Romanou jsme se sešli v kavárně. Příjemné prostředí dalo základ příjemnému a veselému rozhovoru.

Paní Romana je matka dvou chlapců 27 a 12 let. Z rozhovoru vyplynuly klíčové body, které odhalují její pohled na digitální výchovu a výzvy, s nimiž se jako rodič potýká. Tato kapitola podrobně zkoumá přístup k omezení digitálního vlivu na její děti, její postoje k sociálním sítím, důvěře a komunikaci a její úsilí o podporu zdravých digitálních návyků.

5.10.1 Klíčové body rozhovoru

Z rozhovoru byla patrná rezervovanost vůči digitálnímu světu. Paní Romana odhaluje obavy a zároveň přístup založený na realistické akceptaci současné reality. Přestože

osobně digitální svět nepřijímá s nadšením, snaží se najít cestu, jak navigovat mezi svými přesvědčeními a zájmy svých dětí. Její poznámka o tom, že by jí:

„nevadilo, kdyby neexistovala ani televize,“

odhaluje hloubku jejího odporu k přemíře technologií ve společnosti. Přesto se snaží pochopit a akceptovat digitální zájmy svých dětí, což vyžaduje značnou míru tolerance a otevřenosti.

Zmínka o jejím starším synovi, který se od sociálních sítí distancuje a žije dobrodružnějším způsobem života, ukazuje na pozitivní příklad, jak je možné najít rovnováhu a smysluplné zaměření mimo digitální svět, i když byl v dětství byl také lapen. Na druhou stranu mladší syn je stále více ponořen do světa sociálních médií a online her, což Romana vnímá s mírnou obavou, i když se snaží jeho zájmy podporovat a směřovat k pozitivnějším obsahům.

„S mladším synem, který je v pubertě, to ale není tak jednoduché,“

Romana se snaží vytvořit v domácnosti pravidla pro používání internetu, i když přiznává, že je více tolerantní:

„také hraje nějaké hry a je fakt, že na nich tráví hodně času, ale já jsem trošičku tolerantní v tom, že to hodně kompenzuje sportem, tak ho moc neomezuju,“

říká, což ukazuje na její snahu o zavedení struktury. Díky tomu, že syn vyrovnává čas online, časem mimo toto prostředí, nemá s dobou strávenou v digitálním světě problém.

Diskuse o rizicích, jako je nevhodný obsah a kontakt s neznámými osobami online, je součástí jejich komunikace, což naznačuje důležitost otevřeného dialogu o bezpečnosti na internetu. Romana zdůrazňuje význam komunikace a výchovných momentů, jako je diskuse o realitě života youtuberů a významu vzdělání.

„Ondra mi oznámil, že je to youtuber, který vydělává neskutečný peníze.“

Její snaha vysvětlit Ondrovi, že úspěch na YouTube je výjimečný a vyžaduje práci a štěstí, odhaluje její přístup k výchově založené na realitě a snaží se připravit své děti na život s realistickými očekáváními. Romanin strach, že by její syn mohl opustit školní vzdělání ve snaze stát se youtuberem, je vyjádřením hlubší obavy o budoucí směřování dětí, které jsou vystaveny neomezenému množství obsahu a influencerům, jejichž životní styl může být lákavý, ale často nereálný:

„mě někdy strašně děsí to, že si řekne hele, já chci být youtuber a chci taky tyhle věci dělat a prostě vykašlu se ti na školu.“

Romana se snaží předcházet možnému ztracení zájmu o tradiční vzdělávací cesty a podporovat rozvoj širokého spektra zájmů a dovedností, které nejsou omezeny pouze na digitální prostředí.

Role Romany jako rodiče v digitálním věku zahrnuje nejen stanovení pravidel a limitů, ale také důvěru a neustálou komunikaci s jejími dětmi:

„určitě, důvěra je základ,“

zdůrazňuje Romana, poukazujíc na význam otevřenosti a zájmu o digitální i nedigitální aspekty života jejích dětí. Její úsilí o povzbuzení aktivit mimo internet ukazuje na snahu o vyvážený přístup k výchově.

Romana má smíšené pocity ohledně budoucnosti svých dětí v digitálně zaměřené společnosti:

„je to taková dvojsečná zbraň,“

říká, což odráží její vnímání digitálního světa jako prostředí plného možností i rizik. Vyjadřuje obavy z nadměrné závislosti na sociálních sítích a vlivu influencerů, což zdůrazňuje potřebu naučit děti kritickému myšlení a hodnotě reálných zážitků a vztahů.

5.10.2 Shrnutí

Rozhovor odhaluje komplexní výzvy, s nimiž se Romana jako rodič potýká v digitálním věku. Její přístup zdůrazňuje význam rodičovské role v omezení digitálního vlivu, podporu zdravých digitálních návyků a výchovu dětí k bezpečnému a zodpovědnému používání internetu. Romana reflektuje nad důležitostí důvěry, komunikace a společných aktivit pro posílení vztahu mezi rodičem a dítětem a zároveň vyjadřuje obavy z možných negativních dopadů digitálního světa na sociální dovednosti a vnímání reality dětí. Tato kapitola představuje důležitý příspěvek k diskusi o rodičovství v současné digitálně orientované společnosti, zdůrazňujíc nutnost najít rovnováhu mezi technologickými inovacemi a udržením zdravého pohledu na realitu.

6 Analýza a porovnání výsledků

Po cestě plné zkoumání bylo dosaženo bodu, kdy je čas vše sjednotit. Tato kapitola poskytuje prostor pro shrnutí klíčových poznatků z výzkumu a pro porovnání těchto zjištění s existujícími teoriemi. Cílem je poskytnout ucelený pohled na digitální život dětí v pohledu rodičů, identifikovat oblasti, kde je potřeba další podpora nebo vzdělávání a nabídnout doporučení pro budoucí praxi a výzkum.

Věřím, že právě spojení teorie a praxe může nejvíce přispět k lepšímu porozumění a zvládnutí digitálního světa, ve kterém naše děti rostou.

6.1 Společná témata mezi rodiči

Na základě analýzy rozhovorů jsem identifikovala několik klíčových témat, která se opakovaně objevovala v diskusích s rodiči.

6.1.1 Stanovení pravidel a limitů pro digitální zařízení

Většina rodičů si je vědoma významu stanovení pravidel pro používání technologií, která jsou klíčová pro omezení digitálního vlivu na jejich děti. Tento přístup je také odborníky považován za důležitý a přínosný.

Rozhovory s deseti rodiči odhalily širokou škálu postojů, od přísné regulace po volnější přístupy. Například pan Ondřej, otec dvou dětí, zdůrazňuje význam bezpečnosti a omezení online rizik prostřednictvím pečlivého nastavení pravidel pro používání mobilních zařízení svou starší dcerou Elinkou. Na druhé straně, paní Romana, matka dvou synů, přiznává, že ačkoliv si je vědoma potenciálních rizik digitálního světa, je ve svém přístupu k používání technologií svými dětmi relativně tolerantní, avšak se zaměřením na kompenzaci času stráveného před obrazovkou fyzickou aktivitou. Na základě rozhovorů lze konstatovat, že zatímco téměř všichni rodiče uznávají důležitost stanovení určitých pravidel a limitů pro používání digitálních zařízení, metody a míra jejich uplatňování se liší. Tento rozdíl v přístupech odráží různé rodinné hodnoty, očekávání a konkrétní situace. Více než polovina rodičů vyjádřila potřebu aktivně regulovat digitální aktivity svých dětí prostřednictvím stanovení pravidel a sledování jejich online chování. Třetina pak zdůrazňovala důležitost důvěry a komunikace nad přísnými omezeními, což naznačuje volnější přístup k digitální výchově. Jen jeden rodič uvedl, že ač ví že je toto důležité a souhlasí s tím, nemá moc velkou moc do tohoto zasáhnout, protože nefunguje komunikace a dohoda mezi rodiči.

Tyto rozdíly v rodičovských strategiích reflektují širší spektrum postojů k digitální výchově, které je ovlivněno jak osobními zkušenostmi rodičů s technologiemi, tak jejich obavami a nadějami ohledně digitální budoucnosti svých dětí. Zdá se, že klíčem je nalézt rovnováhu, která respektuje individuální potřeby a rozvoj dítěte, zatímco zajišťuje jeho bezpečnost a podporuje zdravý vztah k technologiím.

6.1.2 Rodičovská komunikace a vzájemná důvěra

Analýza rozhovorů ukazuje, že rodičovská komunikace a vzájemná důvěra hrají u všech respondentů klíčovou roli. Zdůrazňují význam otevřeného dialogu a důvěry jako základního kamene pro úspěšnou navigaci dětí v digitálním světě. Rodiče aktivně pracují na budování důvěry tím, že se snaží respektovat soukromí svých dětí, zároveň vyžadují otevřenost v otázkách týkajících se jejich online aktivit. Tento přístup umožňuje rodinám efektivně řešit potenciální problémy a výzvy, které s sebou online svět přináší. Rodiče používají různé strategie. Zájem o činnost dětí, vysvětlení a nastavení jasných pravidel a hranic pro používání elektroniky, důraz na význam společně stráveného času mimo obrazovky a využívání edukativních momentů k vysvětlení potenciálních rizik spojených s online aktivitami.

Dle odborníků, zmiňovaných v předchozích kapitolách, jsou otevřený dialog a důvěra mezi rodiči a dětmi klíčové pro úspěšnou digitální výchovu, umožňují lepší porozumění a spolupráci na obou stranách. U všech respondentů to bylo potvrzeno.

6.1.3 Vyvážení digitálního a reálného života

Ve světle analýzy rozhovorů bylo potvrzeno, že vyvážení mezi digitálním a reálným životem dětí je klíčovou složkou digitální výchovy. Rodiče se snaží podporovat zdravý životní styl mimo digitální prostředí, přičemž zdůrazňují význam offline času a aktivit. Pět z deseti rodičů zdůraznilo, že se jim daří tento vyvážený přístup udržet, ačkoliv každý z nich toho dosahuje různými metodami. Zatímco někteří staví na přísných pravidlech a omezeních času stráveného u obrazovky, jiní preferují volnější přístup. Tři z deseti rodičů připustili, že nalezení správné rovnováhy jim přináší výzvy. Tyto obtíže mohou být spojeny s různými faktory, jako je věk dětí, individuální zájmy nebo i rodinný životní styl. Osobní příklad hraje podle většiny rozhovorů zásadní roli. Rodiče, kteří sami projevují zdravý přístup k digitálnímu a reálnému životu, tím poskytují silný model pro své děti. Chování rodičů, jak tráví čas offline a jak sami využívají technologie, má významný dopad na to, jak děti vnímají a přijímají pravidla týkající se digitálního prostředí. Jak jsme diskutovali v teoretické části této práce, odborníci zdůrazňují význam vyváženého přístupu k digitálnímu a reálnému životu. Podporují vytváření prostředí, kde jsou děti povzbuzovány k různorodým aktivitám mimo digitální svět a kde je digitální technologie využívány zodpovědně a s mírou. Rozhovory s rodiči potvrzují, že tato

doporučení jsou v praxi relevantní a že se snaží tato doporučení aplikovat, i když s různým stupněm úspěchu a prostřednictvím různých přístupů.

6.1.4 Online bezpečnost a ochrana soukromí

Dále je patrné, že téma online bezpečnosti a ochrany soukromí je mezi rodiči vnímáno různě, s různým stupněm důrazu na preventivní opatření a výchovné strategie. Zatímco někteří rodiče jsou aktivně zapojeni do nastavování a monitorování omezení pro používání digitálních zařízení a online aktivit svých dětí, jiní rodiče přistupují k tématu méně striktně, nebo se k němu vyjadřují jen okrajově. Při porovnání rozhovorů je zřejmé, že dva rodiče explicitně zmiňují využití rodičovských kontrol a systémových nástrojů jako klíčovou strategii pro ochranu svých dětí online. Většina rodičů uznává důležitost ochrany soukromí a bezpečného navigování na internetu, ale přístupy se liší. Jeden rodič přiznal, že ač ví, že je to důležité téma, díky špatné komunikaci mezi rozvedenými rodiči se do tohoto zásahu nepouští a věří, že to jeho děti zvládnou. Příklad tohoto respondenta ukazuje, že nedostatek komunikace v rodině může vést k nedostatečnému zásahu do online aktivit dětí a tím potenciálně zvyšovat jejich rizika na internetu.

Vzhledem k rozdílným přístupům rodičů k online bezpečnosti je zřejmé, že výzvou pro budoucí výchovu je nejen zajištění dostupnosti efektivních nástrojů a informací, ale také podpora komunikace a spolupráce v rodině, což může pomoci překonat bariéry v porozumění a zasahování do digitálního života dětí.

6.1.5 Využívání digitálních technologií pro vzdělávání a osobní rozvoj

Z rozhovorů také vyplynulo, že využívání digitálních technologií pro vzdělávání a osobní rozvoj je tématem, které rezonuje u většiny rodičů. Napříč rozhovory je zřejmé, že rodiče vnímají digitální technologie primárně jako pozitivní nástroj pro podporu učení a rozvoje svých dětí. Více než polovina rodičů uvedla, že aktivně hledají a doporučují svým dětem edukativní aplikace a online platformy, které podporují jak akademické, tak osobnostní rozvoj. Líbí se jim i zapojení škol do edukace a využívání technologií pro vzdělávání dětí.

Naproti tomu, několik rodičů vyjádřilo obavy z potenciálních rizik spojených s nadměrným využíváním digitálních zařízení, jako je snížení fyzické aktivity a sociální interakce nebo negativní vliv na mentální zdraví dětí. Tito rodiče zdůrazňovali důležitost vyváženého přístupu, kde je digitální vzdělávání integrováno do širšího spektra výchovných aktivit. Pozornost si zaslouží i přístup některých rodičů, kteří kombinují digitální vzdělávací nástroje s tradičními metodami učení. Příkladem může být rodič, který své děti nejen povzbuzuje k používání edukativních aplikací, ale také k zápisu do knihovny nebo účasti na vědomostních soutěžích či kroužcích mimo digitální prostředí. Tento přístup ukazuje snahu o vytvoření vyváženého a bohatého vzdělávacího prostředí,

keré využívá výhody digitálních technologií, aniž by opomíjelo hodnotu face-to-face interakcí a aktivního zapojení do reálného světa.

Z rozhovorů je zřejmé, že rodiče hledají cesty, jak optimalizovat využití digitálních technologií pro vzdělávací účely. Zároveň se snaží omezit jejich potenciální negativní dopady. Výzvou zůstává najít správnou rovnováhu mezi digitálním a reálným světem, což vyžaduje neustálou reflexi a adaptaci výchovných strategií v rychle se měnícím digitálním prostředí, což je pro mnohé z dotázaných velká výzva.

6.1.6 Rodičovské role

Výzkum ukazuje, že rodiče se nacházejí na křižovatce různých rodičovských rolí. Rozdílné pohledy na rodičovské role jsou zřejmě odrazem širokého spektra strategií, které rodiče při výchově v digitálním věku uplatňují. Z rozhovorů vyplývá, že někteří rodiče se vidí jako „průvodci“, kteří se zaměřují na vzájemnou komunikaci, podporu a učení, zatímco jiní preferují roli „ochránců“, kde dominuje snaha o zajištění maximální možné bezpečnosti a prevence před online riziky. Někteří úsměvně praví, že průvodci v tomto prostředí jsou pro ně právě děti. Toto rozdělení naznačuje, že neexistuje univerzální přístup k rodičovství v digitálním prostředí a podtrhuje důležitost poskytování flexibilních a přizpůsobitelných zdrojů, které by podporovaly rozmanité potřeby a přístupy rodičů.

Z těchto zjištění vyplývá, že klíčem k úspěšné navigaci dětí digitálním světem není pouze výběr správných nástrojů nebo aplikací, ale především aktivní rodiče a kvalitní a otevřená komunikace mezi rodiči a dětmi.

6.1.7 Budoucnost digitální výchovy

Pohledy rodičů na budoucnost digitální výchovy se také liší, ale existuje shoda na potřebě připravit děti na svět, kde digitální technologie hrají stále větší roli. To zahrnuje nejen ochranu před riziky, ale také využívání technologií pro vzdělávání, rozvoj a inovaci. Rodiče zdůrazňují význam adaptace na nové technologie a neustálého vzdělávání se, aby mohli svým dětem poskytnout nejlepší možnou podporu. Shodují se na tom, že děti dokáží držet krok a přizpůsobit se tomuto technologickému vývoji, a že se pokrok nedá zastavit. Někteří rodiče si myslí, že nezvládnou do budoucna toto rychlé tempo udržet a budou naopak potřebovat pomoc jejich dětí.

Přístupy a názory rodičů na digitální výchovu a budoucnost v této oblasti odhalují různorodost postojů a strategií. Zdá se, že optimistický pohled na schopnost dětí adaptovat se a využívat technologie pro svůj prospěch převládá. Nicméně neustálé vzdělávání a spolupráce v rodině jsou považovány za nezbytné pro navigaci v tomto složitém digitálním prostředí. Výzvou pro budoucnost zůstává najít rovnováhu mezi

využíváním technologií pro pozitivní účely a zajištěním bezpečného a zdravého digitálního prostředí pro děti.

6.2 Porovnání s odbornými postoji, shrnutí

V této části se zaměřím na srovnání získaných informací z rozhovorů s rodiči s teoretickými poznatky a odbornými zdroji, které byly představeny v teoretické části této práce. Hlavním cílem je zhodnotit, jak se praktické zkušenosti a postřehy rodičů kryjí, či liší od odborných doporučení a poznatků.

Zjištění z výzkumu v mnoha aspektech korespondují s odbornými doporučeními a literaturou, což potvrzuje, že rodiče jsou si většinou vědomi mnoha současných výzev digitální výchovy a snaží se je řešit informovaně, možná někdy i intuitivně. Obavy týkající se online bezpečnosti, důležitost rodinných pravidel a vyvážení online a offline času jsou témata, která rezonují jak v našem výzkumu, tak v odborných kruzích.

Například z rozhovorů s rodiči vyplynulo, že většina z nich si je vědoma důležitosti stanovení pravidel a limitů pro používání digitálních zařízení. Tento postoj koresponduje s doporučeními odborníků, jako je Kopecký a Krejčí (2023), kteří zdůrazňují význam jasně definovaných hranic v digitálním prostředí pro zdravý vývoj dětí.

Otevřený dialog a vzájemná důvěra mezi rodiči a dětmi, jak bylo identifikováno v rozhovorech, jsou zase v souladu s tezemi Michala Černého (2020), který poukazuje na význam komunikace pro účinnou digitální výchovu.

Snaha rodičů o vyvážení digitálního a reálného života jejich dětí se shoduje s obavami a doporučeními prezentovanými v práci Šmahela (2003), který zdůrazňuje potřebu podpory fyzických aktivit a sociálních interakcí mimo digitální svět.

Zdůraznění online bezpečnosti a ochrany soukromí rodiči odráží pak rady odborníků, jako je Valkenburg a Peter (2011), kteří upozorňují na důležitost výchovy v oblasti kybernetické bezpečnosti a mediální gramotnosti.

Nebo přístup rodičů k využívání digitálních technologií pro podporu učení a rozvoje svých dětí je v souladu s názory prezentovanými mnoha odborníky, kteří zdůrazňují potenciál digitálních nástrojů pro vzdělávání.

V závěru lze konstatovat, že praktické zkušenosti a postřehy rodičů z rozhovorů v mnoha aspektech reflektují odborné poznatky, výzkumy a doporučení, které jsem uvedla v teoretické části této práce. Toto zjištění podtrhuje význam odborných rad a výzkumů v kontextu digitální výchovy a ukazuje na potřebu dalšího rozvoje a šíření osvětových materiálů, které rodičům pomohou se v tomto světě „nejen“ jejich děti orientovat.

Závěr

V průběhu psaní této bakalářské práce jsem se ponořila do analýzy virtuálního života dětí a jeho vnímání rodiči. Má zjištění odhalila složitou síť interakcí, vlivů a výzev, kterým dnešní rodiny čelí v digitálně propojeném světě. Stala jsem se svědkem toho, jak digitální technologie formují komunikaci, vztahy a rozvoj dětí, a nabízí jak nevídané příležitosti, tak nová rizika. Tato práce zdůraznila důležitost stanovování hranic, rozvíjení digitální gramotnosti a podpory zdravé komunikace mezi rodiči a dětmi. Ukázalo se, že rodičovský dohled, když je aplikován s empatií a porozuměním, může vést k bezpečnějšímu a smysluplnějšímu digitálnímu prostředí pro děti. Zároveň jsem si uvědomila, že dnešní rodiče stojí před bezprecedentními výzvami. Digitální svět se vyvíjí rychleji, než jsme schopni plně chápat jeho dlouhodobé důsledky. Proto je neustálé vzdělávání a adaptace nezbytná pro všechny, kdo se snaží chránit a vést mladé lidi. Z mé vlastní zkušenosti a z rozhovorů s rodiči pro tuto práci vyplynulo, že mnoho z nás se obává o bezpečnost našich dětí online. Nicméně jsem pozorovala úžasnou schopnost dětí využívat digitální technologie k učení, tvůrčímu vyjádření a budování komunit. Tato pozitivní stránka by neměla být přehlížena nebo zanedbávána. Je důležité, aby rodiče byli vybaveni potřebnými nástroji a znalostmi k efektivnímu vedení svých dětí skrze digitální krajinu, přičemž je podporují v jejich osobním i digitálním rozvoji. Tato práce mi poskytla akademické poznání, ale také mě inspirovala k prohloubení mého vlastního pochopení digitálního vlivu na děti. Jsem přesvědčena, že při správném vedení a podpoře mohou děti v digitálním věku prosperovat, zatímco si udržují zdravý a vyvážený vztah s technologiemi.

Na úplný závěr bych ráda ještě sdílela své myšlenky a odpověděla si na otázky, které jsem si pokládala v úvodu a vedly mě k chuti vybrat si toto téma. Moje cesta nebyla jen akademickým úsilím, ale hlavně osobním putováním. Když jsem si na začátku této práce kladla otázky o tom, jak se jiní rodiče vyrovnávají s digitálním prostředím a jaké strategie využívají pro výchovu svých dětí, netušila jsem, jak hluboké a různorodé odpovědi najdu. Úplně nejtěžší na tom všem bylo, použít jen hrstku nejdůležitějších a vhodných informací, které jsem získala či mohla získat, aby se z této práce nestala pětisetstránková příručka moudrých a dat, protože toto téma je jak „bezdná studnice“. Moje osobní zkušenosti a zjištění z těchto rozhovorů mi ukázaly, že v digitální výchově neexistuje jedna správná cesta. Každá rodina, každé dítě je jedinečné a co funguje pro jedno, nemusí nutně fungovat pro druhé. Důležité je být flexibilní, ochotný učit se a přizpůsobovat se novým výzvám.

Mé cíle z úvodu práce byly nejen splněny, ale i překonány. Podařilo se mi získat hlubší pohled na digitální výchovu, ale i rozšířit své vlastní porozumění a empatii vůči

výzvam, s nimiž se dnešní rodiče setkávají. Toto úsilí asi nejvíce odnášela má dcera, kterou jsem po každém mém „aha momentu“ hned atakovala moudry a snahou to okamžitě zapojit do výchovy. „*už to konečně dopiš mami a buď normální – já už fakt všechno budu dělat*“ Tato zoufalá situace mé dcery mě přesvědčila o jedné důležité pravdě, že klíčem k navigaci v těchto vodách je rovnováha. No není to výchovný úspěch?

Jsem vděčná za příležitost prozkoumat toto téma. Doufám, že má zjištění pomohou ostatním rodičům a vychovatelům se lépe navigovat v digitálním světě svých dětí. Moje bakalářská práce je tedy nejen výsledkem mého akademického snažení, ale také odrazem mého osobního růstu, jako rodiče. Doufám, že bude sloužit jako zdroj inspirace a podpory pro všechny, kteří se snaží najít tu správnou rovnováhu v digitální výchově jako já. Doufám, že třeba někoho jiného inspiruje k dalšímu bádání, diskusi či rozvíjení tohoto tématu.

Zdroje

- BEDROŠOVÁ, M., HLAVOVÁ, R., MACHÁČKOVÁ, H., DĚDKOVÁ, L., ŠMAHEL, D. (2018). *České děti a dospívající na internetu: Zpráva z výzkumu na základních a středních školách*. Projekt EU Kids Online IV – Česká republika. Brno: Masarykova univerzita.
- BENEDIKT, Michael L. (2008). *Cityspace, Cyberspace, and the Spatiology of Information*. Online. Journal For Virtual Worlds Research. ISSN 1941-8477. Dostupné z: <https://doi.org/10.4101/jvwr.v1i1.290>. [cit. 2024-01-19].
- BLINKA, L. (2015). *Online závislosti: jednání jako droga: online hry, sex a sociální síť: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5311-9.
- CHRÁSKA, M. (2016). *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Pedagogika (Grada). Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5326-3.
- ČERNÝ, M. (2011). *Digitální stopy a digitální identita*. Online. Metodický portál RVP. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/k/g/12943/digitalni-stopy-a-digitalni-identita.html> [cit. 2024-01-16].
- ČERNÝ, M. (2020). *Život Onlife: Lekce z informační vědy*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-9586-1.
- DRAPELA, Victor J. (2008) *Přehled teorií osobnosti*. 5. vyd. Přeložil Karel BALCAR. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-505-9.
- DUERAGER, A., & LIVINGSTONE, S. (2012). *How can parents support children's internet safety?*, Online. EU Kids Online, LSE London. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/313011658_How_can_parents_support_children's_internet_safety [cit. 2024-02-06]
- SLUSSAREFF, M. (2023). *Děti nerozlišují mezi offline a online životem*. Online. Dtest.cz. Dostupné z: <https://www.dtest.cz/clanek-10443/deti-nerozlisuji-mezi-offline-a-online-zivotem>. [cit. 2024-02-02].
- GLEICK, J. (2011). *The Information: A History, A Theory, A Flood*. New York: Pantheon Books. ISBN 978-0-307-37957-3.
- KOPECKÝ, K. & KREJČÍ, V. (2023). *Sociální síť: úvod do problematiky*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 978-80-244-6369-8.
- KOPECKÝ, K., & SZOTKOWSKI, R. (2019). *České děti v kybersvětě*. Online. Olomouc: Univerzita Palackého. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-v-kybersvete/file> [cit. 2024-01-16]

- KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., & KUBALA, L. (2022). *Bezpečné chování na internetu pro kluky a pro holky: (náměty na výukové aktivity)*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 978-80-244-6197-7.
- KRČMÁŘOVÁ, B. a spol. (2012). *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí. ISBN 978-80-904920-2-8.
- MALKUSOVÁ, T. (2022). *Přehled aplikací rodičovské kontroly: jak ohlídat děti*. Online. Dvojklik.cz. Dostupné z: <https://www.dvojklik.cz/saferkidsonline/prehled-aplikaci-rodicovske-kontroly-pro-operacni-systemy-i-socialni-site/>. [cit. 2024-02-20].
- MYSLIVEČEK, D. (2015). *Informační technologie – počátek vývoje a vize budoucnosti*. Online. Svět Androida, Dostupné z: <https://www.svetandroida.cz/informacni-technologie-pocatek-vyvoje-a-vize-budoucnosti/> [cit. 2024-01-16]
- PETER, J. A VALKENBURG, P.M. (2011). *Adolescents' Online Privacy: Toward a Developmental Perspective*. Online. In Trepte, S. a Reinecke, L. (eds.), *Privacy Online*, Springer Berlin Heidelberg, s. 221-234. Dostupné z: <https://www.jahonline.org/action/showPdf?pii=S1054-139X%2810%2900426-X> [cit. 2024-02-16]
- ŘÍČAN, P., (2021). *Cesta životem: vývojová psychologie*. 4., doplněné vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1783-1.
- SADÍLKOVÁ, Z. (2020). *Děti a digitální technologie*. Online. *Psychiatrie pro praxi*, 21(6), s. 391–394. Dostupné z: <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2021/01/14.pdf> [cit. 2024-02-16].
- SULER, J. (2003). *The psychology of cyberspace*. Online. Dostupné z: <https://doi.org/10.23668/psycharchives.10362> [cit. 2024-01-17]
- ŠMAHEL, D., MACHÁČKOVÁ, H., MASCHERONI, G., DĚDKOVA, L., STAKSRUD, E., ÓLAFSSON, K., LIVINGSTONE, S., AND HASEBRINK, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. EU Kids. Online. Dostupné z: <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo> [cit. 2024-01-17]
- ŠMAHEL, D. (2020). *Výzkum: Čas, který tráví děti na internetu, se za poslední dekádu zdvojnásobil*. Online. Dostupné z: <https://www.muni.cz/pro-media/tiskove-zpravy/vyzkum-cas-ktery-travi-deti-na-internetu-se-za-posledni-dekadu-zdvojnasil> [cit. 2024-01-16]
- ŠMAHEL, D., (2003). *Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi*. Psychologická setkávání. Praha: Triton. ISBN 80-7254-360-1.
- ŠVAŘÍČEK, R. a ŠEĐOVÁ, K., (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.
- UBÍKOVÁ, M. A ODTRČILOVÁ, T. (2020). *Jak na rodičovskou kontrolu – Zdravé hranice v online prostoru*. Online. Dostupné z:

- <https://o2chytraskola.cz/clanky/online-bezpecnost/pruvodce-rodicovskou-kontrolou-v-online-prostoru/jak-na-rodicovskou-kontrolu-zdrave-hranice-v-online-prostoru> [cit. 2024-02-16]
- VÁGNEROVÁ, Marie, (2005). *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-0956-0.
- VALKENBURG, P.M., & PETER, J. (2011). *Online communication among adolescents: an integrated model of its attraction, opportunities, and risks*. Online. Journal of Adolescent Health. Roč. 48, č. 2, s. 121-127. ISSN 1054139X. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>. [cit. 2024-01-20].
- VELIČKOVÁ HULANOVÁ, L. (2012). *Kybergrooming a kyberstalking*. v Děti a online rizika. Praha: Sdružení linka bezpečí, 178 s. ISBN 978-80-904920-2-8.
- VIEWEGOVÁ, M. (2019). Netolismus. Online. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/netolismus/>. [cit. 2024-01-19].
- WIKIPEDIA, (2023). *Virtuální svět*. Online. Wikipedie: Otevřená encyklopedie. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Virtuální_svět&oldid=23470530 [cit. 2024-01-19].
- WIKIPEDIA, (2023). *Digitální revoluce*, Online. Wikipedie: Otevřená encyklopedie. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Digit%C3%A1ln%C3%AD_revoluce&oldid=23460870. [cit. 2024-01-13].
- ZORMANOVÁ, L. (2022). *Rizika a přínosy digitálních technologií pro děti*. Online. Metodický portál: Články. Dostupný z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/22971/rizika-a-prinosy-digitalnich-technologii-pro-deti.html>. ISSN 1802-4785 [cit. 2024-01-19]

7 Přílohy

- Příloha I: Prostředí virtuálního světa
- Příloha II: Přepis rozhovoru 1 (Filip)
- Příloha III: Přepis rozhovoru 2 (Ladislava)
- Příloha IV: Přepis rozhovoru 3 (Tomáš)
- Příloha V: Přepis rozhovoru 4 (Natálka)
- Příloha VI: Přepis rozhovoru 5 (Miloslava)
- Příloha VII: Přepis rozhovoru 6 (Vítěslav)
- Příloha VIII: Přepis rozhovoru 7 (Ondra)
- Příloha IX: Přepis rozhovoru 8 (Pavla)
- Příloha X: Přepis rozhovoru 9 (Josef)
- Příloha XI: Přepis rozhovoru 10 (Romana)

Příloha I. Prostředí virtuálního světa

V této příloze se podrobně zaměřím na základní digitální a online prostředí a jejich možného dopadu na děti. Tento doplňkový materiál rozšiřuje hlavní diskusi práce a poskytuje hlubší pohled na interakci dětí s digitálním světem a na jeho výhody i nevýhody, které s sebou nese.

- **sociální sítě:** sociální sítě, jako jsou Facebook, Instagram, Twitter a další, jsou platformy, kde lidé sdílejí obsah, komunikují s ostatními a budují virtuální sociální sítě. Tyto platformy jsou důležité pro rozvoj sociálních dovedností a digitální gramotnosti dětí. V tomto prostředí se mohou setkávat s přáteli a sdílet své zážitky. Podle Kopeckého a Krejčího (2023) mají tyto platformy klíčový dopad na to, jak sdílíme informace a jak se v digitálním prostředí identifikujeme. Tyto sítě, i přes svůj přínos k sociálním vazbám a vytváření online komunit, přinášejí také výzvy, například v oblasti duševního zdraví jako jsou závislosti, problémy se sebehodnocením a růst úzkostí a depresí. Důležité je také zmínit, že i když se zdá, že sociální sítě jsou bezplatné, ve skutečnosti za ně platíme našimi osobními údaji a interakcemi (Kopecký a Krejčí, 2023)

výhody: podporují sociální dovednosti a udržují vztahy i na dálku,

nevýhody: riziko kyberšikany a online obtěžování, odloučení od osobního kontaktu;

- **online hry:** multiplayerové online hry, které najdeme v herním prostředí, nabízejí pohlcující (imerzivní) zážitky. Hráči vstupují do různých rolí, interagují s ostatními hráči a prozkoumávají virtuální světy. Tyto hry, zejména MMORPG, jako je například *World of Warcraft*, jsou založeny na propojování milionů hráčů, což umožňuje hráčům domlouvat si společné strategie, tvořit funkční skupiny a společně dosahovat cílů, což přispívá k rozvoji kreativity, spolupráce a strategického myšlení. Nicméně, existuje řada studií, které poukazují na potenciální negativní vlivy počítačových her na psychiku dětí a mladistvých, včetně rizik závislosti na hraní, sociální izolace, nižších akademických výsledků a spánkové deprivace (Online rizika, 2012, s. 113-123).

výhody: rozvoj kreativity, spolupráce a strategického myšlení,

nevýhody: možná závislost na hraní, narušení spánku, sociální izolace;

- **virtuální světy:** jsou rozsáhlá online prostředí typu *Second Life* nebo *Rec Room*, umožňují uživatelům vytvářet a sdílet obsah, interagovat s ostatními a budovat virtuální komunity. Děti zde mají příležitost tvořit a objevovat své vlastní digitální světy, což podporuje rozvoj jejich tvořivosti a technických

dovedností (Kopecký a Krejčí, 2023). Tato virtuální prostředí mohou být bohatým zdrojem edukativního obsahu a podporovat sociální interakce, i když na dálku. Avšak, je důležité si být vědom potenciálních nevýhod, jako je možná izolace od reálného světa a nerozlišování mezi realitou a fikcí. Jak podtrhuje Michal Černý (2020) ve svém díle „Život Onlife“, dynamické prolínání online a offline aspektů života, může výrazně ovlivňovat vnímání reality a mezilidských vztahů, což je zvláště v případě dětí a mládeže klíčové pro zdravý psychosociální vývoj.

výhody: rozvoj tvořivosti a technických dovedností,

nevýhody: možná izolace od reálného světa, nerozlišování reality od fikce;

- **online komunikační platformy:** online komunikační platformy, jako jsou aplikace pro videohovory a chatování (Skype, Zoom, WhatsApp), jsou klíčové pro udržování kontaktů mezi dětmi a jejich rodinou a přáteli, a to i na dálku. Tyto platformy nejenže umožňují udržovat sociální vazby, ale také poskytují prostor pro rozvoj a vyjádření identity dětí a adolescentů v bezpečném prostředí. Valkenburg a Peter (2011) zdůrazňují, že online komunikace dává mladým lidem možnost kontrolovat způsob, jakým se prezentují, což může mít pozitivní vliv na jejich sebevědomí a sociální dovednosti. Na druhou stranu, s narůstajícím počtem těchto platforem se zvyšuje i potenciální riziko online obtěžování a kyberšikany. To vyžaduje zvýšenou pozornost a opatrnost jak ze strany uživatelů, tak ze strany rodičů a vychovatelů (Valkenburg a Peter, 2011).

výhody: udržují spojení s rodinou a přáteli,

nevýhody: potenciální riziko online obtěžování;

- **virtuální realita (VR):** představuje inovativní technologii, která uživatelům umožňuje ponořit se do digitálně vytvořených prostředí. Tyto virtuální světy nabízejí realistické vizuální a zvukové zážitky, umožňující uživatelům interagovat s prostředím v reálném čase. VR se stává klíčovým nástrojem nejen v oblasti zábavy, ale i vzdělávání, kde poskytuje jedinečnou příležitost pro získávání praktických zkušeností a hlubšího pochopení učiva (Černý, 2020). Například vzdělávací simulace ve VR mohou studentům nabídnout praktické zkušenosti v bezpečném, kontrolovaném prostředí, což zvyšuje jejich zapojení a motivaci k učení (Kopecký a Krejčí, 2023). Aplikace VR však přináší i určitá rizika. Uživatelé mohou být vystaveni nevhodnému obsahu, což vyvolává obavy o možný negativní dopad na psychiku, zejména u mladších uživatelů. Další potenciální nevýhodou je riziko vzniku závislosti na virtuálních zážitcích, což může vést k omezení fyzické aktivity a sociální interakce (Blinka, 2015).

výhody: poskytuje realistické zážitky pro vzdělávání a zábavu,

nevýhody: riziko nevhodného obsahu a možný negativní dopad na mozek, závislost;

- **online vzdělávací platformy:** Online vzdělávací platformy, jako jsou aplikace a webové stránky nabízející vzdělávací obsah a interaktivní učení, představují klíčový nástroj v současném vzdělávání. Příkladem může být *Duolingo*, které umožňuje uživatelům, rozvíjet jazykové dovednosti a znalosti skrze hru a interakci. Tyto platformy podporují rozvoj kritického myšlení, kreativity a samostatného učení, jak zdůrazňuje zpráva projektu EU Kids Online (2018), která se věnuje digitální gramotnosti a online chování dětí. Nabízí se zde možnost přístupu ke vzdělávacím materiálům kdykoliv a kdekoliv, což podporuje individualizované učení a adaptabilitu vzdělávacích cest k jedinečným potřebám a zájmům každého dítěte. Nicméně, je důležité být si vědom možných rizik, jako je přílišná závislost na technologii, což může omezovat osobní interakce a fyzickou aktivitu. V této souvislosti studie „České děti v kybersvětě“ od Kopeckého a Szotkowského (2019) poukazuje na nutnost vyváženého přístupu k digitálním technologiím v životech dětí, s důrazem na podporu digitální gramotnosti a bezpečného chování na internetu

výhody: rozvíjí dovednosti a znalosti,

nevýhody: možná nadměrná závislost na technologiích;

- **e-shopy:** E-shopy neboli internetové obchody, nabízí dětem příležitost k online nákupům a obchodování. Tato možnost může představovat cenný nástroj pro rozvoj finanční gramotnosti mladých lidí, neboť se učí základům ekonomických transakcí, rozpoznávání hodnoty peněz a základům správy osobních financí. Přestože online nakupování přináší výhody, jako je pohodlí a široký výběr produktů, současně sebou nese i rizika, jako jsou online podvody, nákupy nevhodného obsahu pro děti nebo nadměrné utrácení bez pochopení finančních důsledků. V kontextu výchovy dětí v digitálním věku je důležité, aby rodiče a vychovatelé vedli děti k zodpovědnému a informovanému využívání e-shopů. To zahrnuje diskusi o bezpečném online nakupování, stanovení pravidel a limitů pro nákupy a vzdělávání o ochraně osobních a finančních informací na internetu. Výzkum „České děti v kybersvětě“ (Kopecký a Szotkowski, 2019) zdůrazňuje potřebu pečlivého výběru online obsahu a služeb, s kterými se děti setkávají a vyzývá rodiče, aby se aktivně zajímali o online svět svých dětí a snažili se v něm alespoň částečně zorientovat.

výhody: rozvoj finanční gramotnosti,

nevýhody: riziko online podvodů, impulzivní utrácení;

- **virtuální asistenti:** virtuální asistenti, poháněni umělou inteligencí, se stávají klíčovou součástí digitálního prostředí, poskytující širokou škálu asistenčních služeb online, od zodpovídání dotazů po plánování úkolů. Příkladem může být *ChatGPT*, který demonstruje pokročilé schopnosti v oblasti přirozeného jazyka a interakce (Kopecký a Krejčí, 2023). Tyto technologie nejen že ulehčují různé úkoly, ale také podporují efektivitu a produktivitu, což je zvláště užitečné v kontextu domácího vzdělávání a osobní organizace. Nicméně, spolupráce s virtuálními asistenty může omezovat osobní interakci a představuje výzvy v oblasti digitální gramotnosti a kritického myšlení (Valkenburg & Peter, 2011).
výhody: ulehčují různé úkoly a dotazy,
nevýhody: omezení osobní interakce;
- **digitální média:** digitální média, včetně online platform pro streamování hudby, filmů, televize a dalších médií, jako jsou Netflix, YouTube a podcasty, přinášejí do života dětí přístup k široké škále zábavných a informačních obsahů. Tyto platformy poskytují jedinečné příležitosti pro vzdělávání a rozvoj. Dětem a mládeži umožňují objevovat různé kulturní a vědomostní domény s nevídanou flexibilitou a dostupností (Černý, 2020). Avšak, stinnou stránkou je riziko nadměrné konzumace a potenciální závislosti na digitálních médiích, což může mít negativní dopad na fyzickou aktivitu, sociální interakce a celkový psychosociální vývoj dětí (EU Kids Online, 2018).
výhody: přístup k různým formám zábavy a informací,
nevýhody: riziko nadměrné konzumace a závislosti.

Zaměřili jsme se na různorodost digitálního světa, který obklopuje děti a mládež dneška. Od sociálních sítí až po virtuální realitu, každé prostředí nabízí jedinečné příležitosti pro rozvoj a vzdělávání, ale současně přináší specifická rizika a výzvy. Důležité je, aby rodiče, vychovatelé a samotné děti rozuměly těmto aspektům, aby mohli těžit z přínosů digitálního světa, zatímco minimalizují potenciální negativní dopady. Tato příloha slouží jako nástroj pro lepší porozumění a navigaci v digitálním prostředí, což je klíčové pro podporu bezpečného a zdravého digitálního vývoje dětí a mládeže.

Příloha II: Přepis rozhovoru 1 (Filip)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Pan Filip věk 38 let, otec dvou synů, 12 a 14 let.

Vzdělání středoškolské, žijící ve městě, ženatý, obchodní zástupce u velké firmy.

Tazatel: Ahoj Filipe, moc ti děkuji, že jsi si udělal čas na tento rozhovor.

Otázka na zamyšlení pro náš rozhovor zní: virtuální život dětí z pohledu tebe jako rodiče?

Mohl bys mi říct, jak na toto téma nahlížíš? Jak to vnímáš? Jo a prosím, pokud bys byl tak hodný a řekl mi na úvod i něco o sobě. Děkuji.

Filip: Jmenuji se Filip, je mi 38 let a jsem obchodním zástupcem ve velké společnosti. Žiju ve městě s mojí ženou a dvěma syny, Lukášem a Matějem, kterým je 12 a 14 let. Snažím se je vychovávat tak, abych jim předal hodnoty, které považuji za důležité. Jako otec dvou kluků, kteří jsou plně ponořeni do digitálního věku se snažím najít rovnováhu mezi tím, jak je nechat využívat technologie a zároveň je chránit před jejími negativními vlivy. V naší rodině máme pravidla pro používání elektroniky, ale jak kluci rostou, zjišťuji, že je potřeba je neustále aktualizovat a přizpůsobovat. Důležité je pro mě také to, abychom společně trávili čas bez obrazovek. Jsem sportovec, a tak je vedu ke sportům. Snažím se být pro ně příkladem, co se týče online chování a bezpečnosti a pravidelně s nimi mluvím, o tom, co dělají na internetu a s kým si píšou. Jako rodič se musím pořád učit a přizpůsobovat se. Je to všechno hrozně rychlé. Je to někdy náročný, ale věřím, že když společně mluvíme a důvěřujeme si, tak je to klíčem k tomu, aby moji synové mohli technologie využívat zodpovědně a bezpečně.

Tazatel: Mohl bys prosím popsat, jaké konkrétní strategie a metody používáte, aby vaše děti využívaly technologie zodpovědně?

Filip: Jedním z hlavních přístupů, které mám, je stanovení jasných pravidel a limitů. Například, máme pravidlo, že večere jsou bez telefonů a že elektroniku vypínáme alespoň hodinu před spaním. Taky se snažím kluky naučit, jak rozpoznat rizika online, jako jsou nevhodné obsahy nebo nebezpeční lidé. Vysvětluji jim, proč je důležité nezveřejňovat osobní informace a jak si vytvořit silné heslo. Myslím, že nejúčinnější je ale jít příkladem. Snažím se jim ukázat, jak já sám používám technologie. A hlavně pravidelně s nimi mluvíme o tom, co na internetu dělají, ale snažím se jim dát i svobodu, protože to si myslím pak i posiluje důvěru.

Tazatel: Vidím, že to máš dobře podchycené. Jak to máte tedy s rovnováhou offline a online? Myslíš, že kluky toto prostředí hodně ovlivňuje?

Filip: Ano, určitě pozoruji, že je to hodně ovlivňuje. Za mého dětství jsme toto neměli. Technologie ovlivňují jejich sociální komunikaci, získávání informací i volný čas. Snažím se najít rovnováhu mezi digitálním a reálným světem tak, že podporuji jejich aktivity mimo elektronický svět a hodně jich děláme spolu. Chci, aby posilovali jejich schopnost komunikovat i mimo online a spolupracovali s ostatními na živo. Například, pravidelně organizujeme rodinné výlety nebo sportovní dny, kde kluci musí spolupracovat a komunikovat nejen s námi, ale i s ostatními dětmi. Snažím se taky

omezovat vlastní používání technologií a věnovat se dětem naplno. Taky jim ukazuju v nějakých společných pracích, že můžou používat technologie nejen pro zábavu, ale i jako vzdělávací nástroj. Například, když Lukáš potřebuje informace pro školní projekt, učíme se společně, jak vyhledávat a hodnotit informace na internetu. S Matějem, který má zájem o umění, jsme našli kurzy, které mu pomáhají rozvíjet jeho dovednosti. Je pro mě důležitý, aby kluci chápali, že technologie mohou být mocným nástrojem pro učení a osobní rozvoj, nejen prostředkem pro pasivní zábavu. Pořád jim opakuju význam rovnováhy a omezení, aby technologie sloužili nám a ne naopak. Někdy vidím, že kluci stráví hodně času hraním her nebo na sociálních sítích, což pak vede k odkládání školních povinností nebo k menšímu fyzickému pohybu, a to nemám rád. Pak mezi námi může trochu vzniknout konflikt. Kluci to ví, a tak se snaží to mít co nejvíc hotové, protože pak je tolik neomezují a u počítače je nechám i dýl. Jsou to ale děti, takže jednou je to tak a jindy zase ne. Také jsem vyzozoroval, že když jsou hodně online, ovlivňuje to jejich nálady, a to špatným směrem. Snažím se těm problémům předcházet tím, že s nimi pravidelně mluvím o důležitosti sebekontroly a vhodného chování online. Já jsem i na sebe pes. Zatím to berou, tak uvidíme, jak to bude do budoucna s přibývajícím pubertou (smích). Už jsem taky slyšel, „taťko pochop, že nejsme ty“. Jo, ještě mě napadá, jestli může přeskočit, je tu taky otázka online bezpečnosti, která mě občas znepokojuje. Sleduju, jak moji synové fungují na sociálních sítích a s kým si píší. Naučil jsem je základům ochrany soukromí a bezpečnosti na internetu, ale stále tu je strach, že by mohli narazit na něco nevhodného nebo být vystaveni kyberšikaně. Proto se snažím udržovat přátelský vztah mezi námi, abychom mohli problémy řešit společně a včas, aby měli ke mně důvěru a oporu. A to mi připomíná jeden příběh s Lukášem. Jednou jsem ho přistihl, jak si tajně stahuje hru, kterou mu zakazuju, protože je na ni ještě moc mladý. Místo toho, abych ho hned potrestal, použil jsem to jako příležitost k rozhovoru o důvěře a odpovědnosti. Vysvětlil jsem mu, proč máme určitá pravidla a jak důležité je, aby nám věřil a respektoval je. Nakonec to vedlo k diskusi o internetové bezpečnosti a významu hranic. Byl to skvělý rodičovský moment, kdy jsem pocítil, že skutečně rozumí, proč jsou ta pravidla na místě.

No jo, a jednou Lukáš, ten starší, přišel domů celý nadšený, že našel na internetu super hru. Jenže když jsem se na to podíval, ukázalo se, že ta hra byla plná reklam, a dokonce požadovala osobní údaje pro „lepší zážitek“. Musel jsem mu vysvětlit, proč je důležité být na internetu opatrný a co všechno se může stát, když někomu poskytneme své osobní informace. Nakonec jsme spolu našli jinou, bezpečnější hru, která mu byla stejně zábavná. Ale byla to pro něj, i pro mě, velká lekce. Nakonec mám tyhle příklady rád, protože mi pomáhají se s nimi o tomhle učit.

Tazatel: Ty máš s klukama fakt hezký vztah vid'? A jak řešíš dezinformace? To si myslím, že je teprve výzva, jak to máte?

Filip: Ohledně dezinformací, to je celá kapitola příběhů (smích). Minulý měsíc Matěj přišel ze školy a vyprávěl něco, co slyšel od kamarádů, úplný nesmysl o tom, jak se dají mobilní telefony nabíjet cibulí. Přišlo mi to směšné, ale pak jsem si uvědomil, že to byla skvělá příležitost vysvětlit mu, jak důležité je ověřovat si informace a nevěřit všemu, co na internetu najde nebo co mu někdo řekne. Společně jsme to pak vyhledali a došli k závěru, jak rozpoznat spolehlivé zdroje. Tyhle malé historky, i když občas vypadají nevinně, jsou pro mě příležitost učit kluky kritickému myšlení. Někdy se i trochu dohadujeme, protože oni jsou přesvědčení že je to pravda. Zvlášť když to například řekne nějaký jejich internetový oblíbenec a jsou naštvaní, když jim to rozpráším, nakonec se tomu ale smějeme.

Jednou jsem našel Lukáše, jak se snaží přesvědčit Matěje, že nějaká blbost, co našel online, je pravda. Musel jsem si s oběma sednout a vysvětlit, jak důležité je ověřit si informace, než jim uvěříš. Říkám ti, je to nekonečný boj a musíme být o krok napřed, aby naše děti byly v bezpečí.

Tazatel: A děje se ti někdy, že ti kluci řeknou „táto, vždyť tomu nerozumíš“? Zvládáš to tempo v tomto technickém světě, myslím jako udržet krok?

Filip: Ano a dost často ne (smích). Často se setkávám s tím, že kluci si myslí, že „stará generace“ těm technologiím prostě nemůže rozumět. Ale já se snažím být v tomto směru proaktivní. Učím se od nich, ale zároveň se snažím ukázat, že i já se můžu v digitálním světě orientovat. A když spolu diskutujeme o technologiích nebo online trendech, snažím se, aby to byla výměna názorů, nejen přednáška. Ukazuji jim, že i když jsem z jiné generace, můj pohled může být stále užitečný. Snažím se zajímat i vzdělávat a docela mě to i baví.

Možná by se mohlo zdát, že dnešní děti to mají díky internetu lehčí, protože rostou obklopeny technologiemi a mají to tak nějak přirozeně, ale ve skutečnosti si myslím, s tím, jak se digitální prostředí neustále vyvíjí, jsou ve větším nebezpečí. Kluci jsou sice technicky zruční, ale stále potřebují vedení a podporu, aby rozuměli novým hrozbám a naučili se, jak se chránit. Je to neustálý proces učení, nejen pro ně, ale i pro mě. Například, jednou Lukáš klikl na odkaz, který mu přišel ve zprávě od kamaráda a skončil na podvodné stránce, která se tvářila jako oblíbená hra. Naštěstí jsme o tom spolu mluvili a on věděl, že má hned přijít za mnou. Společně jsme pak prošli, jak poznat podezřelé odkazy a jak se vyhnout podobným situacím v budoucnu. Ukázalo se, že kamarádův účet byl napadený a odkaz byl rozeslán bez jeho vědomí. Je hodně nástrah. (zamyšlení se) Víš, co mě děsí? Ty příběhy o predátorech na internetu. Nedávno jsem četl o tom, že kluci a holky čelí stejně rizikům na internetu. A to mě donutilo přemýšlet o Lukášovi a Matějovi. Ano, jsou to kluci, ale to neznamená, že jsou nezranitelní. Přemýšlím, jestli jsem jim dostatečně vtloukl do hlavy, jak být na internetu v bezpečí. Vůbec nezáleží na pohlaví. Možná nejsem v takovém strachu jako manželka, ale strach, aby někde nenarazili taky pociťuju.

Tazatel: Jaká si myslíš je hlavní role rodičů?

Filip: No, jako rodič cítím, že má role je být takovým průvodcem pro kluky v tom digitálním světě. Víš, nejde jen o to je učit, jaké tlačítko zmáčknout, ale spíš o to, jak na internetu být bezpečně, jaké informace sdílet a jaké ne. Snažím se jim ukázat, že internet je skvělý nástroj, ale jako všechno, má svá rizika. Když přemýšlím o budoucnosti a o tom, jak se technologie neustále vyvíjejí, říkám si, že výzvy spojené s bezpečností na internetu budou jen narůstat. Už teď vidím, jak rychle se kluci adaptují na nové aplikace a trendy, což je super, ale zároveň mě to nutí být neustále ve střehu. Musíme být krok před těmi, kdo by chtěli technologie zneužít.

Dejme tomu, že dnes řešíme predátory na sociálních sítích, ale co bude zítra? Virtuální realita, rozšířená realita, umělá inteligence... svět se mění a my s ním. A s tím přichází nové druhy rizik. Mluvím s klukama o tom, jak důležité je být nejen technicky zručný, ale i chytrý v tom, jaké informace sdílejí a s kým komunikují.

Občas mám pocit, že toho je příliš mnoho a že to nezvládnou. Ale pak si uvědomím, že v tom nejsem sám. Je tu spousta skvělých zdrojů, kurzů, komunit rodičů... Všichni se snažíme chránit naše děti. A myslím, že pokud budeme držet krok s technologiemi

a naučíme naše děti být kritickými a bezpečnými uživateli, můžeme se společně těšit na všechny úžasné věci, které nám budoucnost přinese.

Tazatel: Používáte doma nějaké systémové omezení, rodičovský dohled nebo něco na tento způsob? Pokud ano, jaký?

Filip: Nedělám to rád, ale občas se kouknu, s kým si píšou nebo co na internetu dělají. Nechci být ten špeh, ale zároveň, když jde o jejich bezpečnost, musím. Ale myslím, že nejdůležitější je ta otevřená komunikace. Říkám jim: „Kluci, jestli narazíte na něco divného nebo nejste si s něčím jisti, pojd'te za mnou.“ Snažím se vytvořit prostředí, kde se cítí dostatečně bezpečně, aby se mohli podělit o své online zkušenosti, ať už dobré nebo špatné.

A s těmi systémovými omezeními a nástroji to není úplně jednoduché. Jako rodič se snažím najít tu správnou rovnováhu mezi ochranou kluků a jejich svobodou na internetu. Používám pár triků, které mi v tom pomáhají. Na začátku jsem klukům vysvětlil základní pravidla bezpečného chování na internetu, jako třeba nezveřejňovat osobní údaje nebo neklikat na podezřelé odkazy. Snažím se tyhle věci s nimi pravidelně probírat, aby to pro ně nebyla jen další pravidla, ale aby tomu opravdu rozuměli a vnímali to jako důležité. Jinak když už mluvíme o technické stránce, tak jsem si nastavil na počítači rodičovskou kontrolu. Nemusel jsem kvůli tomu instalovat žádný zvláštní software, protože jsme doma na Windows 10 a tam je to celkem jednoduché. Stačilo vytvořit účty pro mě a kluky a pak je propojit. Díky tomu můžu sledovat, jak dlouho a na čem na počítači jsou. Asi by bylo lepší víc s nimi mluvit než jen spoléhat na tyhle nástroje, ale zase na druhou stranu, je dobré mít přehled o tom, co na internetu dělají. Jo a pak je tu ještě ten Family Link od Googlu, co jsem zkusil na jejich mobilech. Je to celkem užitečná věc, můžu tím omezit, kolik času stráví na zařízení a jaké aplikace mohou používat. A co je super, taky vidím, kde přesně jsou, když mají mobil u sebe. Někdy si říkám, jestli to není moc, ale v dnešní době, kdy je na internetu tolik věcí, co je můžou zatáhnout do problémů, radši hraju na jistotu.

Tazatel: A jak vidíš budoucnost?

Filip: Víš, být rodičem v dnešní době je někdy jako navigovat v neznámých vodách, znáš to ne? Technologie se mění rychleji, než se dokážeme přizpůsobit a s tím přicházejí nové výzvy. Ale na druhou stranu, je to i dost vzrušující. Mám to rád. I vidět, jak kluci používají technologie ke kreativě, učení a objevování nových věcí mi dává naději. Líbí se mi, že jde vše možné najít a je hodně programů, které kluky rozvíjí. Musí se v tom umět pohybovat, žádá si to doba. Uvědomuju si, že nejsem dokonalý a že se stále učím. Ale myslím si, že klíčem je udržovat komunikaci a být připravený se přizpůsobit. A nejmíci chci, aby kluci věděli, že jsem tu pro ně, ať už přijde cokoli.

Tazatel: Ty jo, to bylo hodně povzbudivý, moc ti děkuji za tvůj čas a úžasné povídání.

Filip: Já děkuju tobě. Rád jsem si s tebou povídal, tohle téma mě hodně zajímá.

Příloha III: Přepis rozhovoru 2 (Ladislava)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Paní Ladislava 49 let, matka tří dětí, syn s postižením 30let, dvě dcery 12 a 15 let
Vzdělání středoškolské s maturitou, žijící rok na vesnici, rozvedená, zaměstnána jako účetní OSVČ.

Tazatel: Lad'ko, já ti moc děkuji, že se mnou děláš tenhle rozhovor a poprosím tě, jestli bys mi mohla říct nějaký tvůj pohled, nebo názor k tématu virtuální život dětí z tvého pohledu? Jak třeba u tvých dětí? Jak to děláš, tak i jak to vidíš globálně? Takže ti dávám slovo a moc ti děkuji.

Lad'ka: Já také děkuji za takové milé přivítání.

Tak já, jako matka tří dětí, ještě ke všemu vlastně samoživitelka, takže tady zastávám funkci mámy i táty, tu hodnou i tu zlou, se k tomu musím vždycky nějak postavit.

Děti mám 12, 15 a synovi teda bude 30, nicméně vlastně on je s hendikepou, takže ten je vývojově tak na 5–6 let. Nicméně dalo by se říct, že když je handicapovaný se ho tato oblast netýká, ale na druhou stranu nevím, jak to dokáže, ale velice obstojně obsluhuje tablet a dokáže si vlastně na tabletu spoustu věcí vyhledat. Dokáže s tím fungovat tak, že bych řekla, že tohle téma se týká i jeho. Obecně, já bych k tomu asi řekla tak, že z mého pohledu celá tahle ta elektronika je výborný sluha, ale špatný pán. Je to neskutečné, když vezmu svoje dětství, dospívání, tak jaké ty děti mají vlastně možnosti, co si můžou všechno najít. My jsme si to poctivě hledali všechno v knihovnách nebo prostě tak nějak se doptávali kde to šlo a děti dneska dvěma kliky prostě si najdou první poslední. Je to výborný, mají opravdu velké množství informací jak na dlani. Na druhou stranu, i to hledání v knihovně a muset trochu zapojovat mozek a přemýšlet nad tím, bych řekla, mělo něco do sebe.

Chtělo by to brát taky tak jakoby všechno rozumně. Moje děti vyrůstaly tak, že samozřejmě jsem byla asi taky nejhorší matka na světě, protože měli v telefonech, vlastně i Tomík, v tom tabletu na instalovaný family link. Měli tam zadané, povolené, kam můžou, kam nemůžou. Měli tam časový limit, takže vlastně po vypršení časového limitu buď museli přijít, a když teda za odměnu si to zasloužili, tak jsem jim povolila dalších pár minut, nebo měli smůlu. Nemyslím si, že to bylo něco špatného. Věděla jsem, když byla ty nejhorší doba, když se s tím seznamovali s tou technikou, tak jsem měla trochu přehled o tom, na jaké stránky chodí, kam chodí, co můžou, nemůžou a tak. Nemyslím si, že to bylo špatně. Tenkrát mi to samozřejmě vyčítali, protože se jim to zdálo jako hrozná křivda, protože bylo spoustu dětí, které to neměly. Nicméně dneska Lucinka, která už samozřejmě má rozum, ta patnáctiletá, tak sama vidí, že to byla dobrá věc.

Neměli díky tomu takové nástrahy a tohle to všechno, že jsem je trochu od toho ochránila. Jo, jinak bych řekla, že vlastně v dnešní době i s tou Lucinkou, Tomík ne samozřejmě, ten to není schopen pochopit, ale s děvčaty jsme to hodně probírali. Neustále o tom mluvíme, neustále jim zdůrazňuji rizika, že to, co na ten internet vlastně někam pověsí, byť si myslí, že to okamžitě smažou, tak to tam všechno zůstane. Takže, že je to strašně snadno zneužitelné a opravdu, když tam chtějí dát nějakou fotku, nebo něco, tak říkám, vždycky si rozmyslete, co bych vám na to řekla, jestli byste se za to nemuseli stydět. Protože jako tenhle ten virtuální svět opravdu dokáže být zlý a zneužitelný, no. Takže to je tohle.

Tazatel: Takže si o tom hodně povídáte, to je super. A máš třeba pocit, strach, že by se třeba mohly někde ztratit, nebo je mohl někdo ohrozit? Myslíš si, že jsou na vše připravený? Je tam důležitá důvěra, mezi tebou jako matkou a nimi jako dcerami, aby se nedostaly do léček a nástrah např. internetu?

Lad'ka: Samozřejmě, řekla bych, že ty léčky a nástrahy se vždycky nějak můžou objevit. A ne, já nejsem schopná je připravit absolutně na všechno, co může přijít. I mně by dokázalo určitě něco překvapit, na co nelze být připravená. Nicméně důležité je tady o tom si prostě hodně povídat, mít tu vzájemnou důvěru, protože opravdu se nám stalo už několikrát, že třeba Natálka přišla, že jí přišly nějaký divný fotky nebo že někdo chtěl po ní nějaký fotky. Takže tam je důležité, prostě, aby s tím za mnou přišla. Abychom to nějak vyřešili, aby se nebály prostě to říct, přijít s tím za mnou. Vždy říkám, já vám hlavu nikdy neutrhnu, vždycky se všechno nechá vyřešit, ale musím o tom vědět.

Tazatel: Myslíš si, nebo děláš teď, v jejich věku, ještě třeba nějaké systémové omezení nebo ochranu, kontrolu?

Lad'ka: Teď bohužel ne, protože my jsme s Lucinkou přešli na Apple, Natálka ještě ne, takže já jakoby na ni nevidím. Tak spíš o to víc se snažím jako o tom mluvit. Stále se ptám, kde je, povídáme si co raději ne, co se děje. Prostě snažím se jí trochu slovně domlouvat, hlídat, ptát se, řešit. To jo Lucinkou (tou starší), zase naopak nám vyhovuje, že vlastně máme jakoby nesdílené ty telefony. Nekoukám se, na jakých programech je, ale vyhovuje mi to, že vidím, kde se nachází. Na druhou stranu oni se o mě bojí taky. Občas prostě, když se jim nehlásím jen tak kouknou do telefonu a hned vidí, jo, mamka je támhle, támhle, ona pracuje, nemá čas a vidí, že jsem v pořádku. Takže k tomuhle ta technologie je dobrá. Fakt nám to pomáhá. Výhledově samozřejmě Natálka přejde na Apple taky, abychom vlastně byli všechny tři tak nějak jakoby propojené a abych už na ten její telefon viděla také víc.

Tazatel: To je fajn, a ještě mě napadá otázka, když říkáš, nebo říkala jsi na začátku, že mělo něco do sebe, hledání v encyklopediích a tak podobně, jak na to nahlížíš do budoucna. Jak vnímáš tento virtuální svět dětí ve školství, máš pocit, že je toho hodně nebo málo, nebo jak to vidíš?

Lad'ka: No, já, když to vezmu ze svého pohledu, tak vlastně my jsme k počítačům ve škole skoro vůbec nepřišli. Když jsme přišli, tak to bylo takový jako nesahejte na to, protože je to strašná vzácnost. Dnes je to jiné, myslím, že školy děti připravují jakoby dobře, že opravdu ty děti s tím počítačem umí výborně zacházet, umí s programy pracovat úplně skvěle. Na druhou stranu ale bych řekla, že děti jsou vedeny i tou školou ke knihovně, protože třeba Lucinka, i teď na té střední, byli na exkurzi v knihovně, že jim tam vysvětlovali, co se tam nechá najít. Občas obě děvčata, když mají třeba čas, mají třeba volnou hodinu, nebo než jim jede autobus, tak jdou do té knihovny a i se tam učí, nebo zase, když potřebují nějaké materiály, tak si tam něco hledají. Takže bych řekla, že to je takové jakoby vyvážené, že nejenom ta technika, ale že se snaží i vlastně pomocí těch knih se něco dozvědět.

Tazatel: Myslíš si, že je důležitý i příklad rodičů? Máš třeba ty nějaký svůj vnitřní pocit, že je musíš vést i tím svým příkladem anebo stačí, když se o tom bavíte, protože oni chápou, že ty na tom počítači třeba pracuješ?

Lad'ka: No tak já bych neřekla, že to je jenom jakoby ohledně počítačů a telefonů. Já bych řekla, můj názor je to, že prostě ty rodiče by jim měli být příkladem v celém svém životě a pokavaď prostě je chci k něčemu vést, tak já bych jim měla být hlavně příkladem. To znamená, když já budu sedět u stolu, budeme jíst a já budu koukat do telefonu a jim to budu brát, to je špatně. Prostě když se spolu bavíme, když si spolu povídáme, když jíme, tak tady ty telefony nebudou. Jo samozřejmě, občas se stane, že prostě něco řešíme a já ještě u toho sedím u počítače, ale tak to ví, že to je výjimka, ale jinak se snažím chovat tak, abych těm dětem byla vzorem.

Tazatel: Super, a ještě se tě zeptám, co se týká celkového času, protože hodně dětí tráví mnoho času na počítači, internetu, Facebooku, v sítích... Jak to máte vy nebo jak na to nahlížíš? Máš pocit, že by se to mělo omezit, nebo jsou schopné samy nějakým způsobem fungovat a řídit si to, nebo to máte striktně nastavené?

Lad'ka: Lucinku neřeším, protože ta přeci jenom jak je na té střední, má hodně učiva. Ví, že ta je samostatná, chce mít dobré známky, takže pro ni je přednější učení než počítač. Nastavuji to jen Natálce. Ta ale zase jak sportuje, tak prostě toho času opravdu má málo a díky tomu ani moc času na počítač, telefon nezbyvá. Říkám, napřed budou hotové povinnosti, úkoly do školy, budete připravený do školy a pak si teda ten telefon, počítač vezme. V 21 h. budete v posteli, všechno vypnutý a pak si můžou vzít ještě knížku.

Tazatel: Je hodně dětí, co tak slyším kolem sebe, kdy mají lidi třeba špatný zkušenosti s virtuálním světem, životem, odlišení reality od fikce apod. Jak ty to vidíš, proč si myslíš že tyto problémy mají? Máš s tím sama nějakou zkušenost? Máš nějaký pohled, názor, kde může být chyba? Čím to může být?

Lad'ka: Já vůbec nechápu ani kde tohleto vzniká. Jo, zrovna dneska ráno jsme tady řešili tu modrou velrybu, nebo jak se to jmenuje. Neustále si o tom povídáme. Lucinka mi řekla: mami, ty jsi o tom furt mluvila, furt si nám to tloukla do hlavy a kamarádka ty výzvy dělala. Samozřejmě jsou situace, kdy ty děti nejsou schopny vyhodnotit, co je špatně a co ještě zvládnou. Myslím si, že je to furt vlastně o tom dialogu, o té důvěře, aby ty děti se prostě nebály, aby to řekly jo, protože tohleto je hrozný. Nicméně třeba holky mají nebo měly zakázáno hlavně Natálka, ta je furt ještě menší, brát cizí čísla. Jednou Natálka přiběhla večer, že jí volá nějaké cizí číslo, takže jsem to zvedla se slovy a drsným tónem „prosím“. V tom se ozvalo pardon, to je omyl, nezlobte se...a položila to. Asi to byla zřejmě nějaká kamarádka, kterou jsem vyděsila, ale protože to bylo neznámé číslo, tak se Natálka zachovala správně.

Co se týká toho, proč se to děje jinde. Nevím, já samozřejmě nechci nikoho odsuzovat nebo takhle, myslím si, že je pro někoho pohodlnější si těch dětí nevěšmat. Hmm jo já toho času mám strašně málo, protože když nejsem v práci, tak se snažím opravdu být s těma holkama, věnovat se jim, učit se s nimi, povídat si s nima. A ono by bylo jednodušší, kdybych si já sedla s knížkou v ruce, nebo se dívala někde na Facebook, nebo takhle a těm dětem se nevěnovala, ale to by nebylo dobře. Právě tak může toto vznikat. Může to být z toho, že ty rodiče vše jako nechají plynout a nevěnují se jim.

Nicméně abych jako by furt nehanila děti nebo takhle, tak sama teda mám němou výčitku v sebe, když kamkoliv jedou, já už jsem tak líná se dívat do mapy a připravit se na tu cestu. Dřív jsem si to vždycky vypsala. Teď pípu navigaci a kdyby mě zavedla někam do pole, tak jsem úplně v háji, protože stoprocentně slepě spoléhám na navigaci.

Jo, tak ona ta technologie tímhle směrem spěje, že jo.

Tazatel: Tím si mě ale navedla krásně na mou další otázku, kam si myslíš, že to celé spěje a jestli je to dobře, nebo není to dobře? A ještě jsem si vzpomněla na jednu tu otázku, stíháš virtuální život těch dětí, zvládáš všechno to, co oni už dneska umí a ví? (smích)

Lad'ka: Nezvládám, no ale na druhou stranu já to ani nechci zvládnout. Takové ty jejich sociální sítě, TikTok a tyhle ty. Když oni si posílají nějaký ty nálepky, a to já to nepotřebuji, nechci a takže to nechávám plynout a vidím, jak mi to teda statečně utíká, jo.

Tazatel: No a znáš taky nějaký ty situace, kdy třeba potřebuješ děti, aby ti zachránily život v tomto virtuálním světě?

Lad'ka: (smích) Velmi často.

Třeba jak jsem říkala, že jsme přecházeli na toho Appla, tak jsem pořád volala děti. Lucinko mně nefunguje tohle, mně to nejde a tak. Ony se toho nebojí, oni to zkusí a samozřejmě, než abych tam něco s tím vyvedla, tak jsem radši opatrná a volám je na pomoc. No a tím pádem to vypadá, jak to vypadá.

No ale ten vývoj jde dál samozřejmě. Já bych řekla, já už jsem v tomhle tom věku stará, takže já už to zase vidím jakoby babičkovsky a bojím se toho, co bude. Toho pokroku. Oni se toho nebojí, takže oni to vnímají trochu jinak, nevidí všechny ty nástrahy a ty nebezpečí, takže pro ně je to super a myslím si, že jim to hodně usnadní život a zase je to posune někam úplně dál. Nicméně volala mi včera moje mamka, holek babička, abych si s těma holkama povídala víc a abych jim domlouvala, aby nikam nedávaly nějaké fotky, že ta umělá inteligence umí vlastně z jejich fotek udělat fotky nahé a ta je z toho vyplašená ještě víc. Jenže tomu se asi nedá zabránit. Všechna ta elektronika je velká pomoc, ale taky se to nechá hodně zneužít a záleží prostě na lidech no.

Tazatel. Ještě tě něco napadá, co bys řekla k tomu virtuálnímu životu tvých dětí?

Lad'ka: Ty technologie jsou skvělé věci, jo holky, kamkoliv odjedou, tak prostě jsme spolu v kontaktu. Můžeme se vidět, můžeme si kdykoliv zavolat, to prostě za nás nebylo. Psaly se dopisy, maximálně někdo měl pevnou linku, tak volal na pevnou linku, takže na tohle to bych řekla, že to je super. Mít ten kontakt s dětma kdekoliv a ta kontrola.

Byli jsme v létě na dovolené. Já jsem volala video hovor mamce. Moje mamka, celá nadšená z toho, že nás prostě vidí 3 000 km daleko, že vidí, jaký to tam je, takže i na tohle to je to skvělý, jako to musím říct, že bych to úplně všechno nezatracovala, že prostě ten pokrok je fajn.

Ale chce to opravdu dávat si pozor na rizika no. Asi tak.

Tazatel: No tak super, tak to moc děkuju za tvůj pohled. Přeji ti krásný večer.

Lad'ka: Tak to určitě bude, děkuju, já taky.

Příloha IV: Přepis rozhovoru 3 (Tomáš)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Pan Tomáš 49let, otec tří dětí, dva dospělí kluci 21 a 24 let, a 12letá dcera.
Vzdělání středoškolské, podnikatel, žijící ve městě, ženatý.

Tazatel: V první řadě bych ti chtěla poděkovat, že jsi si udělal čas na tento náš rozhovor na téma Virtuální život dětí z pohledu rodiče. Máš dceru, která je teď ve věku, kdy se o virtuální svět určitě zajímá, tak mi prosím řekni, co si obecně myslíš o virtuálním životě dětí, o virtuálním životě tvé dcery a jak k tomu přistupuješ? Co o tom víš? Jak to vnímáš?

Tomáš: No. Myslím si, že pro tuhle generaci nebo pro tuhle dobu je to poměrně složitý. Oni už v tom vyrůstají všichni. Není moc výjimek, že by byl někdo od toho odříznutý, protože to používali díky covidu ve škole, ať už je to WhatsApp, Teamsy, cokoli dalšího. Tím už se dostávají vlastně do toho virtuálního světa, kde vystupují prostě v nějaké roli, a s nějakým nastavením. Přiřazují se k nějaké sociální skupině, ať už je to třída, kroužky, cokoli dalšího, do který vlastně to dítě patří, anebo tam patří rodič a je tam společně s dítětem. Co se týče sociálních sítí, tak to já budu u dcery rozhodně co nejdál oddalovat její připojení do jakýchkoliv sociálních sítí. Už se jí to snažím vysvětlovat a už i nastaly věci, kdy přišli příklady, na kterých jsem jí ukazoval, co je třeba špatně. V 9 letech, vzala můj telefon, já sám jsem byl ještě v té době na Facebooku, a reagovala na fotku, která se mi objevila na zdi od úplně neznámého člověka. Napsala „fuj to je ošklivý“, nebo „ta je ošklivá“. To se stalo někdy večer. Přes noc se strhla hrozná mela a já ráno vzal do ruky telefon a tam bylo takových upozornění, že jsem to v životě na Facebooku neměl (nikdy jsem ale nebyl nijak aktivní). A tak jsem se divil, co a jak. A samozřejmě všechny reakce byly víceméně nenávistný, jak prý si vůbec dovoluji komentovat nějakou fotku. Už přesně nevím tu situaci, jak to bylo. Nechal jsem to celý proběhnout. Zjistil jsem, co se skutečně stalo. Dcera se přiznala, že to byla ona, že jí to přišlo hrozný, a tak to tam napsala, píšou tam přece všichni, ne? Reagovala, neznalá situace, neznalá Facebooku. Všechno jsem jí to na tomto příkladu ukázal, vysvětlil. Okomentoval jsem i ten příspěvek, kde jsem všem poděkoval za jejich reakce, že mi to úplně úžasně posloužilo k tomu, abych dceři vysvětlil, jak je Facebook nebezpečný, jak jsou sociální sítě hrozně moc nebezpečný v tom směru, že úplně cizí lidi, kteří vás neznají, který neví, jaký člověk je, tak ho můžou fyzicky i psychicky rozbít a ublížit mu. Vlastně toho člověka odsoudí za jeho názor. Od té doby prakticky Facebook už nepoužívám, nepoužívám žádné sociální sítě. Můj zdroj informací je jiný. Od té doby s ní aktivně mluvím o všem, abych jí vysvětlil, co já chápu jako dobře a co já chápu jako špatně. To, že ona si v tom najde nějakou svoji vlastní cestu, to bude vždycky, protože je to dítě, které si potřebuje vybudovat prostě nějaké vlastní zkušenosti. A jestli zjistí, že jí to baví, nebo, že jí to prostě naplňuje, já jí v tom bránit nebudu. Já jí budu vysvětlovat rizika. Ze svého oboru, kde se pohybuji v IT, už mám představu, jaké informace se sbírají o lidech, jak se s lidmi nechá manipulovat a jakým stylem se těmhle manipulacím případně bránit, a to jí učím.

Tazatel: Hmm, takže jsi na příkladu ukázal své dceři nástrahy a úskalí virtuálního světa, použil jsi to k poučení, to je super. A když se zeptám tedy, myslíš si, že je virtuální život pro děti dobrý, nebo špatný, přínosný nebo ohrožující.... Jak to vnímáš?

Tomáš: Ta původní myšlenka byla určitě dobrá. Původní myšlenka sociálních sítí měla podporovat skupiny, setkávání se, získávání informací, komunikaci. Lidi můžou zůstat v kontaktu, byť jsou na několika různých kontinentech. To je supr. Problém je, že každá sociální síť podstrkává nějaký komentáře, nějaký reakce, nějaký příspěvky, které by se mi mohli líbit, nebo mě mohli zaujmout, podsouvají mi pak tyto věci při každém mém pohybu v síti. Ze všech stran pak na mě vyskakuje personalizovaná reklama. Někdo ji může ocenit, protože se začne bavit o něčem nebo někam napíše, např. že začíná řešit stavbu bazénu a najednou se mu začnou objevovat všude bazény. Pro někoho to může být přínosem, já toho zastávce nejsem. Protože když něco chci, tak si to prostě najdu sám. Já osobně bych byl za to, co se teď třeba připravuje a to je, že Twitter bude placený, a to samý zvažuje Facebook. V momentě, kdy by ty sociální sítě byly placený a odstříhlo se to od jakýkoliv reklam, protože dneska reklama je to, na čem ty firmy vydělávají, takže v momentě, kdy tohle to půjde pryč, tak potom se vrátíme zpátky na začátek a ta sociální síť bude fungovat jen na to, aby se ty skupiny lidí prostě potkávali. A pak to může mít nějaký přínos. Pak to může být v pořádku. Tím, že dneska každá ta firma, každá ta korporace je postavená na tom, že má tvořit zisk, tak vlastně ty lidi zneužívá.

Tazatel: Dobře, ale pojd'me se vrátit k tvému dítěti (dcera, 12 let) a pojd'me se vrátit k virtuálnímu životu, jak na to nahlíš pro ni, zkus to zaměřit na dceru.

Tomáš: Já si myslím že ona se bez toho neobejde. V nějaké té sociální síti, skupině, bude, tomu se nadá zabránit. Bude tam muset fungovat. Ten svět směřuje k tomu, že lidi budou digitálně propojený. Před tím neuteče. Já vidím svou roli, nebo roli nás, jako rodičů, třeba v tom, abychom jí ochránili před tím a dali jí nějaké podněty k tomu, aby si uvědomila, co to znamená. Protože cokoliv dneska kdokoliv udělá na sociální síti, tak je uložený. A firmy v momentě, kdy nabírají nového zaměstnance, tak kontrolují, jak ten zaměstnanec se vlastně chová, jaký má sociální profil, jaký má názory a podobně. A tohle všechno, co ona jako dítě může napsat, byť v nevědomosti, tak jí ale může ovlivnit v nějaké blízké budoucnosti. Jo a když si zpětně vezmu šílenosti ve smyslu MeToo, kdy se řeší 30 let starý věci, je to je fakt na hlavu. Někoho takto perzekuovat mi přijde prostě zvláštní. Jo a myslím si, že to nepatří do tohoto světa, mezi slušné lidi. Bohužel ty sociální sítě v tomhle tom směru, jsou přesně to úložiště všech našich nejen virtuálních hříchů. No a co si budeme říkat, každého zajímají jenom ty hřichy, nikoho nezajímá to pozitivní.

Jo, takže já jako rodič směrem k naší Ádě, tak si myslím, že moje úloha je jí vysvětlit, co to může znamenat. Nějak popsat určité situace, v kterých se může nacházet, ale to, abych jí to zakázal, to je nesmysl, protože v momentě, kdy jí něco zakážu, tak to bude fungovat přesně naopak. Mým úkolem je poslat jí do světa vybavenou s nějakými znalostmi, představou, co všechno to může mít za následky.

Tazatel: Hmm, ještě se zeptám, slyším, že ty máš spíš negativní postoj k celému tomu virtuálnímu životu nebo spíš sítím, co ale tedy pro tebe znamená ten virtuální život, co si ty představíš?

Tomáš: Myslíš pod pojmem virtuální život? No ono to nemusí být jenom tohle to, že jo, protože to jsou i hry. Je to i doba, kdy hrajou za nějakou postavu. Nějakým stylem se tam jakoby identifikují. Nejsou to čistě jenom sociální sítě. Můj postoj je spíš negativní s tím, že ale jsou momenty, kdy je nějaká konkrétní potřeba, ať už, já nevím, třeba teď se řešilo dítě, které nemělo na operaci a sociální síť mu tam hrozně moc pomohly, protože

rozšířily tu informaci a lidi se během týdne složili na jeho operaci, kterou zdravotní pojišťovna nehradila. Takže to je to, co říkám, že ta původní myšlenka je dobrá. Další věc, která je z mého pohledu špatně, tak jsou veškeré ty regulace, který na ty sociální sítě spadají. Oni musí dělat spoustu, spoustu věcí, někdy to dělají líp, někdy to dělají hůř a musí filtrovat obsah a prostě dělat věci takový, že kdyby ty lidi měli nějakou soudnost a fungovali tady nějakým stylem, nějaká morální stránka těch lidí, tak by k tomu vůbec nemuselo docházet. Jo, ale protože lidi jsou hloupi, lidi jsou závistiví, lidi jsou nepřející, tak prostě tohle to tady všechno je. A další věc je, že jak můžou sociální sítě pomáhat, tak můžou hodně ublížit, a to je třeba tím, že se prostě velká skupina lidí nechá ovlivňovat. Přesně to byl ten případ toho špatného komentáře, protože vlastně ty lidi reagovali na nějakou informaci, která byla napsaná pod příspěvkem, ale už si nezjišťovali nic dalšího. Nešli po tom, jestli prostě k tomu byl nějaký důvod, nebo nebyl důvod. Pro ty lidi bylo jen důležité se ke všemu vyjádřit.

Tazatel: Vidím, že jsi toho fakt plný, ale pojďme se ještě vrátit zpátky k dceři, zaměřit se na tvé dítě. Samozřejmě tohle je všechno, co vidíš jako ohrožení pro své dítě, to je jasný, ale teď by mě zajímalo, jak, nebo co děláš, jestli je vůbec třeba něco dělat, nebo jak přemýšlíš, vnímáš to, jak se tvé dítě orientuje nyní ve virtuálním světě (síti, hrách, informacích, dezinformacích, samotném IT...), jestli všemu rozumí, všechno stíhá, zvládneš ty držet krok s ní? Protože dnešní děti jsou hrozně rychlé a ten svůj život virtuální žijí kolikrát víc, rychleji než rodič, tak, jak ty k tomu přistupuješ, co děláš? Stíháš?

Tomáš: (smích)

Snažíme se mít přehled o tom, co dělá, protože to je základ. Samozřejmě i vztah s tím dítětem ve smyslu toho, že prostě je to dítě ochotný se s námi jako s rodičem mluvit a třeba nám vysvětlovat nějaké situace a třeba se i ptát, tak to je taky hrozně důležitý, protože ta vzájemná důvěra, tam hrozně moc může pomoci. Jo, samozřejmě složitě je to teď v době puberty, kdy bude blbnout a bude to nevyzpytatelné. Rozhodně mluvit a mluvit s ní a vysvětlovat jí, co všechno číhá za nástrahy. Samozřejmě, že nám i spousta věcí může utéct. Např. ve smyslu toho, co se děje ve škole. Ale zase na druhou stranu si myslím, že není úplně dobře, mít nějakou stoprocentní kontrolu, protože to potom dítě nedostane ani šanci si lidově někde rozbít pusu. Nemá šanci si někde namlít, aby samo zjistilo, že prostě něco udělalo špatně, protože já jí to můžu hezky vykládat, ale ona si bude stejně myslet sví a až po vlastní zkušenosti jí to teprve může nakopnout. Proto říkám, že nezakázat, ale spíš být takovým průvodcem a nějakým takovým mentorem.

Tazatel: Používáš nějaký nástroj k tomu, abys to dokázal nějak ohlídat, ošéfovat, nebo je to úplně volné u vás?

Tomáš: Rozhodně používám nástroje, nástroje systémový, protože všichni používáme v rodině Apple, tak tam máme čas u obrazovky, vidíme historii... Rozhodně máme nastavená pravidla i restriktce. V momentě, kdy chce něco povolit, musím vědět, že jsou věci, povinnosti hotové. Takže díky tomu vlastně člověk získává jakoby přehled. Rozhodně je Áďě vše vysvětleno, proč to všechno je nastavený. Myslím si, že to používáme tak, že to využíváme, ale nezneužíváme. Áďa o všem ví a veškeré informace má – takže ví, proč se ty věci dějou. Takže nástroje rozhodně ano, ale s vysvětlením a s pochopením té situace.

Tazatel: Kdybych to chtěla celé shrnout, tak kam si myslíš, že celkově ten virtuální život dětí spěje, (protože za nás to bylo jinak), spěje k tomu, že je může někam posunout, nebo naopak jim třeba něco vezme, nebo je může ohrozit, nebo když budou dobře připravené, tak zase naopak je někam hodně posunout? Shrň to celé do pár vět a vypíchni z toho krátce jenom důležité informace, myšlenky prosím.

Tomáš: Myslím si, že, virtuální svět jim může pomoci. Určitě ano. Určitě jim otevře obzory, určitě jim zpřístupní informace, ke kterým by se normálně nedostaly, nebo dostávaly složitěji. Na druhou stranu je tam i to, že během vteřiny se ten život může změnit. A to riziko je tam poměrně velké. Takže, myslím si, že běžnému člověku může virtuální svět pomoci, ať už v rozvoji, třeba hraní her v rozvoji nějakých schopností, reflexů a dalších záležitostí. Všechno tohle to může být pozitivní. Ale furt je tam ten strašák toho, že ty informace zůstávají uloženy a problém je, že i když je chce odstranit, tak já odstráním svůj profil, ale všechny ty informace tam stejně zůstanou. On přestane existovat můj profil, ale ten, s kým jsem si psal, tak ten člověk je tam bude mít dál. Ty informace tam prostě jsou. Takže tím, že jsou sdílené, tak se dostanou do toho internetu a ty data tam zůstanou. Myslím si, že jednak se tomu děti nevyhnou tomu virtuálnímu světu a za druhé v momentě, kdy se to bude používat rozumně, tak to může pomoci, na druhou stranu si ten člověk musí uvědomit, nebo to dítě, nebo potom ten dospělý člověk si musí uvědomit, že svoje veškeré informace, svoje veškeré bytí, je někde zaznamenaný a můžou být jednotlivci, organizace, skupiny, který k tomu budou mít přístup. A můžou to použít proti. Takže tak.

Dobře, takže já ti děkuji za rozhovor a přeji ti, aby se ti dařilo nejen virtuálně, ale hlavně v tom reálném životě. Děkuji.

Příloha V:

Přepis rozhovoru 4 (Natálka)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Paní Natálka 40 let, matka 2 dětí, syn 11 let a 8letá dcera.

Vzdělání střední ekonomické, administrativní pracovník, žijící ve městě, vdaná.

Tazatel: Natálko, děkuji, že jsi ochotná se mnou udělat tento rozhovor. Mohla by ses, prosím, představit a říct něco o sobě? A pak bychom se mohli zamyslet nad virtuálním životem dětí. Jak to vidíš u svých dětí a jak se na to díváš z globálního pohledu?

Natálka: tak něco o sobě. Je mi 40 let, jsem vdaná už 20 let. Máme 2 děti 11 a 8 let. Bydlíme ve městě, pracuji tady ve výrobním družstvu jako administrativní pracovník. Jo a mám vystudovanou ekonomiku.

Téma virtuálního života dětí je velmi aktuální, protože dnešní svět je postaven na tom, že děti používají různé digitální technologie. Svět je tak rychlý a vidím, že bez internetu to prostě nejde. Ale pro mě je to velmi těžké, protože to vnímám jako zlo dnešní společnosti. Všechno, co souvisí s umělou inteligencí, počítači, mobily, na jednu stranu to může lidem usnadňovat spoustu věcí, ale bohužel si myslím, že to spíše začíná být globálním rozdělovačem lidí. Lidé jsou velmi ovlivněni a ztrácejí sociální citění. Co se týče dětí, jejich mozek se rozvíjí a díky všem těmto technologiím, jako by jim to ubližovalo. Ponoří se do těch her a žijí v online světě, který je úplně jiný než realita. Ztrácejí pojem o realitě a v okamžiku, kdy je chcete vytáhnout z jejich reality do naší vznikají konflikty, není to správné. Začínají být agresivní a mnoho věcí pak vůbec neumí (zamýšlení). Víš, u dítěte, které se rozvíjí, je to stejné jako závislost na alkoholu nebo drogách. Ty hry pro jejich vývoj jsou strašné. Nic v tom mozku neprobíhá, žádná spojení, a takové děti pak ve společnosti nemají uplatnění, jsou nemocné. A pak to končí u psychiatrie, u psychologů, na práškách. Za prvé to dítě se nerozvíjí a druhá věc, naše společnost začíná být taková rozdělená. Já jsem cizinka a přijela jsem vlastně do Čech před dvaceti lety. Tady jsem si uvědomovala, že každý žije sám za sebe. U nás doma v Bělorusku mně přišlo, že mi žijeme spíš pohromadě. Jo, navštěvujeme se, dělíme se, jakože prožíváme spolu nějaký věci. Tady jsem vnímala, že toho je méně, že každý se snaží žít sám ze sebe. Je to můj dvoreček, já ti tam nelezu, ty nelez na můj. A teď to začíná být ještě horší, kvůli tomu internetu a technologiím.

Děti sedí doma, u svých online her, nevychází nikam, oni nekomunikují, oni se seznamují jen tam a ani neprožívají žádné emoce. Prožívají je maximálně v té hře, bohužel ale hlavně emoce ze zabíjení. Já nevím, možná tam někdy je občas nějaký budování nebo vzdělávání, ale myslím, že to děti zase tolik nebaví. Pro ně je to víc násilí než lásky a takový jako dobro tam není. Myslím, že to není ani pro dobro těch dětí. Ještě je důležité říct, že oni myslí pak tak, sem někoho zabil, no nevádí, můžeme začít znova, on se ožíví. Myslím, že jim to pak dělá problém v životě. Jak to pak rozeznají. Snadno pak někomu ublíží, pokud si budou myslet, že se nic neděje, ten proti přece může začít znova. Oni v té hře mají vlastně i jistotu, tam si věří, jsou někým jiným a pak přijdou do normálního života, kde už to s tou sebedůvěrou moc dobré není. Tam to neumí, neví si s tím rady, a tak raději utečou zase do té hry. No není to postavené na hlavu? Jak se pak mají seznamovat, jak mají reagovat na reálné situace. Mají problém se vyjadřovat, komunikovat, což je nejdůležitější ve vztahu všude, jak v práci, ve škole, známe to v partnerství. Oni to neumí. Myslím, že děti neumí pak sdílet, neumí cítit, neumí prožívat

(Natálka je rozčilená a vypadá smutně, když o tom přemýšlí – pauza). Oni opravdu nebudou mít ty vztahy. Takhle já ten dnešní svět vidím, není v tom nic hezkého. Umělá inteligence ona sama o sobě, kdo ji vymyslel, je skvělá věc, ale jen když je používána správně. Dá se využít na spoustu dobrých věcí, který pomůžou. Bohužel většina lidí to neumí využívat. Není jim vysvětleno, jaký důsledky z toho můžou být.

Tazatel: Natálko, jak tě, tak poslouchám a vidím jak jsi z toho smutná, tak mě napadá otázka: říkáš, že se ty děti nevyvíjí, že se do virtuálního světa umí ponořit tak, že pak nevnímají realitu. Čím si myslíš, že to je?

Natálka: Já si myslím, že je to hlavně chyba rodičů. Oni se o ty děti nezajímají. Nechají je, aby to dělaly. Nemluví s nimi a nedělají společně věci a ty děti pak utíkají do tohohle světa. Je tam hodně lákadel, a tak si tím zaplňují své životy. To si myslím.

Tazatel: Ano, Myslím, že to může být u mnoha dětí tím. A jaké kroky tedy děláte Natálko vy, abyste se vyhnuli těmto problémům? Máš dvě děti a ty děti určitě také vyžadují nějaký čas na elektronice. Já vidím, že jsi tím hodně rozhořčená a že s tímhle nesouhlasíš, jak se k tomu tedy stavíte u svých dětí?

Natálka: Ano, mám s tím obrovský problém. Nemám to ráda, ale jak říkáš, patří to do dnešního světa. Musím najít hranice, aby moje děti nebyly ve škole vyčleněné, ale zároveň chci, aby tam byla hranice, aby do té závislosti nespadly. Snažím se o to maximálně. Máme nastavená pravidla, například o víkendu mohou děti hrát jen hodinu. Musí plnit své povinnosti a pokud něco nesplní, dostanou -20 minut. Jsem hodně přísná a pravidla se musí dodržovat, takže se klidně může stát, že si to přes týden díky neplnění povinností tak zkrátí, že mají o víkendu smůlu. Někdy Rost'a přijde a prosí a přemlouvá, já ale nepovolím. Učím tím děti i zodpovědnost a dodržování pravidel. Pokud si chtějí stáhnout novou hru, musí se zeptat a my s manželem to zkontrolujeme, jestli je to vhodné pro jejich věk. A samozřejmě sledujeme, co na internetu dělají. Snažím se je vést k tomu, aby rozuměli, co je na internetu pravda a co ne. Je to složité, ale snažím se, aby si uvědomovali, že ne vše, co je napsáno je pravda. Mobily samozřejmě mají, ale internet je přístupný jen na wifi. Aplikace jako Facebook a ty další nemá dovolený. Ty nejsou vhodné. Hodně hlídáme, co je a není vhodné pro jeho věk.

Tazatel: Mnoho rodičů, co vím, vnímá nebezpečí spojené s online aktivitami dětí a hlavně se sociálníma sítěmi. Říkala jsi, že je nemají dovolený, ale jak se snažíte své děti od tohoto chránit, vždyť je to všude kolem nich?

Natálka: Ano, vnímám to stále více, obzvláště když vidím, jak děti ve třídě natáčejí videa a sdílejí je na TikToku, některé i používají Facebook. Můj syn zatím žádný z těchto účtů nemá a zatím nechci, aby měl. Samozřejmě ví, že existují. Zajímá se o ně a možná by si je i chtěl založit, ale za mě na to je ještě čas. Nedávno přišel s tím, že viděl video od spolužáka, kde byl kluk, který na videích odpovídá na otázky. Snažím se synovi vysvětlit, že realita může být jiná, než jak to na první pohled vypadá. Nikdy nevíme, kdo je na druhé straně a kdo za danou osobu skutečně odpovídá. Proto vždy zdůrazňuji, aby byl opatrný, nesdílel osobní informace a dobře si rozmyslel, co na internetu zveřejňuje. Vysvětluju, že ty Facebooky a tohle není dobré a že by mu to akorát dělalo v hlavně zmatek a že je to nebezpečný.

Tazatel: Hmm, a jaká je tady tvá role jako rodiče? Jak to cítíš?

Natálka: Má role jako rodiče je především chránit své děti. Je důležité jim ukázat jak pozitiva, tak i negativa internetu. Snažím se být dobrým příkladem a vysvětlovat jim, jak se bezpečně chovat online. Děti se učí z příkladů, takže je důležité, abychom jako rodiče jednali správně a ukázali jim správný směr. Snažím se trávit čas s rodinou mimo digitální svět, například večer si společně pustíme film nebo hrajeme hru, jdeme na výlet a tím jim ukazovat, že existuje hodně způsobů, jak si užít volný čas bez nutnosti být online. Celé je to složité. Snažím se, aby tomu nepropadli, ale zároveň, aby byly rozumní a chtěli to zkoumat, protože je to nevyhnutelný. Hranice je tenká. Je to můj názor, ale snažím se udělat maximum, aby to nebylo pro ně škodlivé. Ve škole se také setkávají s tímto světem, takže je to všude. Mám k tomu spíš negativní postoj, ale pokud se to používá správně, například vzdělávací aplikace, může to být užitečné. Snažím se najít správné zdroje informací a učit děti, jak ověřovat, co je pravda.

Tazatel: A co hry a třeba nějaké vzdělávací aplikace, používáte nebo jsi proti?

Natálka: Osobně nejsem velkým fanouškem her, které jsou čistě fikcí a odehrávají se online. Preferuji, když technologie slouží vzdělání. U nás doma jsme našli způsob, jak zapojit počítače do učení. Například používám vzdělávací aplikace, které dětem umožňují hravou formou procvičovat jazyky nebo přírodní vědy. Můj syn má rád brouky, takže prostřednictvím těchto aplikací může objevovat nové informace o biologii, chemii či fyzice. Věřím, že pokud jsou technologie využívány správně, mohou být skvělým pomocníkem ve vzdělávání.

Když máme přístup k těm správným informacím, můžeme využívat i umělou inteligenci ve svůj prospěch. Například, když jsem se potřebovala naučit česky, konzultovala jsem to s učiteli a hledala nejlepší metody, jak dětem pomoci pochopit učivo. Často to zahrnovalo práci na počítači, což jim nejen pomohlo se učit, ale i splnilo jejich touhu po hraní. Díky tomu se například můj syn naučil vyjmenovaná slova. To pro mě bylo velké plus a potvrzení, že pokud technologii používáme s rozmyslem, můžou být skvělým nástrojem pro rozvoj našich dětí. Je ale potřeba dobře vědět, co chcete. Je to pro mě obrovská pomoc v tomto pohledu.

Jo, a ještě mě napadá, jak jsme se bavili o těch pravidlech, na které já jsem fakt přísná, stanovování hranic je strašně důležité, a to i u těch dobřejších věcí, ale někdy strašně obtížné. Hranice mezi dobrým a škodlivým používáním internetu je opravdu tenká. Co se týče informací dostupných na internetu, je to v dnešní době obrovský problém. Na internetu může kdokoliv zveřejnit cokoli, ale najít ověřený a spolehlivý zdroj je náročný. Často se setkáváme s pojmem dezinformace, což je fakt problém. Děti nepoznají, jak ověřit pravdivost informací. Snažím se dětem ukázat, jak hledat dobré zdroje. Wikipedia například nemusí být vždy nejlepší volbou pro hlubší informace, i když je užitečná pro základní údaje, jako je počet obyvatel města. Hledáme s dětma stránky, kde se mohou spolehnout na dobré informace.

Děti často věří tomu, co je napsáno, protože to vidí černé na bílém nebo to někdo někde řekl. Je to pro mě velká výzva vysvětlit jim, že ne všechno, co je napsáno, je pravdivé. Mluvím s nimi o tom, že je důležité zpochybňovat informace a hledat potvrzení z více zdrojů, než jim uvěříme. Poučuji je, že i když něco najdou napsané online nebo dokonce ve školních materiálech, měli by si být vědomi, že to nemusí být vždy pravda, pokud to není ověřeno jinde. Rostík si, jakože pořád myslí, že mamí, ty už prostě vůbec tomu nerozumíš. Samozřejmě, musím si s tím smířit, protože byla jsem stejná. Taky jsem se vším s rodiči nesouhlasila. Já říkám Rostíku v pořádku, jo, ale ověř si to. Nemůžeš ani mě věřit stoprocentně, jo, protože to je jenom můj názor, možná není správný v ten

okamžik, to ale nezjistíme, pokud si to z více pohledů neověříme. No, je to náročné a klid mi to nepřidá, i když svým dětem věřím.

Tazatel: Jaký máš názor na výuku ohledně bezpečnosti na internetu ve školách? Při nedávné návštěvě školy jsem měla možnost vidět, jak se děti učí o bezpečnosti na internetu. Myslíš, že je třeba toto téma do školní výuky zařadit?

Natálka: Rozhodně si myslím, že je to správné a velmi důležité. Děti dnes přicházejí do kontaktu s tím vším od narození. Rodiče často používají tablety pro přehrávání písniček nebo videí, aby zabavili své děti, takže oni s tím vyrůstají. Proto je zásadní, aby se děti učily jak s tím bezpečně zacházet co nejdřív. Začlenění tohohle do školy je nutné i proto, že někteří rodiče to využívají i zneužívají pro své děti, ale ne každý je učí, co a jak, no nebo to ani sám neví.

Tazatel: Kdo by tedy podle tebe měl hrát tu klíčovou roli?

Natálka: Určitě rodina, škola za ně nemůže všechno dělat, ale může hodně pomoci, když rodiče nezvládají nebo alespoň trochu zachránit co rodiče nezvládnou. Rodina je základem, tam se děti přece učí základním hodnotám a postojům. Učitelé sice předávají vědomosti a učí děti různým dovednostem, ale rodina a domácí prostředí jsou tím pravým místem. Myslím, že je důležité, aby rodiče byli aktivní a zapojení do tohohle procesu nebo pokud tomu nerozumí, měli by se sami vzdělávat.

Tazatel: Na závěr bych se chtěla zeptat, jak to vnímáš do budoucnosti. Myslíš, že pro děti to může jít dobrým směrem, nebo to spíše přináší rizika?

Natálka: Jak jsem už řekla, tyhle technologie můžou být skvělým pomocníkem, pokud jsou využívány správně. Bohužel existuje velké riziko, že lidé a zejména děti můžou být technologiemi poškozeni, pokud nebudou vědět, jak je používat bezpečně a s mírou. Obávám se, že největší hrozbou není samotná umělá inteligence, ale to, jak lidé tyto technologie využívají a jak moc jim dovolí ovlivnit svůj život. Všechno se vyvíjí tak rychle, že je těžké udržet krok. Co bylo dříve nepředstavitelné, je dnes součástí života. Bojím se, že jednou tohle všechno lidi zničí, že si to nakonec nějak pokazíme sami. Umělá inteligence, to je fakt síla, co dokáže, ale myslím si, že ještě nechápeme, co všechno s tím můžeme udělat. Už teď vidíme, jak rychle to jde dopředu. Ty stroje už dokonce začaly mluvit vlastním jazykem. Teď to někdy vypneme, protože nás to děsí, ale pak to zase zapneme, protože nás to láká. A jednou se ona naučí jak na nás a už ji nevypneme. Vyhodnotí nás jako problém a co pak? Nechci na to ani radši myslet. A co se týče dětí, no, to je kapitola sama o sobě. Všechno jde tak rychle, že mám pocit, že se v tom už nevyznáme. Dřív jsme si mysleli, že tyhle věci budou někdy v budoucnosti, ale ono to je tady a teď. A naše děti? Ty rostou přímo do toho. Musíme je naučit, jak s těmi všemi věcmi zacházet, aby z toho měli prospěch, ne aby je to nějak poškodilo.

Tazatel: Tedy Natálko takhle to je vše, moc ti děkuji za tvoje postřehy. Věřím, že mnoho rodičů ocení tvé rady, názory a zkušenosti. Já sama jsem s tebou moc ráda toto téma probírala.

Natálka: Doufám, že ano. Děkuji za možnost podělit se o své myšlenky. Jak vidíš, jsem toho plná a tohle téma si fakt zaslouží velkou pozornost, a jsem ráda, že o něm můžeme diskutovat.

Příloha VI: Přepis rozhovoru 5 (Miloslava)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Paní Miloslava 42 let, matka 2 dětí, syn 10 let a 12letá dcera.

Vzdělání vyšší odborné, obchodní zástupce ve farmacii, žijící ve městě, rozvedená.

Tazatel: Ahoj Mílo, děkuji za to, že jsi si udělala čas na náš hovor na téma virtuální život dětí z pohledu rodiče. Předávám ti slovo a nechám to na tobě, co bys chtěla říct a já se potom doptám, když mě něco napadne. Jen na začátek, jestli by ses mohla představit a říci mi něco o sobě.

Míla: Jasně, tak, je mi dvaadvacet let, mám vyšší odborné vzdělání, jsem rozvedená matka dvou dětí. Syna 10 let a dcery 12 let. Jinak pracuji v podstatě jako obchodní zástupce ve farmacii, takže pracuji s lékaři. Bydlím ve městě.

Co se týče virtuálního světa dětí, tak je to dnes úplně jiná doba, než byla za mého dětství, kdy jsme ty možnosti vůbec neměli ani internet, ani nic takového. Když to vezmu z pohledu mých dětí, tak určitě virtuální svět je velmi láká. Trošku myslím mají i tendenci k tomu sklouzávat, protože je to pohodlný a je to určitá zábava. Hlavně když se nudí. Je pohodlné i to, že mohou sáhnout po mobilu a vyřešit si tím spoustu věcí.

Když vezmu syna, tak ten virtuálnímu světu až tak jako by nepropadl, jak třeba někteří jeho vrstevníci. Vzhledem k tomu, že je hodně pohybově aktivní, hraje fotbal a zatím jde nejradši za dětma ven nebo na kolo a tak, nemá tolik času na tenhle svět. Každopádně má mobil a iPad a tam má nastavené limity. Bez toho to asi u dětí nejde.

Tazatel: Takže máte nějaké systémové omezení?

Míla: Ano, máme časová omezení a u syna hlídám, co sleduje na YouTube. Má tam dětský profil a sleduji u něj i historii. Co je super je to, že děti nemají problém mi ukázat co dělají online, takže v tomhle máme docela otevřenou komunikaci a důvěrný vztah. Syn ještě nemá žádné sociální sítě, jako Facebook či Instagram. Věnuje se hlavně hraní fotbalu, ať už venku, nebo ve hře FIFA na mobilu a sleduje fotbalové youtubery. Večery tráví poslechem audio pohádek, což mi přijde jako skvělý způsob, jak udržet dětskou fantazii. A i když kouká na YouTube má nastavený dětský profil, takže sleduje jen vhodný obsah. Díky tomu, že má různé zájmy a neztrácí se celé dny v digitálním světě se o něj až tolik nebojím.

Klárka je trochu jiný případ, je v tom víc. Ale taky máme pravidla a snažím se, aby to, co na internetu dělá bylo smysluplné. Baví ji kreslení a malování a hodně z toho, co na netu dělá je spojené právě s tím. Inspiruje se různými obrázky a sleduje na TikToku techniky malování, včetně proporcí postav. Maluje různé komiksy, ale to si teď nevzpomenu, jak se jmenuje, dělá to ale moc hezky. Ve škole je taky moc hezky vedou, mají tam programy na vzdělávání o bezpečnosti na internetu, takže o rizicích ví. Já s nimi o tom taky dost mluvím. Celkově mi přijde, že je na svůj věk vyspělejší. Také samozřejmě sleduje YouTube, hodně ji zajímají spíš sociální témata, ale já si pamatuju, že mě to v jejím věku zajímalo taky, akorát, že nebyly tyhle sítě. Chtěla by být psycholožkou, a tak tohle vše sleduje. Nedávno mě trochu vyděsila, když jsem zjistila, že si vyhledává na internetu drogy. Vysvětlila mi, že se nemusím bát, že jí jde o informace ve smyslu medicínského, co to je, jak ty látky fungují a tak.

Klárka hodně komunikuje přes WhatsApp se třídou. Mají svoji skupinu na úkoly a pak ještě s kamarádem, s kterým hodně sdílí své problémy. Beru to trošku tak, že situace v rodině není úplně s rozvodem ideální, tak některé své trable sdílí s ním, on má vlastně v podstatě obdobnou zkušenost. Navzájem se takhle podporují. Taky nemá Facebook ani Instagram, nikde se nefotí, ví a zná všechny ty nástrahy zneužití fotografií a tak. Jsem přesvědčená, že tohle se jako tam neděje.

Tazatel: Když mluvíme o té bezpečnosti na internetu a o tom, že o tom děti něco vědí, zajímá mě, jestli s nimi o tom hodně mluvíš, ukazuješ jim nějaké příklady, nebo to spíš necháváš na škole? Jak to u vás doma funguje?

Míla: No, víš co, když jsem s nimi chtěla o tom mluvit, zjistila jsem, že ve škole už je docela dobře proškoleni. Věděli spoustu věcí, takže jsem nemusela moc přidávat. A co se týče TikToku, tak to ví, že nemají ukazovat své obličejy a tak. Vlastně spolužáci a spolužačky s nimiž to řeší mají k sociálním sítím a internetu úplně jiný přístup. A Klárka, ta se třeba víc zajímá o paranormální jevy nebo hodně kreslí, i takový ty temnější obrázky. Fakt hledá na TikToku různé techniky malování a podobně. Řekla bych, že díky tomu, jak jsme o tom mluvili doma a ve škole, mají celkem dobrý přehled a jsou opatrní.

Tohle období, co si Klárka prožila s rozpadem rodiny a co jsem ji vzala na pár terapií, ji otevřelo oči. Teď se zajímá o psychologii a chce být psychologkou. Ve škole je dobře poučená o rizicích internetu, takže si s tím umí poradit. A když jsou s kamarády na nějakém školním výletě, tak Klárka pozná, kdo má nějaký problém a snaží se jim poradit. Třeba jeden kluk ve třídě si ubližoval a ona mu chtěla pomoci, protože má s tím svoje zkušenosti. Umí s lidma mluvit, takže i když se říká, že kdo tráví moc času na internetu, tak ztrácí sociální dovednosti, u ní to tak rozhodně není.

Tazatel: Vidím, že dětem dáváš i dost volnosti, nebojíš se, že by tomu mohly propadnout?

Míla: Jsem přesvědčená, že ne. Ale je pravda, že kdybychom je nechali úplně na volno, samozřejmě by měli tendenci trávit na tom více času, sledovat různé youtubery a proklikávat se z jednoho videa na druhé. Tohle prostředí je lákavé a může vést k tomu, že na něm budou trávit více času, než je zdravo. Je na nás dospělých, abychom jim v tomto ohledu dávali dobrý příklad. Někdy se to daří víc a někdy ne. Třeba u otce vidí, že jim říká, aby se tolik nedívali do mobilu, zatímco on sám u oběda mobil v ruce má. No, a tak to chtějí napodobovat. Sama si také uvědomuji, že mám tendenci ztrácet čas sledováním různých kravin na Facebooku. Je důležité si stanovit limity a dodržovat je, abychom byli dobrým příkladem pro naše děti.

Ale je pravda, že občas, hlavně když byl covid nebo když jsou děti nemocný, tak si zapnou hry, třeba Roblox. Najdou si kamarády online a hrajou spolu. Baví se při tom, což je fajn, ale máme to časově omezený. Samozřejmě, kdybych je nechala úplně bez dohledu, tak by u toho seděli o dost déle, ale snažím se, aby to nebylo přehnaný.

Na druhou stranu, technologie jim hodně pomáhají ve škole. Klárka je na druhém stupni a má třeba všechny poznámky online na školních stránkách. Už nepišou tolik na papír, ale všechno mají v počítači. A dělají třeba prezentace v PowerPointu, což je super praxe. Nedávno měla třeba prezentaci o Mozartovi, takže to využívají fakt dobře.

Snažím se je učit, aby technologie využívali chytře. Když potřebují třeba zjistit, kdy jim jede autobus, říkám jim: „Máte internet, tak si to najděte.“ Chci, aby mobil a internet brali jako nástroj, ne jenom jako zábavu.

Kryštof zase rád využívá aplikaci ze školy, která je určena pro třídní soutěže ve slovíčkách a slovních spojeních. Ta dost motivuje Kryštofa ale i další děti k učení anglických slovíček hravou a soutěživou formou. Děti se učí, a zároveň je to pro ně zábava, jelikož je motivuje k tomu, aby nebyly na posledních místech ve třídní soutěži. Kromě toho ještě využívá další vzdělávací stránky, které pokrývají látku od základní až po střední školu a nabízejí učení ve formě jako jsou pexesa či doplňovačky. Tyhle hry můžou využívat i během cesty autem, trochu se za to schovávají, když jim nedovolím videa a chtějí být na telefonu (smích).

Tazatel: Takže z toho tedy chápu, že pro tebe ty technologie, který děti využívají jsou prospěšné. Ale ještě se tě zeptám, protože samozřejmě každá mince má dvě strany, jak řešíš dezinformace?

Míla: Rozhodně si myslím, že technologie mohou být pro děti prospěšné, ale je důležité je naučit, jak s informacemi na internetu zacházet. Kryštof občas přijde s nějakou bombastickou novinkou, která se ukáže být nesmyslem. Snažím se mu vtloukat do hlavy, že ne všechno, co najde na internetu, musí být pravda. Když se dostane k nějaké informaci, říkám mu: „Křišťůfku, na internetu může psát kdokoliv cokoliv. Musíš být opatrný a nevěřit všemu na první klik.“ Ačkoli nemají sociální sítě a nekomunikují s cizími lidmi, zdůrazňuji jim, jaké nebezpečí by mohlo hrozit, například s vydíráním přes fotky. Klárka už má lepší přehled a orientuje se v tom, co by mohlo být nebezpečné nebo nepravdivé. Oběma dětem, společně s jejich otcem, dáváme najevo, že internet je užitečný nástroj, ale s jeho používáním je potřeba zacházet s rozvahou a kritickým myšlením.

Tazatel: Chápu tedy správně, že doma máte nastavená určitá pravidla ohledně používání elektroniky. Máš nějaký konkrétní systém, jak toto omezení udržuješ a jak reaguješ, když děti najdou způsob, jak tato omezení obejít?

Míla: Ano, máme doma nastavená pravidla. Děti mají na elektroniku omezený čas – zhruba hodinu a půl denně. Ale toto omezení neplatí pro vzdělávací účely, jako jsou školní úkoly nebo učení se slovíček na angličtinu. Když přijdou ze školy, mohou si na chvíli pustit něco na relaxaci, řekněme půl hodiny a potom si jdou udělat své povinnosti. Pokud mají vše splněno, mohou si elektroniku zase chvíli užít. Ale Klárka už našla způsob, jak si kód času u obrazovky obejít, takže musím být na pozoru a kódy měnit. Když jsem zjistila, že večer elektroniku zneužívají, a dokonce si ji berou do postele, rozhodla jsem se, že elektroniku budeme večer odkládat do kuchyně. Mohou si poslechnout audio pohádku nebo knihu přes bezdrátová sluchátka, ale zařízení zůstává mimo jejich dosah. Tohle pravidlo si sami osvojili, ačkoli občas se snaží najít způsoby, jak ho obejít. Je to neustálý boj, ale snažím se být vždy o krok napřed. Ty děti jsou totiž v dnešní době daleko chytřejší než my, takže nás snadno obejdou. Ale bohužel prostě jsem na to přišla, takže mají smůlu. A Bluetooth technologie funguje a mají to v kuchyni na stole. Prostě já vidím, když to rozkliknu, co poslouchaj, aby neposlouchali nějaký youtubery, kraviny nebo mají tendenci třeba poslouchat, jak někdo hraje Minecraft a komentuje.

Tazatel: Tomu já říkám vymývání mozku (smích). A co si myslíš o těch internetových výzvách, které někdy můžou skončit i tragicky? Proč si myslíš, že se některé děti nechají tak snadno zlákat?

Míla: No, s dětmi jsme o tom mluvili hlavně protože na YouTube narazí na různé výzvy. Zdá se mi, že to často může být kvůli tomu, že se cítí osamělé nebo šikanované, hledají pozornost. Někdy to může být kvůli nedostatku zájmu ze strany rodičů. Někteří rodiče jsou moc zaneprázdnění nebo na to prostě kašlou a jejich děti pak hledají pozornost online. Snažím se dětem vysvětlit, že život mají jen jeden a že ne vše, co vidí online, je dobrý nápad.

Tazatel: **A jak zajistíš, aby tvoje děti rozuměly rizikům spojeným s těmito výzvami? Někdy je to dost lákavá výzva a oni neumí ty rizika dobře vyhodnotit.**

Míla: Snažím se být k nim upřímná a otevřeně s nimi mluvit o rizicích. Vysvětluji jim, že ne vše na internetu je pravdivé a že za anonymními profily mohou být i zlí lidé. Kromě toho jim zdůrazňuji, že je důležité přijít za dospělým, když narazí na problém nebo na něco s čím si nejsou jistí. Děti jsou chytré, vědí, že když se něco stane, je lepší to říct než to tajit. Myslím, že si věříme, a to je důležité. Myslím si, že je důležité, aby rodiče nejenom stanovili pravidla, ale také šli příkladem. Nestací říct dětem, aby neseseděly pořád u telefonu, když to sami děláme. A komunikace je klíčová. Musíme být otevření a přístupní, abychom si udrželi důvěru našich dětí. Myslím, že je to to nejdůležitější. Je spousta rodičů, kteří svým dětem řeknou „neotravuj, běž si do pokoje“ a vůbec se nezajímají o to, co vlastně dělají. A ty děti stále hledají pozornost. Když moje děti přijdou ze školy, musím si poslechnout vše, co mi chtějí říct, i když mám hlavu jako balón. Důležité je být pro ně důvěrníkem a říkat pravdu otevřeně, ale přiměřeně k jejich věku, aby si udělaly vlastní obrázek. Děti jsou chytré a stejně si informace najdou, a proto je lepší, když mají důvěru přijít a říct, i když se stalo něco špatně, než aby něco tajily. Aby se nebáli přijít, prostě mít tam tu důvěru, že i když je to blbě je lepší, říct to, dá se to nějak řešit než někde něco tajit.

Je spousta případů, o kterých děti vědí, možná se o nich diskutuje i ve škole. Slyšeli o dětech, které se ocitly v nebezpečí kvůli posílání fotek a v některých případech to mělo tragický následky. Situace ve společnosti, zvýšený stres z důvodu pandemie, válka a celková nálada mají na děti velký dopad. Dospělí jsou také pod tlakem a někdy se to odrazí na vztahu s nimi. Víím, že hodně dětí dnes už potřebuje i odbornou pomoc, ale specialistů je málo. My jsme se setkali s případem, kdy si jeden kluk ubližoval. Klárka to věděla, ale nechtěla, aby se to řeklo někomu dalšímu. Nejsem si jistá, jak se k těmto situacím postavit, zvláště když je těchto případů stále více.

Někdy cítím bezradnost, nevím, jak správně jednat, obzvláště když jde o děti, které nejsou moje a Klárka mi to přijde říct. Je to složité, když je to volání o pomoc a děti si ubližují. Klárka rozumí, co to znamená a snaží se vysvětlit ostatním, že ubližování si může být způsobem, jak překrýt psychickou bolest. Ale co dělat, když nechce být vnímána jako udavač a snaží se pomoci sama? Jako kamarádka může být oporou, ale občas je potřeba větší zásah. Snažím se jí alespoň poradit co bych dělala já na jejím místě. V těchto situacích opravdu nevím, jak nejlépe jednat.

Tazatel: **To chápu, je to složité.**

A ještě mě napadá jedna otázka. Co myslíš, jak se bude situace vyvíjet do budoucna? Máš s dětmi velmi pozitivní vztah a vedeš je správným směrem. Ale co myslíš, že to bude znamenat pro děti obecně s ohledem na vše, co se děje? Brzy budou samostatné a už ti možná nedovolí nahlížet do svých digitálních světů. Jak to vidíš?

Míla: Považuji technologie za užitečné nástroje, pokud jsou používány správně – jsou jako dobrý sluha, ale špatný pán. Pokud jde o mé děti, momentálně nemám obavy. Mají různé zájmy, jak ve škole, tak mimo ni a tráví čas aktivně. Občas v autě, na dlouhých

cestách, jim dovolím trochu víc času s technologiemi. Je důležité, aby si byly vědomy rizik, včetně těch, která se týkají pohybu ve městě s elektronikou a sluchátky. Mám pocit, že pokud děti mají pevný základ a zachovají si zdravý rozum, neměla bych se obávat. Důležité je vedení a udržování otevřené komunikace.

Myslím si, že technologie mohou mít pro budoucí život dětí pozitivní přínos a o ty moje se fakt asi nebojím. Sledují mě, jak používám telefon primárně pro práci a získávání informací a ne jako prostředek neustálé zábavy nebo hraní her. Nemají před sebou vzor osoby, která by byla se zařízením spojena neustále. Věřím, že když technologie používají s mírou a pro správné účely, může to být pro ně výhodou. Samozřejmě, budoucnost je nejistá a vše se může vyvíjet jinak, ale v tuto chvíli nemám obavy z negativního dopadu technologií na jejich životy.

Tazatel. Mílo, moc ti děkuji za tvůj čas a cenné pohledy a myšlenky.

Míla: Já taky děkuji, bylo to velmi příjemné povídání.

Příloha VII: Přepis rozhovoru 6 (Vítěslav)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Pan Vítěslav, 49 let, otec dvou dětí, syn 12, dospělá 25letá dcera.
Vzdělání středoškolské, probíhající vysokoškolské, žijící ve městě, ženatý, zaměstnán u policie, vedoucí pozice.

Tazatel: Vít'o, já ti moc děkuji, že se mnou děláš tento rozhovor. Prosím, jestli by ses mi tedy mohl představit a naše téma je virtuální život z pohledu rodičů. Jak ty nahlížíš na virtuální život svého dítěte, případně můžeš říct i třeba něco globálně, co si o tom myslíš a pak se zaměřit třeba na své dítě nebo na svůj přístup, nebo jestli to řešíš, nebo neřešíš, na takové věci? Takže já ti dávám slovo a moc ti děkuji.

Vít: Takže já jsem Vít'a L., příští rok mi bude padesát, v květnu. Mám dvě děti, jedna je teda již mladá paní, už je jí 24 a druhé dítě je syn, tomu bylo v létě 12. Žili jsme v krajském městě, ale posledních osm let žijeme v menším, v podstatě je to předměstská část toho krajského města, takže spíš jako na periferii. Jinak celý život jsem bydlel ve větších nebo menších městech, podle toho, kam mě pracovní příležitosti a kariéra zaváli.

K tématu. Myslím si, že bych mohl udělat srovnání, jak to bylo, když moje dnes už dospělá dcera byla dítě a jak to vnímám teď, i v kontextu toho, že tenkrát mi bylo třeba o 23 let méně nebo 24 let méně než teď a ty možnosti byly jiné, a i doba byla jiná. Takže moje dcera se narodila do doby, kdy to teprve všechno začínalo. My jsme v té době měli jeden mobilní telefon na rodinu, počítač jsme neměli, teprve jsme se s tím seznamovali, a i ty sítě pro nás byly takový jako záhadný. Internet byl v plenkách, možná, že ještě nebyl ani veřejně dostupný, to si přesně nepamatuji, takže to její dětství bylo od té virtuální reality ze začátku oproštěno, ale v průběhu let to samozřejmě začalo dynamicky narůstat a začali se ty možnosti otvírat. Jednak nám se zlepšila finanční situace v rodině, což bylo taky důležitý, protože pořídit si v té době nějaký počítač, byť jenom stolní, tak to nebyla úplně legrace. Různě se využívaly známosti, kdy nějaká firma se něčeho zbavovala. Pro ně už nepotřebnou techniku jsme si od nich různě odkupovali a skládali s kamarády, kteří tomu rozuměli. Dohromady ze tří, ze čtyř komponentů, něco, co by bylo funkční, ale pak se na tom snažili provozovat tu virtuální realitu. V podstatě ale šlo o to, že děti jsme k tomu moc nepouštěli. Spíš to zajímalo nás dospělé, možná i proto, že to bylo něco úplně nového, taky jsme se toho trochu báli, co to udělá, kam všude se můžeme až prokousat, proklikat, ale to netrvalo dlouho. Za chvíli ty děcka, co nám koukaly přes rameno zjistily, že se s tím dá zabavit, že se s tím dá i s někým seznámit, někam se podívat a začaly to využívat víc, častěji, než my dospělí a možná jenom díky tomu, že jsme spíš lpěli na tom, aby se dcera věnovala sportu a chodila taky do přírody a něco viděla na vlastní oči, nejenom přes monitor, tak tomu úplně nepropadla. Dneska už je situace samozřejmě jiná. Je jí 25 pryč a bez mobilního telefonu jí v podstatě nevidím ani vteřinu. Ona teda s námi už nežije, vdala se, letos zakládá rodinu se svým mužem, bydlí spolu, ale kdykoli přijde na návštěvu nebo my za ní, tak pořád má mobil. I když se se mnou baví, tak jí palec běhá po displeji a nejspíš po Facebooku odpovídá, aniž by se dívala na to, co píše kamarádkám, nebo posílá fotky, nebo já nevím co všechno. Takže jí to dohnalo a pohltilo a bez toho už si asi neumí vůbec představit, že by nějak fungovala.

Když se vrátím ještě kousek zpátky, když jí bylo řekněme nějakých 15, 16 let, takový ty pro holku těžký telecí léta, tak jsme zažili takový scénky, jakože bez mobilu nejedu na chatu, protože budu úplně mrtvá nebo o mně dva dny nikdo nebude vědět, takže jako

přijdu o všechny kamarádky. Tak to jsou takový ty úsměvné situace, ale nechala si to vysvětlit, no i když to bylo teda s velkým šklebením a mračením, ale časem jak jako by dospívala, tak jsme jí přestali v tom bránit, ale spíš jsme se snažili i vysvětlit, že by měla ctít nějaká pravidla, že by měla být opatrná, že by si měla vybírat s kým se bude bavit a o čem, aby se nedostala ona do problémů anebo i my sami.

U syna to bylo trochu těžší, protože ten už se do té digitální doby narodil. Jeho první hračka nebyl mobilní telefon, ale možná nějaká třetí, čtvrtá asi jo. Jak my jsme se vybavovali novou technikou, tak starou jsme nevyhazovali, no a i když na to nejsem pyšný, tak co bylo nejjednodušší, když jsem musel hlídat syna a byl jsem na něj sám, nevěděl jsem si rady, tak jsem mu pustil nějakou pohádku na mobilu, nebo nějakou úplně primitivní lehkou hru, kdy on jenom mačkal barvičky a něco to dělalo. Takže možná za to můžou i rodiče, že dnešní generace, jako nejenom rodiče, ale svojí částí asi ano, že ta dnešní generace je prostě, je v době datový a bez těch dat jsou nemožný a šílený a zažívají pocity beznaděje a prázdnoty a jsou ztraceni. Jo, my jsme se snažili u syna důsledně dbát na to, aby ten jeho, to jeho seznamování s tou virtuální realitou a s počítačovou technikou bylo pozvolný, aby prostě to nepřišlo jako prásk, rána, všechno budeš mít k dispozici, všechno budeš ovládat. Chtěli jsme, aby se jakoby postupně prokousával těmi možnostmi a seznamoval se hlavně pod naším dohledem. Třeba jsme přes kamarády programátory si nechali vytvořit program na tablet, který dostal na hraní, že když si chtěl otevřít hru, tak musel splnit nějakou logickou hru. Jo, musel třeba spočítat jednoduchý příklad. To bylo, když už byl na základní škole, na tom prvním ročníku, nebo musel přiřadit listy ke správným stromům anebo prostě složit barvy duhy, tak jak jdou za sebou, takový triviálnosti, aby to měl, jakože za odměnu, aby to nebylo zmáčknout tlačítko, už to běží a můžu hrát a klikat kam chci. No a pak samozřejmě, čím je starší, tak už je mnohem zdatnější než určitě já, možná i než manželka, v užívání techniky a spíš je to tak, že když já potřebuji něco zjistit nebo najít nebo někam přesunout a nedaří se mi to, tak jdu za ním a on s takovým jako bohulibým úsměvem řekne, „ukáž tatko, ty jsi geront“, zvládne to přetažením jedné obrazovky. Já už jsem u toho strávil třeba 10 minut a jsem z toho úplně zoufalý a zpocený, že mi to nejde. Takže i to, že to mají samozřejmě i jako školní předmět, tu výpočetní techniku, a že je to všude kolem nich a všechno se zdigitalizovalo a v podstatě i domácí spotřebiče už fungují přes wifinu na dálkový ovládání přes mobil, takže to všechno tady působí a on to bere už jako úplně přirozenou věc. Já jsem ze všeho pořád ohromený a vykulený, jak je to možný, jak to funguje a on to bere prostě úplně jako přirozený a ničemu se nediví, je spíše zvědavý, co zase mu nabídne ta technika nového, kam se to posune a jaký brány, nové obzory, mu to otevře. Co nového by mohl používat. Přitom ale zase dbáme na to, aby věděl, že existuje nějaká jeho digitální stopa, že jí můžou lidi zjistit a pak jí třeba zneužít, že ne všechny informace, který na internetu jsou, jsou určitě pravdivými, aby hledal jiný zdroje a porovnával si to, co na mu ty youtubeři vykládají. Zpočátku to nechtěl slyšet, a vždycky přišel s nějakou zaručenou informací, že to nějaký sir Jakary nebo někdo takový řekli, že to tak je a já jsem vzal po staru z knihovny velkou encyklopedii, tam jsem mu nalistoval ten údaj a řekl, podívej se tady je to napsané a ta knížka vyšla mnohem dřív, než se ten tvůj Jakary narodil. Tak kdo asi má pravdu, ověřil jsi si to někde? Tak to ho trochu rozčilovalo, že ten jeho virtuální guru, nebo jeho oblíbenec ho vlastně zklamal, nebo že mu nemůže věřit. Časem na to prostě přistoupil. Pochopil, že to je důležitý, aby se neblamoval, nezesměšňoval, třeba před rodičem to není tak zásadní, ale před kamarády ve třídě, aby neříkal něco, co mu někdo nakukal na internetu, on to vezme za své a pak ho ostatní přesvědčí, že říká hlouposti. Díky tomu pochopil a ověřuje si informace. Začal vyhledávat, i na Facebooku sám filtruje, když se na něco dívá. Facebook svůj tedy nemá, ale když chce, tak ho pustím na svůj účet nebo na mamky účet. A samozřejmě chceme vědět, nebo můžeme se podívat co navštívil, kde

byl, jak dlouho tam byl. To všechno ví, že ty zařízení dokážou a že si to můžeme zkontrolovat. Takže podle toho se i chová a snaží se naši důvěru nezklamat.

Shodou okolností jsme včera měli návštěvu, sousedy a ty mají patnáctiletou dceru, která se úplně zamilovala do poslechu audioknih, ale až tak, že je poslouchá převážně do tří, čtyř do rána. Říkali, že s tím mají velký problém, že nechce vstávat do školy, je kvůli tomu unavená, vyčerpaná z toho. Oni ji teda nechali dát různé rodičovské zámky na ty domácí zařízení, všechny mobily zaheslovali, aby se na ně prostě dostala jenom s jejich svolením. Tohle děvče je ale vynalézavý a vzpomněla si, že v pracovně tatínka stojí stolní počítač, který se moc nepoužívá a že tam určitě bude přihlášení do tátovo domény a určitě nebude zaheslovaný. Takže přes tenhle starej počítač se dostala opravdu kam chtěla. Oni jako by náhodou na to přišli, že si to přes ten starý počítač otevřela a povolila u sebe na mobilu. Takže když poslali mladší dceru, aby jí něco donesla do dětského pokojíčku, tak ona přišla a žalovala, že ségra zase poslouchá, když to má zakázané. Takže ty děti jsou určitě vzdělanější než my, vynalézavější a umí si najít cestu. A já si myslím, že je důležitý to nastavit na nějaký rovině důvěry a odpovědnosti, aby neměli potřebu nás podvádět a obcházet, abychom věděli, kde se pohybují, na co se dívají, a třeba vždycky synovi říkám, prosím tě, když se budeš na něco dívat a přijde ti to nějaký zvláštní nebo něčím hodně zajímavý, tak se o to s námi poděl, abychom věděli, na co se díváš. Třeba zjistíme, že tě někdo třeba tahá za fusekli a říká ti něco, co není pravda. Normálně si o tom popovídáme, nikdo ti za to nebude trhat hlavu, spíš jde o to, abys byl v pohodě, v bezpečí a někde nenalítl nějakému darebákovi na nějakou vějičku. Takhle se to snažíme nějak držet, aby ten kluk v té virtuální realitě byl v bezpečí, ale je nám jasný, že mu v tom nemůžeme nějak zabránit, že prostě i kdybychom moc chtěli, tak si cestu nějak najde a k těm svým oblíbeným se nějak dostane.

Tazatel: A já mám na tebe ještě takovou otázku, a to je otázka, jak vidíš vůbec ten virtuální život pro to svoje dítě? Jestli bude obohacující, nebo naopak nebezpečný, přínosný, ohrožující, dobrý, špatný, jak to vidíš, když se nad tím zamyslíš?

Vít: Já si myslím, že máme s manželkou obrovský štěstí a neskromně můžu říct, že je to možná důsledek naší správný výchovy, že náš syn využívá tu virtuální realitu hlavně pro získávání informací. Informací typu jako jak vypadá vlajka Čadu a jaká je jí nejpodobnější. Jo a to ho potom třeba zaujme a dva, tři dny sjíždí světový vlajky, jak vypadají, jak který jsou podobný, který ne, co znamenají. Jak je ještě furt mladý, je jako houba, tak to vlastně dokáže v sobě nějak jako ukotvit a pak, když třeba děláme nějaký rodinný kvíz, nebo chodíme do restaurace na ty rodinný soutěže, jak proti sobě soutěží ty týmy, tak on je v tom strašně dobrý. Nebo zase se nadchne pro nějakou jinou věc a umí si vyhledávat prostě k tomu informace a ty si potom nějak seřadí, zkompletuje, zjistí, jestli je to tak jak si myslel, nebo není, takže on to především používá pro to, aby se zabavil. Ne vždycky je to o tom, že hraje nějakou videohru, nebo píše, nebo posílá, streamuje nějaký hlouposti kamarádům. Spíš je to, jako kdyby listoval v nějaký encyklopedii a hledal prostě informace o světě kolem sebe, což mě hrozně moc těší. Vždycky několikrát za týden udělám to, že vím, že je na tom mobilu, že je u sebe v pokojíku a jdu tam a nezaklepu schválně, aby nevěděl že jdu, ho chci překvapit. Řeknu: „ukaž na co se díváš!“ No a nikdy se mi nestalo, že bych ho načapal, že se dívá na nějakou závadnou věc, závadný materiál, nebo prostě něco, co by bylo fakt jako ztráta času.

Tazatel: Takže to vnímáš vesměs pozitivně, když se k tomu dobře přistupuje?

Vít: Já myslím, že je to ten výtobytek vědy a techniky, že je to výborný pomocník a sluha, ale že to může být i zlý pán. Ve své profesi se bohužel setkávám s lidmi, který tomu naprosto propadnou a díky tomu mají pak zničený život. Řeší realitu pod vlivem té virtuální a myslí si, že když skočí ze střechy výškový budovy a dole se rozplácnout, takže se znova jenom jako upgradují a narodí na té střeše, bohužel i takové případy jsme museli v rámci služby u policie řešit. Ty kluci byli tak hloupí a zblblý, že se dohodli, kdo skočí dál ze střechy školy a jeden se rozběhl, skočil, druhý se na poslední chvíli zastavil, protože ho to vyděsilo, samozřejmě se ten první zabil. Když jsme s tím druhým pak hovořili, on říkal: „no my jsme mysleli, že to bude jako...“ – teď už si nevzpomenu na tu hru, ale tam prostě šlo o to, že měli přeskakovat nějaký vzdálenosti, a když se mu to nepovedlo, takže prostě měl nekonečný počet životů a znova se narodil na tom místě, ze kterého naposledy vyskočil. To je moje špatná, osobní, negativní zkušenost. Když to někdo přehání a nemá nad sebou nějaký dozor, nebo nějakého mentora, který ho brzdí a říká mu: „vrať se zpátky do reálného života, tady to je jenom jako“, tak to může mít fatální důsledky. Pak mě strašně zlobí to, jak si dávají různý výzvy, ty děcka. Kdo bude mít víc pořezaný předloktí, tak je největší borec, nebo kdo si lehne a vydrží co nejdéle před vlakem na kolejích tak vyhraje, to taky je z naší praxe. Bohužel jsou pak lidé bez nohou nebo taky mrtvý. Jenom díky takovýmhle hloupostem, že někde na nějaký sociální síti podlehli. Podlehli těmhle hloupým výzvám a šli to zkusit a nezvládli to.

Tazatel: Čím si myslíš, že je to, že ty děti takhle reagují, nebo se takhle chovají? Vždyť přece mají nějaký rozum? Je to třeba těmi rodiči, že to tak nehlídají třeba jako ty, nebo co si myslíš, jak to z tvého pohledu vidíš?

Vít: Já myslím, že to je tím, že nemají žádnou jinou činnost, že nemají nic jiného, co by mohli s tou virtuální realitou porovnat. Když dneska děcko přijde ze školy, tak když my jsme byli děti, tak jsme hodili tašku do rohu a rychle pryč, ven, abychom nedostali domácí práci. Vrátili jsme se až večer napsat úkoly, najíst se a jít spát, abychom se nemuseli bavit s rodiči. No a dneska ty děti přijdou, rodiče chodí pozdě, jsou hodně zaměstnaný, nebo mají kolikrát třeba dvě práce, nebo nějakou svoji aktivitu a nemají čas se jim věnovat. Nebo když už doma jsou, tak na ně jsou třeba, nevím, odměřený nebo zlý. Děti do té reality utíkají k něčemu lepšímu, hezčímu světu, který je pro ně příjemnější, bezpečnější. Čím víc v té virtuální realitě jsou, tím víc se jim začíná stírat ten rozdíl mezi tou realitou a skutečností. A pak se někdy může stát, že skutečně věřím tomu, co je jenom fikce. A myslí si, že to v životě bude fungovat a ono to nefunguje. Je to asi o tom, zajímat se o ty děti, mluvit s nimi, vyslechnout je nebo vyzorovat, že mají nějakou starost, problém a snažit se je vyslechnout, aby věděli, že mají v rodičích oporu. Aby věděli, že se můžou svěřit, že to nebude nikdy ostuda a nikdy to nebude trapný. Aby tu virtuální realitu používali nějak ale dávkovaně, aby v tom nebyli od rána do noci. Mám kolegu, který ráno, když odchází do práce, vzbudí dceru, že má vstávat do školy. On odejde, přijde do práce a volá domů na jiný telefon než na ten dcery, aby jí řekl, aby vypla svůj telefon a šla do školy. Protože ona vstane, zapne si svůj telefon, a je na nějakým školním chatu nebo na něčem, prostě na Facebooku nebo na jiné platformě a úplně zapomene, že má nějakou povinnost. Sedí ještě pořád v pyžamu na posteli, ani se nedošla převléct, nenasnídala se, takže on s tím má starost, protože ta holka prostě nechceme a tím že je ráno sama a má u ruky tohle zařízení, tak přestane vnímat čas a okolí a úplně jako by jí to vcuclo. Tak tohle je to velké riziko.

Já jsem třeba rád, že můj syn má kromě zájmu o informace, které si na internetu vyhledává i jiné zájmy i fyzický kamarády. Že chodí do sportovního klubu asi dvakrát týdně si zacvičit, že chodí na schůzku tábornického oddílu a jezdím s nimi do přírody, že si sám

od sebe přečte tištěnou knihu a pak si se mnou o ní vypráví nebo s mamkou a že ten telefon nebo ten počítač používá jenom k tomu, aby si ukrátil chvíli, kdy nemá jinou zábavu, protože to pro něj není prioritní, hned jak přijdu ze školy se vrhnou na telefon a hrát nebo sjíždět nějaký videa a že to používá jenom v momentě, kdy nemá jiný zaměstnání. Je to prostě nějaký čas, než se bude dít něco jiného.

Na druhou stranu jsem rád, že tu technologii nebo víc těch technologiích dokáže dobře ovládat, protože já nejsem tak zdatný jako on, v žádným případě. Používáme ho jako svého asistenta a on je schopen mi najít třeba pozice na mapách, kde jsme a kde najdeme nejbližší třeba servis nebo kam máme jít k nějaký památce co ještě máme vidět. Já bych to našel taky, ale ztratil bych tím moc minut a on to má hotový během pár vteřin. Takže ho využívám jako asistenta k technologiím a on se cítí taky důležitý, že organizuje tu rodinu a ten program, že to závisí taky něm, takže mu to dává nějaký pocit uspokojení a sebedůvěry do dalšího života.

To je super. Tak já ti děkuji za úžasné informace. Před tebou jsem měla Toma, to znamená taky muže a musím říct, že ve spoustě věcech se shodujete. Jsem hodně zvědavá na rozhovory s holkami, které to třeba mohou vidět jinak. Takže já ti děkuji a až to dám dohromady, pokud budeš mít zájem, můžeš se na to podívat. Děkuji ti.

Příloha VIII: Přepis rozhovoru 7 (Ondra)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Pan Ondra 39 let, dvě děti, Elinka 12 let a Šarlotka 4 roky. Vysokoškolské vzdělání, manager v logistice, ženatý, žijící ve městě.

Tazatel: Ondro, děkuji ti, že jsi si udělal čas, a že se mnou budeš diskutovat o tématu virtuálního života dětí z pohledu rodičů. Chtěla bych tě poprosit, abys mi o sobě něco řekl a pak se nad tímto tématem zamyslel– jak to vidíš ty?

Ondra: Tak dobře. Mám dvě děti, Elinku a Šarlotku. Elince je dvanáct let a Šarlotce jsou čtyři roky. Mám vysokoškolské vzdělání a pracuji jako manažer v logistice. Elinka dostala svůj první mobil před třemi lety. V souvislosti s tím jsme začali řešit její bezpečnost v online světě a s tím spojená rizika. Toto téma je mi velmi blízké, protože jsem se mu věnoval už dopředu, abych podchytil rizika s ním spojená. Moje uvažování je takové, že se snažíme dítě nechat, aby si prošlo svou cestou a svými bolestmi, které jsou s tím spojené, takže ho nechceme úplně odříznout ani izolovat od rizik, ale zároveň je chceme omezit a být v tom smysluplní, aby nedošlo k úhoně.

Šarlotku zatím neřešíme, co se týče mobilů a tabletů, takže v zásadě to s ní zatím nepotřebujeme řešit. Nepouštíme ji samotnou na tablety ani mobily ve čtyřech letech. Ona by to sice zvládla, ale v tuto chvíli si myslím, že to není potřeba a snažíme se ji najít jinou zábavu než tu elektronickou. Hlavní důvod, proč jsme Elince v devíti letech pořídili mobil byl, že chodila sama na tréninky a pohybovala se sama po městě, chtěli jsme, aby měla telefon, aby byla dovolatelná a abychom viděli, kde je podle polohy mobilu. S tím ale samozřejmě přišlo to, že si tam bude chtít instalovat své různé aplikace a bude online na sociálních sítích a nějakým způsobem je tím ohrožená. Další riziko, které jsem viděl, byl čas, který tráví s tímto zařízením a jak to odvádí její pozornost od jejího denního života. Tak to jsou věci, které jsem se snažil podchytit. V zásadě jsme to vyřešili tak, že dostala iPhone, který je poměrně dobře konfigurovatelný, aby se mohlo omezit, kolik času tráví na mobilu a má zapnutý čas obrazovky. Má povolenou jenom hodinu denně na mobilu, v aplikacích, které chce. A je to i proto, že přes den není zase tolik volného času. Ona je do dvou ve škole, potom má třeba nějaké kroužky, takže jí zbývá třeba tři až čtyři hodiny volného času odpoledne, které může něčím trávit. A z toho by teda hodinu mohla být z mého pohledu zábava na mobilu a zbytek toho času by měla trávit něčím jiným. Má aplikace, které má povolené pořad, jako iMessage, aby nám mohla psát, má povolené aplikace typu jízdničky, mapy a podobně, prostě praktické záležitosti, takže ty do toho nejsou započítávány, ale věci typu nakupování, SHEIN, to je takový katalog online zboží, střihání videí, WhatsApp a tyhle věci, tak ty má teda omezené. Zároveň má omezené instalace jakýchkoliv nových aplikací, takže to vyžaduje naše schválení. Nemůže si sama instalovat cokoli nového bez našeho vědomí. Jakékoliv změny v nastavení mobilu jsou také omezené.

Co se týče rizik spojených s online světem... náš hlavní přístup byl zaměřen na edukaci a prevenci. Snažíme se vést Elinku k tomu, aby řešila problémy s námi a ne sama. Když se něco děje, třeba na WhatsAppu ve skupině nebo když se někdo spletl v psaní a cítí se kvůli tomu špatně, vždy se snažíme to řešit společně. Myslím, že se nám daří, protože Elinka obvykle přijde za námi a problémy řešíme společně. Vulgárnost mezi dětmi je sice přítomná, ale nám to tolik nevadí, protože víme, že Elinka rozlišuje, co je správné a co

ne. Doma takhle nemluví, takže rozumí tomu, co je vulgární a co není. V jejích skupinách nebo třídě se zatím nevyskytují žádné toxické jevy, jako je šikana, což je dobře.

Co se týče sociálních sítí, Elinka nemá Instagram, Snapchat ani TikTok. Důvodem je, že si myslíme, že je na tyto aplikace ještě příliš mladá a že přináší své specifické problémy. Například TikTok považujeme za velkého žrouta času, a proto nechceme, aby se v něm Elinka zatím zaplétala, protože by tam jenom sledovala videa. Místo toho má YouTube Shorts, které ale nepoužívá tak často, protože nejsou algoritmicky navrhovány nová videa. Na Snapchatu mám obavy, že zprávy rychle mizí a není možné se k nim jednoduše vrátit, což může být rizikové.

Pokud jde o Instagram, bojím se, že tam jsou uměle vytvoření influenceři, kteří by mohli mít negativní vliv na její sebepojetí. Zatím Elinka nemá zájem být influencerkou, takže to nevidíme jako problém. Snažíme se, aby čekala s používáním těchto aplikací, dokud nebude starší a lépe schopná čelit tlaku, který tyto platformy mohou vytvářet.

Mluvíme s ní o důvodech, proč tyto aplikace nemá a snažíme se vysvětlit naše obavy. Přestože má své zájmy a čas je dobře vyplněn, stále je důležité, aby byla součástí sociálních skupin ve svém okolí. Myslím si, že to neomezuje její sociální život, protože stále může být součástí různých skupin, například ve školních kroužcích a má přístup k videím, která si může prohlédnout, když chce.

Pokud jde o moji roli jako rodiče, vnímám se jako průvodce, trochu ochránce a vysvětlovač. Je to z velké části na dětech, ale vidím se jako někdo, kdo pomáhá, když se něco nepovede. Například na začátku, když Elinka někomu napsala něco ošklivého a neuvědomila si to, pomáhali jsme jí to pochopit a poučit se z toho. Takže tady vidím roli rodiče v tom, aby nějakým způsobem vysvětlil, pomohl a nastavil jí to. Chráníme ji, ale s určitou mírou omezení.

Svět se mění velmi rychle, a i když se v tom orientuji, děti jsou stále rychlejší. Připravuji se na to, abych ten svět stíhal. Orientuji se dost a je to moje hobby, takže se nebojím, že bych nestíhal. Myslím si, že mě to bude bavit ještě dalších deset let, než budou dospělé. Naopak se jim snažím ukazovat věci, které jsou budoucností. S Elinkou jsme se třeba učili programování, takže má nějaké algoritmické myšlení a koukali jsme se na umělou inteligenci. Zkoušeli jsme to spolu, takže tam právě vidím tu roli rodiče, kdy jim člověk ukáže ty možnosti, poučí je a dělá to s nimi. Nejsem vyloučený z toho procesu. Co neděláme je, že bychom si brali její mobil a kontrolovali ho. To v zásadě neděláme. Neměli jsme ani pocit, že je to potřeba, protože nebyla situace, kdy bychom měli pocit, že nám lže nebo že nám něco zatajuje nebo že je nějaký problém. Ale pokud by něco bylo, tak bychom to asi dělali společně s ní. Například když chce nějakou aplikaci, tak si ji nejdřív nainstaluji sám, podívám se, co to je a pak, když to uznám za dobré, projdeme to spolu. Ale to se stává málokdy.

Tazatel: Je vidět, že se tomuto tématu hodně věnuješ. Když bychom to tedy shrnuly a trochu zevšeobecněli, jak vidíš budoucnost vztahu dětí s technologiemi? Myslíš, že to pro ně může být přínosné, nebo spíše představují hrozbu?

Ondra: Jako nadšenec do informačních technologií si nemyslím, že by byly samy o sobě zkázou pro děti nebo lidstvo. Ale samozřejmě, u konkrétních dětí mohou být problematické, stejně jako to bylo v minulosti s jinými věcmi, třeba s kouřením nebo drogami. Dnes může být problém třeba s nadměrným používáním TikToku nebo s psychickými problémy spojenými s vlivy sociálních sítí. Důležité je, aby dítě mělo správnou výchovu a dostatek pozornosti od rodičů. Věřím, že s tímto přístupem lze většinu problémů řešit.

Tazatel: Takže by měla být rodičovská role v tomto kontextu?

Ondra: Rodiče vidím jako průvodce a ochránce. Když něco nejde podle plánu, snažím se dítěti pomoci a ukázat mu, jak situaci řešit. Například, když Elinka někomu napíše něco nevhodného, snažíme se jí to vysvětlit a pomoci jí pochopit, že psát něco není stejně jako to říct do obličeje. Jsem v tomto digitálním světě docela doma, takže se snažím dětem ukazovat nové technologie a učit je, jak je používat rozumně. Například jsme spolu programovali a zkoumali umělou inteligenci. Nejdůležitější je, aby děti rozuměly, jak technologie fungují a jak je používat ke svému prospěchu a určitě by to mělo začít u rodičů.

Tazatel: A jak myslíš, že se děti vyrovnávají s výzvami a nebezpečími online světa?

Ondra: Děti jsou různé a každá situace je specifická. Některé děti mohou podléhat tlaku vrstevníků nebo chtějí být součástí něčeho většího, což je podobné tomu, proč někteří dospívající začínají kouřit proto, aby byli součástí skupiny. Mnohé děti si neuvědomují rizika nebo je podceňují. Jako rodiče můžeme mít určitý vliv, ale záleží na celkovém přístupu k výchově a na tom, jak jsou děti naučeny řešit problémy. Je to otevřená komunikace a pravidelné zapojení do jejich života. Například, když narazí na podvodníka nebo když se zapojí do nějaké nebezpečné internetové výzvy, může to být důsledkem nedostatečného povědomí o rizicích. Děti mají svůj rozum, ale někdy se mohou dostat do situací, kdy jim chybí zkušenosti nebo vědomosti k rozpoznání rizika. Jde o to je vzdělávat a vést k tomu, aby s problémy přicházely za námi a ne se s nimi vyrovnávaly samy.

Tazatel: Jaké jsou tvé hlavní obavy ohledně dětí a technologií?

Ondra: Moje největší obavy souvisí s nadměrným vystavením dětí sociálním sítím a nekontrolovanému používání internetu. Děti mohou být vystaveny nevhodnému obsahu nebo se stát cílem kyberšikany anebo strávit příliš času online, což by mohlo mít špatný dopad na jejich reálný život i vývoj. Děti, s kterými rodiče nemluví, mohou být snadnější obětí online podvodů nebo nebezpečných výzev, které teď na internetu frčí, protože nemají dostatečnou schopnost rozpoznat potenciální nebezpečí samy.

Já sám se snažím být pro své děti otevřeným průvodcem. Komunikace je klíčová. Mluvím s nimi o rizicích spojených s online a učím je, jak se chránit. Důležité je nastavit pravidla s dětmi a limity pro používání technologií. S Elinkou pravidelně diskutujeme o tom, jaké aplikace si může instalovat a jaký obsah je pro ni vhodný. Snažím se jí také naučit, jak rozpoznat nebezpečí a jak se v nich zachovat. Nejlépe, když si není jistá, aby přišla.

Tazatel: Děkuji Ondro za tvé názory a za to, že jsi se se mnou podělil o své zkušenosti. Budu si muset některé tvé informace nechat projít hlavou a promyslet ve vztahu k mé dceři.

Ondra: I já děkuji, myslím že je to důležité téma v této době.

Příloha IX: Přepis rozhovoru 8 (Pavla)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Paní Pavla, středoškolské vzdělání, pedagog, probíhá vysokoškolské studium, žijící na malém městě, dříve bydleli v Anglii. Vdaná, 45let, dvě děti – dcera 14 a syn 12let.

Tazatel: Hezký den Pavlo, děkuji ti, že jsi si našla čas na náš rozhovor. Téma je Virtuální život dětí z pohledu rodičů. Máš dvě děti, určitě mnoho zkušeností, prosím můžeš mi k tomuto tématu něco říct?

Pavla: Děkuji, myslím, že k tomu říct něco mohu. Moje děti vyrůstaly v Anglii v zahraničí, takže se k té elektronice, bych řekla, na můj vkus dostaly hodně brzo, Všude kolem byly telefony, počítače, herní konzole – prostě všechno, co si děti mohou přát. My jsme finančně nebyli na tom tak, abychom jim mohli poskytnout vše, co měli jejich vrstevníci, a občas to pro ně bylo těžké. Ani ve škole zatím nebyly tak vysoké požadavky na digitální gramotnost jako je to dnes, tak jsme to tolik neřešili. Ačkoliv se situace postupně měnila a digitální technologie se stávaly víc součástí našeho života, my jsme se snažili o určité omezení. Nechtěli jsme, aby naše děti strávily moc času na internetu nebo u počítače. Teď už vidíme, že ve školství se digitální technologie stávají čím dál tím víc běžné. Teď vlastně, když jsme tady v Čechách, tak bych řekla, že už jsou tím vším taky chycené a my se snažíme je víc omezovat. Nechceme, aby byly jen na těch internetech na počítači, ale vidím, že je to stále těžší uhlídat, i proto, že jsou na tom i ve škole a i školství, je k tomu víc vede. Jo, že jakoby je tam víc té informatiky. V každé hodině, všude se to dá použít. My jako učitelé, ale na druhou stranu dost řešíme, a řeší se to i s rodiči, že děti mají s sebou telefony ve škole, i v hodinách, kdy do nich neustále koukají a ruší to vyučování. To není dobře, to by neměly. Dokonce se i stává, že rodiče chtějí, aby je děti měly, prý aby se jim mohly kdykoliv dovolat. Tak tohle dobře není z mého pohledu učitele, ale i rodiče. Bohužel ale, pokud se na tom rodiče shodnou na začátku roku, tak jim je úplně nemůže zabavit. Musíme nastavit pravidla, že při vyučování ne a domluvit se společně, jestli chceme, aby děti o přestávce chodily nebo nechodily na telefon. Přestože všichni ti rodiče byli vychovaní v mojí generaci, kdy jsme telefony neměli, ani pevnou linku, mnoho jich to vyžaduje, přitom si myslím, že by to šlo zvládnout i bez toho. Je to divná doba, teď mají asi všichni pocit, že když ten telefon nebudou mít, tak asi o něco prostě přicházejí. Tenhle přístup, se mi jako rodiči nelíbí. Je dobré mít telefon a možnost si kdykoliv něco najít na internetu, či se spojit s někým, ale vše by mělo mít své meze. Prostě někam to nepatří. Od doby, co jsme tady, už dobrých 5 let, máme nastavený family link. Což je, že já vidím, kde chodí, kam chodí, jak dlouho tam chodí, omezuju jim to, uznám-li za vhodné. Jo, nejsem až tak drsná jako třeba některé mé kamarádky, s kterými se o tom bavíme, kde ty děti mají třeba jenom hodinu na telefonu denně. Tady jsem benevolentnější, protože vím, že třeba Pět'a hraje hru online, kterou hraje s kamarádem z Anglie, co se známe a on si u toho s ním povídá anglicky a zase se rozvíjí trošičku jiným stylem. V tom je to velmi přínosné. Udržuje vztah na dálku, baví se, a ještě procvičuje angličtinu. Samozřejmě k tomu dělá i další ty ostatní věci, je toho víc, nejen, že hraje, ale i si něco hledá, nebo mluví s dalšími lidmi, a to je si myslím i důvodu k tomu, abych dovolila víc času na tom telefonu. Markétka, ta jakoby není moc elektronicej člověk, to Pět'a je mnohem víc. Nevidíme moc, že by něco dělala na počítači, nebo hrála nějaký hry, nebo takhle. Ona je to taková lenoška, takže ona zase ráda pasivně kouká na videa a tak. To ale zase moc nechceme my, protože vidím u dětí

ve škole, že je to jeden z důvodů toho, že se nedokáží pak soustředit na nic dlouhého. Já sama jsem úplně proti té TikTok aplikaci, kde to je 30vteřinové video o ničem, ale je krátké, a tak ho odkoukají. Když vezmu třeba 5 let zpátky, tak děti koukaly na filmy, pohádky a neměly žádný problém to odkoukat. Užily si to spolu a bylo to něco, co mělo smysl. Teď už u filmu skoro nevydrží. Je to na ně dlouhý. Na celovečerní film se už nevydrží soustředit. Moje děti třeba nechtějí chodit do kina, protože je to dlouhý. Oni jsou tak zahlcení těmi podněty, že se vydrží soustředit jen na krátké věci s akcí. Vidím to v tom školství. Děti jsou roztěkané, těmi rychlými blikajícími akcemi, protože je to kolem nich pořád. My jsme s manželem čtenáři, ale taky teď v této době málo čteme, jo čteme, když to tak řeknu jenom na dovolené, asi i nás už pohltit tenhle bláznivej svět (smích). Když o tom přemýšlím, asi jim v tomto nejdeme moc příkladem. Už u nás nevidí tolik čtení knih, takže to po nich nemůžeme tolik vyžadovat. Ale když byly malé, tak jsme jim četli a měly to rádi, teďkon moje děti čtou jako povinnost. Neužívají si to, nebaví je to, mám z toho špatnej pocit. Nejsem z toho nadšená. Byla bych ráda, kdyby objevily lásku ke čtení, klidně i na čtečkách, ale na druhou stranu oni nemají tu potřebu, protože pasivně přečtou skrz net dvacet knížek za dvacet vteřin díky technologiím. Dneska jsem třeba v práci domlouvala jedné holčičce, která bude maturovat. Připravuji ji na maturitu z angličtiny. Ona si měla vybrat nějakého spisovatele. Vybrala si Harryho Pottera a já jí říkám, no, tak to je super, to se bude dobře číst a ona řekla: „Já to číst nebudu, vždyť já jsem viděla ty filmy a co budu potřebovat si najdu na internetu.“ Toto vidím jako problém, oni mají pocit, že vidí film a vlastně četli tu knížku a trošku jim nedochází a jsou překvapení, když jim řekneš ona, ta knížka je jiná, tam jsou jiné věci, to je něco jiného, jo?

Tazatel: Dělá to na mě dojem, že nejsi úplný fanoušek této doby.

Pavla: Nejsem nadšená z digitální doby vůbec, strašně ráda bych to vrátila zpátky. Ale je to věc, která je prostě už standard, kterou nezměníme, které se musíme přizpůsobit. My jako rodiče se můžeme snažit dělat maximum, ale samozřejmě to okolí dělá tu většinu. Není teď moc možné jako dřív, trávit s dětmi čas bez technologií. Oni to nechtějí. Pokud to udělají tak z povinnosti a zvláště teď v pubertě nám to dávají pocítit. Přes týden to tolik není znát, ale o víkendech si každý zaleze do pokoje a dělají si tam to svoje, hlavně abychom po nich nic nechtěli. Markéta díky pubertě, vůbec nechce, aby na ní nikdo mluvil a syn si chce online hrát a povídat s kamarády, takže pokud možno nás nevidět. Manžel je rád, že si zaleze do svého a taky po něm nikdo nic nechce. A když v neděli vymyslím, že jdeme dělat nějakou aktivitu, jsou z toho takový unavený, že neděle je přece od toho, že se nemá nic dělat, že to nakonec vzdám i já.

Tazatel: Jak přemýšlíš o budoucnosti? Bude to pro ně i pozitivní, nebo v tom vidíš negativní postup? Může je to nějak ohrozit?

Pavla: Tak jako je to pro ně pozitivní, protože ta doba si to vyžaduje. Já jsem před školstvím pracovala v bance a vím, jak byli starší lidi nešťastní, že nezvládali aplikace digitalizace. Přihlášení se na účet byl pro ně jiný svět. Já sama byla jak u vytržení, když mi Markétka ukázala, jak si můžu upravit fotku. Myslím, že oni budou mít ty věci strašně jednoduchý. Na druhou stranu některé, nám přirozené, lidské věci budou pro ně tabu. Vidím to tak, že budou mít věci jednoduchý, rychlejší, přesnější. Jo, třeba přepisování záznamů, prezentace, vyhledávání informací. Děti na základní škole umí udělat prezentaci z Česka skoro profi způsobem na PowerPointu, umí to prostě udělat. Letáky, plakáty, hudba, úžasný filmy nebo tohlencto, to je super, to je strašně dobrý. Negativní,

co v tom vidím, je to velký riziko, co tam je, když jsou na internetu, ne ta digitalizace, ale řekla bych ten internet a to co na ně číhá. Sociální sítě, Instagram a tak dále. Chodí za mnou holčina, učím ji angličtinu, už x tím rokem a ona má každých čtrnáct dní jiného kluka, protože se seznamují virtuálním způsobem. Že napíše jen tak na Instagram, jak se dneska máte a někdo jí napíše. Ona vlastně ani neví kdo. Ale začnou spolu jen takhle chodit a za čtrnáct dní, když ji tenhle přestane bavit tak jinej. Většinou je to někde úplně z tramtárie z Pardubic, z Prahy... Oni se ani třeba nevidějí osobně, jen přes video, chat a podobně. A tak jak rychle se zaláskuje, tak se rychle rozcházejí. Jo a ona ve svých 16, 17 letech může říct, že fyzicky vztah neměla žádný, ale u internetových vztahů uspěla již u padesáti kluků. Kam tohle směřuje? Tohle je dle mě velký problém. Schovávají se do tohoto světa, a když se jim něco znelíbí, jen máčknout delete a jdou jinam. Žijou mimo realitu, a to je dle mě to nejhorší pro budoucnost.

To je asi všechno, co bych ti chtěla říct, možná jsem se tímhle zamyšlením i trochu rozhodila. Je to super svět, ale taky dost náročný prostředí a možná i díky tomu, že jsem v něm sama nevyrostala, mi to přijde takový neuchopitelný. Uvidíme, jak se s tím popasujeme.

Tazatel: Wow, děkuji ti za tvůj pohled a názory. Slyšet to takto se strany rodiče i člověka, který se mezi dětmi pohybuje profesně, je hodně zajímavý a k zamyšlení. Moc děkuji a přeji ti hezký den.

Příloha X: Přepis rozhovoru 9 (Josef)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Pan Josef, otec dvou dětí, synů 12 a 16 let

Vzdělání vysokoškolské, žijící ve městě, rozvedený, ekonom.

Tazatel: Přeji ti hezký den a moc ti děkuji, že jsi si udělal čas na tento rozhovor. Takže prosím tě, otázka na zamyšlení zní, virtuální život dětí z pohledu tebe jako rodiče? Mohl bys mi říct, jak na toto téma nahlížíš? Jak to vnímáš? Jo a prosím, pokud bys byl tak hodný a řekl mi na úvod něco o sobě. Děkuji.

Pepa: Jsem otec, mám dva syny. Jednomu je 12 let a druhému 16 let. Jeden z nich je na základní škole, druhý studuje gymnázium. Já mám vysokoškolské vzdělání v oboru ekonomie a je mi 48. Žiji v Praze. Jo, a pak je taky podstatná věc, že jsem rozvedený a děti nemám v péči. Mám je v podstatě u sebe jednou za čtrnáct dní na víkend a pak s nimi jezdím, když jsou prázdniny na výlet nebo na dovolenou a v zimě na hory.

Co se týče těch mých dvou synů, tak bych řekl, že k té elektronice mají velice blízký přístup a tráví s ní obrovský množství času. Až jako naprosto nezdravě, je to prostě dlouhodobý problém. Já jsem v tom viděl problém asi dřív než moje bývalá žena, která to brala tak, jakože to je problém všech dětí, že ty děti z toho postupně vyrostou a nebrala to tak jako za vážně. A nechtěla to nikdy nějak řešit, jako neviděla v tom takový problém třeba jako já, na tom jsme se jako úplně neshodli.

Vidím to, že prostě ty děcka, jeden jak druhý, tak veškerý svůj čas, který nemají naplněný nějakou aktivitou, tak tráví v podstatě s tou elektronikou. Když nechceme, aby na tom byli, musí se jim opravdu vymyslet nějaká konkrétní, hodně jako atraktivní zábava, aby je to od té elektroniky odtrhlo. V zásadě jako nikdy, moje rodina nebo já se svojí bývalou ženou, jsme se nikdy neshodli na tom, že bychom vyvinuli nějaké cílené aktivity, program, jak je od toho jako odtrhnout. V podstatě je směřovat nějakým jako jiným způsobem systematicky. Samozřejmě se snažíme je od toho odehnat a najít jim nějaký jiný program, ale to je prostě těžký. Není to jako nějaká systematická a dlouhodobá aktivita z naší strany anebo nějaká řekněme terapie tohoto typu. Moji rodiče, babička kluků, když je má třeba u sebe, tak je z toho úplně na prášky, a to už jako dlouhodobě. V podstatě, když je s nimi, nemůže je donutit, aby dělali něco jiného, já nevím, šli někam aniž by s sebou měli elektroniku. Anebo prostě ji po cestě jako nevyužívali. No, takže z tohoto toho hlediska to vidím jako velký problém.

Když jsou se mnou, tak se jim snažím vyvolat pozornost někde jinde, ale samozřejmě, jakmile zase nastane nějaká taková nuda nebo že by si mohli třeba číst nebo i dívat se na televizi, tak je stejně zase ten telefon nebo počítač strhne, že se začnou zabývat jen tou elektronikou. No a úplně moc jako ani nevím, co tam na té elektronice dělají. No nebo tuším, že sledují nějaký ty youtubery, že hrají nějaký hry nebo mezi sebou nějak komunikuju navzájem. No, a tak abych to shrnul, vidím v tom docela problém. Furt si ale myslím, že je šance, že si časem najdou nějakou novou zábavu nebo nějaký zájmy. Třeba až si najdou nějakou holku, tak se budou muset třeba věnovat jiným věcem a třeba je to samo nějak vysvobodí. No, takže tohle to si jako myslím a pak samozřejmě je to celý o té společnosti, že ty děcka mezi sebou komunikují přes tyhle ty zařízení a nekomunikují sami spolu, prostě se izolují s tím zařízením a vůbec je to nerozvíjí a utlumuje to v nich nějaký sociální kompetence. Je otázka, co z nich vlastně vůbec vyrostete, jak se budou umět začlenit do společnosti.

Tazatel: Vidiš v tom i třeba něco pozitivního, něco, co by jim to mohlo dát?

Pepa: Myslím, že se tím naučí podle mě ovládat ty elektronický zařízení, ale myslím si, že to ani moc další jako smysl nějak nemá. Ani si nemyslím, že by je to navedlo k tomu, že by se o něco začali hloubš jako zajímat. Možná, že to v nich vyvolá touhu stát se youtuberem, asi tak bych to viděl. Myslím, že to pro ně nemá vůbec žádný pozitivní vliv, i když no možná, že trochu. Jestli všechno bude do budoucna na počítači, tak k tomu asi budou mít nějak trochu jako blíž, obecně blíž než důchodce, který má negativní vztah třeba k té elektronice nebo tak, ale tím si myslím, že to asi tak jako končí, no.

Tazatel: Řešil jsi nebo řešili jste někdy nějakou kontrolu, omezení, či jak na to nahlížíš?

Pepa: Tím, že jsme se ženou vlastně nenašli společnou řeč, tak asi pravděpodobně jsme je ani nějak systémově nehlídali, co na tom internetu dělají nebo je nesledovali a jakože neomezovali. Myslím si, že tam nedělají nějaký jako závadný věci. Nemyslím si to, ale třeba jo, nevím. Já myslím, že hrají jako hry s kamarády nebo se koukají na ty youtubery. Ještě bych řekl, jak se k tomu staví moje bývalá žena. Ta je podporuje. Teď pořídila synovi nejvýkonnější počítač, aby mohl hrát se spolužáky, takže když hraje hry, tak je prostě nejefektivnější. Nebo mu koupila nějaký nejlepší iPhone, že jo. To nejsou kroky, který by je jako od toho odtahovali, ale spíš ještě umožňují to líp a víc používat. Nebo mají neomezený data, rozhodně nemají žádný limity. Takže to jsou všechno jako věci, které by je mohli v tom jako utlumovat, ale to manželka nepoužívá, nenastavuje a já to taky nezavádím. Nic bych s tím stejně nezmohl.

Tazatel: Máš třeba strach, že by je mohlo něco nějakým způsobem ohrozit, nebo si myslíš, že jsou schopný to sami zvládnout?

Pepa: Myslím si, že nemám strach, že by je tam nějak přemluvil nějaký úchyl, toho se nebojím. Myslím, že oni jsou dostatečně takový svojí povahou, jakože nedůvěřivý nebo odtažitý, že prostě by se nikomu nepodařilo je jako zlákat. Můj klid je daný tím, že je znám, tu jejich povahu, ale kdyby ty děti měly jinou povahu, tak bych se toho třeba jako asi bál. Snažím se mít s dětmi i takový hezký vztah, a to si myslím je taky důležitý. Možná kdyby ty děcka byly nějak úplně izolovaný, tak člověk nikdy neví nebo já nevím, kdyby to byla holka, že jo, tak na to taky člověk může jako mít jiný pohled.

Tazatel: Aha, takže máš pocit a myslíš si, že hraje roli to, že jsou to kluci a tím jsou tedy v menším ohrožení?

Pepa: Jo, to myslím, že hraje roli, že asi jo.

Tazatel: Jak ty vnímáš ten virtuální život? Když se podíváš do budoucnosti, jak ty děti v tom žijí, vyrůstají, budou žít a budou se s tím potýkat?

Pepa: Ty, zrovna jsme se o tom bavili, jak jsme jeli z toho Slovenska, že prostě je to hrozný. Že prostě ty mladý jsou úplně v podstatě zdegenerovaný a vůbec je otázka, kam ta celá společnost spěje. Všichni mají všeho nadbytek, všichni všechno jako mají a už nevědí co by. Takže vůbec je otázka, kam ten svět celý spěje, ale to je součást bych řekl toho celého života teď. Obecně se říká, že už ta starší generace vždycky kouká jako

s despektem na tu novou generaci, takže je otázka jak to je, nebo není. A co bude. Ale každopádně je to úpadek, když ty děcka člověk nenutí, tak nemají zájem dělat něco jiného, někam jít, třeba na nějaký výlet nebo aspoň ty moje děcka nemají zájem jít. Prostě jít do lesa na houby nebo jet někam na kole, protože vždycky radši pro ně bude lepší být většinou u toho telefonu. Tak asi tak za mě.

Tazatel: No skvělé, já tě tedy nebudu už trápit, moc ti děkuji za tvůj pohled a přeji ti hezký den.

Příloha XI: Přepis rozhovoru 10 (Romana)

Téma: Virtuální život dětí v pohledu rodičů

Tazatel: Ahoj Romi, vítám tě a moc děkuji, že sis našla čas na náš rozhovor o tématu virtuálního života dětí z pohledu rodičů. Byla bych ráda, kdybys mi řekla, jak to vidíš ty a jak to doma řešíte s Ondrou, vzhledem k tomu, že máme děti stejného věku, tak mě to hodně zajímá. Slovo je tvé a děkuji.

Romana: Děkuji za pozvání. Jmenuji se Romana, je mi 49 let a jsem matkou dvou synů. Staršímu je 27 let a mladšímu 12. Pracuji a jsem vyučená jako prodavačka. Pokud jde o virtuální svět, musím se přiznat, že nejsem jeho velkým příznivcem. Někdy dokonce říkám své sedmdesátileté mamince, že by mi vůbec nevadilo, kdyby neexistovala ani televize. Ani sociální sítě mě příliš nelákají a nestrávím na nich moc času jako třeba můj syn (smích). Můj starší syn začínal s hraním online her, nebylo toho ale zase tak moc jako teď a později ho značně ovlivňovala videa, která i natáčel s přáteli. Některá z těch videí byla na hraně slušnosti, což se mi nelíbilo. Ale nakonec se přeorientoval na kvalitnější obsah, jako jsou cestopisná videa, což беру jako kladný vývoj a dá se na to hezky koukat. Můj starší syn dnes není na Facebooku a má úplně jiný přístup k životu, trochu takový dobrodruh. V domácnosti dokonce nemají ani televizi, není na Facebooku ani Instagramu a snaží se od sociálních sítí distancovat. S mladším synem, který je v pubertě, to ale není tak jednoduché. Začínal na TikToku, ale jeho starší bratr mu vysvětlil, proč to považuje za nesmysl. Ondra nakonec TikTok smazal a nyní tráví čas na Instagramu, kde sleduje videa o fotbalu, sportu a autech, které ho zajímají. Také hraje nějaké hry a je fakt, že na nich tráví hodně času, ale já jsem trošičku tolerantní v tom, že to hodně kompenzuje sportem, tak ho moc neomezuju. No, i když si myslím, že každou chvíli mám vždycky jako matka takovou nějakou blbou narážku, jako to musíš hrát, vem si knížku (smích). I když se snažím mu koupit třeba knížku pod stromeček nebo prostě každou chvíli ho někam navést mimo online, tak vidím, že prostě ty sociální sítě hodně vládnu. Tady s tou generací je fakt, že někdy mám strach, že je to trošku ovlivňuje víc, než je zdravé. V tomhle online světě se trošku ztrácím.

Nedávno mi přinesl ukázat nějaké video a říká, mamko, znáš ho a já jsem říkala, neznám, ale je to krásnej pán a Ondra mi oznámil, že je to youtuber, který vydělává neskutečný peníze prostě miliony – miliardy. Tak jsem se mu snažila vysvětlit, co to jsou miliony a miliardy a na čem to vlastně vydělává. Řekla jsem mu, že je jeden z vyvolených a že to je všecko placený z reklam a prostě jsem se mu to snažila objasnit, jaká je realita života. Je to kluk, kterej má téměř samý jedničky na vysvědčení, je v 7. třídě, ale přiznám se, že mě někdy strašně děsí to, že si řekne hele, já chci bejt youtuber a chci taky tyhle věci dělat a prostě vykašlu se ti na školu a budu prostě natáčet videa nebo ty hry, jak oni natáčejí a tak podobně. To je moje noční můra (smích).

Tazatel: Tak to chápu. Souhlasím, že vliv YouTube a sociálních sítí na mladou generaci je pro některé rodiče trochu noční můra.

Romana: No, myslím, že je to trochu osud této generace. Youtuberi a další influenceri mají na ně obrovský vliv. Někdy, když vidím, co děti sledují nebo když se snažím přesvědčit Ondru, aby šel ven, pochopím, že to není tak jednoduché. Všichni jeho kamarádi jsou pořád online, holky se fotí před zrcadlem a kluci hrají hry jako Country

Strike nebo Minecraft. Když mu navrhuju, aby šel ven zakopat míč, odpoví mi, že by šel, ale nemá s kým. Všichni jsou online.

Tazatel: Vidím, že je to pro tebe jako rodiče docela frustrující, že?

Romana: Ano, je to těžké. Snažím se najít rovnováhu a povzbudit ho k aktivitám venku, ale když je celý jeho sociální kruh online, je to boj proti větrným mlýnům.

Tazatel: Romi, zajímalo by mě ještě, jestli máte doma nastavené nějaké limity nebo omezení, co se týče používání internetu a sociálních sítí. A jak často si s Ondrou povídáte o možných rizicích? Myslíš si, že kromě toho, že internet může být „žroutem času“, existují i jiná rizika?

Romana: Ano, snažíme se mít doma určitá pravidla, ale není to vždy jednoduché. Co se týče rizik, tak samozřejmě, že je vnímám. Nejde jen o to, že děti tráví příliš mnoho času u obrazovek, ale i o obsah, na který mohou narazit. Například porno stránky, to je něco, co mě hodně znepokojuje.

Tazatel: A bojíš se, že by Ondra mohl být kontaktován někým neznámým? Myslíš, že toto riziko je pro kluky stejně vysoké jako pro holky?

Romana: Určitě, tohle riziko vnímám taky. Přijde mi, že kluci jsou někdy až příliš důvěřiví. Třeba Ondra mi řekl, že hraje online hry s klukem z Ostravy, kterého považuje za super kamaráda, ale já si říkám: Jak můžeš vědět, kdo to doopravdy je? V tom virtuálním světě může být kdokoliv. A to, že si s někým povídáš online, ještě neznamená, že toho člověka opravdu znáš.

Tazatel: Takže o tomhle hodně diskutujete?

Romana: Ano, o tomhle a o dalších věcech. Třeba nedávno jsme řešili situaci, kdy jeden ze spolužáků posílal do třídní skupiny opravdu nevhodné obsahy. Musela jsem Ondrovi vysvětlovat, jaký dopad může sledování porna mít na jeho vnímání vztahů a lásky. Nakonec do toho musela zasáhnout i třídní učitelka, ale bylo to pro mě důležité téma. Je potřeba si uvědomit, že rizika na internetu jsou pro všechny stejná, ať už jsi kluk nebo holka.

Tazatel: Jakou roli hraje důvěra ve vztahu mezi tebou a tvými dětmi, zvláště v situacích, kdy jde o používání internetu a sociálních sítí? Myslíš, že je to klíčové?

Romana: Určitě, důvěra je základ. Snažím se být s Ondrou v neustálém kontaktu, zajímám se o to, co se ve škole dělo, s kým si píše, jestli nemá novou kamarádku. Chci, aby věděl, že se o něj zajímám a že může přijít s čímkoliv. Někdy se mi zdá, že to možná trochu přeháním, ale chci, aby mezi námi byla otevřenost.

Tazatel: A co omezení nebo limity, které máte nastavené? Jak to řešíte?

Romana: No, přemýšlela jsem o tom, jestli nastavit nějaký pevný limit, jak dlouho může být na internetu. Slyšela jsem od někoho, že jejich děti smějí hrát jen dvě hodiny denně. Ale pak jsem si uvědomila, že realita bývá často jiná. I když si rodiče řeknou, že děti budou na počítači jen dvě hodiny, ve skutečnosti to může být klidně čtyři hodiny nebo

víc. U nás to řešíme tak, že Ondra má jasné, že nejdřív musí splnit povinnosti – škola, úkoly, trénink. A až potom má volno na hraní. O víkendech, když někam jedeme, je to zase jiné. Ale přiznávám, že občas, třeba o prázdninách, kdy dostal nový monitor, tak na tom seděl i šest hodin.

Tazatel: Jak to řešíš, když máš pocit, že by Ondra měl trávit méně času u počítače? Nutíš ho někdy, aby šel s tebou ven na procházku?

Romana: Víš co, někdy se fakt musím přemoci, abych ho od počítače odtrhla a vzala ho ven, i když se mi třeba nechce. Smutné je, že si myslím, že bez počítače by vlastně ani nevěděl, co má dělat. Knihu si moc nevezme, a když bychom zůstali doma, tak bychom si spolu asi jen tak povídali nebo se dívali na nějaký film. Ale občas mám pocit, že ani oni sami nevědí, co by dělali, kdyby nebyli na internetu nebo u hry.

Tazatel: A jak to je s kontrolou toho, co dělá na internetu? Sleduješ to? Omezuješ?

Romana: Ano, snažím se to sledovat. Když jsem doma a on je na počítači, občas se jdu podívat, co dělá. Někdy si myslím, že přede mnou něco skrývá, tak se snažím zjistit, co to je. Ale většinou tam nenacházím nic zvláštního. Jednou jsem narazila na spoustu otevřených oken na YouTube, kde byla jedna rozčilená paní a nevěděla jsem, co to má znamenat. Nakonec jsem zjistila, že to bylo něco úplně jiného a nesouvisejícího s tím, co mě znepokojovalo. Jo a s tím omezením to je těžké. Když má Ondra sport, tak to není tak, že by se ve dvě hodiny vrátil ze školy a až do devíti večer by byl na počítači. Prostě to tak není. Snažím se ho zapojit do běžných domácích činností, aby netrávil tolik času u počítače. Třeba mu řeknu, ať mi pomůže s nákupem nebo s vynášením odpadků nebo ať si uklidí pokoj. To u nás funguje jako normální součást dne. Snažím se vymýšlet různé způsoby, jak ho od počítače odtrhnout a zapojit do jiných aktivit.

Tazatel: Jak vidíš budoucnost dětí v současném digitálním světě? Myslíš, že jim může přinést výhody, nebo spíše nebezpečí?

Romana: Je to taková dvojsečná zbraň. Na jednu stranu může digitální svět dětem otevřít dveře k novým možnostem a informacím, rozšířit jejich obzory a naučit je dovednostem, které budou potřebovat v budoucnu. Ale na druhou stranu, když vidím, jak moc jsou některé děti závislé na tom, co vidí na YouTube a jak jim influenceři vtloukají do hlavy, že všechno je o penězích a slávě, dost mě to děsí. Málokdo si uvědomuje, že těch úspěšných je jen zlomek a že vzdělání a tvrdá práce jsou stále základem úspěchu. Nechci, aby si moje děti myslely, že úspěch přijde snadno jen díky sledování nějakých videí na internetu. Naopak, myslím si, že bychom měli dětem ukázat, jak důležité je trávit čas venku s přáteli, rozvíjet sociální kontakt a učit se komunikovat tváří v tvář. Když slyším, jak Ondra mluví nebo vidím, co napíše ve škole třeba ve slohu, uvědomím si, jak moc mu chybí čtení a reálná komunikace. Slovní zásoba a schopnost vyjádřit svoje myšlenky jasně a srozumitelně je důležité, a to se v digitálním světě často ztrácí.

Tazatel: Podporuješ u Ondry čtení? Snažíš se ho motivovat k tomu, aby četl více a jsi úspěšná? Mě se to třeba doma nedaří (smích).

Romana: No, loni jsem to zkusila. Řekla jsem mu: „Hele, dostal jsi knížku,“ a snažila jsem se najít téma, které by ho zaujalo, což se mi nakonec povedlo. Pak jsem navrhla, že

budeme číst společně, že já přečtu jednu stránku a on další. Opravdu se snažím udělat maximum, aby se do toho dostal, ale někdy mám pocit, že se o to snažím jenom já (smích).

Tazatel: Myslíš si, že to ostatní rodiče mají podobně, nebo že by děti trávily čas raději jinak?

Romana: Když se o tom bavím s ostatními, zdá se mi, že mnoho rodičů to neřeší. Někteří možná chtějí mít klid a nechtějí se stresovat nebo jsou tak zaneprázdnění prací, že jsou rádi, když si děti najdou zábavu samy, třeba na telefonu. S tímhle já ale nesouhlasím.

Nedávno mě zaujala jedna kamarádka, která má dvouletého syna. Je mezi ostatními trochu považovaná za divnou, protože mu ještě nepustila žádnou pohádku. Já si ale myslím, že je to skvělé. Snaží se co nejdéle odložit dobu, kdy s ním začne používat digitální technologie. Hodně se mu věnuje. Ale vím, že nakonec k tomu stejně dojde, to je nevyhnutelné.

Tazatel: Romi, mám na tebe ještě jednu záludnou otázku. Všimla jsi si také, minimálně já to tak mám, že ve vědomostech, které mají naše děti o technologiích a o tom, jak je použít nebo třeba zneužít, jsou daleko před námi. Už ani nedosahují na to, co všechno umí třeba moje Áďa. Jak to vnímáš ty?

Romana: Cítím to úplně stejně. A jsem ráda, že kdykoli potřebuju, můžu Ondru zavolat do vedlejšího pokoje a poprosit ho o pomoc. On je v tomhle skvělý. Večer, když pracuju na počítači, mi vždycky přijde poradit, jak si nastavit světlo, aby neškodilo očím nebo jak si usnadnit práci. Ty děti jsou v tomhle opravdu o krok dál, ať už jde o nastavení telefonu nebo stahování aplikací. Já jsem v tomhle fakt za zenitem (smích).

Jo a abych byla upřímná, ani mě to moc nebaví se učit. Kdyby to šlo, vrátila bych se k papírovým pokladním systémům. Když pak občas vypadne elektrika, všichni kolem jsou úplně ztraceni. Chybí jim logické myšlení a schopnost si poradit bez technologií.

Mě to občas docela štve, víš? Všechno je dneska tak automatizované. Například v obchodech. Pamatuju si časy, kdy jsem normálně vracela peníze a skoro nikdy nebyl problém s tím, že by něco chybělo. A teď, ty samoobslužné pokladny... když mi má vrátit 153 korun, a pak, když to zaplatím a zavřu nebo, nedej bože, se něco sekne, tak jsem úplně mimo a nevím, co dál.

To je jako by nám ty stroje vzaly kus mozku a odvedly ho někam úplně jinam. Na jednu stranu je super, jak nám technologie v mnoha věcech pomáhají, ale na druhou stranu to jako by nám ubíralo na schopnosti řešit praktické problémy.

Já nevím, ale nedávno jsem zažila situaci, která mě donutila k zamýšlení. Šla jsem s Ondrou před školou, když najednou kolem nás profrčela záchranka. Byli jsme u přechodu, kde svítila červená a okolo nás stála skupina mladších dětí, možná druhá nebo třetí třída. Bylo neskutečné, jak byly ty děti upřeně soustředěné na semafor, čekajíc na zeleného panáčka, aby mohly přejít. Ale to, že se několik metrů od nich řítí záchranka si vůbec nevšimly. Jeden chlapec, který byl blízko instinktivně zpomalil, když záchranku uviděl a tím možná zabránil neštěstí. My rodiče jsme ztuhli hrůzou, protože jsme viděli, jak to může špatně skončit.

To mi připomnělo (a možná to sem nepatří), jak je důležité, aby děti nejen sledovaly dopravní signály, ale aby se také naučily předvídat nebezpečné situace. Nešlo o to, že by děti měly sluchátka nebo byly nějak zvlášť rozptýlené. Prostě šly podle naučeného pravidla – na zeleného panáčka se jde. Ale zapomněly, že je třeba být stále pozorný a dívat se kolem sebe, že záchranka má přednost a že ne vždycky je bezpečné jít, i když svítí zelená.

To je pro mě příklad, jak se některé základní dovednosti, jak se vypořádat s praktickými situacemi, ztrácejí. Nejde jen o to dodržovat pravidla, ale také o to umět včas reagovat na nečekané okolnosti. A to je něco, co bychom měli dětem stále připomínat a učit je tomu. Tady musí fungovat rodiče. Na internetu či ve škole se dozví na červenou se nechodí, ale rodič musí vysvětlit, prostě jako předvídejte, může se stát to a to a pak psaná pravidla neplatí, támhle prostě nemůžeš. Ano, máš zelenou, ale ne vždycky prostě na tu zelenou můžeš do silnice vkročit. Je to příklad z reálné situace, ale myslím, že v online světě je to přeci stejné.

Tazatel: Jak si myslíš, že vznikají tyhle problémy u dětí, které vidíme dnes? Například, proč se rozhodnou účastnit nebezpečných výzev z internetu?

Romana: Podle mě je to kombinace několika faktorů. Hlavní roli hraje rodina a domácí prostředí. Škola má také svůj podíl na výchově, ale základ se vytváří doma. Vidím to kolem sebe i mezi svými vrstevníky. Někdy se mi zdá, že dnešní rodiče k dětem přistupují trochu laxně, co se týče technologií. Mám pocit, že v dnešní době hodně rodičů používá technologie jako snadnou cestu k tomu, aby měli klid. Dětem dají telefon do ruky už ve dvou letech, aby je zabavili, když jsou v autě nebo u doktora. Ale my jsme taky jezdili autem a koukali z okna, obdivovali přírodu. Dnes vidím, jak Ondra sedí vedle mě v autě, hledí do telefonu a vůbec si nevšímá okolí. Přejde mi to škoda a jsem většinou dost vytočená. Měli bychom se zaměřit více na reálný svět kolem nás, učit děti obdivovat a respektovat přírodu, být spolu, komunikovat tváří v tvář. Možná bychom se měli vrátit k některým starším hodnotám a metodám výchovy, abychom dětem ukázali, že život není jen na obrazovce telefonu nebo tabletu.

(zamyšlení se – pauza)

Vem si to: Prostě seš v čekárně u doktora. Čekáš tam třeba hodinu, což je naprosto běžná věc. My jsme tam čekali taky, povídali jsme si s mámou s tátou nebo jsme sledovali dění. Dnes mají v ruce, tablety, prostě je to pro mě nepochopitelný. Nebo i dovolená, kdy někam jedeme, sedneme k jídlu a rozhlédnu se, v restauraci jsou jen děti s tablety. Oni ani neví co jí. Žádná pravidla slušného chování. Prostě dvouletý dítě, které se nenají bez tabletu.

Tohle to já prostě vždycky jakoby nezvládám. Dneska jsme měli zase konflikt. Říkám Ondrovi: „Musíš k snídani zase mít YouTube?“ Nemůžeme se prostě jen tak společně najíst? A on mi odpoví, že všichni to tak mají. Ale já si myslím, že to není o tom, co mají všichni. Jde o to, jak si to doma nastavíme a co chceme předávat dál. Rodiče by se měli zamyslet nad tím, co svým dětem umožňují a co jim tím dávají do života.

Tazatel: Myslím, že jsou to skvělé příklady, protože Ád'a dost často vykřikuje stejné věty, „všichni můžou, jen já ne,“ ... to je vlastně důvod, proč jsem si tohle téma vybrala, protože jsem chtěla vědět, jak to právě ty všichni mají. Dost jsi mě uklidnila a možná i potěšila. (smích)

Romana: A to mě ještě napadá jeden problém, nevím, zda se to tohoto týká či ne, ale taky doma dost řešíme. I když je to asi k tématu, protože to vyhledává na internetu a řeší to tam spolu a porovnávají se. Ondra totiž strašně chtěl Jordany, což jsou opravdu drahé boty. Cena se pohybuje od pěti tisíc až do neuvěřitelných sto padesáti tisíc! Neumím si představit, že bych dala za boty takové peníze. Ale po kontrole na internetu jsem zjistila, že ty ceny jsou skutečné. Když jsem se Ondry ptala, proč si chce koupit boty značky spojené s basketbalem, když sám basketbal nehraje, argumentoval tím, že jsou prostě „cool“. Přestože mám vlastní příjem a mohla bych si dovolit koupit mu ty boty, z principu

jsem odmítla. Nechci, aby si ve dvanácti letech myslel, že je normální mít tak drahé věci. Nakonec jsme našli kompromis. Souhlasila jsem, že mu koupím lepší boty, ale ne za tak absurdní sumu. Diskutovali jsme o tom, co si může dovolit za své kapesné, a nakonec si vybral jiné boty, které stály rozumných dva a půl tisíce. Pro mě to byla velká úleva. Ukázalo se, že když jsme si o tom promluvili, dokázal pochopit a přijmout, že ne vše, co je drahé, je nutně to, co potřebuje nebo co by mělo mít hodnotu pro něj. Myslím, že právě to vysvětlení, důvěra a komunikace, jsou důležité, aby byly děti v pohodě s okolím.

Tazatel: Je skvělý, že spolu máte hezký vztah.

Romana: Jo máme, ale je to celoživotní práce (smích). Já se směju, ale myslím že je to to důležité i právě k předcházení těch problémů. Není to samozřejmost. Musí se na tom pracovat. Mluvit, zajímat se, ale i poslouchat co druhý říká.

Tazatel: Super Romi, jestli nemáš ještě nějakou myšlenku, klidně bych to touto hezkou a myslím že opravdu důležitou větou zakončila. Moc ti děkuji, mně samotné jsi pomohla a uklidnila mě, že tak jak je to u nás, je to i jinde. Což mě vlastně i těší. (společný smích)

Romana: Taky ti děkuji, bylo to velmi příjemné povídání.

ABSTRAKT

VOJÍKOVÁ, J. *Virtuální život dětí v pohledu rodičů. Vnímání digitálního světa rodiči a jeho vliv na výchovu dětí*. České Budějovice, 2024. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce Mgr. Tomáš Cyril Havel, Dr. theol.

Klíčová slova: digitální výchova, virtuální život dětí, rodičovské strategie, online bezpečnost, sociální interakce v digitálním věku, mediální gramotnost, kyberprostor a děti, digitální identita, vliv digitálních technologií, rodinná komunikace online.

Tato bakalářská práce se zabývá prozkoumáním, jak rodiče vnímají virtuální život svých dětí, jaké strategie používají k navigaci svých dětí v digitálním prostředí a jak digitální technologie ovlivňují výchovu a rodinnou dynamiku. V teoretické části práce jsou představeny základní pojmy a teorie týkající se digitálního světa a jeho vlivu na děti a rodinný život. Praktická část zahrnuje kvalitativní výzkum provedený prostřednictvím rozhovorů s rodiči, zkoumající jejich zkušenosti, obavy a přístupy k digitální výchově. Zjištění práce poukazují na důležitost mediální gramotnosti, potřebu rodičovského zapojení a výzvy spojené s online bezpečností. Práce nabízí také doporučení pro rodiče a vychovatele, jak podporovat pozitivní digitální životní styl u dětí, zatímco je chrání před potenciálními riziky.

ABSTRACT

VOJÍKOVÁ, J. *The Virtual Life of Children from Parents' Perspective: Perceptions of the Digital World and Its Influence on Child Upbringing*. České Budějovice, 2024. Bachelor's Thesis. University of South Bohemia in České Budějovice. Faculty of Theology. Department of Pedagogy. Supervisor: Mgr. Tomáš Cyril Havel, Dr. theol.

Keywords: digital education, virtual life of children, parenting strategies, online safety, social interaction in the digital age, media literacy, cyberspace and children, digital identity, influence of digital technologies, family communication online

This bachelor's thesis explores how parents perceive their children's virtual lives, what strategies they use to navigate their children's digital environments, and how digital technologies affect parenting and family dynamics. The theoretical part of the thesis introduces basic concepts and theories regarding the digital world and its impact on children and family life. The practical part includes qualitative research conducted through interviews with parents, exploring their experiences, concerns and attitudes towards digital education. The findings of the thesis highlight the importance of media literacy, the need for parental involvement and the challenges associated with online safety. The thesis also offers recommendations for parents and educators on how to promote a positive digital lifestyle in children while protecting them from potential risks.