

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Teologická fakulta

Diplomová práce

**RODIČOVSKÁ ODPOVĚDNOST VE VZTAHU  
K PROBLEMATICE NETOLISMU**

Autor práce: Bc. et Bc. Helena Kučerková  
Vedoucí práce: Mgr. Veronika Zvánovcová, PhD.  
Studijní program: Etika v sociální práci (KS)

2022

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

V Českých Budějovicích dne:

Helena Kučerková

Děkuji vedoucí diplomové práce Mgr. Veronice Zvánovcové, Ph.D. za její vedení, podnětné rady a připomínky. Za odborné konzultace z oblasti psychologie děkuji PhDr. Jaroslavovu Hálovi. Poděkování patří též Mgr. Denise Holé, vedoucí primární prevence v organizaci POINT 14 z. s. v Plzni, za poskytnutí informací a podnětných připomínek.

## Obsah

Obsah.....	4
Úvod.....	6
<b>1 Rodina a závislost .....</b>	<b>8</b>
1.1 Rodina.....	8
1.2 Pojem rodičovská odpovědnost .....	9
1.3 Rodičovské kompetence .....	9
1.4 Pojem závislost .....	10
1.5 Behaviorální závislosti .....	11
1.6 Společné znaky závislostí .....	12
1.7 Role závislostí v lidském životě .....	13
<b>2 Netolismus .....</b>	<b>15</b>
2.1 Pojem netolismus.....	15
2.2 Souvislost netolismu s uspokojováním potřeb .....	16
2.3 Faktory ovlivňující vznik a rozvoj závislostního chování .....	17
2.4 Projevy netolismu .....	20
2.5 Rizika netolismu .....	21
2.6 Riziková skupina .....	21
2.7 Další rizika spojená s užíváním internetu.....	23
2.8 Specifika některých forem netolismu .....	25
2.8.1 Závislost na online hrách.....	26
2.8.2 Závislost na sociálních sítích.....	27
2.8.3 Vybrané druhy sociálních sítí a jejich rizika .....	28
2.9 Vliv internetu na formování a vývoj osobnosti .....	31
<b>3 Prevence netolismu a role rodiny v oblasti prevence .....</b>	<b>38</b>
3.1 Primární prevence.....	38
3.2 Prevence na straně rodiny .....	38
3.3 Současná situace v oblasti prevence v České republice .....	41
<b>4 Pohled pracovníků OSPOD Plzeňského kraje na roli rodičů ve vztahu k problematice netolismu .....</b>	<b>44</b>
4.1 Cílová skupina výzkumné sondy a realizace rozhovorů .....	44
4.2 Analýza dat výzkumné sondy.....	45
4.3 Souhrn zjištěných informací od pracovníků OSPOD.....	46
<b>5 Diskuze.....</b>	<b>53</b>
<b>Závěr.....</b>	<b>56</b>

Seznam použitých zdrojů.....	57
Seznam použitých zkratek .....	64
Seznam příloh .....	65
Přílohy.....	70
Abstrakt.....	89
ABSTRACT.....	90

## Úvod

„Bojím se dne, kdy technologie předstihne naši lidskost. Svět se pak promění v generaci idiotů.“ (Albert Einstein)

Většinou lidí se při vyslovení pojmu závislost vybaví zneužívání návykových látek, jako jsou drogy, alkohol, tabák. Zničující vliv na osobnost a život dítěte však mohou mít i závislosti nelátkové, k nimž patří i nadměrné užívání informačních technologií.<sup>1</sup> Technologie nás obklopují téměř na každém kroku, internet se stal součástí života lidí na celém světě. Je zdrojem zábavy, informací, poskytovatelem velkých možností virtuální komunikace a sdílení. Ovlivňuje nejen svět dospělých, ale i svět dětí a dospívajících. Pro většinu z nich se stal běžnou součástí dne. Využívají ho k studijním i soukromým účelům.<sup>2</sup>

Výzkumem<sup>3</sup> bylo zjištěno, že děti se dostávají do kontaktu s mobilním telefonem či tabletem velmi záhy, v podstatě od jednoho roku věku. Okolo sedmi až devíti let již získávají svůj vlastní mobilní telefon.<sup>4</sup> Současné děti jsou první generací, která vyrůstá s internetem, zatímco jejich rodiče touto zkušeností neprošli. Mnozí z rodičů mají zkrácenou představu o bezpečnosti užívání internetu a selhávají v ochraně dětí před rizikovým chováním.<sup>5</sup>

Aby se virtuální svět stal pro naše děti a dospívající bezpečným místem, je, dle mého názoru, nezbytné být si vědomi rizik, která s užíváním internetu souvisí, a mít o tomto prostředí dostatek informací. Rodiče jsou ti, kdo mají zásadní vliv na své děti. Odpovídají mimo jiné za jejich výchovu a za způsob, jakým děti tráví svůj volný čas. Rodiče jsou tedy zodpovědní i za to, jakým způsobem děti používají internet.<sup>6</sup>

Cílem práce je proto představit problematiku dětské závislosti na internetu, popsat další rizika spojená s jeho užíváním a upozornit na roli rodiny v této problematice.

Internet bezesporu přináší řadu pozitiv. Je zřejmé, že v období pandemie covid-19 to byly právě rozvinuté technologie, které umožnily dětem vzdělávat se na dálku z prostředí domovů. Na druhou stranu odborníci upozorňují, že právě období pandemie a s ním související distanční výuky bylo obdobím, které napomohlo k rozvoji digitálních závislostí u některých dětí. Děti ztratily možnost fyzického kontaktu se svými spolužáky, kamarády. Jediným prostředím, kde se mohly setkávat, se stalo to virtuální. Rodiče nezvládli dohlížet na aktivity dětí na internetu.<sup>7</sup>

Domnívám se, že téma závislosti na internetu neboli netolismu se stalo velmi aktuálním. V médiích se lze v poslední době poměrně často setkat s tématy kyberšikany či kybergroomingu. K medializaci velkou měrou zřejmě přispěl dokumentární snímek *V síti*.<sup>8</sup> Zdá se však, že téma rizika rozvoje netolismu u dětí a dospívajících zůstává upozaděno.<sup>9</sup>

---

<sup>1</sup> Srov. MIOVSKÝ, M., *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu?* [online].

<sup>2</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., *Děti a online rizika*, s. 33–34.

<sup>3</sup> Výzkum Centra prevence rizikové virtuální komunikace. (Srov. KOPECKÝ, J. a SZOTKOWSKI, R., *Rodič a rodičovství v digitální éře* (dále jen *Rodič a rodičovství*), s. 24 [online].

<sup>4</sup> Srov. tamtéž.

<sup>5</sup> Srov. JANOUŠ, M., *Děti na internetu: ohrožuje jejich vývoj?* [online].

<sup>6</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., *Děti a online rizika*, s. 13–15.

<sup>7</sup> Srov. FIALOVÁ, H., IN SINGEROVÁ, H., *Rok distanční výuky: děti se staly závislými na internetu* (dále jen *Rok distanční výuky*). [online].

<sup>8</sup> Srov. Osvětová kampaň *V síti*. [online].

<sup>9</sup> Srov. Příloha III – *Rozhovor s Mgr. Denisou Holou*.

K volbě tématu mě vedlo působení na OSPOD. V praxi se setkávám s rodiči, kteří si dostatečně neuvědomují rizika spojená s užíváním internetu, jsou lhostejní k tomu, že jejich potomek tráví většinu volného času ve virtuálním světě. Problém bagatelizují nebo před ním zavírají oči. Považuji za naprosto nezbytné, aby sociální pracovníci pracující s těmito rodinami byli dostatečně obeznámeni s uvedenou problematikou a mohli tak poskytovat účinné poradenství.

Diplomová práce bude rozdělena do pěti kapitol, jejichž témata budou vybrána s respektem k širokému pojetí zmíněné sociální patologie. V první kapitole budou představeny základní pojmy práce, tedy závislost a rodina, a uvedena souvislost mezi nimi. Kapitola se bude zabývat tím, co jsou rodičovská odpovědnost a rodičovské kompetence, jaké jsou možné přístupy v rodičovské výchově. Bude zde vysvětlen pojem závislost, pozornost bude věnována behaviorálnímu závislostem, roli závislosti v životě jedince, faktorům ovlivňujícím vznik a rozvoj závislostního chování, též bude zvažován možný vliv rodiny na vznik závislosti.

Druhá kapitola bude zaměřena na stěžejní téma práce, kterým je netolismus. Bude se zabývat vymezením pojmu, projevy netolismu a riziky s ním spojenými. Pozornost bude věnována některým formám netolismu, a sice hraní online her a sociálním sítím. Bude popsáno, jaký vliv mohou mít technologie na formování a vývoj osobnosti. Třetí kapitola se bude dotýkat oblasti prevence. S ohledem na téma práce bude více věnována problematice prevence na straně rodiny.

Pro obohacení a prohloubení vzhledu do dané problematiky budou provedeny rozhovory s několika pracovníky OSPOD a pracovníci organizace působící v oblasti prevence nelátkových závislostí. Poznatky takto získané se budou prolínat celou prací. Ve čtvrté kapitole bude uvedena metodologie získání dat výzkumné sondy a shrnutí výsledků získaných provedenými rozhovory. Obsahem páté kapitoly bude diskuze nad získanými poznatky. V závěru bude zhodnoceno dosažení cíle práce.

Pro zpracování diplomové práce bude použita dostupná odborná literatura, zejména publikace Nešpora (Návykové chování a závislosti), Blinky a kol. (Online závislosti), Kukly a kol. (Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí), Šínové, Weshaplové, Králíčkové a kol. (Rodičovská odpovědnost), Suché, Dolejše, Pipové a kol. (Hraní digitálních her českými adolescenty). Práce bude vycházet rovněž z internetových zdrojů, zejména článků zveřejněných v rámci projektu E-Bezpečí.

# 1 Rodina a závislost

Pro dítě jsou z hlediska jeho vývoje podstatná dvě základní společenská prostředí, na prvním místě je to jeho rodina, na druhém pak škola.<sup>10</sup> V rodině dítě získává dispozice ke zvládnutí tématu závislosti.<sup>11</sup> Pokud se tedy máme zabývat závislostmi, nelze se nezabývat rodinou. Pro uvedení do tématu práce a pochopení dalších souvislostí bude pozornost v první kapitole věnována rodině a souvisejícím pojmům jako jsou rodičovská odpovědnost, rodičovské kompetence, výchovné přístupy v rodině. Dále bude vysvětlen pojem závislost, uvedeno základní rozdělení závislostí na látkové a nelátkové a jejich společné znaky, role závislostí v životě jedince, prostor bude věnován faktorům na straně osobnosti a prostředí, které vznik závislostí negativně i pozitivně ovlivňují.

## 1.1 Rodina

Rodina je nejstarší základní sociální skupinou. V rámci ní dochází k vnitřním interakcím a jejím prostřednictvím i k vytváření vztahů s vnějším okolím.<sup>12</sup>

Pro vývoj dítěte má rodina nezastupitelné místo. Rozhodujícím způsobem ovlivňuje jeho celkový rozvoj v oblasti tělesné, psychické, sociální i duchovní. Je to rodina, kde na počátku života dítěte dochází k procesu socializace. Rodina určuje jeho sociální status, prostřednictvím ní dítě vnímá svou roli ve společnosti. V rodině si dítě osvojuje vzorce chování, znalosti a dovednosti, zvyky a návyky, které později uplatňuje ve svém vlastním životě. Poznává zde i sociální, kulturní a mravní hodnoty, učí se rozlišovat, co je dobré a co zlé.<sup>13</sup>

Rodina by měla plnit čtyři **základní funkce: biologicko-sexuálně-reprodukční, ekonomicko-zabezpečovací, emocionální a socializačně-výchovnou a vzdělávací.**<sup>14</sup> Emocionální potřeby dětí jsou naplňovány zejména ve funkční a harmonické rodině. To vyžaduje, aby rodiče byli vyzrálými osobnostmi, zodpovědnými a emočně stálými. Pro zdravý rozvoj dítěte je nezbytné projevovat o něho opravdový zájem, vychovávat ho, kvalitně o něj pečovat, přijímat je takové, jaké je, naplňovat jeho odůvodněné potřeby, ochraňovat ho před nepříznivými situacemi a učit je překonávat překážky, a to s vědomím nejlepšího zájmu dítěte.<sup>15</sup>

Jestliže rodina své funkce dostatečně neplní a potřeby dítěte nejsou rodiči uspokojovány, může to vést u dítěte či dospívajícího k hledání náhradního způsobu jejich naplňování např. právě v prostředí internetu.<sup>16</sup>

---

<sup>10</sup> Srov. KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie*, s. 37.

<sup>11</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., ŠIKL, J., *Rizika závislostního chování u dětí a dospívajících a jejich prevence (dále jen Rizika)*. [online].

<sup>12</sup> Srov. KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie*, s. 37.

<sup>13</sup> Srov. tamtéž, s. 37.

<sup>14</sup> Srov. KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie*, s. 3.

<sup>15</sup> Srov. KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie*, s. 37.

<sup>16</sup> Srov. ŽUFNÍČEK, J., *Netolismus*, s. 2. [online]



## 1.2 Pojem rodičovská odpovědnost

Rodičovská odpovědnost je ústředním pojmem rodinného práva. Tento pojem vychází zejména z anglického výrazu „responsibility“, tedy jde o příkaz směrem k rodičům být si vědomi řádného chování při zdůraznění dobrého rodičovství. Jedná se o aktivní chování ve vztahu k dítěti, a to především ve smyslu aktivního působení rodičů a vytváření prostředí bezpečného pro vývoj dítěte.<sup>17</sup>

Obsah rodičovské odpovědnosti je vymezen občanským zákoníkem jako souhrn povinností a práv rodičů, která: „(...) *spočívají v péči o dítě, zahrnující zejména péči o jeho zdraví, jeho tělesný, citový, rozumový a mravní vývoj, v ochraně dítěte, v udržování osobního styku s dítětem, v zajišťování jeho výchovy a vzdělání, v určení místa jeho bydliště, v jeho zastupování a spravování jeho jmění.*“<sup>18</sup>

Rodičovská odpovědnost náleží každému rodiči, zbavit jí může pouze soud příslušným rozhodnutím. Rodiče mají zákonnou povinnost vykonávat ji ve vzájemné shodě, v souladu se zájmy dítěte, způsobem a v míře, jež odpovídá stupni jeho vývoje.<sup>19</sup>

Z výše uvedené citace ustanovení zákona je zřejmé, že pojem péče nezahrnuje pouze osobní péči o dítě, ale je chápán širěji. V neširším slova smyslu jde o rozhodování o dítěti, a to např. o lékařské péči, o náboženském směřování či o způsobu trávení volného času. Osobní péčí je pak myšleno každodenní starání se o dítě, rozhodování v běžných záležitostech.<sup>20</sup>

Součástí rodičovské odpovědnosti je ochrana dítěte, kdy rodiče mají dítě chránit před nepříznivými vlivy, ovšem při současném vědomí potřeby vést ho k samostatnosti. S tím souvisí i vykonávání přiměřeného dohledu nad dítětem. Rodiče jsou povinni ochránit dítě před nebezpečím a zajistit, aby nebylo vystaveno situacím, které nedokáže posoudit a vyhodnotit jako nebezpečné z důvodu své nezralosti. Měli by své dítě vychovávat tak, aby se postupně osamostatňovalo a zvyšovala se jeho schopnost hodnotit důsledky svého jednání. Cílem péče by tak mimo jiné mělo být zajištění toho, aby dítě po dosažení svéprávnosti bylo schopno samo rozhodovat o svém životě a chovat se odpovědně.<sup>21</sup>

## 1.3 Rodičovské kompetence

Rodičovská odpovědnost hovoří o tom, že každý rodič má povinnosti a práva směrem k dítěti, nevypovídá však nic o tom, zda je toho opravdu schopný, zda je tedy dostatečně **kompetentní**.

**Rodičovské kompetence** lze chápat jako specifické schopnosti a dovednosti rodičů, které umožňují dětem naplňovat jejich potřeby. Bývají označovány též jako výchovné předpoklady rodičů.<sup>22</sup> Lze do nich zahrnout i určitou intuici. Hovoří se o intuitivním rodičovství, neboť schopnost starat se o dítě je vrozená. Pečovat o dítě byli schopni rodiče

---

<sup>17</sup> Srov. ŠÍNOVÁ, R., WESTHAPLOVÁ, L., KRÁLÍČKOVÁ, Z. a kol., *Rodičovská odpovědnost* (dále jen RO), s. 63–64.

<sup>18</sup> Občanský zákoník (dále jen OZ), § 858.

<sup>19</sup> Srov. OZ, § 865–880.

<sup>20</sup> Srov. ŠÍNOVÁ, R., WESTHAPLOVÁ, L., KRÁLÍČKOVÁ, Z. a kol., RO, s. 77–78.

<sup>21</sup> Srov. Nález ÚS sp. zn. I. ÚS 1587/15 ze dne 15. 12. 2015, odst. 41.

<sup>22</sup> Srov. MATOUŠEK, O., PAZLAROVÁ, H. *Státní orgány sociálněprávní ochrany dětí. Dobrá praxe z pohledu rodin a pracovníků*, s. 14.

již před tisíci lety. Na rodičovské kompetence lze dle Pemové a Ptáčka nahlížet ze dvou rovin:<sup>23</sup>

- **Obecné rodičovské kompetence** – schopnost zajišťovat naplňování vývojových potřeb dítěte náležitým a odpovídajícím způsobem spojená se schopností přizpůsobovat se měnícím se potřebám dětí v čase.  
V této rovině lze hovořit o vrozených schopnostech či dovednostech, které by se měly vyvíjet přirozeně postupně s věkem dítěte.
- **Specifické rodičovské kompetence** – schopnost zvládnout náročnou či složitou situaci, která vyžaduje speciální znalosti či dovednosti. Pemová a Ptáček jako příklad uvádí narození postiženého dítěte či situaci, která nastává v naší společnosti poměrně často, tedy rozchod rodičů. Uvádí dále, že pokud se rodičům v těchto náročných situacích dostane potřebné podpory a informací, mohou i takovou situaci dobře zvládnout.<sup>24</sup>

Rodiče mají rozhodující úlohu ve výchově svého dítěte. Zákon jim ukládá chovat se a žít tak, aby byli svému dítěti příkladem, a to zejména chováním v rodině a způsobem svého života.<sup>25</sup> Dle Šínové by měli být příkladem např. dodržováním morálních a právních norem, dodržováním stanovených pravidel soužití, v ochraně životního prostředí, ve způsobu chování v mezilidských vztazích.<sup>26</sup> Děti se učí nápodobou, od rodičů tedy postupně přejímají jejich návyky, postoje, způsoby chování v interakcích s jinými lidmi.<sup>27</sup> Rodiče by měli být dětem dobrým vzorem i ve způsobu využívání volného času.<sup>28</sup> Dle Mgr. Denisy Holé, vedoucí primární prevence organizace POINT 14, z. s. v Plzni,<sup>29</sup> s níž byl proveden rozhovor, je podstatné, aby rodiče byli pozitivním příkladem i svým přístupem k technologiím a způsobem jejich využívání.<sup>30</sup>

Dle Šikla má rodinné prostředí významný vliv nejen na vývoj jedince, ale též na vznik a rozvoj případných patologických závislostí.<sup>31</sup>

## 1.4 Pojem závislost

Závislost je pojmem, který je běžně užíván laickou veřejností i odborníky. Existuje mnoho definic tohoto pojmu. Např. Americkou psychiatrickou asociací je závislost definována jako chronická nemoc mozkových center odměny, motivace paměti a dalších souvisejících funkcí v mozku. Nefunkčnost těchto funkcí vede k biologickým, psychologickým, sociálním a spirituálním projevům jedince, který vyhledává odměnu nebo úlevu v užívání návykových látek nebo v jiných formách chování.<sup>32</sup>

V Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10) vydané Světovou zdravotnickou organizací (WHO) jsou závislosti zařazeny mezi „Poruchy duševní a poruchy chování“.

<sup>23</sup> Srov. PEMOVÁ, T., PTÁČEK, R., *Sdílené rodičovství*, s. 16–17.

<sup>24</sup> Srov. tamtéž, s. 16–17.

<sup>25</sup> Srov. OZ, § 884.

<sup>26</sup> Srov. ŠÍNOVÁ, R., WESTHAPLOVÁ, L., KRÁLÍČKOVÁ, Z. a kol., *RO*, s. 80.

<sup>27</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., *O nevhodných přístupech v rodičovské výchově*. [online].

<sup>28</sup> Srov. PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času*, s. 29. [online].

<sup>29</sup> Srov. POINT 14. [online].

<sup>30</sup> Srov. Příloha III – *Rozhovor s Mgr. Denisou Holou*.

<sup>31</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., ŠIKL, J., *Rizika*. [online].

<sup>32</sup> Srov. WEST, R. *Modely závislostí*, s. 9.

Tzv. syndrom závislosti je zde definován jako skupina kognitivních, behaviorálních a fyziologických stavů, které nastávají po opakovaném užití nějaké látky.<sup>33</sup>

Dle Státního zdravotního ústavu se závislostí v užším smyslu rozumí „*dlouhodobý, trvalý vztah k někomu nebo k něčemu, vycházející z pocitu silné touhy nebo potřeby toto uspokojit. Takový stav ovlivňuje jednání závislého člověka a omezuje jeho svobodu*“.<sup>34</sup>

Odborníky jsou rozlišovány dva **základní typy závislostních poruch**. Jednak **závislosti látkové**, chápané jako závislosti na psychoaktivních látkách (např. alkohol, opiáty, tabák atd.), jednak **závislosti behaviorální**, které jsou vysvětlovány jako závislostní chování ve vztahu k některým aktivitám.<sup>35</sup>

Dle Nešpora lze za závislost považovat pouze to, co odpovídá definici WHO, která pojem závislosti spojuje s poruchami vyvolanými užíváním psychoaktivních látek. Z tohoto vyvozuje, že behaviorální závislosti nelze považovat za závislosti v pravém slova smyslu, ačkoliv tyto typy návykového chování mají se závislostmi mnoho společného.<sup>36</sup> Nicméně mezi odborníky sílí snaha o širší konceptualizaci pojmu závislosti. Dle Škařupové se o závislosti hovoří tehdy, kdy jedinec není opakovaně schopen mít pod kontrolou určitý typ jednání, jehož znakem je velká míra kompulzivity. Jedinec v tomto jednání pokračuje i přes jeho škodlivost.<sup>37</sup>

Vacek a Vondráčková zastávají názor, že lidé ve skutečnosti nejsou závislími na určité droze či chování, nýbrž na prožitcích, které jsou tímto vyvolávány, a které jsou často podobné.<sup>38</sup>

V Mezinárodní klasifikaci nemocí je používán pojem návykové poruchy, který by mohl být jednotně používán pro označení látkových i nelátkových závislosti. Dle Vacka je vhodnějším jednotícím pojmenováním „závislostní chování“,<sup>39</sup> které je Marlattem definováno jako opakující se vzorec chování, zvyšující riziko vzniku nemoci nebo osobních či společenských problémů. Je spojeno s okamžitým uspokojením a pozdějšími negativními účinky.<sup>40</sup>

## 1.5 Behaviorální závislosti

Pro behaviorální závislosti se běžně používají další označení jako nelátkové závislosti, nedrogové závislosti, závislosti na procesech či závislosti bez substancí. Jejich základní charakteristikou je závislost nikoliv na psychoaktivní látce, ale na určité činnosti, např. hraní online her, sledování sociálních sítí. Poprvé se o nelátkové závislosti začalo hovořit v polovině dvacátého století v souvislosti se závislostí na televizi.<sup>41</sup>

Vacek vychází z bio-psycho-socio-spirituální teorie závislosti a behaviorální závislosti tak definuje jako: „*(...) v podstatě patologický způsob chování, který má z klinického hlediska negativní vliv na zdraví člověka, ať už v oblasti somatické (tělesné), psychické (duševní), sociální (společenské) nebo spirituální (duchovní). Mechanismus*

---

<sup>33</sup> Srov. WHO, *Mezinárodní klasifikace nemocí*, s. 200. [online].

<sup>34</sup> Státní zdravotní ústav, *Závislost: co to je?* [online].

<sup>35</sup> Srov. VACEK, J., VONDRÁČKOVÁ, P., *Behaviorální závislosti*. [online].

<sup>36</sup> Srov. NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*, s. 17–20.

<sup>37</sup> Srov. ŠKAŘUPOVÁ, K., *Jednání jako droga*, in BLINKA, L. *Online závislosti*, s. 21–22.

<sup>38</sup> Srov. VACEK, J., VONDRÁČKOVÁ, P., *Behaviorální závislosti*. [online].

<sup>39</sup> Srov. VACEK, J., *Nelátkové závislosti*, s. 5.

<sup>40</sup> Srov. *tamtéž*, s. 5.

<sup>41</sup> Srov. PREV-CENTRUM, *Závislosti na procesech*. [online].

jejich vzniku a účinku je v řadě aspektů podobný jako u drogových závislostí. (...) A stejně jako látkové mohou mít i nelátkové závislosti fatální následky.“<sup>42</sup>

Z medicínského hlediska je možné behaviorální závislosti rozdělit na **aktuálně uznávané, klasifikované diagnózy** a **dosud nezařazené poruchy**. V prvním případě se jedná především o skupinu diagnóz zařazených v Mezinárodní klasifikaci nemocí pod návykové a impulzivní poruchy, kam patří zejména *patologické hráčství*, dalšími diagnostickými kategoriemi jsou hypersexualita jako *závislost na sexu* a poruchy příjmu potravy jako *závislost na jídle*.<sup>43</sup>

Do druhé skupiny patří např. *závislost na práci* (workoholismus), *závislost na nakupování* (oniomanie), *sebeпоškozování* a *technologické závislosti* (netolismus, online závislosti). Závislost je možné získat prakticky na čemkoliv, co může vzbuzovat příjemné prožitky. Je tak známa např. závislost na čokoládě, na opalování, na cvičení.<sup>44</sup>

## 1.6 Společné znaky závislostí

Dle Vacka jsou společnými znaky všech závislostí zejména pozvolný, plíživý vznik, který si jedinec neuvědomuje, a neostrá hranice mezi tím, kdy se jedná o využívání, používání, problémové užívání nebo závislost.<sup>45</sup>

Klíčovým pro zjištění, zda behaviorální závislosti jsou skutečně závislostmi, se jeví porovnání jejich symptomů na základě diagnostických kritérií zavedených pro látkové závislosti. Dle Nešpora je pro stanovení diagnózy závislosti podstatné, zda došlo během jednoho roku alespoň ke třem z šesti projevů, které vychází z definice WHO. Jedná se o tyto projevy:<sup>46</sup>

- *touha nebo pocit puzení brát tuto látku* – Nešpor používá termín *bažení*. Jeho projevem je mj. motivace k určitému jednání. Vede k zhoršení sebeovládání, kdy spouštěčem mohou být podněty vnější, jako např. rizikové prostředí, i podněty vnitřní, např. únava, nuda.
- *porucha sebeovládání při užívání látky*
- *pokračování v jejím užívání i přes škodlivé účinky*
- *upřednostňování užívání látky před jinými činnostmi* či závazky a postupné zanedbávání jiných potěšení či zájmů, zvýšené množství času věnovaného k získání nebo užívání látky
- *zvýšená tolerance pro drogu* – vyžadování vyšších dávek, kterými by se dosáhlo účinku dříve vyvolaných nižšími dávkami
- *somatický odvykací stav*.<sup>47</sup>

Základem řady diagnostických a měřících nástrojů se stal **Griffithsův model šesti kritérií**, kterými jsou:<sup>48</sup>

- *Význačnost* – aktivita se stane v životě člověka tím nejdůležitějším, ovládá jeho chování, myšlení, citění.

<sup>42</sup> VACEK, J. *Nelátkové závislosti*, s. 6.

<sup>43</sup> Srov. VACEK, J., VONDRÁČKOVÁ, P., *Behaviorální závislosti*. [online].

<sup>44</sup> Srov. tamtéž.

<sup>45</sup> Srov. VACEK, J. *Nelátkové závislosti*, s. 6.

<sup>46</sup> Srov. NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*, s. 18.

<sup>47</sup> Srov. tamtéž s. 18.

<sup>48</sup> Srov. ŠKARUPOVÁ, K., *Jednání jako droga*. In BLINKA, L. *Online závislosti*, s. 23.

- **Změny nálady** – akutní účinky na psychiku jedince, který může zažívat vzrušení, pocity úlevy, podráždění.<sup>49</sup>
- **Tolerance** – k dosažení stejné míry uspokojení jako na počátku je potřeba stále více dané aktivity. U látkových závislostí je to potřeba vyšší dávky dané látky, u nelátkových více stráveného času, více vložených peněz atp.
- **Syndrom z odnětí** – vzniká po ukončení či omezení aktivity, může se jednat o podrážděnost, náladovost.
- **Konflikt** – v rovině interpersonální představuje např. problémy se vztahy, v rodině, v zaměstnání, ve škole. V rovině intrapsychické se dostávají např. pocity ztráty kontroly, výčitky svědomí.
- **Relaps** – po období abstinence dochází k rychlému návratu k původním vzorcům chování. U obou typů závislostí se relaps projevuje neúspěchem při pokusech přestat s danou činností.<sup>50</sup>

Podle Griffithse je možné za závislost považovat chování, které naplňuje všechna uvedená kritéria. Pokud nedochází ke konfliktu, nejedná se o závislost, ale excesní užívání. Často se např. stává, že jedinci tráví mnoho času na internetu, ale nijak tím neohrožují své běžné fungování. Podobně je nutno rozlišovat mezi závislostí na online hrách a vysokým nasazením pro hru.<sup>51</sup> Vystává zde otázka, kde je tedy hranice mezi závislostí a zdravým entusiasmem. Podle Vacka zdravý entusiasmus člověku zřejmě něco dává, zatímco závislost něco důležitého bere.<sup>52</sup>

## 1.7 Role závislostí v lidském životě

Pojem závislost byl vysvětlen v jeho negativním smyslu, tedy ve smyslu patologické závislosti. Ježková s Šiklem však upozorňují, že pro pochopení závislostí je třeba se na tuto problematiku dívat i jinou optikou, a to tak, že závislost neodmyslitelně patří k životu každého jedince. Dítě přichází na svět jako nezralé a naprosto závislé na svém okolí, na svých pečujících osobách, teprve postupně se z této závislosti dostává. Zpočátku pokaždé, když dítě zapláče, někdo přijde, kdo ho nakrmí, pochová, naplní jeho potřeby. Postupně se však stává, že se dítě hned nedovolá a dochází k frustraci dítěte.<sup>53</sup>

Šikl upozorňuje, že tato frustrace je pro zdravý vývoj velmi důležitá. Pokud by nezačala, dítě by zůstalo totálně závislé na matce, na podpoře, na chování se. Na druhou stranu, pokud je dítě vystaveno frustraci příliš rychle, vede to též k jeho závislosti, a to z toho důvodu, že nemělo možnost trénovat, zažít zvládnutí takové situace a dosáhnout tím autonomie. Získává tím celou řadu zkušeností.<sup>54</sup>

Lidský vývoj je od počátku charakterizován vytvářením vazby.<sup>55</sup> Malé dítě potřebuje pro svůj zdravý vývoj prostředí poskytující dostatek přirozených a rozmanitých podnětů, které vnímá všemi smysly. Prostředí, které umožňuje rozvíjet jeho kreativitu a představitivost, vyzývá ho k pohybu, podněcuje ke cvičení zručnosti. Potřebuje, aby na něj jeho blízcí lidé hodně mluvili, povídali si s ním, vyprávěli mu příběhy, pohádky,

<sup>49</sup> Srov. Státní zdravotní ústav, *Netolismus: závislost na tzv. virtuálních drogách*. [online].

<sup>50</sup> Srov. ŠKAŘUPOVÁ, K., *Jednání jako droga*. In BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*, s. 23.

<sup>51</sup> Srov. tamtéž, s. 24.

<sup>52</sup> Srov. VACEK, J., *Nelátkové závislosti*, s. 6.

<sup>53</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., ŠIKL, J., *Rizika*. [online].

<sup>54</sup> Srov. tamtéž.

<sup>55</sup> Srov. tamtéž.

intenzivně se mu věnovali. Právě způsob a kvalita společně stráveného času přispívá k vytváření zdravé vazby a jejímu upevnování.<sup>56</sup>

Dítě se postupně osamostatňuje a stává se méně závislým na svém okolí. Během svého vývoje se opakovaně setkává s žádoucími i nežádoucími situacemi, které ho frustrují. Za jeden z nejdůležitějších rodičovských úkolů ve výchově lze proto považovat vystavování dítěte zdravé frustraci a učení ho zdravé závislosti. Pokud se tak neděje, dítě nedostává možnost osamostatnit se a stát se nezávislým na svých rodičích. Podle Šikla je pravděpodobné, že nezpracovaná závislost bude v pozdějším věku nahrazena jinou závislostí.<sup>57</sup> Tento názor koreluje se studiemi doktorky K. Young, dle které osoby ohrožené netolismem samy sebe často vnímají jako závislé osobnosti. Nemají dobře vyvinutý mechanismus pro zvládnání zátěže a upínají se proto na podpůrné prostředky.<sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. a kol., *Zdravé dětství ve světě digitálních médií* (dále jen *Zdravé dětství*), s. 44–45.

<sup>57</sup> Srov. tamtéž. [online].

<sup>58</sup> Srov. YOUNG, K., *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment*. [online]./

## 2 Netolismus

Termín závislost na internetu vytvořil v roce 1995 psychiatr Goldberg jako ironické označení tohoto fenoménu. Poté se tento termín v devadesátých letech objevil v textech americké psycholožky Kiberley Young. V současné době se lze setkat s pojmy technologické závislosti, závislostní chování na online prostředí, netolismus,<sup>59</sup> Kukla používá termín netomanie.<sup>60</sup> Podstatné je netolismus u dětí rozpoznat, proto tato kapitola seznamuje s pojmem netolismu, zabývá se souvislostí s uspokojováním potřeb, popisuje jeho projevy i rizika. Pro objasnění závažnosti problematiky jsou zmíněny některé výzkumy poukazující na to, že nejrizikovější skupinou ohroženou netolismem a dalším rizikovým chováním na internetu jsou právě děti a dospívající.<sup>61</sup> Více pozornosti je věnováno formám závislosti na internetu, které se nejvíce týkají této skupiny, a to hraní online her a sociálním sítím.

### 2.1 Pojem netolismus

**Netolismus** je definován jako závislost na tzv. virtuálních drogách, kterými mohou být hry na počítači, sociální sítě, internetové služby (různé formy chatu), virální videa, mobilní telefony, televize aj.<sup>62</sup>

Z tohoto výčtu je zřejmé, že závislost na internetu je spíše zastřešujícím termínem pro více dílčích problémů. V současné době se v souvislosti s užíváním internetu rozlišují především *závislost na online počítačových hrách*, *závislost na kybersexu*, *online gambling* a *závislost na online sociálních sítích*.<sup>63</sup>

V kontextu toho, co bylo uvedeno v předchozí kapitole, je zřejmé, že dle odborníků není pojem *závislost na internetu* příliš přesný a pohled na tuto problematiku není jednotný. Někteří upozorňují, že se nejedná o totéž jako jsou tvrdé drogy. Psychiatr Kalina vysvětluje, že v případě internetu nejde o látku přicházející z venku, ale závislost se vytváří v mozku.<sup>64</sup> Hýbnerová uvádí, že kritici konceptu závislosti zastávají názor, že se nejedná o problém, ale normální součást dnešního způsobu života, a většina teenagerů a adolescentů z toho postupně vyroste. Podle Hýbnerové však existuje určité procento postižených, u nichž jsou potíže způsobené závislostí významné a zasluhují odbornou pomoc, obzvláště jedná-li se o děti a dospívající.<sup>65</sup>

Dle Musila je možné internetovou závislost považovat za nemoc stejně jako závislost na drogách. Doplňuje, že obojí má obdobné dopady na psychiku a život závislého, dochází ke ztrátě smyslu pro realitu. Anonymita internetu přispívá k rychlejšímu rozpadu sociálních vazeb, dochází ke ztrátě norem chování, k rozpadu rodiny, k izolovanosti, k rozvoji depresí. Související zdravotní důsledky mohou vést až ke ztrátě zaměstnání a ke kriminalitě stejně jako u drogové závislosti.<sup>66</sup>

---

<sup>59</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., *Děti a online rizika*, s. 33.

<sup>60</sup> Srov. KUKLA, L., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 350.

<sup>61</sup> Výzkum proveden v roce 2010 Masarykovou univerzitou v Brně v čele s Šmahelem D. Srov. Státní zdravotní ústav, *Netolismus: závislost na tzv. virtuálních drogách*. [online].

<sup>62</sup> Srov. ŽUFNÍČEK, J., *Netolismus*, s. 1. [online]

<sup>63</sup> Srov. ŠKAŘUPOVÁ, K., *Jednání jako droga*. In BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*, s. 32–33.

<sup>64</sup> Srov. SEKNÍČKOVÁ, P., *Existuje závislost na internetu?* [online].

<sup>65</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., *Závislost na online prostředí*. In Sborník studií, *Děti a online rizika*, s. 43.

<sup>66</sup> Srov. MUSIL, J., *Úvod do sociální a masové komunikace*, s. 40–41.

Podle Sekničkové internetová závislost u dětí a dospívajících nastává tehdy, kdy internet a počítač zasahují do jejich běžného dne natolik, že jim chybí energie a čas na školu a jiné zájmy.<sup>67</sup> Podle Kukly lze spatřovat relativně malý rozdíl mezi gamblerstvím a závislostí na internetu a počítačových hrách. V obou případech se jedná o ztrátu sebeovládání a touhu po chování, které směřuje k příjemnému prožitku.<sup>68</sup>

S názorem Kukly korespondují pracovní zkušenosti některých komunikačních partnerů z výzkumné sondy provedené v rámci diplomové práce. Popisovali setkání se s ignorováním rodičů dětmi a následně s agresivním chováním dětí vůči svým rodičům jako reakci na to, kdy rodiče chtěli po dětech odevzdat mobilní telefon, vypnout tablet či zakázat jejich používání.<sup>69</sup>

## 2.2 Souvislost netolismu s uspokojováním potřeb

Jak již bylo řečeno, mechanismus vzniku netolismu je v mnoha ohledech podobný vzniku látkových závislostí. Co vede dítě či dospělého k užívání počítače či mobilu v takové míře, že jeho chování přeroste v závislost? Důvodem může být podobně jako u látkových závislostí nenaplnění potřeb dítěte či dospělého a hledání náhradního způsobu jejich naplnění. Rizikovou není vlastní potřeba ale právě způsob jejího naplnění.<sup>70</sup>

Pro pochopení netolismu je důležité uvědomit si, které potřeby dítě hraním her nebo užíváním internetu může uspokojovat. Východiskem k tomu může být pyramida hierarchie lidských potřeb amerického psychologa Abrahama Maslowa.<sup>71</sup>



Obrázek 1 - Maslowa pyramida hierarchie potřeb<sup>72</sup>

<sup>67</sup> Srov. SEKNIČKOVÁ, P., *Existuje závislost na internetu?* [online].

<sup>68</sup> Srov. KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 350.

<sup>69</sup> Srov. Příloha IV. – *Rozhovory s komunikačními partnery*.

<sup>70</sup> Srov. ŽUFNÍČEK, J., *Netolismus*, s. 2. [online]

<sup>71</sup> Srov. tamtéž.

<sup>72</sup> Srov. tamtéž.



Internetové služby, online hry, různé druhy virtuální komunikace mohou uspokojovat naše potřeby v podstatě na všech úrovních: <sup>73</sup>

- **Fyziologické potřeby** – z principu nemůže prostřednictvím internetu docházet k uspokojování fyziologických potřeb. V tomto případě však dochází k jevu označovanému jako *flow fenomén*. Jedná se o vtažení např. do hry mírou podobnou transu, které vede k dlouhodobému oddálení nebo potlačení potřeby. Využíváním internetu též může docházet k částečnému uspokojování sexuální potřeby prostřednictvím tzv. *kybersexu*. <sup>74</sup>
- **Potřeba bezpečí a jistoty** – uživatel ví, že online hra či virtuální přátelé budou vždy po zapnutí počítače k dispozici, dává mu to pocit jistoty a bezpečí stejně jako vědomí, že z nepříjemné situace je možné kdykoliv jednoduše odejít, vypnout počítač. <sup>75</sup>
- **Potřeba sounáležitosti, lásky** – naplňována prostřednictvím virtuální komunikace, zapojením do her pro více hráčů, užíváním sociálních sítí. Jedinec se stane součástí některé internetové komunity, může se s někým seznámit, má šanci získat pocit sounáležitosti, přijetí. <sup>76</sup>
- **Potřeba úcty, uznání** – k uspokojení této potřeby může přispívat případ, kdy jedinec prokáže na některé sociální síti své odborné znalosti a dostane se mu za to uznání. <sup>77</sup>
- **Potřeba seberealizace** – internet dává příležitost vyjádřit svůj názor, zastat se slabších, sledovat, co se mu líbí. <sup>78</sup>

K tématu se vyjadřovali též komunikační partneři. Někteří vnímali souvislost s potřebou dětí a zejména dospívajících experimentovat, objevovat, s potřebou někam patřit a být přijímán bez výhrad. Jiní spatřovali souvislost s nefunkčním naplňováním potřeb dětí ze strany jejich rodičů, kteří na děti nemají dostatek času a děti se proto obrací na internet v touze uspokojit své nenaplněné potřeby, neboť ve virtuálním prostředí to může být jednodušší než v reálném světě. Přispívá k tomu podle komunikačních partnerů i anonymita, kterou internet poskytuje. <sup>79</sup>

### 2.3 Faktory ovlivňující vznik a rozvoj závislostního chování

Na vzniku závislosti se nepodílí jen samotná droga (v tomto případě aktivita), ale záleží též na konkrétní osobnosti jedince a na prostředí, které ho utváří a ovlivňuje. <sup>80</sup> Tyto proměnné na sebe působí navzájem, jak je patrné v následujícím obrázku.

---

<sup>73</sup> Srov. ŽUFNÍČEK, J., *Netolismus*, s. 2. [online]

<sup>74</sup> Kybersex je možné definovat jako komunikaci realizovanou prostřednictvím internetu za účelem sexuálního vzrušení. Srov. E-bezpečí, *Kybersex*. [online].

<sup>75</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., Závislost na online prostředí. In Sborník studií, *Děti a online rizika*, s. 37.

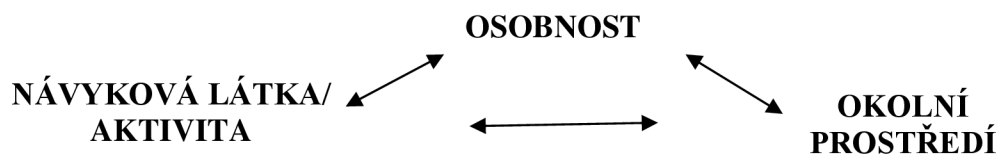
<sup>76</sup> Srov. ŽUFNÍČEK, J., *Netolismus*, s. 2. [online].

<sup>77</sup> Srov. tamtéž.

<sup>78</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., Závislost na online prostředí. In Sborník studií, *Děti a online rizika*, s. 37.

<sup>79</sup> Srov. Příloha IV – Rozhovory s komunikačními partnery.

<sup>80</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 53.



Obrázek 2 - Schéma zavislosti <sup>81</sup>

Na formování osobnosti má vliv rodina a rodinná výchova. <sup>82</sup> Výchovný styl, který rodiče volí, má vliv na vývoj dítěte i na vztah, který se mezi nimi vytváří. Podle toho, jaká je míra požadavků, nároků a kontroly ze strany rodičů vůči dítěti a zda jsou rodiče z hlediska emočního vztahu k dítěti akceptující nebo odmítající, jsou rozlišovány čtyři základní výchovné styly, viz. následující tabulka. <sup>83</sup>

Tabulka 1 - Výchovné styly <sup>84</sup>

Rodiče	Odmítající	Akceptující
Nároční, kontrolující	AUTORITATIVNÍ	AUTORITATIVNĚ VZÁJEMNÝ
Nenároční, nekontrolující	ZANEDBÁVAJÍCÍ	SHOVÍVAVÝ

Dítě vychovávané autoritativním (autoritářským) stylem výchovy bývá nesamostatné, závislé, uzavřené, nesnaživé, se sklony k sociální izolaci. <sup>85</sup> K nesamostatnosti vede i shovívavý styl výchovy. <sup>86</sup> Děti z takového rodinného prostředí bývají nezralé, citově rozladěné, nedokáží ovládat své pocity, nemají pocit zodpovědnosti. Zanedbávající výchovný přístup může vést k formování uzavřené, nesmělé osobnosti, bez dostatku sebevědomí. <sup>87</sup> Autoritativně vzájemný, neboli demokratický výchovný přístup pomáhá utvářet zdravě sebevědomé, senzibilní a aktivní osobnosti. <sup>88</sup>

## Faktory na straně osobnosti

Faktory lze z hlediska jejich rizikovosti pro vznik a rozvoj závislostí na internetu rozdělit do dvou skupin. Na protektivní, tedy ty, které přispívají k ochraně jedince před závislostmi, a faktory rizikové. <sup>89</sup>

Ochranným způsobem působí zdravé sebevědomí, zdravé vnímání vlastní hodnoty, vztahové dovednosti, schopnost vyrovnávat se se stresem. <sup>90</sup>

<sup>81</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 40.

<sup>82</sup> Srov. NAKONEČNÝ, M., *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 323.

<sup>83</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., *O nevhodných přístupech v rodičovské výchově*. [online].

<sup>84</sup> Srov. tamtéž.

<sup>85</sup> Srov. tamtéž.

<sup>86</sup> Srov. NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 323.

<sup>87</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., *O nevhodných přístupech v rodičovské výchově*. [online].

<sup>88</sup> Srov. NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 323.

<sup>89</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 53.

<sup>90</sup> Srov. tamtéž, s. 40.

Naopak rizikovými faktory jsou např. nízké sebehodnocení, tendence zabývat se sebou samým, pochybování o sobě,<sup>91</sup> impulzivita, negativní vnímání života a budoucnosti, depresivita, úzkostnost, ADHD, nižší věk.<sup>92</sup>

## Faktory na straně prostředí

Jako *protektivními faktory* na straně prostředí jsou uváděny např. stabilní rodinné zázemí, konstruktivní komunikace v rodině, spolehlivé a stabilní blízké osoby, zájem rodičů, společné trávení volného času s rodiči, pozitivní vzor v rodině i celé společnosti, přijetí a podpora ve školním prostředí.<sup>93</sup>

*Naproti tomu rizikovými faktory* jsou např. dysfunkční rodina, nedostatečná komunikace v rodině, chronická nemoc rodičů, nízká životní úroveň, příliš autoritativní či příliš benevolentní výchova, zanedbávání péče, zneužívání dětí, negativní vzor rodičů, konflikty v rodině, nedostatek času a zájmu rodičů, vrstevnický tlak, benevolentní přístup společnosti,<sup>94</sup> nedostatek podpory od okolí,<sup>95</sup>

V první kapitole bylo uvedeno, že dítě získává v rodině dispoziční ke zvládnutí tématu závislosti. Aby dítě skutečně tyto dispoziční získalo, je zapotřebí, aby vyrůstalo v dostatečně podnětném prostředí, kde rodiče projevují opravdový zájem o své děti a tráví s nimi čas. V současné době však existuje mnoho rodičů, kteří nejsou schopni či ochotni trávit čas se svými dětmi nějakým smysluplným způsobem. Je pro ně jednodušší dát dítěti mobil či počítač nebo jej posadit před televizi. Později však zjišťují, že jejich dítě se neumí zabavit jiným způsobem, nemá žádnou zájmovou činnost. Jsou rozčarování z neustálých příkazů, zákazů a boje s dítětem o čas strávený mimo televizi, mobil či počítač.<sup>96</sup>

Zásadním se v tomto ohledu jeví období dospívání, které se vyznačuje mj. vývojovým úkolem dosažení nezávislosti. Jestliže se rodiče dítěti nevěnovali, neukázali mu možnosti, jak trávit čas aktivně a smysluplně, hrozí riziko, že v období adolescence nahradí dospívající v touze po dosažení nezávislosti jednu závislost, tedy závislost na rodičích, za jinou, látkovou, nelátkovou či vztahovou. Je proto třeba začít dítě ovlivňovat včas, tedy již v jeho raném dětství,<sup>97</sup> neboť předpoklady pro vznik netolismu vznikají již v okamžiku, kdy děti dostávají poprvé do rukou mobil či tablet. V tomto období je klíčové, jaká pravidla pro zacházení s technologiemi rodiče nastaví a jaký vzor svým chováním pro děti představují. U dětí na prahu puberty již to tak jednoduché není. Jestliže zde chybí dobré základy, které představuje pevná výchova s jasně nastavenými pravidly a hranicemi, mohou tyto děti snadno sklouznout do závislostního chování.<sup>98</sup>

---

<sup>91</sup> Srov. KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 350.

<sup>92</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 54.

<sup>93</sup> Srov. *tamtéž*, s. 54.

<sup>94</sup> Srov. *tamtéž*, s. 54.

<sup>95</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., *Závislost na online prostředí*. In *Sborník studií, Děti a online rizika*, s. 38.

<sup>96</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 40.

<sup>97</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., ŠIKL, J., *Rizika*. [online].

<sup>98</sup> Srov. MIOVSKÝ, M., *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu?* [online].

## 2.4 Projevy netolismu

Netolismus zahrnuje šest základních znaků závislosti, které byly představeny v první kapitole diplomové práce (tedy význačnost, změny nálad, tolerance, odvykací symptomy, konflikt a relaps). Rozpoznat, že se jedná o závislost, nemusí být pro rodiče snadné. Např. Koreš uvádí, že se ve své adiktologické poradně setkává s dotazy rodičů, zda množství času tráveného jejich dětmi na internetu je či není ještě normální.<sup>99</sup> Dle Miovského záleží hlavně na proporcích, na tom, zda činnosti spojené s informačními technologiemi dítě zdravě kompenzuje. Rodiče by si měli všimnout toho, zda dítě má i skutečné kamarády a běžné sociální vztahy, zda je schopné komunikovat normálním způsobem, zda chodí ven, má nějaký pohyb, zdravě jí.<sup>100</sup>

Vodítkem pro určení, zda se jedná o netolismus, mohou být typické projevy, které lze rozdělit do tří kategorií, kterými jsou **ztráta kontroly nad časem, psychické a psychosociální projevy a projevy spojené se školou a prací**.<sup>101</sup> Ztráta kontroly nad časem se projevuje tím, že dítě je schopno velmi brzy vstávat nebo naopak dlouho ponocovat, jen proto, aby bylo co nejvíce online. Je schopno zapomenout na jídlo, pití, činnosti na internetu obětuje všechen svůj volný čas.<sup>102</sup>

Na psychické a psychosociální úrovni se netolismus projevuje pocitem prázdnoty ve chvílích, kdy dítě nemůže být online. Je nervózní, neklidné, podrážděné, když nemůže delší dobu používat mobil či počítač. Přemýšlí o počítači v době, kdy ho nemůže používat. Zatajuje skutečnosti o závislosti.<sup>103</sup> Dává přednost virtuálnímu světu před reálným, který mu může připadat nedůležitý. Upřednostňuje „přátele“ ve virtuálním světě před skutečnými kamarády, s kterými se přestává setkávat. Zhoršuje se komunikace s členy rodiny. K ostatním může být lhostejný nebo naopak více konfliktní než dříve.<sup>104</sup>

Závislost na internetu ovlivňuje negativně též přípravu na vyučování, dítě nemá zájem o školu, dochází k rapidnímu zhoršování prospěchu. Typické jsou pozdní příchody, nesoustředěnost, usínání v hodině, zhoršení výkonnosti dítěte. Neplnění povinností. Podle těchto projevů si dle názoru Miovského mohou pedagogové všimnout, že se s dítětem něco děje.<sup>105</sup>

Podle zkušenosti Holé je však netolismus u dětí pro školu těžko odhalitelný. Škola si může všimnout příznaků, až když jde o závažný problém. Hlavní úloha v časném rozpoznání příznaků spočívá proto podle ní na rodičích, kteří by se neměli obávat obrátit se s prosbou o radu např. na učitele, OSPOD či poradnu.<sup>106</sup>

V praxi umožňuje odhadnout míru závažnosti závislosti na internetu tzv. **Chenova škála závislosti na internetu**. Jedná se o dotazník, který byl vyvinut v roce 2003 Dr. Sue-Huei Chenem a jeho spolupracovníky na Národní Taiwanské univerzitě v Taipei za účelem zhodnocení míry závislosti na internetu. Obsahuje dvacet šest položek, které zahrnují výčet chování a zkušeností souvisejících s internetem. Vztahuje se k posledním

---

<sup>99</sup> Srov. KOREŠ, J., in KABOURKOVÁ, M., *Závislost na sociálních sítích je pro společnost přijatelné riziko, myslí si Koreš*. (dále jen *Závislost na sociálních sítích*). [online].

<sup>100</sup> Srov. MIOVSKÝ, M., *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu?* [online].

<sup>101</sup> Srov. Portál E-bezpečí, *Co je Netolismus*. [online].

<sup>102</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., *Závislost na online prostředí*. In *Sborník studií, Děti a online rizika*, s. 40.

<sup>103</sup> Srov. Portál E-bezpečí, *Co je Netolismus*. [online].

<sup>104</sup> Srov. MIOVSKÝ, M., *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu?* [online].

<sup>105</sup> Srov. *tamtéž*.

<sup>106</sup> Srov. Příloha III – Rozhovor s *Mgr. Denisou Holou*.

šesti měsícům, je využitelný pro poradenské plánování.<sup>107</sup> Test je možné snadno vyplnit i na webu adiktologické poradny 1. LF Univerzity Karlovy.<sup>108</sup>

## 2.5 Rizika netolismu

Rizika spojená s netolismem lze dle Nešpora rozdělit na tělesná, psychologická a sociální.<sup>109</sup> Podobně Kukla hovoří o důsledcích, které nastávají v souvislosti s velkým množstvím času, jenž dítě stráví u počítače. Tyto důsledky rozděluje rovněž na fyzické, psychické a sociální.<sup>110</sup>

**Tělesnými riziky** mohou být zejména bolesti zad, šíje, hlavy způsobené vysedáváním u počítače, bolest zápěstí (syndrom karpálních tunelů), častější nemoci očí, poruchy spánku, změna hmotnosti v důsledku změny stravovacích návyků (např. zapominání se najíst, jezení u počítače).<sup>111</sup> Nešpor zmiňuje též cukrovku, srdeční onemocnění, zvýšení rizika projevů epilepsie.<sup>112</sup>

**V psychologické rovině** hrozí poruchy paměti v důsledku nevyspání, neschopnost řešit problémy v komunikaci.<sup>113</sup> Kukla uvádí též riziko poškození neuronů, zahlcování informacemi, poruchy soustředění.<sup>114</sup> Čínská studie z roku 2010 prokázala 2,5x vyšší riziko výskytu deprese u dospívajících závislých na internetu než u ostatních vrstevníků.<sup>115</sup>

**V sociální oblasti** spočívá riziko např. v nahrazování reálných vztahů virtuálními. Dítě se nenaučí, jak komunikovat se skutečným světem, jak navazovat vztahy. Závislost na erotických stránkách může narušovat schopnost komunikovat s opačným pohlavím.<sup>116</sup> Dle Nešpora může násilí v počítačových hrách vést ke zvyšování agresivity, sklonu k šikanování. Závislost na internetu ovlivňuje i rozvoj jiných závislostí, např. zneužívání alkoholu a drog.<sup>117</sup>

## 2.6 Riziková skupina

Za nejrizikovější skupinu jsou považovány děti a teenageři. Podle informací Státního zdravotního ústavu ČR se závislost na internetu mezi studenty středních a vysokých škol pohybuje okolo 6–10 %, zatímco v obecné rovině se jedná o cca 0,3–1 % populace. Výsledky české studie z roku 2010<sup>118</sup> hovoří o závislosti na internetu u 3,4 % české populace a dalších 3,7 % osob, které jsou online závislostním chování ohroženy. Rovněž

<sup>107</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Chenova škála závislosti na internetu*. [online].

<sup>108</sup> Srov. Klinika adiktologie 1. LK UK. [online].

<sup>109</sup> Srov. NEŠPOR, M., *Závislost na počítačích: test, svépomoc, léčba*. [online].

<sup>110</sup> Srov. KUKLA, L a kol., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 350.

<sup>111</sup> Srov. HÝBNEROVÁ, J., *Závislost na online prostředí*. In *Sborník studií, Děti a online rizika*, s. 41.

<sup>112</sup> Srov. NEŠPOR, M., *Závislost na počítačích: test, svépomoc, léčba*. [online].

<sup>113</sup> Srov. tamtéž.

<sup>114</sup> Srov. KUKLA, L a kol., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 350.

<sup>115</sup> Srov. LAM, L. T., PENG, Z - W., *Effect of pathological use of the internet on adolescent mental health: A prospective study*. [online].

<sup>116</sup> Srov. KUKLA, L a kol., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 350.

<sup>117</sup> Srov. NEŠPOR, M., *Závislost na počítačích: test, svépomoc, léčba*. [online].

<sup>118</sup> Výzkum proveden v roce 2010 Masarykovou univerzitou v Brně v čele s Šmahalem D. Srov. Státní zdravotní ústav, *Netolismus: závislost na tzv. virtuálních drogách*. [online].

potvrdily, že nejohroženější skupinou jsou osoby ve věku 12–15 let, u nichž počet závislých či ohrožených dosahoval 23 %.<sup>119</sup>

Nejrizikovějším věkem pro vznik vážných komplikací se dle Miovského jeví věk mezi dvanáctým a devatenáctým rokem věku. Vznikem závislosti na internetu jsou však ohroženy již děti okolo desátého až dvanáctého roku věku.<sup>120</sup>

Uvádí se, že každou vteřinu sleduje na internetu více než dvacet osm tisíc uživatelů pornografii a každou půl hodinu vznikne nový film z této oblasti. Závěry výzkumů hovoří o tom, že k největším konzumentům porna na internetu patří právě děti, a to ve věku 12–17 let. Tato skutečnost může být alarmující, když si uvědomíme, že děti mohou považovat scény z pornografie za normální sexuální chování. Dle Kukly má pornografie na sexuální vývoj dětí větší vliv než rodina či škola.<sup>121</sup>

Německá studie DAK z roku 2015<sup>122</sup> poukázala na povážlivý celosvětový vývoj nadměrného užívání médií mezi dětmi. Z jejich výsledků vyplývá, že 50 % dětí ve věku 12–17 let tráví denně u internetu dvě až tři hodiny času. Během víkendu je tato doba ještě vyšší, studie hovoří o v průměru čtyřech hodinách, přičemž 20 % dětí tráví o víkendu prohlížením internetu nebo hraním počítačových her dokonce šest i více hodin.<sup>123</sup>

Těž mezinárodní výzkum z roku 2020<sup>124</sup> ukázal, že čas strávený na internetu dětmi ve věku 9–16 let se za posledních deset let zdvojnásobil. V České republice to bylo z necelých dvou hodin na tři hodiny denně.<sup>125</sup> Z českého výzkumu z roku 2019<sup>126</sup> vyplynulo, že 17 % adolescentů hraje digitální hry více než 4 hodiny denně, přičemž aktivnější jsou v tomto směru chlapci nežli dívky. 6 % chlapců pak vykazovalo známky závislosti, u dívek se jednalo o číslo 1,5 %.<sup>127</sup>

K podobnému závěru došel výzkum z roku 2019<sup>128</sup>, který potvrdil, že české děti jsou v online světě velmi aktivní. Alarmující se jeví zejména výsledky týkající se využívání sociálních sítí. Konkrétně 58 % dětí ve věku 7–12 let využívá sociální sítě, ačkoliv pro ně nejsou určeny a podle pravidel je smí používat až od 13 let. 59 % dětí má ve svém mobilním telefonu trvalý přístup na internet.<sup>129</sup>

---

<sup>119</sup> Srov. Státní zdravotní ústav, *Netolismus: závislost na tzv. virtuálních drogách*. [online].

<sup>120</sup> Srov. MIOVSKÝ, M., *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu?* [online]

<sup>121</sup> Srov. KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 352.

<sup>122</sup> Srov. DAK Gesundheit, *Internetsucht im Kinderzimmer*. [online].

<sup>123</sup> Srov. *tamtéž*.

<sup>124</sup> Výzkum EU Kids Online 2020 proveden mezinárodním vědeckým týmem, který v 19 zemích mapoval chování dětí mezi 9 a 16 lety v online prostředí. Srov. ŠMAHEL, D. a kol., *EU Kids Online 2020: survey results from 19 countries*. [online].

<sup>125</sup> Srov. FOJTOVÁ, M., *Výzkum: Čas, který tráví děti na internetu, se za poslední dekádu zdvojnásobil*. [online].

<sup>126</sup> Výzkum Univerzity Palackého z roku 2019 zaměřený na hraní her českými adolescenty. Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 104. – 106.

<sup>127</sup> Srov. *tamtéž*, s. 104. – 106.

<sup>128</sup> Výzkum Centra prevence rizikové virtuální komunikace PF Univerzity Palackého v Olomouci, které se zabývá pravidelně zkoumáním rizikového chování českých dětí v kybersvětě. Srov. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., *České děti v kybersvětě*. [online]. s.27.

<sup>129</sup> Srov. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., *České děti v kybersvětě*. [online]. s.27.

## 2.7 Další rizika spojená s užíváním internetu

Netolismus není jediným problémem, se kterým se může dítě ve virtuálním prostředí potýkat.<sup>130</sup> Proto zde budou stručně představena další hlavní rizika s užíváním internetu spojená.

### Kyberšikana

Dle Hulanové je kyberšikana: „ (...) *specifický druh šikany, který využívá internet, mobilní telefony a další nástroje moderních komunikačních technologií za účelem ublížení či zesměšnění jiné osoby.*“<sup>131</sup> Kyberšikana se může stejně jako ta klasická projevat např. vydíráním, pomluvami, urážkami, nadávkami, ponižováním.<sup>132</sup>

Vyznačuje se též některými znaky, které ji odlišují od klasické šikany. Především jde o její dostupnost. Odehrává se ve virtuálním světě, můžeme se s ní tedy setkat na rozdíl od klasické šikany *kdykoliv a kdekoliv*. Stačí být připojen k internetu či mobilní síti.<sup>133</sup> Pachatel je většinou *anonymní*, může jím být v podstatě kdokoliv, neexistují žádné predispozice k tomu stát se v případě kyberšikany agresorem. Každý uživatel internetu se může lehce stát obětí a stejně tak agresorem. Útočník svou oběť nemusí znát osobně, často se ani oběť nedozví, kdo ji obtěžoval.<sup>134</sup>

Přihlížet kyberšikaně může každý s přístupem k internetu, tedy v podstatě milióny lidí z celého světa. Do kyberšikany se vědomě či nevědomě zapojují tzv. *šířitelé kyberšikany*. Jde o jedince, kteří šíří informace o kyberšikaně dál např. formou odkazu na stránky. Dopad útoku na oběť se tím zmnohonásobuje.<sup>135</sup>

Při kyberšikaně nedochází k osobnímu kontaktu, oběť se tak nemůže bránit, není zde zpětná vazba. Diskriminující obsah zůstává ve virtuálním prostředí uložen a může být opětovně zdrojem kyberšikany. Problematická je též *diagnostika oběti*, neboť určit oběť kyberšikany je podobně složité jako u psychického týrání. Oběti bývají uzavřeny do sebe, o svých problémech s nikým nekomunikují. Důvodem může být i strach dítěte, že mu rodič zakáže používat internet. Na řešení svých problémů tak často zůstávají samy, což se může stát neúnosným.<sup>136</sup>

### Kybergrooming

Jedná se o takové chování uživatelů (tzv. predátorů či kybergroomerů), jehož účelem je vyvolat v oběti pocit falešné důvěry a následně ji přinutit k osobnímu setkání. Na schůzce může dojít k sexuálnímu zneužití oběti, fyzickému násilí, zneužití pro dětskou prostituci či dětskou pornografii. Psychická manipulace není krátkodobou záležitostí, naopak je obvyklé, že probíhá po delší dobu, od tří měsíců až po několik let. Predátor během této doby pracuje na budování a prohlubování vztahu s obětí.<sup>137</sup>

Oběťmi kybergroomingu se zpravidla stávají děti ve věku 11–17 let, častěji se jedná o dívky než o chlapce. Kopecský uvádí, že nejčastějšími typy obětí jsou děti, které mají nízkou sebeúctu či nedostatek sebedůvěry, děti, které se potýkají s emocionálními

<sup>130</sup> Srov. FIALOVÁ, H., IN SINGEROVÁ, H., *Rok distanční výuky*. [online].

<sup>131</sup> HULANOVÁ, L., *Psychologie internetové oběti, pachatele a kriminality*, s. 37.

<sup>132</sup> Srov. KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Rizika virtuální komunikace*, s. 5 – 8.

<sup>133</sup> Srov. ČECH, O., ZVONÍČKOVÁ, N., *Nebezpečí kyberšikany*, s. 18.

<sup>134</sup> Srov. tamtéž, s. 14 – 15.

<sup>135</sup> Srov. KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 23.

<sup>136</sup> Srov. KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Rizika virtuální komunikace*, s. 5 – 8.

<sup>137</sup> Srov. KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 50.

problémy či děti naivní a nadměrně důvěřivé. Ohroženou skupinou jsou podle Kopeckého též adolescenti, neboť projevují zájem o sexualitu, jsou ochotni o ní komunikovat.<sup>138</sup>

### **Kyberstalking**

Stalking je překládán jako pronásledování či slídění. V případě kybestalkingu se jedná o opakované, dlouhodobé a systematické obtěžování oběti prostřednictvím internetu či jiných elektronických komunikačních prostředků, např. zasílání zpráv v rámci chatu, sociálních sítí atp. Objevuje se i obtěžování při hraní online her.<sup>139</sup>

Kyberstalking může nabývat více podob v souvislosti s typem elektronické komunikace nebo s tím, zda je tato komunikace vedena soukromě či veřejně. Podle toho, zda se jedná o odesílání zpráv obsahujících např. výhrůžky, zastrašování, nemravnosti nebo se jedná o vyhledávání a zobrazování zpráv prostřednictvím internetu s obsahem vyhrožování a nenávisti či zveřejňování nepravdivých informací o oběti prostřednictvím sociálních sítí, na diskusních fórech, webových stránkách atp., se rozlišuje kyberstalking přímý a nepřímý.<sup>140</sup>

### **Dětská pornografie online**

Dětskou pornografií lze chápat jako jakýmkoliv způsobem provedené zpodobnění dítěte, jež se účastní skutečné nebo předstírané explicitně sexuální aktivity, nebo zpodobnění sexuálních orgánů dítěte, které je určeno primárně k sexuálním účelům.<sup>141</sup>

Internet se zdá být dokonalým pomocníkem pro šíření těchto materiálů. Pachatelům umožňuje výrobu, skladování, prohlížení i distribuci. Slouží i jako komunikační prostředek mezi pachateli či pro kontaktování potencionální oběti. Agresoři nepotřebují fyzický přístup k počítači oběti, dokáží na dálku ovládat webkameru a pořizovat z ní intimní snímky.<sup>142</sup> Existuje mnoho způsobů, jak oslovit děti v prostředí internetu a získat si jejich důvěru. Není vůbec podstatné, zda již dítě umí číst a psát. I poměrně malé děti jsou schopny velmi rychle se naučit pohybovat v prostředí internetu.<sup>143</sup>

Závažnost této problematiky souvisí s *dopadem na dítě*. Je třeba si uvědomit, že nedochází jen k jednorázové viktimizaci v okamžiku spáchání tohoto činu, ale též k další při zveřejnění získaného materiálu na internetu. Zde mohou být šířena dál v podstatě donekonečna. Dítě se tak stává obětí pokaždé, když jsou tyto záznamy prohlíženy.<sup>144</sup>

### **Sexting**

S dětskou pornografií souvisí další fenomén, a tím je **sexting**. Jedná se o elektronické rozesílání textových zpráv, fotografií či videí se sexuálně explicitním obsahem.<sup>145</sup> Sexting bývá pro dospívající symbolem společenského statusu. Dává jim pocit, že mají nějaký vztah. Problémem není sexting jako takový, ale digitální soukromí a jeho

---

<sup>138</sup> Srov. KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Rizika virtuální komunikace*, s. 14–16.

<sup>139</sup> Srov. HULANOVÁ, L., *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 69–71.

<sup>140</sup> Srov. tamtéž, s. 70.

<sup>141</sup> Srov. WEIS, P., *Sexuální zneužívání dětí*, s. 142.

<sup>142</sup> Srov. HULANOVÁ, L., *Internetová kriminalita páchaná na dětech*, s. 60.

<sup>143</sup> Hulanová popisuje případy, kdy agresor vytvoří webovou stránku pro děti plnou oblíbených postavíček nebo online her. Při prohlížení této stránky agresor dítě zkontaktuje např. s nabídkou zajímavé hry. V momentě, kdy dítě přijme zasláný odkaz, do jeho počítače se stáhne aplikace umožňující dálkové ovládání webkamery. Šmírování může začít. Srov. tamtéž, s. 60.

<sup>144</sup> Srov. tamtéž, s. 60.

<sup>145</sup> Srov. KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 81.



narušování. Děti si často nechtějí připustit myšlenku, že současný „přítel“ může být v budoucnu zhrzený „ex“, který může intimní fotky zaslat dále či je zveřejnit.<sup>146</sup> Riziko zneužití citlivých materiálů je velmi vysoké, je navíc spojeno s vydíráním, šikanou, manipulací.<sup>147</sup>

### **Nebezpečné internetové výzvy**

Internetové výzvy neboli challenge představují návody a pobídky k napodobování nežádoucího či dokonce nebezpečného chování, které může vést k újmě na zdraví. Současně nabádají k vytváření videí jako důkazu o provedení úkolu a jejich sdílení na sociálních sítích.<sup>148</sup> Mezi nejznámější patří např. „The Salt and Ice Challenge“,<sup>149</sup> „The Cinnamon Challenge“ či „The Blue Whale Challenge“.<sup>150</sup>

Pracovníci OSPOD, s nimiž byly vedeny rozhovory, v mnoha případech uváděli, že se ve své praxi setkávají s případy kyberšikany a sextingu. Některé jejich zkušenosti jsou opravdu alarmující. Často se jedná o případy dívek ve věku okolo dvanácti až patnácti let, kteří se seznamují na sociálních sítích s neznámými muži, zasílají mužům své nahé fotografie. Jakmile se vzeprou, je jim vyhrožováno a požadováno zaslání dalších fotografií nebo videí se sexuálně explicitním obsahem, např. videí při masturbaci. Neobvyklým případem není ani šikánování dětí již na úrovni základní školy. Jeden komunikační partner uvedl zkušenost se sektami, které děti paralyzují takovým způsobem, že v důsledku toho se děti uchylují k sebepoškození.<sup>151</sup>

## **2.8 Specifika některých forem netolismu**

Miovský uvádí, že nejčastější činností na internetu je u chlapců hraní počítačových her, zatímco u dívek představují riziko především sociální sítě a chatování.<sup>152</sup> Následující text bude proto věnován dvěma formám netolismu – závislosti na online hrách a závislosti na sociálních sítích.

<sup>146</sup> Srov. DOČEKAL, D. a kol., *Dítě v síti*, s. 168.

<sup>147</sup> Srov. KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Nebezpečí internetové komunikace IV*, s. 81.

<sup>148</sup> Srov. STRÍLKOVÁ, P., *Nebezpečné internetové výzvy pohledem českých dětí*, s. 4.

<sup>149</sup> „*The Salt and Ice Challenge*“ – výzva nabádající k posypání si části těla solí a poté na toto místo přiložení ledu. Chemická reakce, která tímto vznikne, může způsobit zranění, jež je podobné omrzlinám a popálením až třetího stupně. Srov. STRÍLKOVÁ, P., *Nebezpečné internetové výzvy pohledem českých dětí*, s. 4.

<sup>150</sup> „*The Cinnamon Challenge*“ – výzva k polknutí lžičky skořice (cinnamon). Často vede k dušení či dávení.

„*The Blue Whale Challenge*“ (Modrá velryba) – jedna z nejznámějších výzev. Je spojena s mýtem o tom, že děti pod jejím vlivem spáchaly sebevraždu, což se nezakládá na pravdě. Pobízí k plnění nebezpečných úkolů zahrnujících sebepoškození či lezení po střeších, zahrnuje i výzvy k sebevraždě. Jejím největším problémem je však kromě rizika sebepoškození její medializace, která pomáhá k šíření této výzvy a vede k napodobování. Srov. E-bezpečí, *Nebezpečné výzvy (dangour challenge)*. [online].

<sup>151</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovory s komunikačními partnery.

<sup>152</sup> Srov. MIOVSKÝ, M., *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu?* [online].

## 2.8.1 Závislost na online hrách

Pozornost bude věnována typu online her nazývaných *MMORPG*, neboť se ukazuje, že z hlediska vzniku závislosti je oproti jiným hrám hraní MMORPG významně škodlivější. Hráči RPG (z anglického role playing game) vykazují vyšší celkovou závislost na internetu než hráči jiných her.<sup>153</sup> MMO je zkratkou odvozenou z anglického massively multiplayer online. Jedná se tedy o hry, které mohou hrát online tisíce hráčů v jednom virtuálním prostředí.<sup>154</sup>

Důvody vyšší rizikovosti MMO her z hlediska potencionálního vzniku závislosti spočívají v typických znacích MMO her.<sup>155</sup> Pro hraní MMO není třeba extra výkonný počítač. Hry jsou *časově neomezené*. Není tedy možné je dohrát. Hráč tak nechce z prostředí hry odejít. Hry se odehrávají se v herním prostředí, které je *perzistentní*. Stále trvá a neustále se vyvíjí, 24 hodin 7 dní v týdnu. Vydavatelské firmy pravidelně přidávají nový obsah, prostředí je neustále vytvářeno i dalšími hráči, mění se tedy i v době, kdy konkrétní hráč právě nehraje.<sup>156</sup>

V jednom virtuálním prostředí a v témže čase dochází k *propojení několika hráčů* (tisíců až milionů) z celého světa najednou. V hráči to může vyvolávat pocit, že je součástí velké komunity. Pro úspěch ve hře je nezbytná komunikace a kooperace s dalšími hráči (*sociální interakce*). Hráči se sdružují do stálých skupin (klanů, gild), spolupracují ve svém týmu nebo soupeří s protihráči. Protivníkem tedy není počítač, ale člověk.<sup>157</sup> Online hry tak nabývají v podstatě podoby týmové činnosti, pro které je nutná spolupráce a aktivní účast. Působí tak na zodpovědnost hráčů. Jakmile dítě ve hře chybí, oslabuje svůj tým, který bez něho nemůže splnit některý úkol (např. zabít draka).<sup>158</sup>

Ve hře uživatele zastupuje digitální postava, tzv. *avatar*. Avatar může nabývat různorodých charakteristik spočívajících v různých dovednostech, schopnostech, síle. Jeho charakteristika je pro hráče a postavení ve hře velmi důležitá. Během hry se avatar může vyvíjet, získávat lepší vybavení, nabývat větší moci a uživatel tak získává vyšší prestiž v očích jiných hráčů. K tomu napomáhá *sofistikovaný systém odměn* založený na získávání bodů za plnění úkolů. Díky bodům získává přístup k pokročilejším herním obsahům nebo právě vylepšení pro svou postavu.<sup>159</sup>

Riziko spojené s hraním online her může představovat prodej tzv. *lootboxů*.<sup>160</sup> Některé lootboxy lze získat za splnění úkolu nebo za herní body, takto získané balíčky však většinou nejsou tak významné jako ty, prodávané za reálné peníze. Diskutuje se

<sup>153</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her*, s. 67.

<sup>154</sup> Existuje několik žánrů MMO, nejrozšířenější jsou:

- 1) MOBA – název odvozen z anglického multiplayer online battle arena. Jedná se o strategickou hru odehrávající se v prostředí fantasy arény. Zde se online utkává několik hráčů. Jednou z neznámějších her tohoto typu je League of Legends.
- 2) MMORPG – online hra na hrdiny typicky fantasy nebo sci-fi žánru odehrávající se ve 3D světě. Hráči zde ovládají svého avatara, který plní různé úkoly, bojuje s jinými hráči či monstry, mohou se stát řemeslníky vyrábějícími předměty pro jiné hráče nebo mohou jen objevovat virtuální svět. Typickým příkladem je hra World of Warcraft.

Srov. BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*, s. 112–113.

<sup>155</sup> Srov. tamtéž, s. 112–113.

<sup>156</sup> Srov. tamtéž, s. 112–113.

<sup>157</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her*, s. 33.

<sup>158</sup> Srov. KOPECKÝ, K., *Úvod do problematiky netolismu*. [online].

<sup>159</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her*, s. 33.

<sup>160</sup> Lootbox je balíček s překvapením, který obsahuje různé prvky s uplatněním pro hru (např. zbraně, určité schopnosti). Dopředu dítě neví, jak významné předměty bude balíček obsahovat. Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her*, s.30–31.

o tom, že tento prodej bonusů může rozvíjet **hazardní chování**. V některých zemích proto již bylo přistoupeno k odstranění lootboxů z her.<sup>161</sup>

Platby v hrách včetně plateb za lootboxy je možné realizovat platební kartou nebo převodem z účtu. Holá uvedla, že rodiče tak někdy nabývají dojmu, že jejich dítě, které nevlastní účet, nemá možnost takové koupě. Existuje však ještě další způsob a tím je **paysafecard**. Jedná se o kartu, kterou si kdokoli (tedy i dítě) může zakoupit v hodnotě od 100 do 2000 Kč na různých veřejných místech, např. v supermarketech, trafikách. Prostřednictvím této karty může snadno uskutečnit online platbu.<sup>162</sup>

Rizikovitost lootboxů dokládají i zkušenosti komunikačních partnerů. Někteří hovoří o případech krádeží peněz rodičům dětmi, kdy důvodem byly nákupy balíčků do her. Jeden z informátorů uvedl též případ muže, který se seznamoval s dospívajícími chlapci a pod záminkou nákupu lootboxů je zval k osobním schůzkám a následně i k sobě domů, kde je obtěžoval.<sup>163</sup>

## 2.8.2 Závislost na sociálních sítích

Sociální síť nabízí možnost sdílení informací, komunikaci, propagaci. Lidé na nich mohou sdílet vlastní příspěvky, komentáře, nahrávat své fotky či videa. Z údajů Českého statistického úřadu mj. vyplývá, že v České republice používalo sociální síť v roce 2020 více než 4,7 miliónů osob, tj. 54 % jednotlivců starších 16 let. V kategorii 16–24 let bylo alespoň na jedné sociální síti 95 % osob.<sup>164</sup> Dle Vondráčkové používání internetu k sociální komunikaci patří k hlavním motivům, které vedou k nadměrnému užívání internetu.<sup>165</sup>

Existuje mnoho typů online komunikačních aplikací, které umožňují různé aktivity jako chatování, blogování (tj. publikace článků a fotografií), diskuzní fóra, seznamky. Sociální síť (zkratka SNS z anglického social networking sites) se vyznačují tím, že zahrnují všechny tyto komunikační aplikace dohromady. Jejich specifickým znakem je **snadná a v podstatě neustálá dostupnost**. Nejsou nutně vázány na počítače, je možno je používat i na tabletu, mobilním telefonu. Nevyžadují tedy soustředěnou, několik hodin trvající aktivitu jako online hry, ale jsou **použitelné kdykoliv, 24 hodin denně**, včetně doby, kdy by se měl jejich uživatel věnovat něčemu jinému, např. pracovní (školní) činnosti nebo spánku. Mohou se stát prostředkem **prokrastinace**. Jejich užívání je tak nenápadné, že okolí ani jedinec sám si nemusí být dlouho vědomi toho, co je příčinou odkládání povinností nebo dalších problémů.<sup>166</sup>

Podle názoru Blinky je závislost na sociálních sítích oproti závislosti na online hrách, online gamblingu a online pornografii v podstatě hypotetickým fenoménem, který nebyl potvrzen studiemi. Používá termín **nadměrné používání sociálních sítí**, které jako takové může a nemusí být patologické. Upozorňuje však, že u některých jedinců nadměrné používání SNS může vést k příznakům typickým pro závislosti.<sup>167</sup> Naproti tomu Koreš

<sup>161</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hrani digitálních her*, s.30–31.

<sup>162</sup> Srov. Příloha III – *Rozhovor s Mgr. Denisou Holou*.

<sup>163</sup> Srov. Příloha IV – *Rozhovory s komunikačními partnery*.

<sup>164</sup> Výzkumným vzorkem byly osoby starší 16 let. Nebyly zkoumány mladší osoby. Pro srovnání – v roce 2009 používalo sociální síť v ČR 5 % osob. Srov. ČSÚ, *Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci*. [online].

<sup>165</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu z vývojového hlediska*. In BLINKA, L. a kol., *Online závislosti* (dále jen *Nadměrné užívání internetu*), s. 92.

<sup>166</sup> Srov. BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*, s. 179–181.

<sup>167</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hrani digitálních her*, s. 181–183.

uvádí, že společnost si uvědomuje, že závislost na sociálních sítích existuje. Nicméně často je užívání sociálních sítí společností chápáno jako přijatelné riziko v porovnání s např. kyberšikanou. Problém je, že příznaky závislosti nemusí být rozpoznatelné až do doby, kdy se jedná již o extrém.<sup>168</sup>

S fenoménem závislosti na SNS souvisí syndrom označovaný jako **FoMO**. Název je odvozen z anglického „fear of missing out“, tj. strach z toho, že něco propásneme. Syndrom se projevuje tím, že uživatel potřebuje mít neustále přehled o dění v prostředí sociálních sítí, je v podstatě neustále online a kontroluje, co se děje. Může být spojen s předváděním se, tedy potřebou vynikat, ukázat se, předvést svůj úspěch. Pokud však někdo v kyberprostoru předvede „něco lepšího“, může to vést k pocitům smutku, úzkosti a depresi. Popisovanými příznaky FoMO jsou tak např. nervozita, podrážděnost, netrpělivost, bušení srdce, stavy úzkosti. K dalším projevům patří např. prokrastinace, nerozhodnost nebo okusování nehtů.<sup>169</sup>

### 2.8.3 Vybrané druhy sociálních sítí a jejich rizika

Rizikovitost sociálních sítí nemusí spočívat jen v nadměrné míře užívání, která může přerůst v závislostní chování, ale i v jiných aspektech, které se s nimi pojí a které mohou mít pro dítě negativní důsledky.<sup>170</sup> Je proto vhodné podívat se na některé sociální sítě podrobněji.

#### Facebook

Facebook založil Mark Zuckerberg coby student Harvardovy univerzity v roce 2004 jako prostor na internetu určený pro setkávání studentů a učitelů této univerzity. Dnes je největší a nejrozšířenější sociální síť světa.<sup>171</sup> Základním principem Facebooku je vytváření svého profilu, na němž uživatel zveřejňuje různé informace, fotografie, události ze svého života a sdílí je veřejně nebo s dalšími lidmi, které označí statusem „přítel“. Podmínkou pro založení účtu je **dosažení věku 13 let**.<sup>172</sup>

Facebook (zkratka FB) může být pozitivním i negativním nástrojem. V pozitivní rovině může sloužit např. k zábavě, navazování kontaktů, PR. V té negativní však může být spojen např. s **kyberšikanou, podvody či sexuálními útoky na děti**.<sup>173</sup>

Rizikovou je též koncentrace velkého množství osobních údajů, které mohou být zneužity, např. k vydírání, k vyhrožování, k manipulaci k vynucování osobního setkání pod pohrůzkou šíření ponižující fotografie nebo videa. Současně FB umožňuje označovat uživatele na fotografiích jménem a příjmením. Tím dochází k propojení s jejich profily a k riziku zveřejnění citlivých údajů o nich.<sup>174</sup>

<sup>168</sup> Srov. KOREŠ, J. In KABOURKOVÁ, M., *Závislost na sociálních sítích*. [online].

<sup>169</sup> Srov. KOPECKÝ, K., *Co je syndrom FoMO*. [online].

<sup>170</sup> Srov. MÁCA, R., *Děti a rizika sociálních sítí*. [online].

<sup>171</sup> Údaje z roku 2017 hovoří o dvou miliardách uživatelů, přičemž přes 9 % tvoří děti ve věku 13–17 let. V České republice se jednalo o pět miliónů osob.

Srov. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace, *Rizika používání sociální sítě Facebook* (dále jen *Rizika sítě Facebook*). [online].

<sup>172</sup> Srov. KOPECKÝ, K., *Facebook podruhé*. [online].

<sup>173</sup> Srov. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace, *Rizika sítě Facebook*. [online].

<sup>174</sup> Srov. tamtéž.

Na FB lze vytvořit falešný profil, s nepravdivými údaji. Odhaduje se, že existuje přes osmdesát miliónů falešných profilů. S tím souvisí i riziko zakládání profilů dětmi mladšími 13 let.<sup>175</sup>

## Instagram

Instagram vznikl jako volně dostupná aplikace v roce 2010. Od roku 2012, kdy ho zakoupila americká společnost Facebook, se stal jednou z nejrychleji rostoucích sítí na světě.<sup>176</sup>

Instagram slouží primárně ke sdílení fotografií a videí. Je založen na podobném principu jako Facebook, tedy i zde má uživatel svůj profil, na němž sdílí obsah s dalšími lidmi. Lze ho používat na chytrém telefonu či tabletu. Existuje i varianta pro počítače, která však nenabízí všechny funkce. Oblíbenými se staly i tzv. *Instagram Stories*, tato funkce umožňuje úpravy fotek či videí, které u jiných příspěvků nejsou možné. Z těchto fotek či videí vznikají příběhy (stories) viditelné pouze 24 hodin. Každý profil obsahuje informaci o počtu příspěvků, počtu jiných profilů, které uživatel sleduje a počtu uživatelů sledující jeho profil. Tento údaj je důležitý zejména pro tzv. *influencery*, neboli vlivné uživatele, kteří využívají své popularity k ovlivnění chování ostatních uživatelů.<sup>177</sup>

Úmyslem tvůrců aplikace je, aby uživatelé trávili na Instagramu co nejvíce času. Proto je aplikace neustále vylepšována, nabízí nové možnosti a funkce, což vede ke zvyšování času zde stráveného. Instagram tak může napomáhat ke vzniku *netolismu*.

Kromě tohoto rizika může být jeho užívání spojeno s *kyberšikanou*, *kybergroomingem*, *šířením poplašných zpráv* či tzv. *fake news* tedy dezinformací.

Rizikovou může být *snaha o pořízení perfektních fotografií*, kdy někteří uživatelé ve snaze „ulovit“ ten nejlepší snímek vstupují na velmi nebezpečná či nepřístupná místa a jsou odhodláni jít za hranu svých schopností.<sup>178</sup>

Reálným rizikem je též *krádež uživatelského profilu*. Takto ukradený účet bývá nadále používán, jeho sledovatelé nemusí vůbec poznat, že je již falešný.<sup>179</sup>

## Snapchat

Snapchat vznikl v roce 2011 jako školní projekt studentů Stanfordské univerzity.<sup>180</sup> Podobně jako Instagram slouží ke fotografií a videí, které lze upravit pomocí různých obrázků, kreseb, textů. Velké oblibě se těší zejména u dětí.<sup>181</sup> Atraktivita Snapchatu spočívá v tom, že zasílaný obsah je možné zobrazit jen po omezenou krátkou dobu, poté zmizí.<sup>182</sup>

Hlavní riziko spočívá v rozvoji *netolismu*.<sup>183</sup> Snapchat může být podle Kubaly silně návykový. Zdá se být *ideálním prostředím pro kyberšikany*. Útočníci využívají základní

<sup>175</sup> Srov. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace, *Rizika sítě Facebook*. [online].

<sup>176</sup> Během roku 2018 překročil 1 miliardu aktivních uživatelů za měsíc. V České republice se jednalo přibližně o 2,2 miliónu lidí. Srov. KOPECKÝ, K., *Facebook umírá, žezlo přebírá Instagram*. [online].

<sup>177</sup> Srov. KOPECKÝ, K., *Facebook umírá, žezlo přebírá Instagram*.

<sup>178</sup> Dle statistik zemřelo v letech 2011 – 2017 více než 260 lidí na světě kvůli selfie. Srov. tamtéž.

<sup>179</sup> Srov. KOPECKÝ, K., *Facebook umírá, žezlo přebírá Instagram*. [online].

<sup>180</sup> Statistiky hovoří o čísle 180 miliónů uživatelů na světě na konci roku 2018. Srov. KUBALA, L., *Snapchat už nepřináší žádné novinky, jen rizika*. (dále jen Snapchat). [online].

<sup>181</sup> Srov. tamtéž.

<sup>182</sup> Srov. FIŠER, M., *Snapchat je sociální síť na prodej drog, nebral si servítky francouzský ministr*. [online].

<sup>183</sup> K riziku netolismu přispívá aplikací zavedený systém oceňování, tzv. Snapstreak, který spočívá v odměňování uživatelů speciální ikonou tehdy, pokud si spolu vydrží vyměňovat informace alespoň po dobu tří po sobě jdoucích dnů, čímž vyvíjí na uživatele tlak. Děti z obavy ze ztráty ocenění či přátel pak píšou desítky zpráv denně a podléhají strachu nebýt online. Srov. KUBALA, L., Snapchat. [online].

vlastnosti Snapchatu, tedy že zasláné výhružné zprávy po přečtení zmizí. Pokud si oběť nestihne vytvořit kopii, nemá žádný důkazní materiál. Zřejmě ze stejného důvodu je oblíbený pro *sexting*.<sup>184</sup>

Ve spojitosti s aplikací Snapchat byl zaznamenán též fenomén *Snapchat dysmorphia*. Jedná se o formu tělesné dysmorfické poruchy, která patří mezi obsedantně kompulzivní poruchy.<sup>185</sup> V souvislosti s aplikací nabývá podoby požadavků dospívajících vypadat jako na fotografii s filtrem na Snapchatu, tedy jako dokonale upravená verze sebe sama, kdy jsou ochotni kvůli tomu podstoupit plastické operace.<sup>186</sup>

## Tellonym

Aplikaci Tellonym založila v roce 2016 trojice teenagerů z Německa s myšlenkou podpory otevřené a upřímné konverzace. Její tvůrci prohlašují, že se jedná o nejpříjemnější místo světa.<sup>187</sup> Z výzkumu E-bezpečí vyplývá, že tuto aplikaci aktivně užívá 13 % dětí ve věku 7–17 let.<sup>188</sup>

Principem se Tellonym nejvíce podobá Instagramu, neslouží však ke sdílení fotografií či videí, nýbrž k anonymní konverzaci. K registraci stačí zadat věk nad 17 let, přezdívku a telefonní číslo, poté již uživatel může vyhledat své „přátele“ a zaslat jim anonymně zprávu. Podle tvůrců má anonymita napomáhat odbourávat zábrany k zahájení konverzace a zlepšovat tak sociální vztahy a vznik nových přátelství. Skutečnost je však jiná. Tellonym se stal *nástrojem kruté kyberšikany mezi dětmi*. Je popsáno nespočet případů urážek či vyzývajících zpráv vůči vlastníkovvi profilu uvedených na jeho stránce veřejně. Poprvé na problém upozornily britské školy v červenci 2018, poté následovaly školy v USA. V roce 2019 varovala před touto aplikací CNN. Tellonym dostal přezdívku „platforma pro šikánování“.<sup>189</sup> V České republice se s kybernetickou agresí v prostředí aplikace Tellonym setkala 6,5 % dětí.<sup>190</sup>

## Tik Tok

Aplikace Tik Tok jako online služba vznikla v roce 2017 přerodem ze služby jiné, a to Musically.<sup>191</sup> Oblíbeným je Tik Tok též v České republice, a to zejména u dětí. Výzkum projektu E-bezpečí ukázal, že tuto službu aktivně využívá 28 % českých dětí, přičemž se nejčastěji jedná o děti již ve věku 10–11 let.<sup>192</sup>

Účelem této služby je sdílení krátkých videí, a to zejména s hudebním či tanečním obsahem. K používání aplikace není potřeba mít založen žádný účet, každý uživatel má

---

<sup>184</sup> Srov. KUBALA, L., Snapchat. [online].

<sup>185</sup> Projevuje se tím, že jedinec se nemůže zbavit myšlenky na to, že není vzhledově dokonalý, vzhledový nedostatek se přitom často nachází jen v jeho hlavě nebo je pro okolí naprosto bezvýznamný. Podstupuje různé chirurgické zákroky, které však nemusí vést k jeho úlevě a uspokojení. Naopak mohou stupňovat jeho pocity zoufalství, které ho mohou vést až k sebevraždě. Srov. KUBALA, L., Snapchat. [online].

<sup>186</sup> Srov. tamtéž.

<sup>187</sup> Srov. KUBALA, L., Tellonym – aplikace pro budování přátelství, nebo platforma pro kyberšikany? (dále jen Tellonym). [online].

Dle údajů obchodů App Store a Google Play aplikaci v roce 2019 používalo přes 18 miliónů lidí na světě. Srov. tamtéž.

<sup>188</sup> Srov. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., České děti v kybersvětě. [online].

<sup>189</sup> Srov. KUBALA, L., Tellonym. [online].

<sup>190</sup> Srov. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., České děti v kybersvětě. [online].

<sup>191</sup> Srov. KOPECKÝ, K., Problém zvaný Tik Tok. [online].

Dle statistik z roku 2019 má přes půl miliardy uživatelů na celém světě a patří k šesti nejvíce stahovaným aplikacím. Srov. tamtéž.

<sup>192</sup> Srov. KOPECKÝ, K., SZOTKOWSKI, R., České děti v kybersvětě. [online].

tedy okamžitě po nainstalování aplikace přístup k nepřebornému množství videí, které může libovolně sdílet, komentovat, „lajkovat“. Velkou část tvoří různá parodická videa. Je zde zcela zřejmé cílení na dětskou věkovou skupinu.<sup>193</sup>

S využíváním Tik Toku se pojí **kybernetická agrese, šikana, nebezpečné výzvy (Challenges), adrenalinová videa**, v nichž jejich tvůrci riskují svůj život. Velmi rizikovým jevem jsou **úniky videí velmi malých dětí** (do 11 let věku) se sexuálně explicitním obsahem. Na videích, kde děti např. provádí různé taneční kreace, se občas objeví obnažená část jejich těla. Tato videa jsou vyhledávána sexuálními abuzéry, kteří je dále sdílí a rozšiřují nebo děti prostřednictvím Tik Toku oslovují s žádostmi o zaslání intimních fotografií.<sup>194</sup>

Na Tik Toku bývá často **zveřejňován nevhodný obsah** v podobě např. sexuálně explicitních videí s malými dětmi (do 12 let), pornografie dospělých, videa zachycující „killingstalking“,<sup>195</sup> sebepoškozování, zaměřená na způsoby, jak spáchat sebevraždu nebo videa zaměřená na anorexii či morbidní obezitu.<sup>196</sup>

## YouTube

Youtube byl založen v roce 2005, existuje ve více než sedmdesáti jazykových mutacích. Pro mladé lidi se stal defacto běžnou součástí života.<sup>197</sup> Jedná se o server, který poskytuje prostor pro sdílení videí. Můžeme zde najít videa zobrazující realitu (např. sportovní utkání), videa umělecká (např. filmy, videoklipy), naučná (např. různé návody, přednášky) a ostatní zábavná (např. výzvy, nachytávky).<sup>198</sup> Riziko představují zejména videa obsahující nebezpečné návody a výzvy.<sup>199</sup>

Tzv. youtubeři, neboli uživatelé sdílící svá videa s fanoušky na YouTube, se stali fenoménem poslední doby. Někteří z nich se těší velké popularitě. Děti a mladiství v nich spatřují své vzory, obdivují je, pokouší se je napodobovat.<sup>200</sup>

## 2.9 Vliv internetu na formování a vývoj osobnosti

Tato část je věnována některým specifickým jednotlivých vývojových stadií s přihlédnutím k možnému vlivu užívání technologií na vývoj jedince.

Psychický vývoj jedince představuje kontinuum zahrnující změny, které probíhají na psychické, biologické, sociální a fyzické úrovni.<sup>201</sup> Každá vývojová etapa se vyznačuje jinými specifickými potřebami, způsoby vnímání, emocemi.<sup>202</sup> Klasickými vývojovými teoriemi jsou např. Freudova teorie psychosexuálního vývoje, Piagetův model kognitivního vývoje, Havighurstova teorie vývojových úkolů či Eriksonova teorie

<sup>193</sup> Srov. KOPECKÝ, K., *Problém zvaný Tik Tok*. [online].

<sup>194</sup> Srov. tamtéž.

<sup>195</sup> Videa zahrnutá pod termín killingstalking zachycují děti, kteří si navzájem přikládají nože k hrdlům a hrají vzájemné týrání. Srov. KOPECKÝ, K., *Problém zvaný Tik Tok*. [online].

<sup>196</sup> Srov. KOPECKÝ, K., *Problém zvaný Tik Tok*. [online].

<sup>197</sup> Srov. VANÍČKOVÁ, V., *YouTube, spojenec při rozvoji gramotnosti*. [online].

Z průzkumu společnosti Google vyplývá, že v roce 2017 bylo v České republice prostřednictvím YouTube denně shlédnuto 1,9 miliard videí, server měl 5,2 milionu uživatelů, přičemž z 90 % se jednalo o věkovou kategorii 15–24 let. Srov. tamtéž.

<sup>198</sup> Srov. tamtéž.

<sup>199</sup> Srov. STRÍLKOVÁ, P., *Nebezpečné výzvy*, s. 4.

<sup>200</sup> Srov. tamtéž.

<sup>201</sup> Srov. KRČMÁŘOVÁ, B., *Děti a online rizika*, s. 74.

<sup>202</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 89.

psychosociálního vývoje.<sup>203</sup> Dle Eriksonovy teorie se každé vývojové období vyznačuje konkrétním psychosociálním konfliktem, jehož úspěšné zvládnutí vede k pokroku ve vývoji, zatímco nezvládnutí k regresi.<sup>204</sup> Vondráčková z teorií vyvozuje, že z hlediska vývoje jsou nejdůležitější rané vývojové fáze. Jejich úspěšné zvládnutí je předpokladem zvládnutí vývojových kroků v dalších fázích. Nadměrné užívání internetu tak lze vnímat jako důsledek nenaplněných potřeb a úkolů v raných i aktuálních stádiích vývoje.<sup>205</sup>

Technologie ovlivňují významným způsobem naše vědomí. Nemusí to znamenat problém u dospělých či dospívajících za předpokladu, že se jejich mozek mohl zdravě vyvíjet. Může to však představovat velký problém u mladších dětí, u nichž vývoj mozku nebyl dosud ukončen.<sup>206</sup> Mozek novorozence tvoří přibližně 25 % mozku dospělého člověka, během vývoje tak zvětší svůj objem zhruba čtyřikrát. K většině změn v mozkových strukturách dochází během dvou vývojových stádií, a to v raném dětství a v dospívání.<sup>207</sup>

Odborníci z oboru psychologie i pediatrie varují, že zejména v prvních letech života mají digitální média na vývoj dětí negativní vliv. I u nejmenších dětí se velmi rychle objevují známky závislosti. Média navíc mohou narušit vývoj mozku fatálním způsobem. Bezpečné však není používání digitálních médií v nadměrné míře ani pro starší děti. U nich může ovlivnit vývoj řeči, může docházet k poruchám pozornosti, spánku, ke zvýšení hyperaktivity, poruchám čtení a psaní. Je proto zřejmé, že mediální výchova by měla být řízena vývojem dětí a dospívajících.<sup>208</sup>

## Novorozenecké a kojenecké období (0–1 rok)

Děti jsou v prvním roce svého života odkázáni v oblasti uspokojování psychických i biologických potřeb zcela na péči dospělých. Dochází k velmi rychlému a složitému vývoji, jehož podmínkou je dostatečně podnětné prostředí. Nejdůležitější je, aby tu byla osoba, která jim poskytuje láskyplnou a citlivou péči a vytváří pocit bezpečí.<sup>209</sup> Erikson hovoří o konfliktu mezi základní důvěrou a nedůvěrou.<sup>210</sup> Pokud se rodič sám věnuje ve velké míře médiím místo svému dítěti, ochuzuje tím dítě o dostatek citových projevů potřebných pro uspokojování potřeby lásky a rovněž o dostatečné množství stimulace podstatné pro proces učení.<sup>211</sup> Takový rodič je sice u dítěte fyzicky přítomen, ale nevěnuje mu svou pozornost, což může mít negativní dopad i na vytváření bezpečné vazby mezi nimi.<sup>212</sup>

Během prvního roku života děti vstřebávají to, na co se dívají. To, co vidí, utváří jejich nervové spoje a stává se základem pro sociální učení. Novorozenci vidí zejména lidské tváře a je pro ně důležité vidět je naživo, nikoliv na obrazovce. Prvotní prostředí ovlivňuje, na co se dětský mozek zaměří. Uvádí se, že děti jsou schopny chápat, že to, co je na obrazovce, nesouvisí se skutečným světem, až teprve ve věku okolo 2,5 let.<sup>213</sup>

---

<sup>203</sup> Srov. MILLOVÁ, K., *Klasická teorie vývoje*. IN BLATNÝ, M., *Psychologie celoživotního vývoje*, s. 23.

<sup>204</sup> Srov. *tamtéž*, s. 26.

<sup>205</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 89.

<sup>206</sup> Srov. GLÖCKER, M., *Zdravé dětství*, s. 6.

<sup>207</sup> Srov. UHLS, Y.T., *Mediální mámy, digitální tátové*, s. 87.

<sup>208</sup> Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. a kol., *Zdravé dětství*, s. 10–13.

<sup>209</sup> Srov. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., *Vývojová psychologie*, s. 68–71.

<sup>210</sup> Srov. MILLOVÁ, K., *Klasická teorie vývoje*. IN BLATNÝ, M., *Psychologie celoživotního vývoje*, s. 27.

<sup>211</sup> Srov. VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie*, s. 72.

<sup>212</sup> Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. *Zdravé dětství*, s. 47–49.

<sup>213</sup> Srov. UHLS, Y. T., *Mediální mámy a digitální tátové*, s. 41–55.



## Období batolete (1–3 roky)

Batolecí období provází další rychlý vývoj všech psychomotorických funkcí.<sup>214</sup> Dle Eriksona se jedná o zvládnutí konfliktu mezi rozvojem autonomie na straně jedné a studem či pochybnostmi na straně druhé.<sup>215</sup> Ze strany rodičů je rozhodující na potřebu autonomie dostatečně citlivě reagovat prostřednictvím jasně stanovených pravidel a přiměřeného vedení.<sup>216</sup> Podmínkou pro další zdárný vývoj dítěte je zejména dostatek příležitostí ke hře.<sup>217</sup>

Pro rozvoj dítěte v raném věku jsou podstatné smyslové vjemy. Interaktivní digitální média však poskytují pouze dvourozměrné vjemy na hladkém a stále stejném povrchu obrazovky. Jedná se v podstatě o nenáročné a chudé smyslové prožívání, které je pro dítě z hlediska jeho vývoje ztrátou času. Toto umělé prostředí tak omezuje zdravý rozvoj jeho mozku. Dle některých odborníků i sledování televizních pořadů může být pro malé děti škodlivé. Zahlcující a často pronikavě hlasitý obsah představuje nadměrnou zátěž pro smysly dítěte. Může vést k pocitům úzkosti i poruchám spánku. Děti se médiu nechají snadno pohltit, z jejich vědomí tak vytlačují bezprostřední kontakt s přirozeným prostředím.<sup>218</sup>

Holá při poskytnutém rozhovoru zmínila fenomén současné doby, kterým je používání obrazovek médiu některými rodiči k utišení svých dětí nebo odvedení pozornosti např. při krmení. Rodiče si neuvědomují, že tímto způsobem odměňují a posilují nežádoucí chování dětí.<sup>219</sup> Jedná se o učení operantním podmiňováním.<sup>220</sup>

Z rozhovoru s komunikačními partnery vyplynulo, že není neobvyklé při místních šetřeních prováděných v rámci výkonu sociálně právní ochrany dětí v některých (zejména sociálně slabých) rodinách vidět takto malé děti přitisknuté k obrazovce televize či mobilního telefonu. Rodiče tento způsob volí pro jejich snadné zabavení.<sup>221</sup>

## Předškolní věk (4–6 let)

Pro dítě předškolního věku je zásadní činností hra a pohyb. Velkou roli hraje fantazie, výtvarný projev, pohádkové příběhy. Charakteristickým pro tento věk je i sklon k obviňování se, pocitům viny. Dle Ericsona je vývojovým úkolem předškolního období upevnit si iniciativnost a naučit se ji regulovat svědomím.<sup>222</sup>

Pro zdravý rozvoj mozku potřebuje předškolák zažívat rozmanité zkušenosti v reálném světě. Hry ve skutečném světě podporují jeho tvořivost, kreativní činnosti jako malování či vyrábění různých věcí rozvíjí jeho jemnou motoriku a současně umožňují dítěti zažívat úspěch a posilovat tak jeho zdravou sebedůvěru. Setkávání se s dalšími lidmi přispívá k rozvoji jeho řeči, dostatečné množství pohybu podněcuje kognitivní vývoj, pozornost rodičů vede k posílení bezpečné vazby s dítětem. Projevováním zájmu

---

<sup>214</sup> Srov. NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 415.

<sup>215</sup> Srov. MILLOVÁ, K., *Klasická teorie vývoje*. In BLATNÝ, M., *Psychologie celoživotního vývoje*, s. 27.

<sup>216</sup> Srov. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., *Vývojová psychologie*, s. 86.

<sup>217</sup> Srov. NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 415.

<sup>218</sup> Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. *Zdravé dětství*, s. 47–49.

<sup>219</sup> Srov. Příloha III – *Rozhovor s Mgr. Denisou Holou*.

<sup>220</sup> Srov. NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 362.

<sup>221</sup> Srov. Příloha IV – *Rozhovory s komunikačními partnery*.

<sup>222</sup> Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 168.

dávají rodiče dítěti najevo, že je pro ně důležité. Tělesný kontakt s druhými lidmi podněcuje všechny smysly dítěte.<sup>223</sup>

K vlivu médií na vývoj předškolních dětí odborníci upozorňují, že problém spočívá v tom, že digitální média podněcují pouze oči a uši, ostatní smysly zůstávají téměř nezapojené. Pokud tedy dítě tráví mnoho času s digitálními médii, nemůže se věnovat jiným činnostem z reálného světa, které potřebuje pro svůj zdravý rozvoj. Na dítě z obrazovky působí hotové obrázky vytvořené někým jiným, což omezuje rozvoj jeho fantazie.<sup>224</sup> Z německé studie BLIKK provedené v roce 2017 vyplývá, že 70 % předškoláků tráví denně více než půl hodiny s chytrým telefonem svých rodičů. Studie upozorňuje na důsledky tohoto chování jako jsou poruchy rozvoje řeči, poruchy soustředění, hyperaktivita, vnitřní neklid.<sup>225</sup>

## Mladší a střední školní věk (6–12 let)

Na počátku školní docházky dětem ještě splývají hranice mezi tím, co je skutečné a co vytvořené fantazií. V tomto období pokračuje vývoj rozumových schopností, postupně je dítě schopno lépe uvažovat a usuzovat. Dochází k postupu od konkrétního myšlení k abstraktnímu.<sup>226</sup>

Dítě se učí číst, psát, počítat, má se naučit jezdit na kole, plavat, ovládat různé nářadí a nástroje.<sup>227</sup> Stále je pro ně primární jeho rodina, nicméně nabývají pro něho na významu přátelství s vrstevníky. Dítě v tomto věku potřebuje navazovat uspokojivé sociální vztahy, je pro něho důležité být přijato sociální skupinou.<sup>228</sup> Díky těmto vztahům se učí rozumět druhým, řešit konflikty. Dosud nedokáže úplně odhadnout své schopnosti, může se tak dopouštět chyb či zažívat neúspěch. Je třeba, aby mělo kolem sebe dospělé lidi, kteří jsou pro ně vzorem toho, jak zacházet se zlostí, vztekem, neúspěchem, a kteří je v rozumné míře ochrání před vážnými chybami. Dítě pro svůj vývoj však neúspěchy zažívat potřebuje, jejich překonání napomáhá k budování jeho sebedůvěry.<sup>229</sup> To souvisí se základním konfliktem tohoto vývojového období, kterým je podle Ericsona konflikt mezi výkonností a méněcenností. Dítě potřebuje vytvářet kladný vztah k výkonové oblasti a tím si vybudovat zdravé sebevědomí.<sup>230</sup>

V tomto období děti začínají používat internet ve větší míře. Dle Vondráčkové však existuje jen velmi málo studií týkajících se užívání internetu dětmi této věkové kategorie. Většina výzkumů se orientuje na děti od 11 let výše, z nichž vyplývá, že počet osob se znaky nadměrného užívání či závislosti na internetu roste se zvyšujícím se věkem. Vondráčková tedy vychází z toho, že v mladším školním věku je závislost na internetu spíš vzácným jevem. Předpokládá, že důvodem toho jsou tři skutečnosti, a sice nezkušenost dětských uživatelů, omezený zájem o vztahy s vrstevníky a primární postavení rodiny.<sup>231</sup>

Vzhledem k tomu, že u dítěte mladšího školního věku dochází k zásadnímu rozvoji kognitivních schopností, lze předpokládat, že digitální média ovlivňují tento kognitivní

<sup>223</sup>Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. *Zdravé dětství*, s. 54.

<sup>224</sup>Srov. tamtéž, s. 56.

<sup>225</sup>Srov. Clearingstelle Medienkompetenz, *Blick - Studie*. [online].

<sup>226</sup>Srov. MATĚJČEK, Z., *Rodiče a děti*, s. 239–240.

<sup>227</sup>Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E., *Zdravé dětství*, s. 62–63

<sup>228</sup>Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 90.

<sup>229</sup>Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. *Zdravé dětství*, s. 62–63.

<sup>230</sup>Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 90.

<sup>231</sup>Srov. tamtéž, s. 92.

vývoj. Dítě vnímá obsahy prezentované v médiích jiným způsobem než dospělý jedinec. Typickým znakem malého školáka je realistický přístup ke světu. Příběhy, které dítě sleduje prostřednictvím médií jsou však mnohem realističtější než příběhy, které si čte nebo jsou mu čteny. V mladším školním věku ještě není schopno pochopit prvky ironie nebo stylizované příběhy, nedovede kriticky uvažovat. Je zde velká tendence ke konformitě, která dítě vede k touze sledovat to, co jeho vrstevníci či jiné důležité osoby. V příběhu selektivně věnuje pozornost tomu, co mu připadá osobně atraktivní, což bývají i negativní postavy porušující pravidla nebo demonstrující nevhodné či zakázané chování.<sup>232</sup>

## Adolescence (12–20 let)

Období dospívání bývá rozlišováno na dvě fáze, na období pubescence, časově lokalizované mezi 12 a 15 lety, a období adolescence zahrnující úsek přibližně od 15 do 20 let. Někteří autoři celou etapu dospívání označují jako adolescenci.<sup>233</sup> Pro účely této práce bude vycházeno z tohoto pojetí a pojmem adolescence bude označováno celé období dospívání. Jak bylo již uvedeno dříve, dospívající jsou skupinou, která je dle provedených výzkumů nejvíce ohrožena závislostí na internetu. Pro dosažení pochopení toho, proč tomu tak je, bude této vývojové etapě věnována větší pozornost.

Jedná se o přechodnou fázi mezi dětstvím a dospělostí. Šmahel uvádí, že je to období, kdy dochází k setkávání dětství a dospělosti, děti se postupně stávají dospělými.<sup>234</sup> Jedinec prochází komplexním vývojem v rovině tělesné, psychické, morální, sociální i spirituální. Dochází ke kvalitativním změnám v oblasti myšlení a inteligence, k přechodu od konkrétního myšlení k formálnímu. Adolescent je tak schopen uvažovat systematicky a realisticky, ve svém uvažování se opírat o logické argumenty, prakticky ověřovat pravděpodobnost vlastních hypotéz. S vývojem abstraktního myšlení a formálně logických operací souvisí vývoj morálky. Ukazuje se, že na morální vývoj má velký vliv výchova a širší sociální kontext. Předpokladem k vyššímu morálnímu růstu je morální důslednost rodičů podpořená vhodnou argumentací morálních nároků, zatímco přísnější disciplína či nedůslednost rodičů v prosazování morálních požadavků vede k vývoji morální heteronomie u dospívajících.<sup>235</sup>

Toto období je považováno Freudem i Ericsonem za vývojovou etapu, kterou provází značné psychosociální krize a konflikty. Jejich příčiny jsou často spatřovány v nestabilních podmínkách rodinného, sociálního a kulturního života.<sup>236</sup>

Vondráčková uvádí, že závislost na internetu či jeho nadměrné užívání u dospívajících může z vývojového hlediska souviset s neúspěšným splněním jednoho nebo více vývojových úkolů a potřeb, které rozděluje do následujících tří základních okruhů.<sup>237</sup>

---

<sup>232</sup> Srov. KRČMÁŘOVÁ, K., VACKOVÁ, K., *Dítě předškolního a mladšího školního věku a internet*. In *Sborník studií, Děti a online rizika*, s. 21.

<sup>233</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 10.

<sup>234</sup> Srov. ŠMAHEL, D., *Psychologie a internet*, s. 10.

<sup>235</sup> Srov. tamtéž, s. 10–16.

<sup>236</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 11.

<sup>237</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 93.

## 1) *Vývoj identity*

Identitu lze chápat jako prožívání a uvědomování si sebe sama jakožto jedinečné bytosti, která je odlišná od ostatních a je vybavena specifickými charakteristikami. Z hlediska Eriksonovy teorie je období adolescence obdobím hledání vlastní identity a bojem se zmatením rolí.<sup>238</sup> Základním vývojovým úkolem dospívajících je vytvoření pevné a stabilní identity. Jestliže se dospívajícímu nedaří tento úkol úspěšně naplnit, dochází ke zmatení sociálních rolí.<sup>239</sup> Důsledkem může být vytvoření tzv. difuzní identity, pro kterou je charakteristická např. neschopnost budovat blízké vztahy, pocit vlastní nezdatnosti.<sup>240</sup> Pro adolescenty je typické intenzivní zabývání se sami sebou, pochybování o sobě, svém místě a uplatnění ve společnosti. Mívají strach, že selžou, často se potýkají s obavou z budoucnosti. Blížící se dospělost v nich může vyvolávat úzkost a přání ji oddálit, což je Eriksonem označováno jako psychosociální moratorium.<sup>241</sup>

Virtuální svět pomáhá dospívajícím uspokojovat potřeby hledání vlastní identity a experimentování. Umožňuje jim hledat odpovědi na otázky vlastní identity, kam směřují, kým chtějí být. Poskytuje jim naprostou anonymitu a možnost ho kdykoliv okamžitě opustit.<sup>242</sup> Možnost experimentovat se svou identitou pro ně může být atraktivní. Největší možnosti experimentování poskytují sociální sítě, chatové místnosti a online hry, v kterých si hráč vytváří novou vlastní identitu. Vondráčková upozorňuje na Blinkovu studii vztahu mezi hráči MMORPG a jejich avatarem.<sup>243</sup> Ze studie vyplynulo, že hráči se často s avatarem ztotožňují a jeho úspěch připisují sobě, nikoliv postavě. Vysvětlením je, že si adolescenti tímto posilují své snížené sebehodnocení, z čehož lze odvodit, že u dospívajících s nízkým sebehodnocením je vyšší riziko uvíznutí ve virtuálním prostředí. Některé výzkumy rovněž ukazují, že dospívající s pozitivní a jasnou identitou vlastního já nepodléhají v takové míře nadměrnému užívání a závislosti na internetu.<sup>244</sup>

## 2) *Blízké vztahy s vrstevníky a romantickými partnery*

Dalším vývojovým úkolem dospívajícího je vytvoření sociálních dovedností, důležitých pro navazování blízkých vztahů. V období adolescence dochází k emocionálnímu osamostatnění se od rodičů a jiných dospělých. Sice stále jsou pro něho zdrojem pocitu bezpečí, ale spíše již na symbolické úrovni. Oporou vytvářející se identity se stávají vrstevníci nebo první partneři. Tato přátelství jsou oproti předchozí vývojové etapě založena na větší blízkosti, citech, otevřenosti, jsou spojena s intimitou.<sup>245</sup> V rámci vrstevnické skupiny dospívající uspokojuje řadu sociálních potřeb jako je sounáležitost, vzájemná podpora. Zkušenost s vrstevníky ovlivňuje vývoj složitých emocí dospívajícího, budování společných hodnot, vývoj jeho postojů a autonomní morálky.<sup>246</sup>

Pro adolescentní věk je typická touha někam patřit, s někým se identifikovat, být součástí skupiny, v níž by se dospívající cítil přijat a uznáván. Online prostředí poskytuje prostor aktivně vyhledávat takové skupiny, zapojovat se do nich. Umožňuje navazovat

<sup>238</sup> Srov. ULBERTOVÁ KARÁSKOVÁ, K., *Děti a online rizika*, s. 77–78.

<sup>239</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 93.

<sup>240</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 19.

<sup>241</sup> Srov. ULBERTOVÁ KARÁSKOVÁ, K., *Děti a online rizika*, s. 77.

<sup>242</sup> Srov. *tamtéž*, s. 76.

<sup>243</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 94.

<sup>244</sup> Srov. ISRAELASHVILI, M., KIM, T., BUKOBZA, T., *Adolescents' over-use of the cyber world-- Internet addiction or identity exploration?* [online].

<sup>245</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu*, s. 93–95.

<sup>246</sup> Srov. SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*, s. 19.

vztahy bez úzkosti či strachu, které by prožívali při podobných aktivitách v realitě.<sup>247</sup> Bývá únikem před problémy ve skutečných vztazích, umožňuje zjednodušení komunikace a zmírnění důsledků svého chování.<sup>248</sup> Výzkumy ukazují, že dospívajícím, kteří se potýkají s nadměrným užíváním internetu, chybí sociální dovednosti důležité pro navazování blízkých vztahů s vrstevníky v reálném světě. Častěji se cítí osaměle, s vrstevníky mají problematické vztahy.<sup>249</sup>

### 3) *Vyvíjející se sexualita*

Období dospívání provází zásadní proměna sexuality, která souvisí se zvýšenou hormonální činností. Produkce pohlavních hormonů se podílí na zvýšení sexuální touhy, která je spojena s počátky sexuálního života a vytvářením si sexuální identity.<sup>250</sup>

Online prostředí dospívajícím poskytuje prostor pro experimentování se svou sexualitou, a to především prostřednictvím online sociální komunikace nebo sledování stránek se sexuálním či pornografickým obsahem. Pro adolescenty je v tomto směru online prostředí velmi atraktivní díky jeho základním charakteristikám – poskytuje anonymitu, je snadno dostupné a přístupné.<sup>251</sup>

### **Vliv internetu na dospívající**

Je nepopíratelné, že internet může mít na dospívající i pozitivní vliv, který spočívá např. v rozvoji myšlení, získávání nových informací a všeobecného přehledu, v rozvoji jazykových dovedností.<sup>252</sup>

V negativním smyslu může zhoršovat ***komunikační dovednosti v osobním kontaktu***, neboť online komunikace často postrádá pravidla slušného chování, vytrácí se z ní respekt dospívajících k sobě navzájem. Sdělují si více informací, než by tomu bylo v osobním kontaktu, dozívají se informace o osobách, které osobně ani neznají. Je zde velký prostor pro pomluvy, intriky. Při osobní komunikaci však často dospívající neumí svůj názor vyjádřit, neumí říci, co cítí.<sup>253</sup>

Ve virtuálním světě dospívající nezažívá skutečné důsledky svého jednání, což může vést ke zhoršené schopnosti odhadnout své možnosti a schopnosti v reálném světě, jakož i odhadnout druhé lidi a situace a posoudit důsledky chování.<sup>254</sup>

Internet je pro dospívající snadno dosažitelným zdrojem zábavy. Pro své zabavení nemusí vyvinout žádnou aktivitu. Dlouhé vyseďávání u počítače (tablet, mobil) zamezuje pohybovým aktivitám a ubírá čas pro hledání sebe sama, pro různé experimentování s rolemi v reálném světě a vytváření tak své identity.<sup>255</sup>

---

<sup>247</sup> Srov. ULBERTOVÁ KARÁSKOVÁ, K., *Děti a online rizika*, s. 79.

<sup>248</sup> Srov. NOVÁKOVÁ, M., *Jak internet ovlivňuje život dětí a dospívajících*. [online].

<sup>249</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu* s. 94.

<sup>250</sup> Srov. tamtéž, s. 93.

<sup>251</sup> Srov. tamtéž, s. 94.

<sup>252</sup> Srov. NOVÁKOVÁ, M., *Jak internet ovlivňuje život dětí a dospívajících*. [online].

<sup>253</sup> Srov. tamtéž.

<sup>254</sup> Srov. NOVÁKOVÁ, M., *Jak internet ovlivňuje život dětí a dospívajících*. [online].

<sup>255</sup> Srov. tamtéž.

### 3 Prevence netolismu a role rodiny v oblasti prevence

Prevenčí jsou označována všechna opatření, která směřují k předcházení výskytu konkrétních rizikových faktorů a minimalizaci jevů spojených s rizikovým chováním a jeho důsledkům.<sup>256</sup> Podle toho, zda je zaměřena na předcházení vzniku, rozvoje či recidivy nežádoucího společenského jevu, je rozlišována prevence primární, sekundární a terciární, přičemž dle Čecha by v celospolečenském kontextu měla být pozornost zaměřena zejména na prevenci primární,<sup>257</sup> které se věnuje i třetí kapitola. S ohledem na téma diplomové práce je prostor věnován oblasti prevence v rodině.

#### 3.1 Primární prevence

Primární prevence by měla plnit roli imunizace, tedy vytvářet ochranu jedince a ohrožených skupin před negativními vlivy a důsledky rizikového chování. Smyslem však není izolace jedince od negativních jevů, nýbrž **výchovně-preventivní a intervenční práce**, která by měla zejména u dětí a mladistvých vést k formování správných postojů a potřebných znalostí, kompetencí, díky kterým budou schopni rozpoznávat rizikové chování a jevy a nenechají se jimi ohrožit.<sup>258</sup>

Primární prevence je rozlišována na **nespecifickou** a **specifickou**. V případě **nespecifické prevence** se jedná o podporu žádoucích forem chování obecně. Nespecifická prevence zahrnuje výchovné přístupy, jež přirozeně formují osobnost dospívajícího, rozvíjí jeho zájmy, vytváří jeho postoje, hodnotový žebříček, mravní povědomí, podporují zdravý životní styl včetně zdravých sociálních vztahů. Součástí je též rozvoj a utváření bezpečného prostředí.<sup>259</sup>

**Prevence specifická** se zaměřuje na předcházení vzniku konkrétního rizika, např. závislosti na internetu. Je realizována na třech úrovních, podle toho je rozlišována prevence **všeobecná**, zaměřená na širokou populaci, **selektivní**, která se soustředí na práci s ohroženými skupinami osob, a **indikovaná**, využívaná pro jedince, u nichž se již vyskytlo rizikové chování nebo jsou rizikovým chováním nejvíce ohroženi.<sup>260</sup>

#### 3.2 Prevence na straně rodiny

Dle názoru Čecha je nejpřirozenějším prostředím, kde by mělo docházet k nespecifické primární prevenci, **prostředí rodiny** a následně školy, kde by na nespecifickou prevenci měla kontinuálně navazovat prevence specifická.<sup>261</sup> Podobně Kopecký uvádí, že nejdůležitějším článkem prevence rizikového chování na internetu je rodič.<sup>262</sup>

---

<sup>256</sup> NIKL, J. *Sociálně patologické jevy u dětí a mládeže se zaměřením na jejich prevenci*, s. 90.

<sup>257</sup> Srov. ČECH, T., *Prevence*. In MIOVSKÝ, M. a kol., *Výkladový slovník školní prevence rizikového chování II* (dále jen *Výkladový slovník*), s. 143.

<sup>258</sup> Srov. tamtéž, s. 144.

<sup>259</sup> Srov. tamtéž, s. 144–145.

<sup>260</sup> Srov. GALLA, M., *Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí*, s. 11–12.

<sup>261</sup> Srov. ČECH, T., *Prevence*. In MIOVSKÝ, M. a kol., *Výkladový slovník*, s. 144–145.

<sup>262</sup> Srov. KOPECKÝ, K. in KOPECKÝ, J. a SZOTKOWSKI, R., *Rodič a rodičovství v digitální éře* (dále jen *Rodič a rodičovství*), s. 24 [online].

Ze zkušeností odborníků vyplývá, že velké množství času tráveného s digitálními médii může vést ke vzniku nemoci a závislosti a má negativní vliv na vztahy v rodině. Někdy si rodiče myslí, že pokud se dítě naučí brzy technicky ovládat digitální média, pomůže mu to, aby samo dokázalo rozpoznat, kdy už mu jejich užívání nedělá dobře. Podle některých německých odborníků tomu tak však není. Stanovení hranic a pravidel by mělo být na rodičích. Jako zásadní prevenci doporučují **přístup dětí do virtuálního světa co nejdříve oddálit** a vyvážit ho pestrou nabídkou alternativních aktivit ze světa reálného.<sup>263</sup>

Naproti tomu Ulbertová připouští, že současné děti a dospívající se dostávají do kontaktu s digitálními médii od nejútlejšího věku. Je to fakt, který je třeba přijmout. Počítač používají děti ve škole již na prvním stupni, vyhledávat na internetu se učí na druhém stupni. Dost často jsou tak děti v počítačové gramotnosti a technologické zdatnosti před rodiči o krok napřed. Ulbertová se domnívá, že pokud rodiče budou za svými dětmi ve znalostech online prostředí zaostávat, nemohou dostatečně kontrolovat ani pochopit, co děti na internetu dělají. Jako stěžejní bod efektivní prevence proto vidí **rodičovskou základní znalost IT, povědomí rodičů o rizicích**, které číhají na internetu, a povědomí o bezpečnostních pravidlech. Vyzývá rodiče, aby se zajímali o to, co děti na internetu dělají, snažili se s nimi držet krok. Úkolem rodičů je pochopit roli, kterou technologie hrají v životě dětí, a učit je tomu, jak se správně na internetu chovat.<sup>264</sup>

Podobný názor zastává Blinky, který uvádí, že největší část prevence leží na bedrech rodičů mimo jiné i proto, že děti používají internet nejvíce doma. Zdůrazňuje nutnost **digitální erudovanosti rodičů**.<sup>265</sup> Rovněž Svoboda uvádí, že rodiče by měli mít **všeobecný přehled a dostatek informací o mediálním prostředí**. Cílem výchovy by mělo být získat uvědomění, co média pro dítě znamenají, a dítě naučit používat média kriticky a uvědoměle.<sup>266</sup>

Obdobné postoje zaznívaly od některých komunikačních partnerů, dle nichž je stěžejní zaměřit se na informovanost rodičů o problematice závislosti na internetu a dalších rizicích s jeho užíváním spojených.<sup>267</sup>

## Rodičovská výchova ve vztahu k riziku vzniku online závislosti

Z literatury vyplývá, že mnoho rodičů ve vztahu k médiím uplatňuje **restriktivní (autoritativní) styl výchovy**. V zacházení s médii je sice odborníky doporučováno mít nastavená pravidla, avšak striktně a přísně stanovená mohou být problematická. Jestliže dítě nechápe důvod jejich stanovení, mohou se mu zdát nespravedlivá, nesprávná a nesmyslná, což může vést k jejich nerespektování a porušování.<sup>268</sup>

Na opačném pólu je mediální **výchova liberální** (shovívavá). Tito rodiče nestanovují pro používání médií žádná pravidla, neboť média považují za součást každodenního života stejně jako aktivní trávení volného času, zájmovou činnost, sport, výlety. Pokud

<sup>263</sup> Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. *Zdravé dětství ve světě digitálních médií*, s. 99.

<sup>264</sup> Srov. ULBERTOVÁ KARÁSKOVÁ, Z., *Rodič, vychovatel a dítě na internetu*. In *Sborník studií, Děti a online rizika*, s. 56–57.

<sup>265</sup> Srov. BLINKA, L. In ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol., *Děti a dospívající online*, s. 48.

<sup>266</sup> Srov. SVOBODA, Z., *Děti médiím rozumějí – ale jinak!* [online].

<sup>267</sup> Srov. Příloha IV – Rozhovory s komunikačními partnery.

<sup>268</sup> Srov. SVOBODA, Z., *Děti médiím rozumějí – ale jinak!* [online].

však nemá mediální výchova pevné zakotvení v hodnotovém žebříčku rodiny, může vést liberální výchovný styl vést spíše k absenci výchovy.<sup>269</sup>

Z nedostatečně nastavených hranic pramení podle Roggeho mnoho problémů při výchově. Uvádí, že mnozí rodiče se mylně domnívají, že vymezování hranic se neslučuje se zajištěním toho nejlepšího pro své dítě. Bojí se udělat chybu, chtějí dělat vše správně, jsou nejistí. Důsledkem je vztah příliš budovaný na racionalitě. Rogge upozorňuje, že děti hranice a pravidla chtějí a potřebují. Potřebují pevné osobnosti, neboť pevnost jim dává pocit jistoty. Stanovení hranic musí být spojeno s důsledností. Rodič, který ignoruje neustálé překračování hranic, tím přispívá k posilování destruktivních aktivit a postojů dítěte. Navíc tím narušuje budování vzájemného respektu a úcty i vytváření pocitu vlastní hodnoty dítěte. Trestat zákazem televize (mobilu, počítače) stejně jako používat je jako nástroje odměny nejsou podle Roggeho účelné. Zákazy vedou k boji o moc, k tajnůstkářství. Děti hledají cesty, jak tyto tresty obejít. Odměňování vede k zesílení fascinace.<sup>270</sup>

Svoboda nejvhodnější výchovný styl v oblasti mediální výchovy nazývá **stylem doprovázejícím**. Je kombinací pravidel a omezení a současně určité míry volnosti. Tato výchova je založena na diskuzi, která probíhá před stanovením pravidel, ale i po sledování médií či hraní her. Její součástí jsou i společné mediální aktivity, které též provází diskuze s dětmi. Je zřejmé, že tento styl výchovy klade na rodiče velké nároky, vyžaduje jejich mediální gramotnost i schopnost vcítit se do pocitů dítěte.<sup>271</sup> Pokud však má dítě oporu v rodině a pevný základ v podobě sebevědomí, hodnot, norem a vytváření pocitu jistoty, projeví se to i v tom, že prostředí internetu na něho bude mít méně manipulativní vliv.<sup>272</sup>

Podstatná konzistence přístupu k dětem, což může být obzvlášť těžké pro rozvedené rodiny. Je výzvou pro rozvedené rodiče, aby byli ve výchovném stylu jednotní, neboť se ukazuje, že děti rozvedených rodičů jsou závislostí na internetu více ohroženy.<sup>273</sup>

Problém absence jednotnosti výchovného stylu rozvedených rodičů<sup>274</sup> dokládají i zkušenosti některých komunikačních partnerů. Hovoří o rodičích žádajících o radu v případě, kdy dítě má u druhého z nich absolutní volnost v používání telefonu či počítače, nemá nastavena žádná pravidla či omezení a stejný přístup pak vyžaduje po návratu domů.<sup>275</sup>

Roli rodiny a rodinného prostředí označoval za stěžejní v prevenci závislostí též jeden z předních českých psychologů Matoušek. Jeho doporučení se sice týkala problematiky látkových závislostí, ale z jejich obsahu je zřejmé, že jsou stále aktuální a lze je aplikovat i na problematiku netolismu. „*Čím děti nejvíce strádají? Přehlížením, nezájmem, nepřátelstvím, zneužíváním. A tím, když je rodiče činí příliš odpovědnými. Děti mohou strádat i rodičovskou přísností, množstvím zákazů a pravidel, na kterých se doma lpí (...) nepříznivá pro dítě je i přílišná benevolentnost rodičů, která vede k tomu, že dítě nerozlišuje a nerespektuje hranici mezi dobrem a zlem. Proto je nejlepší prevencí závislostí zajímat se o dítě. Podporovat ho. Chválit, co lze chválit. Kritizovat s mírou a přitom nezavrhovat. Podporovat jeho zdravé sebevědomí. Poskytovat mu přiměřenou odpovědnost. Jasně mu vytyčovat hranice dovoleného chování. Cítit s ním a reagovat,*

<sup>269</sup> Srov. SVOBODA, Z., *Děti médiím rozumějí – ale jinak!* [online].

<sup>270</sup> Srov. ROGGE, J.-U., *Děti potřebují hranice*, s. 8–24.

<sup>271</sup> Srov. SVOBODA, Z., *Děti médiím rozumějí – ale jinak!* [online].

<sup>272</sup> Srov. NOVÁKOVÁ, M., *Jak internet ovlivňuje život dětí a dospívajících*. [online].

<sup>273</sup> Srov. BLINKA, L. In ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol., *Děti a dospívající online*, s. 45.

<sup>274</sup> Myšleno rodičů nežijících ve společné domácnosti, tedy i nesezdaných po rozchodu.

<sup>275</sup> Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.



*když je znát, že mu není dobře, protože se mu třeba něco nepovedlo. To všechno, pokud možno od narození.“*<sup>276</sup>

### 3.3 Současná situace v oblasti prevence v České republice

Z výsledků mezinárodního výzkumu z roku 2020<sup>277</sup> provedeného v 19 zemích vyplynulo, že Česká republika drží jedno neblahé prvenství. Zatímco ve většině ostatních zapojených států se děti obrací na radu týkající se internetu na své rodiče, 56 % českých dětí se obrací většinou na své kamarády, neboť rodiče se s nimi o tomto tématu vůbec nebaví. Spoluautorka studie Macháčková k tomu uvedla, že mnoho rodičů používá spíše restriktce a omezování, což vnímá jako méně efektivní nežli aktivní přístup a diskuzi.<sup>278</sup>

Výzkum z roku 2018<sup>279</sup> zabývající se chováním českých rodičů v online prostředí ukázal, že velké množství rodičů nereguluje aktivity dětí na internetu, téměř 80 % nepoužívá žádné technické řešení pro zajištění bezpečnosti.<sup>280</sup> Rodiče spoléhají výhradně na důvěru při pohybu dětí v internetovém prostředí.<sup>281</sup>

Dle Vondráčkové je v současné době nejrozšířenější formou prevence netolismu v České republice poskytování základních informací s důrazem na negativní důsledky rizikového chování. Tyto intervence bývají součástí mediální výchovy na základních a středních školách, kde mívají podobu přednášek externích expertů. Vondráčková uvádí, že dle některých odborníků je tato forma neefektivní a poskytování informací by mělo být doplněno interaktivními intervencemi, které by byly zaměřeny na změnu postojů a osvojení některých dovedností, zejména dovedností spojených s užíváním internetu, se zvládnutím stresu a emocí, s interpersonálními situacemi a spojených s využíváním volného času a denním režimem.<sup>282</sup>

Vondráčková zmiňuje potřebu pracovat v rámci prevence nejen s ohroženými osobami, ale i s rodiči a dalšími blízkými osobami a zaměřit se na **nácvik rodičovských dovedností**. Za nejdůležitější považuje dvě oblasti dovedností:

- **Dovednosti, které podporují bližší vztah** – podpora rodičů ve zlepšení komunikace mezi členy rodiny, v trávení většího množství času s dětmi, v projevování zájmu o potřeby svých dětí.
- **Dovednosti, které jsou spojeny s vyšším přehledem o užívání internetu** – podpora rodičů ve zvýšení zájmu o potřeby svých dětí v oblasti užívání internetu, ve zvýšení povědomí o tom, co děti ve virtuálním světě dělají, v monitorování užívání internetu dětmi. Vedení rodičů k tomu, aby s dětmi o užívání internetu diskutovali či s nimi internet užívali společně.<sup>283</sup>

<sup>276</sup> MATOUŠEK, O. *Dospívání chlapců v Čechách a na Moravě*, s. 38.

<sup>277</sup> Výzkum EU Kids Online 2020 proveden mezinárodním vědeckým týmem, který v 19 zemích mapoval chování dětí mezi 9 a 16 lety v online prostředí. (Srov. SMAHEL, D., MACHACKOVA, H., MASHERONI, G. and col. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. [online].)

<sup>278</sup> Srov. FOJTOVÁ, M., *Výzkum: Čas, který tráví děti na internetu, se za poslední dekádu zdvojnásobil*. [online].

<sup>279</sup> Výzkum Centra prevence rizikové virtuální komunikace. Srov. KOPECKÝ, J. a SZOTKOWSKI, R., *Rodič a rodičovství*, s. 24 [online].

<sup>280</sup> KOPECKÝ, K. In KOPECKÝ, J. a SZOTKOWSKI, R., *Rodič a rodičovství*, s. 24 [online].

<sup>281</sup> MALÍŠKOVÁ, M. In KOPECKÝ, J. a SZOTKOWSKI, R., *Rodič a rodičovství*, s. 24 [online].

<sup>282</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P. *Prevence*. In BLINKA, L. a kol. *Online závislosti*, s. 59.

<sup>283</sup> Srov. tamtéž, s. 57–58.

Současně však Vondráčková upozorňuje, že konkrétní preventivní program v oblasti nácviku rodičovských dovedností dosud chybí. Domnívá se, že do budoucna by se pozornost preventivních intervencí měla více zaměřovat na osoby, které tvoří formativní prostředí dětí a dospívajících, tedy pedagogy, rodiče a další blízké osoby.<sup>284</sup>

Aktéry působícími na poli prevence rizikového chování na internetu jsou např. Policie České republiky, střediska výchovné péče, pedagogicko-psychologické poradny, adiktologické ambulance, tísňové linky (př. Linka bezpečí), E-poradny,<sup>285</sup> OSPOD. Důležitá je multidisciplinární spolupráce. Např. sociální pracovník OSPOD spolupracuje se školami, poskytovateli sociálních služeb a rodinu motivuje ke spolupráci, vysvětluje důležitost této spolupráce.<sup>286</sup>

Za účelem zjištění praktických informací z oblasti poskytování prevence byla oslovena Mgr. Denisa Holá, která je vedoucí programu primární prevence organizace POINT 14, z. s. Mgr. Holá sdělila, že programy jsou realizovány ve školním prostředí na základě poptávky školy. Jsou připraveny pro běžné třídy, kde nejsou řešeny problémy. Pokud se někde problém vyskytne, nastupuje selektivní prevence zaměřená na kyberšikanu. Na základě informací poskytnutých pedagogem lektor přizpůsobuje program potřebám konkrétní třídy. Po jeho ukončení pedagog s lektory práci ve třídě reflektuje a dostává od nich doporučení pro další preventivní práci. Organizace školám doporučuje kombinovat programy tak, aby docházelo k práci se třídou více ročníků po sobě. Přednášky mají interaktivní formu. Dle sdělení Holé frontální způsob přednášek je pro žáky neatraktivní a v důsledku toho neefektivní.<sup>287</sup>

Holá dále uvedla že netolismus není přednášen jako samostatné téma, nýbrž jako součást tématu závislosti. Pozornost je aktuálně věnována kyberšikaně, téma netolismu vnímá v současné době jako upozaděné, což dle jejího názoru není dobře. Pro školu je velmi těžké rozeznat jeho projevy, je proto nutné více apelovat na rodiče, aby si chování svých dětí všimli a dokázali příznaky včas rozpoznat. Možnou příčinu vzniku závislosti na internetu Mgr. Holá spatřuje v neuspokojivých vztazích ve škole nebo v rodině. „*Jde v podstatě o útěk z reality do závislosti, hledání náhrady.*“<sup>288</sup>

Programy všeobecné primární prevence jsou zaměřeny na děti. POINT 14 nabízí též semináře pro rodiče a sebevzdělání pro pedagogy. „*Otázka je, zda rodiče přijdou. V jednom případě škola poptávala seminář pro rodiče a byla ochotna ho za ně zaplatit. Ze strany rodičů však nebyl velký zájem. Přijdou jen ti spolupracující.*“ Holá vnímá rodiče jako důležitý prvek v prevenci závislosti. „*Rodina určuje pravidla, hranice, je pozitivním nebo negativním vzorem pro děti. Pokud rodiče neustále sedí u počítače či koukají do mobilu, nemůže to fungovat.*“<sup>289</sup>

Holá považuje za důležité více se do budoucna zaměřit na setkávání s rodiči. Je podle ní podstatné, aby rodiče měli dostatek informací, byli dostatečně kompetentní a uvědomovali si rizika spojená s užíváním internetu a chovali se vůči dětem odpovědně.<sup>290</sup>

---

<sup>284</sup> Srov. VONDŘÁČKOVÁ, P. *Prevence*. In BLINKA, L. a kol. *Online závislosti*, s. 57–61.

<sup>285</sup> E-poradny jsou webové stránky poskytující informace o rizikových situacích včetně poradenství, kam se obrátit. Příkladem je webová stránka [www.e-bezpeci.cz](http://www.e-bezpeci.cz), která je zaměřena na bezpečí v kyberprostoru. Srov. KORBEL, LEJSKOVÁ, *Včas a spolu*, s. 29.

<sup>286</sup> Srov. *tamtéž*, s. 21–29.

<sup>287</sup> Srov. Příloha III – *Rozhovor s Mgr. Denisou Holou*.

<sup>288</sup> *Tamtéž*.

<sup>289</sup> Srov. *tamtéž*.

<sup>290</sup> Srov. *tamtéž*.

Dle Malíškové rodičům chybí přímá zkušenost, nedokáží tudíž dohlédnout, jaká rizika číhají na děti na internetu. Podstatná je proto prevence na všech rovinách, kdy základem je vzdělávání a rodina.<sup>291</sup>

V příručce MPSV je kritizován současný systém preventivních služeb a programů pro rodiny s dětmi. Podle názoru zde uváděného je systém značně roztržštěný, chybí zde koordinace a často funkční spolupráce mezi jednotlivými poskytovateli. Služby spadají pod různá ministerstva i úrovně veřejné správy. Je zde nedostatek preventivních služeb, které by podporovaly rodiny.<sup>292</sup>

V rámci pandemie onemocnění covid-19, byla v České republice zavedena na mnoho měsíců distanční výuka. Na konci roku 2020 byl proveden výzkum<sup>293</sup> zabývající se otázkou fungování preventivních programů v době covidové pandemie. Výzkum ukázal, že na školách došlo zásadním způsobem k úbytku prevence, a to hlavně v oblasti kyberšikany, kyberbezpečnosti, nelátkových závislostí, hygieny a duševního zdraví. Školám kvůli řešení hygienických opatření spojených s pandemií nezbyla kapacita pro zaměření pozornosti na závislosti na internetu.<sup>294</sup>

Na aktuální situaci v oblasti prevence reaguje probíhající český projekt,<sup>295</sup> který si klade za cíl posílit duševní zdraví dětí a dospívajících se zaměřením na rizikové chování dětí jako spouštěče duševního onemocnění. Projekt má vést ke zlepšení včasného zachytu rizikového chování s potenciálem rozvoje duševních onemocnění u dětí a mladistvých, a to prostřednictvím vzniku unikátních regionálních modelů preventivních služeb. Součástí projektu jsou kampaně zaměřené na osvětu určené pro odbornou i laickou veřejnost. Dle Fialové má být zaměřena pozornost na vyškolení profesionálů nejen pro práci s dětmi a dospívajícími ale též s jejich rodiči.<sup>296</sup>

---

<sup>291</sup> MALÍŠKOVÁ, M. In KOPECKÝ, J. a SZOTKOWSKI, R., *Rodič a rodičovství*, s. 24 [online].

<sup>292</sup> Srov. KORBEL, M., LEJSKOVÁ, Z., *Včas a spolu.*, s. 7–8.

<sup>293</sup> Výzkum proveden Klinikou adiktologie I. LF UK společně s Odbornou společností pro prevenci rizikového chování a Katedrou psychologie Pedagogické fakulty UK. Srov. SINGEROVÁ, H., *Rok distanční výuky: děti se staly závislými na internetu* (dále jen *Rok distanční výuky*). [online].

<sup>294</sup> Srov. SINGEROVÁ, H., *Rok distanční výuky*. [online].

<sup>295</sup> Projekt Vývoj a pilotní ověření regionálního vzdělávacího modulu prevence duševního onemocnění dětí a dospívajících s důrazem na rizikové chování je realizován pod záštitou Ministerstva financí ČR od 3/2021 do 1/2024. Srov. *Klinika adiktologie*. [online].

<sup>296</sup> Srov. SINGEROVÁ, H., *Rok distanční výuky*. [online].

## 4 Pohled pracovníků OSPOD Plzeňského kraje na roli rodičů ve vztahu k problematice netolismu

Z důvodu obohacení této práce o poznatky z praxe byla provedena výzkumná sonda formou rozhovorů s několika pracovníky sociálně právní ochrany dětí. Informace takto získané byly včleněny mezi teoretické poznatky této práce, slouží pro jejich doplnění a hlubší vhled do problematiky.

Cílem výzkumné sondy bylo zjistit pohled pracovníků OSPOD na rodičovskou odpovědnost ve vztahu k netolismu.

Byly stanoveny tři výzkumné otázky:

- Jaká rizika spatřují pracovníci OSPOD v souvislosti s užíváním internetu dětmi a dospívajícími?
- Jaké faktory ovlivňují dle pracovníků OSPOD chování dětí a dospívajících na internetu?
- Jak vnímají pracovníci OSPOD roli rodiny v problematice netolismu?

Pro získání dat byla zvolena strategie kvalitativního výzkumu, metoda dotazování, technika polostrukturovaného rozhovoru. Kvalitativní výzkum se, dle Mišoviče, vyznačuje celostním přístupem, je zaměřen na porozumění podstaty jevů, směřuje k prozkoumání jevů zevnitř, pohledem zúčastněných. Probíhá v přirozených podmínkách.<sup>297</sup>

Základem polostrukturovaného rozhovoru je konverzace, která umožňuje výzkumníkovi měnit styl, rychlost a pořadí otázek. Současně dává prostor účastníkovi odpovídat hovorovým jazykem a uvažovat při odpovídání způsobem jemu vlastním. Do polostrukturovaného rozhovoru je zapojeno menší množství aktérů, avšak otázky směřují více do hloubky a jejich účelem je odhalení vtažů a souvislostí.<sup>298</sup> Podstatnou částí tohoto typu rozhovoru je jeho jádro, které představuje základní schéma rozhovoru. Jedná se o témata a otázky, jež je tazatel povinen probrat. K tomuto jádru může tazatel přidávat další témata či otázky, které vhodně rozšiřují původní zadání.<sup>299</sup>

### 4.1 Cílová skupina výzkumné sondy a realizace rozhovorů

Polostrukturované rozhovory byly primárně provedeny s pracovníky OSPOD, následně též s pracovníky adiktologické organizace (vysvětlení níže). Komunikační partneři byli vybráni metodou příležitostného a záměrného výběru. Principem příležitostného výběru je získání účastníků výzkumného šetření využitím příležitostí, ke kterým dochází v průběhu jeho realizace.<sup>300</sup> U záměrného (účelového) výběru se jedná o cílené vyhledávání účastníků podle stanovených kritérií.<sup>301</sup>

---

<sup>297</sup> Srov. MIŠOVIČ, J., *Kvalitativní výzkum se zaměřením na polostrukturovaný rozhovor* (dále jen *Kvalitativní výzkum*), s. 29–40.

<sup>298</sup> Srov. MIŠOVIČ, J., *Kvalitativní výzkum*, s. 80.

Dotazování jsou označovány např. jako informátoři, aktéři, komunikační partneři. Srov. MIŠOVIČ, J., *Kvalitativní výzkum*, s. 50.

<sup>299</sup> Srov. MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu* (dále jen *Kvalitativní přístup*), s. 160.

<sup>300</sup> Srov. MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup*, s. 133.

<sup>301</sup> Srov. *tamtéž*, s. 135.

Kritériem pro výběr primární skupiny bylo profesní působení na OSPOD. Důvodem zvolení tohoto kritéria byla úloha OSPOD, kterou je kromě výkonu sociálně právní ochrany dětí identifikovaných jako ohrožené též vykonávání poradenské činnosti a činnosti na poli prevence spočívající zejména ve vyhledávání ohrožených dětí a působení na rodiče, aby plnili povinnosti vyplývající z rodičovské odpovědnosti.<sup>302</sup> Jelikož pracovníci OSPOD vstupují do rodin, jednájí s rodiči, považují jejich dostatečnou informovanost o rizikovém chování dětí na internetu za podstatnou a jejich pohled na tuto problematiku za významný.

Vzhledem k mému pracovnímu působení v Plzni byli pro rozhovor zvoleni pracovníci působící na různých OSPOD v Plzeňském kraji. Počet nebyl na počátku přesně stanoven. Osloveno bylo deset pracovníků OSPOD, přičemž dva z nich se nemohli rozhovoru účastnit z důvodu zdravotní indispozice, rozhovor tedy poskytlo osm pracovníků.

Během psaní práce vzešla potřeba zjistit praktické informace z oblasti prevence závislosti na internetu, proto byl též proveden polostrukturovaný rozhovor s Mgr. Denisou Holou, která působí jako vedoucí primární prevence v organizaci POINT 14, z. s. v Plzni. Jedná se o jednu z organizací, které v Plzni nabízí certifikované programy všeobecné primární prevence. Činnost POINT 14 (point for teen) je zaměřena na hledání možných společných východisek pro lidi potýkající se závislostí nebo ohrožené závislostí, kdy cílem je pozvednout a podpořit osobnost člověka. Byla založena jako součást mezinárodní křesťanské organizace. V Plzni byla první neziskovou organizací, která se zabývala problematikou závislostí a dalších sociálně nežádoucích jevů.<sup>303</sup>

Rozhovory s pracovníky OSPOD i adiktologické organizace se uskutečnily na pracovištích, byly domluveny předem a realizovány pouze za přítomnosti tazatele a účastníka. Každý z účastníků byl předem dotázán na souhlas s nahráváním rozhovoru a se svou účastí a byl mu předán k podpisu informovaný souhlas. Všichni byli ujištěni o zachování anonymity, pracovnice adiktologické organizace souhlasila s uvedením svého jména. Místo jmen pracovníků OSPOD je v práci používáno označení pomocí písmen velké abecedy a číslice, kdy číslice byla přiřazena náhodně (O1 – O8).

Pro realizaci rozhovorů byly připraveny dva rámcové přehledy otázek, jeden pro pracovníky OSPOD (viz. Příloha č. I – Soubor otázek pro pracovníky OSPOD), druhý pro pracovníka z oblasti adiktologie. Rozhovory probíhaly v období listopad 2021–leden 2022, trvaly přibližně 30–60 minut.

## 4.2 Analýza dat výzkumné sondy

K analýze získaných dat byla použita technika kódování. Principem kódování je rozdělení výpovědí na významové jednotky, kterými mohou být slova, věty i odstavce, jde o rozkrytí textu z hlediska témat. Zajímavá témata jsou označována kódy, které jsou následně seskupeny do kategorií.<sup>304</sup> Východiskem pro práci s textem jsou výzkumné otázky.<sup>305</sup>

V souladu s uvedeným byly všechny provedené rozhovory nejdříve pečlivě přepsány. Přepis rozhovorů je přílohou této práce. (viz. Příloha č. III a IV). Rozhovory

---

<sup>302</sup> Srov. zákon o sociálně právní ochraně dětí č. 359/1999 Sb.

<sup>303</sup> Srov. POINT 14. [online].

<sup>304</sup> Srov. MIŠOVIČ, J., *Kvalitativní výzkum*, s. 163.

<sup>305</sup> Srov. tamtéž, s. 165.

jsem poté důkladně pročetla, vyznačila informace stěžejní z hlediska tématu práce, označila je kódy a následně seskupila do několika kategorií. Při analýze dat jsem soustředila pozornost na výroky, které by mohly souviset s výzkumnými otázkami.

Informace získané rozhovory s pracovníky OSPOD i pracovníci organizace POINT 14, včetně některých citací, jsou použity pro doplnění teoretických poznatků této práce a včleněny podle shodnosti tématu do jednotlivých kapitol.

### 4.3 Souhrn zjištěných informací od pracovníků OSPOD

Na základě provedené analýzy dat rozhovorů vzniklo sedm kategorií: rizika spojená s užíváním internetu, důsledky nadměrného užívání internetu, souvislost s uspokojováním potřeb, faktory ovlivňující rizikové chování dětí a dospívajících na internetu, role rodičů ve vztahu k netolismu, prevence rizikového chování na internetu dětí a dospívajících, pracovní zkušenosti s rizikovým chováním dětí a dospívajících na internetu.

#### Kategorie Rizika spojená s užíváním internetu

Komunikační partneři uváděli různá rizika, která vnímají ve spojitosti s užíváním internetu dětmi a dospívajícími.

Všichni komunikační partneři zmínili kyberšikanu a sexting, přičemž většina z nich současně uváděla, že se jedná o problematiku, s níž se setkává ve své praxi. Čtyři informátoři uvedli riziko vzniku závislosti<sup>306</sup> a rovněž čtyři viděli problém v možném zneužití dětí,<sup>307</sup> dva upozornili na to, že sdílená data včetně fotografií jsou velmi snadno zneužitelná.<sup>308</sup> Uváděno bylo též riziko související s užíváním sociálních sítí jako jsou Youtube, Tik tok atp., kdy může dojít k vyhecování k riskantním, až život ohrožujícím aktivitám.<sup>309</sup>

Jeden komunikační partner uvedl, že: „*Internet je také zdrojem mnoha informací, které ne vždy jsou ověřené, a bohužel se na internetu děti mohou setkat s vymyšlenými teoriemi, kterým mohou děti věřit, a to je následně může ovlivnit v jejich vnímání toho, co je či není správné.*“<sup>310</sup>

„*Dalším problémem je anonymita zajištěná sociálními sítěmi, která přispívá negativně ke ztrátě intimity a zvyšuje odvalu dětí experimentovat se svojí nahotou, sexualitou.*“<sup>311</sup>

#### Kategorie Důsledky nadměrného užívání internetu

Kategorie důsledky nadměrného užívání internetu slučuje tři podkategorie: důsledky sociální, zdravotní (tělesné) a důsledky psychické. Nejčastěji (čtyřmi komunikačními partnery) bylo uváděno, že dochází k **odtržení od reality běžného života**. Např.: „*Neumí se v realitě vyznat v sociálních vztazích a běžně fungovat.*“<sup>312</sup>

Vždy tři informátoři uváděli, že **dochází k narušení vztahů s kamarády i rodinou, udržování pouze virtuálního přátelství, k zhoršení schopnosti komunikovat, ke ztrátě**

<sup>306</sup> Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O2, O3, O6, O7.

<sup>307</sup> Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4, O6, O8.

<sup>308</sup> Srov. Příloha IV – Rozhovory s komunikačními partnery.

<sup>309</sup> Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1, O4.

<sup>310</sup> Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>311</sup> Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.

<sup>312</sup> Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O6.

*zájmu o cokoliv jiného než internet, k absenci jiné volnočasové aktivity. Tři z osmi informátorů též zmínili, že dochází ke změnám v chování dítěte směrem k agresí, což dva z nich dokreslili na příkladu z praxe. „V několika případech jsem se setkala s konkrétní reakcí dítěte na nátlak rodiče na odevzdání mobilního telefonu nebo vysloveného zákazu užívat tuto techniku. Reakce lze jistě přirovnat k reakci narkomana při absenci drogy. Došlo k verbální i brachiální agresí dítěte vůči rodiči.“<sup>313</sup>*

Zkušenost komunikačního partnera s chlapcem, který tráví většinu svého času hraním online her: „Ignoruje své rodiče a svého mladšího šestiletého bratra, kteří by chtěli jít ven. Když mu rodiče chtějí tablet vzít, vzteká se, je neurvalý, ven sice jde, ale mlátí klacky a dává najevo, že by byl raději doma připojený na online hru.“<sup>314</sup>

Nadměrné užívání internetu dle názoru tří komunikačních partnerů **negativně ovlivňuje školní docházku a výsledky dítěte ve škole.**<sup>315</sup> Dva uvedli, že má **vliv na výkonnost dítěte** a jeho **schopnost soustředit se.**<sup>316</sup>

Tři informátoři též jmenovali **negativní vliv na zdraví dětí a dospívajících** spočívající zejména v bolesti hlavy, zad, v očních vadách, přibývání na váze.<sup>317</sup> Dvěma komunikačními partnery byl zmíněn **negativní vliv na psychický vývoj** dětí a dospívajících, na jejich myšlení, vliv na rozvoj deprese.<sup>318</sup> Jeden komunikační partner uvedl **psychosomatické potíže** jako bušení srdce a motání hlavy.<sup>319</sup>

### **Kategorie Uspokojování potřeb v prostředí internetu**

Všichni komunikační partneři vnímají souvislost užívání internetu s uspokojováním potřeb. Jeden informátor sdělil, že: „(...) *to nepochybně souvisí s potřebou objevovat, experimentovat, posouvat hranice, testovat si schopnosti.*“<sup>320</sup>

Pět komunikačních partnerů poukázalo na **souvislost s nenaplněním potřeb v rodině**, kdy rodiče nemají na své děti čas nebo dětem nejsou rodiči uspokojovány citové potřeby.<sup>321</sup> Tři komunikační partneři shodně uvedli **potřebu někam patřit, být součástí nějaké skupiny**, komunity.<sup>322</sup> Dalšími potřebami byly zmíněny **touha po lásce, být přijímán bez výhrad.**<sup>323</sup> Např. jeden komunikační partner uvedl.: „(...) *každý má touhu nějak k někomu náležet, sdílet s ním dobré i zlé, vědět, že je tu někdo, kdo mě má rád z pouhého faktu, že jsem, ať jsem jakýkoliv. To je rodina, ti, kdo mi toto poskytují a já jim. Pokud rodina tuto funkci neplní, ať už nechce, neumí to, nemůže, hledá dítě uspokojení této potřeby jinde. Je nasnadě, že to může být právě internet, kde to hledá.*“<sup>324</sup>

Nebo jiný: „*Děti nemají kvalitním způsobem naplněvané potřeby – rodiče často nemají na ně tolik času, jaký by děti potřebovaly, a tak si nacházejí zástupnou platformu, kde se mohou realizovat – ať už jako konzumenti zábavy a produktů jiných, nebo jako tvůrci nějakého obsahu na internetu.*“<sup>325</sup>

<sup>313</sup>Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.

<sup>314</sup>Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>315</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O5, O6, O7.

<sup>316</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1, O6.

<sup>317</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4, O7, O8.

<sup>318</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4, O7

<sup>319</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O7.

<sup>320</sup>Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.

<sup>321</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O2, O4, O5, O7, O8.

<sup>322</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1, O4, O5, O7.

<sup>323</sup>Srov. Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1, O7.

<sup>324</sup>Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O7.

<sup>325</sup>Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

„Myslím si, že rodiče těchto dětí problém přehlížejí, jsou rádi, že se děti zabaví samy a nemusí se jim věnovat. (...) Čím víc rodič kašle na své dítě, tím snadněji si dítě najde nějakou náhražku, partu, drogy, počítač.“<sup>326</sup>

Tři komunikační partneři uvedli názor, že uspokojování potřeb ve virtuálním světě může být **jednodušší nežli v reálném**.<sup>327</sup> „Stačí zapnout počítač, mobil, není třeba nikam chodit, s nikým komunikovat napřímo.“<sup>328</sup> Jeden z nich vysvětlil: „(...) je to jednoduchá, levná, snadno dostupná zábava a zážitky. Rodiče nemají čas, peníze na jiné aktivity, možnosti... Také navazování vztahů na internetu je velmi jednoduché.“<sup>329</sup>

Tentýž komunikační partner uvedl též souvislost se snahou po uspokojování vyšších, duchovních potřeb, kdy za tímto účelem děti vyhledávají různé sekty.<sup>330</sup>

### Kategorie Faktory na straně rodiny

Z odpovědí vyplynulo, že většina faktorů ovlivňujících pozitivně rizikové chování dětí a dospívajících na internetu na straně rodiny působí ve svém protikladu jako faktory rizikové. Proto kategorie ochranné a rizikové faktory byly sloučeny do jedné kategorie Faktory.

Většina informátorů (sedm z osmi) uvedla jako stěžejní **opravdový zájem o děti a zájem o naplňování jejich potřeb**.<sup>331</sup> Např. jeden komunikační partner zdůraznil: „Rodinu musí dítě vnímat jako bezpečný prostor (...). Určitě významně mohou rodiče ovlivnit riziko závislosti u svého dítěte tím, že se o něj opravdově zajímají, a to i v oblasti jeho pohybu v kyberprostoru. Ovšem zdůrazňují, že tento zájem musí být bez pocitu sledování, špiclování.“<sup>332</sup>

Častou odpovědí (čtyři z osmi) byl **dostatek času na dítě** (kdy příčinou nedostatku může být jak nezájem, tak i přílišná zaměstnanost rodičů), **trávení společného času spolu s dítětem**.<sup>333</sup> Třemi komunikačními partnery byl uváděn faktor **nastavení hranic a pravidel ve výchově**.<sup>334</sup> Např. jeden z nich hovoří o tom, že rodiče: „(...) nenastavují dětem jasná a srozumitelná pravidla ve vztahu k internetu, odkazují se na tlak, který na ně vytváří společnost v tom smyslu, že užívání internetu je nutnost dnešní doby.“<sup>335</sup>

Třemi informátory bylo zmíněno **zajištění vhodného trávení volného času** dětí, které může souviset i s **finanční situací rodiny**. Někteří komunikační partneři podotkli, že pro některé rodiny může být internet levnou variantou zajištění zábavy pro dítě. „Rizikem jsou (...) i rodiny chudé, které si nemohou dovolit aktivní trávení volného času jiným způsobem a dítě posadí k internetu.“<sup>336</sup>

Tři komunikační partneři uvedli **budování důvěrného vztahu mezi dětmi a rodiči**.<sup>337</sup> Pro ilustraci náhled jednoho z nich: „Klíčovou roli hraje důvěra mezi rodičem a dítětem a naopak. Pokud tato je narušená, tendence dítěte hledat „spřízněnou duši“ je pochopitelná.“<sup>338</sup> Jiný v této souvislosti sdělil, že podstatné je: „(...) budovat doma

<sup>326</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O8.

<sup>327</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O3, O6, O8.

<sup>328</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O3.

<sup>329</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O6.

<sup>330</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O5.

<sup>331</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1, O3, O4, O5, O8.

<sup>332</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.

<sup>333</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O2, O3, O4, O6.

<sup>334</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O6, O7, O8.

<sup>335</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O8.

<sup>336</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>337</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O3, O6, O8.

<sup>338</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.



otevřenou atmosféru, aby dítě vědělo, že se může s čímkoliv svěřit – i s tím, že ho někdo vydírá, protože mu poslalo fotku, co nemělo, aby dítě vědělo, že se za něj táta a máma vždycky postaví (...).“<sup>339</sup>

Další uváděné faktory komunikačními partnery byly **funkčnost** rodiny (v negativním smyslu dysfunkční rodiny, rozchod rodičů), **dostatek lásky**, **kvalita komunikace rodičů s dětmi**, **schopnost rodičů vysvětlit rizika dětem**, **informovanost rodičů o rizicích internetu**, **vedení dětí k odpovědnosti**, **výchovný styl rodičů**. Např. jeden z komunikačních partnerů sdělil jako rizikové: „(...) benevolenci ve výchově, nebo naopak když jsou rodiče hodně autoritativní (...). Podstatné jsou vztahy v rodině, nejdůležitější otevřená komunikace, větší podpora ze strany rodičů, aby nebyli tak autoritativní, aby dětem více věřili a přenášeli na ně větší zodpovědnost.“<sup>340</sup>

Nebo jiný: „(...) rezignace a nezájem o výchovu dítěte, slabá autorita, neschopnost rodičů vysvětlit dětem, proč je nadměrné trávení času na internetu škodlivé, celková nefunkčnost rodiny – velmi pracující rodiče, nebo rodiče, kteří nedokáží zajistit náležitý dohled nad dítětem a jeho aktivitami.“<sup>341</sup>

Dva komunikační partneři zdůraznili **význam vzoru rodičů**: „(...) zcela běžně vidíte na ulici maminky, které koukají do mobilu, zatímco si jejich děti hrají na pískovišti. (...) Pak přece nemůžeme čekat, že tyto děti nebudou vnímat technologie jako normální součást jejich života.“<sup>342</sup> „Zásadní problém je ten, že sami rodiče tráví na internetu převážnou část času.“<sup>343</sup>

### Kategorie Role rodiny

Kategorie role rodiny slučuje kategorie rodičovské kompetence a rodičovská odpovědnost ve vztahu k rizikovému chování dětí a dospívajících na internetu.

Tři z komunikačních partnerů uváděli navzájem podobně, že rodičovské kompetence vnímají zejména jako soubor vlastností a dovedností, které rodiče uplatňují při výchově svého dítěte.<sup>344</sup>

Ostatní zmiňovali **schopnosti pro řádnou výchovu a péči o dítě** a jeho všestranný rozvoj. Komplexní odpověď zahrnující vše uvedené uvedl komunikační partner O4: „Podle mě to tohoto termínu spadá od „základních“ dovedností – jako umět o dítě pečovat po stránce jeho zdraví, nakrmit, zajistí mu vhodné čisté bydlení, šatit jej, přes schopnosti vzdělávat a podněcovat jej k aktivitě, k činnostem, které dítě rozvíjí, schopnost podpory při vzdělávání v ZŠ, a dále i SŠ, schopnost reagovat na emoce dítěte, sdílet je, až po schopnost rodičů dítě vést k řádnému životu, tak aby dítě bylo schopno se v dospělosti plně osamostatnit.“<sup>345</sup>

Všichni komunikační partneři se shodli na **významnosti role rodičů v problematice závislostního chování dětí na internetu**. Např. jeden komunikační partner k tomuto tématu uvedl: „Internet a sociální sítě se stávají nebezpečným nástrojem v rukou dětí, které si ještě v mnoha případech nedokáží uvědomit, že se pohybují na ostří nože. (...) Pokud se rodič o takovém jednání svého dítěte dozví až ve fázi závislosti, je evidentní, že je mezi ním a dítětem narušena důvěra, roli může hrát nevšímavost rodiče z důvodu

<sup>339</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O8.

<sup>340</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O2.

<sup>341</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>342</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O8.

<sup>343</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O5.

<sup>344</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1, O2, O8.

<sup>345</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

*pracovní přetíženosti, lhostejnosti, nebo právě z důvodu nedostatečných rodičovských kompetencí.* “<sup>346</sup>

V jiné fázi rozhovoru stejný komunikační partner uvedl: *„Vnější faktory, tedy nabídka sociálních sítí a virtuální reality v kyberprostoru, hrají jistě také roli, nicméně v jaké míře bude dítě do nich vtaženo, anebo zda dokáže využívat technologie zdravě, se odvíjí právě od rodinného klimatu (...).* “<sup>347</sup>

Podobně: *„(...) rodiče neuplatňují často svou rodičovskou odpovědnost vůči dětem. (...) Bezpochyby určitá míra celospolečenského zavinění tady je, ale rodiče jsou odpovědní za své děti, které je naopak musí respektovat.* “<sup>348</sup>

*„Někteří rodiče své děti zastrašují a vidí pouze rizika užívání internetu, nebo naopak své děti nijak nekontrolují a nelimitují, protože jsou v tomto ohledu po směru rodičovské odpovědnosti velmi slabí, nebo naopak své děti vychovávají tak volným stylem, že si neuvědomí rizika, která pro ně naprostá volnost může mít.* “<sup>349</sup>

Další informátor sdělil názor, že rodiče by neměli rizikové chování svých dětí na internetu přehlížet, být k němu lhostejní: *„(...) někteří rodiče problém přehlížejí, jsou rádi, že se děti zabaví samy a nemusí se jim věnovat.* “<sup>350</sup>

Jeden z komunikačních partnerů označil situaci, kdy rodiče nemají přehled o aktivitách svého dítěte na internetu nebo se o ně nezajímají přímo za zanedbání rodičovské odpovědnosti: *„Velký problém vidím v tom, že právě rodiče umožňují svým dětem zakládání facebookových nebo instagramových profilů. Děti nekontrolují, nepoživají rodičovské účty, aby měli přehled o tom, co jejich dítě na internetu vyhledává, jaká videa sleduje nebo s kým si chatuje. Osobně to považuju za zanedbávání rodičovské odpovědnosti. Pokud dítě pouštíme samotné ven, také o něm chceme mít přehled, kde a s kým je. Bohužel se toto neděje na internetu.* “<sup>351</sup>

## **Kategorie Prevence**

Většina komunikačních partnerů považuje za stěžejní v prevenci soustředit pozornost nejen na děti ale i rodiče.<sup>352</sup> Např. jeden informátor sdělil: *„Za stěžejní považuju kombinaci vhodného výchovného prostředí, ve kterém je citelný zájem o dítě a jeho celkový rozvoj, a zároveň osvětu v rámci škol, kde žáci tráví skutečně podstatnou část svého dětského života a života dospívajících. Určitě je nutné zaměřit se i na to, aby rodiče byli dostatečně informovaní o všech rizicích, aby byla posílená jejich gramotnosti v této problematice.* “<sup>353</sup>

Naproti tomu tři komunikační partneři zdůrazňovali edukaci dětí a dospívajících, např. ve formě preventivní programů pro různé věkové skupiny, a to zejména na školách spočívající ve výuce od úrovně prvního stupně základní školy v podobě povinného předmětu nebo besedách, výstavách.<sup>354</sup> *„Co považuju za naprosto nezbytné, je výuka této problematiky již na úrovni prvního stupně základní školy v podobě povinného předmětu. (...) Vše ostatní může být jenom nadstavbou, podrobně zaměřenou na jednotlivá specifika této problematiky.* “<sup>355</sup>

<sup>346</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.

<sup>347</sup> Tamtéž.

<sup>348</sup> Rozhovor s komunikačním partnerem O7.

<sup>349</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>350</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O8.

<sup>351</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O5.

<sup>352</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4, O5, O6, O7, O8.

<sup>353</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>354</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1, O2, O3.

<sup>355</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.

Jeden komunikační partner uvedl, že vnímá jako rizikové bagatelizování funkce rodiny a zdůrazňoval proto posílení role rodiny i ze strany společnosti: „(...) každá rodina musí začít sama u sebe, každý člen v ní, společnost by měla zvážit, zda je rodině věnována dostatečná pozornost.“<sup>356</sup>

### Kategorie Pracovní zkušenosti s rizikovým chováním na internetu

Při prováděných rozhovorech komunikační partneři sdělovali i některé případy, s nimiž se v rámci praxe na OSPOD setkali. Nejčastější problematikou byla **kyberšina** uváděná čtyřmi z nich (O1, O2, O5, O6) a **sexting** ve smyslu zasílání nahých fotek dětmi či dospívajícími buď cizím lidem nebo domnělým partnerům. Zkušenost s tímto jevem uvedli též čtyři komunikační partneři (O1, O2, O3, O6). Jeden komunikační partner uvedl zkušenost se **seznamováním dívek na internetu s cizími muži s falešnými profily**.<sup>357</sup>

Pro ilustraci o závažnosti problematiky vkládám některé sdílené zkušenosti.

„Jedná se o dívky a chlapce, kteří posílají své intimní fotografie na internetu neznámým lidem, ti je vydirají a požadují po nich např. video při masturbaci, zasunování různých předmětů do pochvy a podobně. Nebo zasílání intimních fotografií známým lidem, např. svému příteli, pak se rozejdou a přítel fotky nebo videa zneužije a zašle kamarádům.“<sup>358</sup>

„Nejčastěji se setkávám s případy dívek. Zpravidla se jedná o dívky, kterým chybí sebevědomí, řádná péče ze strany rodičů. Často u nich dochází k tomu, že se seznamují na internetu s neznámými muži, kteří mají vytvořené falešné profily. Dalším častým jevem je šikana prostřednictvím sociálních sítí, k níž dochází i u dětí na prvním stupni základní školy. Vytváří různé skupiny, které jsou přístupné vícero dětem, na skupiny pak zasílají zesměšňující fotografie spolužáka.“<sup>359</sup>

„(...) jednalo se o dívku 12 let. Seznámila se na síti s chlapcem 21 let. Chvilu si psali, na jeho prosby mu zaslala své nahé fotky. V momentě, kdy se mu vzeprěla, odmítala posílat další a chtěla vztah ukončit, začal jí vyhrožovat, že fotky zveřejní.“<sup>360</sup>

Tři z komunikačních partnerů uváděli též **případy dětí, které tráví většinu svého volného času na mobilu, tabletu či hraním online her**.<sup>361</sup> „(...) někdy to pozoruji při šetření, dítě si ani nevšímne, že na něj mluvím, nezvedne hlavu od mobilu.“<sup>362</sup>

„Obvykle se setkávám spíše s menšími dětmi, které tráví mnoho času na tabletech, většinou při hraní online propojených her s jinými hráči – například devítiletý chlapec dokáže celý den sedět u PC a hrát online hry. Ignoruje své rodiče a svého mladšího šestiletého bratra, kteří by chtěli jít ven (...).“<sup>363</sup>

„(...) rodiče přichází s tím, že se jim doma ztrácí peníze. Zjistili, že jim je krade jejich syn či dcera. Necháпали proč. Postupně se zjistilo, že ukradené peníze děti utrácely za hry a balíčky do her. Hraním her trávily veškerý volný čas.“<sup>364</sup>

Jeden informátor uvedl zkušenost s **kybergroomingem**, když sdělil: „Jednalo se o případ chlapce 15 let. Na síti ho oslovil dospělý muž. Slíbil mu, že mu koupí balíčky do her, když se s ním chlapec sejde. Sešli se opravdu v kavárně, muž poté chlapce pod záminkou, že si něco zapomněl, pozval k sobě domů. Stejným způsobem se seznamoval

<sup>356</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O7.

<sup>357</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O5.

<sup>358</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O6.

<sup>359</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O5.

<sup>360</sup> Příloha IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>361</sup> Srov. Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačními partnery O2, O4, O8.

<sup>362</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O8.

<sup>363</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O4.

<sup>364</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O2.

*s mnoha dalšími chlapci v podobném věku, všechny si zval k sobě domů, kde je obtěžoval.*“<sup>365</sup>

Z mého pohledu velmi závažnou zkušenost uvedl další komunikační partner: „Setkala jsem se i s problematikou sekt nebo obdobných uskupení, která ohrožují mladé lidi již i na životech, kdy ti se pak s podporou a zázemím podpůrce v online světě uchylují k sebepoškození.“<sup>366</sup>

---

<sup>365</sup>Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O3.

<sup>366</sup> Příloha č. IV – Rozhovor s komunikačním partnerem O1.

## 5 Diskuze

Prostřednictvím provedených polostrukturovaných rozhovorů bylo zjišťováno, jak na rodičovskou odpovědnost ve vztahu k netolismu pohlíží někteří pracovníci OSPOD, kteří pracují s dětmi a dospívajícími a jejich rodinami. Byly zjišťovány odpovědi na tři základní výzkumné otázky. Rovněž byl proveden polostrukturovaný rozhovor s pracovníci prevence nelátkových závislostí. Získané poznatky byly uváděny v průběhu celé práce.

### **Výzkumná otázka č. 1: Jaká spatřují pracovníci OSPOD rizika v souvislosti s užíváním internetu dětmi a dospívajícími?**

Z obsahu odpovědí přirozeně vyplynulo rozdělení do dvou podskupin, na rizika spojená s užíváním internetu a rizika ve smyslu důsledků nadměrného užívání internetu. Komunikační partneři uváděli nejvíce kyberšikanu a zveřejňování nahých fotografií dětmi či dospívajícími spojené s následným vydíráním jako problémy, s nimiž se nejčastěji setkávají ve své praxi. Uvědomují si, že děti jsou ohroženy možnou závislostí na internetu, závislostí na online hrách a sociálních sítích, další rizika spatřují v kybergroomingu, v anonymitě, kterou poskytuje virtuální prostředí, ve snadné zneužitelnosti sdíleného obsahu.<sup>367</sup>

Rizika, která pracovníci OSPOD spatřují, odpovídají informacím uvedeným v druhé kapitole, které byly čerpány zejména od autorů Kopeckého a Krejčího, Suché, Vondráčkové, Blinky a Hulanové.

V podkapitole 2.5 bylo poukázáno na rozdělení rizik nadměrného užívání internetu dle Nešpora a Kukly na tělesná, psychická a sociální. Odpovědi komunikačních partnerů odpovídají uvedenému rozdělení.<sup>368</sup>

Domnívám se, že i přes malý vzorek komunikačních partnerů je zřejmé, že pracovníci OSPOD, jejichž úlohou je práce s dětmi, dospívajícími a jejich rodinami, jsou si vědomi rizik virtuálního světa, což považují za důležité pro výkon jejich práce v oblasti působení na rodiče a poradenskou činnost v problematice rizikového chování na internetu.

### **Výzkumná otázka č. 2: Jaké faktory na straně rodiny ovlivňují dle pracovníků OSPOD chování dětí a dospívajících na internetu?**

V odpovědích komunikačních partnerů byly zaznamenány faktory: opravdový zájem o děti a zájem o naplňování jejich potřeb, dostatek času na dítě, trávení společného času spolu s dítětem, nastavení hranic a pravidel ve výchově, zajištění vhodného trávení volného času dětem, finanční situací rodiny budování důvěrného vztahu mezi dětmi a rodiči, funkčnost rodiny, kvalita komunikace rodičů s dětmi, schopnost rodičů vysvětlit rizika dětem, informovanost rodičů o rizicích internetu, vedení dětí k odpovědnosti, výchovný styl rodičů, vzor rodičů.<sup>369</sup>

Uvedené faktory jsou v souladu s teoretickými poznatky, které byly prezentovány v diplomové práci. Např. ve druhé kapitole byl uváděn názor Suché zdůrazňující vytváření podnětného prostředí, opravdový zájem o děti, trávení společného času nebo

---

<sup>367</sup> Pro větší přehlednost jsou všechna pozitivní i negativní rizika jmenovaná komunikačními partnery souhrnně uvedena v Tabulce 2 (viz. Příloha V – Souhrn zjištěných informací od pracovníků OSPOD).

<sup>368</sup> Viz. Tabulka 3 (Příloha V – Souhrn zjištěných informací od pracovníků OSPOD).

<sup>369</sup> Viz. Tabulka 4 (Příloha V – Souhrn zjištěných informací od pracovníků OSPOD).

názor Miovského poukazujícího na význam pevné výchovy, nastavení pravidel, vzoru rodičů. Sklony k závislostnímu chování ovlivňuje i konkrétní osobnost jedince, přičemž bylo ukázáno, že i tato skutečnost souvisí s rodinným prostředím, neboť rodina má vliv na formování osobnosti (Nakonečný, Ježková, druhá kapitola). Faktor výchovný styl rodičů uvedený komunikačními partnery tedy ovlivňuje jednak osobnost dítěte, jednak chování na internetu a přístup k médiím, jak bylo ukázáno např. na stanovisku Svobody a Novákové ve třetí kapitole.

### **Výzkumná otázka č. 3: Jak vnímají pracovníci OSPOD roli rodiny v problematice netolismu?**

Na základě rozhovorů lze vyvodit závěr, že komunikační partneři vnímají rodičovské kompetence a roli rodiny v problematice netolismu jako velmi významný a nezastupitelný prvek. Z odborné literatury (např. názoru Miovského či Suché) vyplynulo, že nadměrné používání internetu, ať hraním her či na sociálních sítích, nemusí automaticky znamenat závislost, ani ohrožení dítěte dalšími riziky. Klíčové je, jak toto užívání ovlivňuje ostatní oblasti života dítěte, zda dokáže fungovat v běžném životě, zda se věnuje i jiným aktivitám, zda si rizika uvědomuje.<sup>370</sup> Dle názoru komunikačních partnerů i Holé zde stěžejní roli hrají rodiče, neboť ti odpovídají za zdravý vývoj svých dětí. Celkově rodinné prostředí výrazným způsobem ovlivňuje způsob zacházení dětí a dospívajících s médii i míru vlivu rizik souvisejících s užíváním internetu na děti.<sup>371</sup>

V teoretické části byla mj. uvedena souvislost mezi pojmy rodina a závislost. Byl prezentován např. názor Šikla, dle kterého je úkolem rodiny vytvářet takové prostředí, aby byla u dítěte rozvíjena dovednost zdravé závislosti.<sup>372</sup> Nebo kolektivitu německých odborníků zabývajících se vlivem technologií na vývoj dítěte. Zdravý vývoj je předpokladem k tomu, aby lidé byli jako dospívající či dospělí schopni používat technologie zralým a kompetentním způsobem.<sup>373</sup> Přitom dle názoru Kukly, uvedeného v první kapitole, má rozhodující vliv na vývoj dítěte právě rodina.

Navzdory tomu, že se komunikační partneři shodli na významnosti vlivu vhodného rodinného prostředí, v oblasti prevence tři z nich kladli důraz na edukaci dětí a dospívajících. Nicméně většina komunikačních partnerů uváděla, že je třeba zaměřit se nejen na děti ale i na rodiče, na informovanost rodičů a posílení jejich gramotnosti v této problematice. Tento pohled je v souladu s názory odborníků uváděných ve třetí kapitole, např. Čecha či Kopeckého, dle nichž je nejpřirozenějším prostředím pro primární prevenci na prvním místě právě rodina. Nebo Matouška, který spatřoval roli rodiny a rodinného prostředí v prevenci závislostí jako stěžejní.

Ohledně významnosti věnování pozornosti zvýšení erudovanosti rodičů byly uváděny též názory Blinky, Ulbertové, Svobody či Vondráčkové, která vidí potřebu zaměřit se v prevenci závislosti na internetu na posílení rodičovských dovedností.<sup>374</sup>

Obdobně se v rámci výzkumné sondy vyjádřila i Holá, která považuje za nutné zaměřit do budoucna pozornost více na edukaci rodičů a zvýšení jejich kompetencí, aby byli schopni znaky závislosti či dalšího rizikového chování na internetu u dětí včas rozpoznat a být schopni je řešit.<sup>375</sup> Soulad s tímto lze spatřovat i v aktuálně probíhajícím

<sup>370</sup> Srov. MIOVSKÝ, M. *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu?* [online].

<sup>371</sup> Srov. Příloha IV – *Rozhovory s komunikačními partnery.*

<sup>372</sup> Srov. JEŽKOVÁ, Z., ŠIKL, J., *Rizika.* [online].

<sup>373</sup> Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. a kol., *Zdravé dětství*, s. 10–13.

<sup>374</sup> Srov. VONDRÁČKOVÁ, P. *Prevence.* In BLINKA, L. a kol. *Online závislosti*, s. 59.

<sup>375</sup> Srov. Příloha III – *Rozhovor s Mgr. Denisou Holou.*

projektu 1. LF UK a VFN ve spolupráci s Katedrou psychologie PedF UK a Ústavem informačních studií FF UK, který má být zaměřen nejen na práci s dětmi a dospívajícími ale právě i s jejich rodiči.<sup>376</sup>

---

<sup>376</sup> Srov. Klinika adiktologie. [online].

## Závěr

Cílem diplomové bylo představit problematiku dětské závislosti na internetu, popsat další rizika spojená s jeho užíváním a upozornit na roli rodiny v této problematice. Při zpracování práce jsem vycházela ze studia odborných publikací a internetových zdrojů, současně byla práce doplněna a obohacena o odpovědi několika pracovníků orgánu sociálně-právní ochrany dětí z Plzeňského kraje a vedoucí služby prevence organizace POINT 14, z. s. v Plzni. Cíl práce byl naplněn a podařilo se odpovědět na stanovené výzkumné otázky. Jsem si vědoma, že informace získané z provedených rozhovorů nelze pro jejich nevelký počet považovat za všeobecně platné, což však ani nebylo prvotním záměrem jejich provedení. Výsledky rozhovorů považuji za velmi cenné, neboť doplnily teoretické poznatky o konkrétní zkušenosti a případy z praxe a pomohly dle mého názoru poukázat na závažnost a aktuálnost problematiky, kterou se práce zabývá.

V práci byl nejdříve vysvětlen pojem závislost, rodičovská odpovědnost, rodičovské kompetence. Bylo uvedeno základní rozdělení závislosti na látkové a nelátkové a popsány znaky, které jsou jim společné, tedy význačnost, změny nálad, tolerance, odvykací symptomy, konflikt a relaps. Byla představena problematika netolismu, jeho projevy a rizika, která se projevují v oblasti tělesné, psychologické a sociální. Bylo upozorněno, že ke vzniku netolismu může vést podobně jako u závislosti látkových nenaplňování potřeb dítěte či dospívajícího, který tak hledá náhradní způsob jejich naplnění ve virtuálním světě.

Netolismus není jediným nebezpečím, které je spojeno s užíváním internetu, byla proto popsána další rizika s ním spojená, konkrétně kyberšikana, kybergrooming, kyberstalking, online dětská pornografie, sexting a nebezpečné internetové výzvy. Větší pozornost byla věnována popisu dvou forem netolismu, které jsou pro děti a zejména dospívající nejoblíbenější, tedy online hraní her a užívání sociálních sítí. Dle odborníků mají technologie nepopíratelný vliv na naše vědomí, což může znamenat problém pro dětský mozek, který dosud není plně vyvinut.<sup>377</sup> Pozornost byla v práci proto věnována i možnému vlivu internetu na formování a vývoj dětí a dospívajících.

Na základě odborné literatury bylo konstatováno, že na vzniku závislosti se nepodílí jen samotná látka či aktivita, ale záleží též na osobnostních charakteristikách a na prostředí, kterým je osobnost utvářena a ovlivňována, tedy především prostředí rodinném. Jako pozitivní rysy osobnosti v tomto směru byly uvedeny zejména zdravé sebevědomí, zdravé vnímání svého těla, schopnost řešit potíže, kritické myšlení, schopnost vyrovnávat se se stresem. Z teoretických poznatků i provedených rozhovorů vyplynul shodný závěr. Aby se u dítěte rozvíjely právě tyto charakteristiky, potřebuje vyrůstat v dostatečně podnětném, milujícím rodinném prostředí, které mu vytváří pocit bezpečí, důvěry a jistoty, kde se o něho rodiče skutečně zajímají, tráví čas společnými aktivitami, nastavují srozumitelná pravidla, a přitom dávají prostor ke zdravé diskuzi.

Práce se zabývá tématem sociální patologie, které se v průběhu psaní práce ukázalo být opravdu velmi rozsáhlým. Největší úskalím práce tak bylo omezit se pouze na některé poznatky. Vybrány byly ty, jejichž znalost považuji za podstatnou pro práci sociálního pracovníka s rodinami a dětmi potenciálně ohroženými rizikovým chováním na internetu. Téma si pro svou šíři, aktuálnost i závažnost zaslouží, dle mého názoru, hodně pozornosti.

---

<sup>377</sup> Srov. SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. a kol., *Zdravé dětství*, s. 6.



## Seznam použitých zdrojů

- BLATNÝ, M. (ed), *Psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Univerzita Karlova, 2016. ISBN 978-80-246-3462-3.
- BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. ISBN 978-80-247-311-9.
- BLINKA, L., *Závislost na hraní online her*. In BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. ISBN 978-80-247-311-9, s. 55–88.
- BOYD, D., *Je to složitější. Sociální život teenagerů na sociálních sítích*. Praha: Akropolis, 2017. ISBN 978-80-7470-165-8.
- ČECH, O., ZVONÍČKOVÁ, N., *Nebezpečí kyberšikany*. České Budějovice: THEIA – krizové centrum o. p. s., 2017. ISBN 978-80-904854-4-0.
- DOČEKAL, D., MÜLLER, J., HARRIS, A., HEGER, L., *Dítě v síti*. Praha: Mladá fronta a.s., 2019. ISBN 978-80-204-5145-3.
- GALLA, M., AERTSEN, P., DAATLAND, CH., a kol.: *Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí. Příručka o efektivní školní drogové prevenci*. Praha: Úřad vlády ČR, 2005. ISBN 80-86734-38-
- GILLERNOVÁ, I. *Změny rodičovských stylů výchovy v české rodině*. in: GILLERNOVÁ, I., KEZBA, V., RYMEŠ, M. *Psychologické aspekty změn v české společnosti: Člověk na přelomu tisíciletí*. Praha: Grada Publishing, a. s., 2011. ISBN 978-80-247-2798-1.
- HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-303- X.
- HULANOVÁ, L., *Internetová kriminalita páchaná na dětech*. Praha: Triton, 2012. ISBN 978-80-7387-545-9.
- HÝBNEROVÁ, J., *Závislost na online prostředí*. In Sborník studií, *Děti a online rizika*, Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, s. 33–48.
- KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Rizika virtuální komunikace. Příručka pro učitele a rodiče*. Olomouc: NET University, 2010. ISBN 978-80-254-7866-0.
- KOPECKÝ, K., KREJČÍ, V., *Nebezpečí internetové komunikace IV*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. ISBN 978-80-244-3911-2.
- KORBEL, M., LEJSKOVÁ, Z., *Včas a spolu*. Praha: MPSV, 2019. ISBN 978-80-7421-178-2

KRČMÁŘOVÁ B., VACKOVÁ, K., *Dítě předškolního a mladšího školního věku a internet*. In Sborník studií, *Děti a online rizika*, Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, s. 15–28.

KUBALA, L., *Snapchat už nepřináší žádné novinky, jen rizika*. E-Bezpečí, roč. 4, č. 1, s. 38-41. Olomouc: Univerzita Palackého, 2019. ISSN 2571-1679. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=1441>

KUKLA, L. a kol., *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*. Praha: Grada Publishing, a. s., 2016. ISBN 978-80-247-3874-1.

LANGMAIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, a. s., 2006, druhé aktualizované vydání. ISBN 978-80-247-1284-0.

MATĚJČEK, Z. *Rodiče a děti*. Preface, 2017. ISBN 978-80-7429-797-7.

MATOUŠEK, O., PAZLAROVÁ, H. *Státní orgány sociálněprávní ochrany dětí: dobrá praxe z pohledu rodin a pracovníků*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3336-7.

MATOUŠEK, O., *Dospívání chlapců v Čechách a na Moravě*. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-121-5.

MIOVSKÝ, M. a kol., *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování II*. 2. přepracované vydání, Praha: Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie, 2015. ISBN 978-80-7422-393-8.

MIŠOVIČ, J., *Kvalitativní výzkum se zaměřením na polostrukturovaný rozhovor*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2019. ISBN 978-80-7419-285-2.

MUSIL, J., *Úvod do sociální a masové komunikace*. 2. vydání Praha: Univerzita J. A. Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-44-0.

NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*. 2. uprav. vyd. Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0625-7.

NEŠPOR, *Návykové chování a závislost*. Praha: Portál, 2018. ISBN 978-80-262-1357-4.

NIKL, J.: *Sociálně patologické jevy u dětí a mládeže se zaměřením na jejich prevenci*. 1. vyd. Praha: PA ČR, 2000. 100 s. ISBN 80-7251-033-9.

ROGGE, J.-U. *Děti potřebují hranice*. Praha: Portál, 2016, vydání šesté. ISBN 978-80-262-1152-5.

ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010, vydání druhé. ISBN 978-80-247-3133-9.

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

SCHELER, K., GLÖCKER, M., HÜBNER, E. *Zdravé dětství ve světě digitálních médií*. Lelekovice: Franesa, 2020. ISBN 978-80-88337-16-4.

SPITZER, M., *Kybernemoc!* Host – vydavatelství, s. r. o., 016. ISBN 978-80-7491-792-9.

SUCHÁ, J., DOLEJŠ, M., PIPOVÁ, H. a kol., *Hraní digitálních her českými adolescenty*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2018. ISBN 978-80-244-5424-5.

ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol., *Děti a dospívající online*, Praha: Grada Publishing, a. s., 2014. ISBN 978-80-247-5010-1.

ŠÍNOVÁ, R., WESTHAPLOVÁ, L., KRÁLÍČKOVÁ, Z. a kol., *Rodičovská odpovědnost*. Praha: Leges, s. r. o., 2016. ISBN 978-80-7502-179-3.

ŠKAŘUPOVÁ, K., *Jednání jako droga*. In BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. ISBN 978-80-247-311-9, s. 21–34.

ŠMAHEL, D., *Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Triton, 2003. ISBN 9788072543601.

UHLS, Y.T., *Mediální mámy, digitální tátové*. Praha: Portál, s. r. o., 2018. ISBN 978-80-2621317-8.

VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2017. ISBN: 978-80-246-2153-1.

VONDRÁČKOVÁ, P., *Nadměrné užívání internetu z vývojového hlediska*. In BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. ISBN 978-80-247-311-9, s. 89–110.

VONDRÁČKOVÁ, P., *Prevence a léčba závislosti a nadměrného užívání internetu*. In BLINKA, L. a kol., *Online závislosti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. ISBN 978-80-247-311-9, s. 55–88.

WEST, R., *Modely závislosti*. Praha: Úřad vlády České republiky, Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti, 2016. ISBN 978-80-7440-157-2.

WEIS, P., *Sexuální zneužívání dětí*. Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-0929-5.

## Elektronické zdroje

CLEARINGSTELLE MEDIENKOMPTENZ, *Blick – Studie*. [online]. Publikováno 28. 07. 2017 © 2022 [cit. 09. 03. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://medienkompetenz.katholisch.de/blick-studie/>>.

ČSÚ, *Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci*. [online]. © 25. 11. 2020 [cit. 25. 10. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://www.czso.cz/csu/czso/5-pouzivani-mobilniho-telefonu-a-internetu-na-mobilnim-telefonu>>.

DAK Gesundheit, *Internetsucht im Kinderzimmer*. DAK-Studie. 2015 [online]. [cit. 22. 10. 2021]. Dostupné na WWW:<[https://www.dak.de/dak/bundesthemen/internetsucht-im-kinderzimmer-2115248.html#](https://www.dak.de/dak/bundesthemen/internetsucht-im-kinderzimmer-2115248.html#/)>.

E-BEZPEČÍ, *Nebezpečné výzvy (dangour challenge)*. video. [online.]. publikováno 08. 09. 2021. [cit. 10. 12.2021]. Dostupné na WWW:<<https://www.e-bezpeci.cz/index.php/z-nasi-kuchyne/2302-nebezpecne-vyzvy-dangerous-challenges>>.

FIŠER, M., *Snapchat je sociální síť na prodej drog, nebral si servítky francouzský ministr*. [online.]. publikováno 20. 05. 2021. [cit. 04. 03. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://www.novinky.cz/internet-a-pc/software/clanek/snapchat-je-socialni-sit-na-prodej-drog-nebral-si-servirky-francouzsky-ministr-40360808>>.

FOJTOVÁ, H., *Výzkum: Čas, který tráví děti na internetu, se za poslední dekádu zdvojnásobil*. Tisková zpráva MUNI, Brno: 10. 02. 2020. [online.]. [cit. 04. 03. 2022]. Dostupné na WWW:<[https://www.muni.cz/media/3208962/tz\\_eu\\_kids\\_online\\_fin.pdf](https://www.muni.cz/media/3208962/tz_eu_kids_online_fin.pdf)>.

ISRAELASHVILI, M., KIM, T., BUKOBZA, T., *Adolescents' over-use of the cyber world--internet addiction or identity exploration?* [online]. Journal of Adolescence, 35 (2), 417–424. Publikováno duben 2012 © 2022 [cit. 09. 03. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.07.015>>.

JEŽKOVÁ, Z., ŠIKL, J., *Rizika závislostního chování u dětí a dospívajících a jejich prevence*. [online.]. publikováno 03. 09. 2012. [cit. 16. 11. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://sancedetem.cz/rizika-zavislostniho-chovani-u-deti-dospivajicich-jejich-prevence>>.

JANOUSH, M. *Děti na internetu: ohrožuje jejich vývoj?* [online]. [cit. 20. 01. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://www.vitalia.cz/clanky/deti-na-internetu-ohrozuje-jejich-vyvoj/>>.

KOPECKÝ, J. a SZOTKOWSKI, R., *Rodič a rodičovství v digitální éře* (výzkumná zpráva). [online]. © 2018 [cit. 10. 03. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/107-rodic-a-rodicovstvi-v-digitalni-ere-2018/file>>.

KOPECKÝ, K., *Co je syndrom FoMO*. [online]. 04. 04. 2017 [cit. 20. 12. 2021] Dostupné na WWW: <<https://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/1229-co-je-syndrom-fomo#:~:text=Syndrom%20FoMO%20%28z%20anglick%C3%A9ho%20%E2%80%9E%20fear%20of%20missing,ud%C3%A1losti%20%28FOMO%20se%20v%C3%A1%C5%BEe%20na%20jin%C3%A9%20vn%C3%ADm%C3%A1n%C3%AD%20%C4%8Dasu%29>>.

KOPECKÝ, K., *Facebook podruhé*. [online]. Dostupné na WWW:< <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/133-125>>.

KOPECKÝ, K., *Facebook umírá, žezlo přebírá Instagram*. [online]. 18. 01. 2019 [cit. 20. 12. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1440-facebook-umira-zezlo-prebira-instagram>>.

KOPECKÝ, K., *Problém zvaný Tik Tok*. E-Bezpečí, roč. 4, č. 1, s. 5-11. Olomouc: Univerzita Palackého, 2019. ISSN 2571-1679. Dostupné na WWW:< <https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=1403>>.

KOREŠ, J., in KABOURKOVÁ, M., *Závislost na sociálních sítích je pro společnost přijatelné riziko, myslí si Koreš*. [online.]. publikováno 07. 10. 2020. [cit. 04. 03. 2022]. Dostupné na WWW:< <https://cnn.iprima.cz/zavislost-na-socialnich-sitich-je-pro-spolecnost-prijatelne-riziko-mysli-si-koresh-10718>>.

Klinika adiktologie 1. LK UK. [online]. © 2022 [cit. 20. 01. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://poradna.adiktologie.cz/>>.

KUBALA, L. *Tellonym – aplikace pro budování přátelství, nebo platforma pro kyberšikamu?* E-Bezpečí, roč. 4, č. 1, s. 119-121. Olomouc: Univerzita Palackého, 2019. ISSN 2571-1679. Dostupné na WWW:<<https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=1562>>.

LAM, L. T., PENG, Z - W., *Effect of pathological use of the internet on adolescent mental health: A prospective study*. Arch Pediatr Adolesc Med. 2010;164(10):901-906. [online]. 02. 08. 2010 [cit. 04. 03. 2022]. Dostupné na: WWW:< <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/383813/>>.

MÁCA, R. *Děti a rizika sociálních sítí*. [online]. Aktualizace 04. 06. 2021 [cit. 01. 03. 2022]. Dostupné na WWW:< <https://sancedetem.cz/deti-rizika-socialnich-siti#rizika-socialnich-siti>>.

MIOVSKÝ, M. *Tráví dítě pět až šest hodin denně na internetu? Pozor na vznik závislosti*. [online]. 03. 06. 2021 [cit. 20. 01. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://sancedetem.cz/travi-dite-pet-az-sest-hodin-den-ne-na-internetu-pozor-na-vznik-zavislosti>>.

NÁRODNÍ ZDRAVOTNICKÝ INFORMAČNÍ PORTÁL [online]. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR a Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2021 [cit. 23.10.2021]. Dostupné na WWW: < <https://www.nzip.cz>. ISSN 2695-0340>.

NEŠPOR, M., *Závislost na počítačích: test, svépomoc, léčba*. [online]. 12. 05. 2010. [cit. 25. 10. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://www.youtube.com/watch?v=NwfXJDULHpA>>.

NOVÁKOVÁ, M., *Jak internet ovlivňuje život dětí a dospívajících*. [online]. © 16. 02. 2021 [cit. 17. 01. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://sancedetem.cz/jak-internet-ovlivnuje-zivot-deti-dospivajících#top>>.

OSVĚTOVÁ KAMPAŇ V SÍTI. Dostupné na WWW:< <https://vsitifilm.cz/>>.

PÁVKOVÁ, J., *Pedagogika volného času*. [online]. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014 [cit. 04-03-2022]. Dostupné na WWW: <[https://dl1.cuni.cz/pluginfile.php/1058504/mod\\_resource/content/1/Pedagogika%20volne%CC%81ho%20c%CC%8Casu\\_compressed%202.pdf](https://dl1.cuni.cz/pluginfile.php/1058504/mod_resource/content/1/Pedagogika%20volne%CC%81ho%20c%CC%8Casu_compressed%202.pdf). ISBN 978-80-7290-666-6>. ISBN 978-80-7290-666.

PEMOVÁ, T., PTÁČEK, R., *Sdílené rodičovství*. Praha: Národní institut pro děti a rodinu, 2020. ISBN 978-80-87066-08-9. [online] Dostupné na WWW:< <https://sdilenerodicovstvi.cz/files/Manual-rodice-onlineISBN-web.pdf>>.

POINT 14. Dostupné na WWW:<<http://www.point14.cz/>>.

PREV-CENTRUM, *Závislosti na procesech*. [online]. © 2017 Prev-Centrum. [cit. 17. 10. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://www.prevcentrum.cz/informace-o-drogach/nelatkove-zavislosti/>>.

Redakce E-bezpečí, *Kybersex*. [online]. 10. 11. 2008 [cit. 16. 10. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/kybergrooming/105-67>>

SINGEROVÁ, H., *Rok distanční výuky: děti se staly závislými na internetu*. [online]. Dostupné na WWW:<<https://www.vitalia.cz/clanky/rok-distančni-vyuky-deti-jsou-zavisle-na-internetu/>>.

Státní zdravotní ústav, *Nelátkové závislosti: co to je?* [online]. [cit. 17. 10. 2021]. Dostupné na WWW:<<https://www.nzip.cz/clanek/321-nelatkove-zavislosti-zakladni-informace>>.

SMAHEL, D., MACHACKO, H., MASHERONI, G. and col. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. EU Kids Online. [online.]. [cit. 04. 03. 2022]. Dostupné na WWW:< <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01of0/>>.

ŠMAHEL, D. a kol., *EU Kids Online 2020: survey results from 19 countries*. [online]. © 2020 [cit. 09. 03.2022]. Dostupné na WWW: <<https://eprints.lse.ac.uk/103294/>>.

Státní zdravotní ústav, *Závislosti: co to je?* [online]. [cit. 17. 10. 2021]. Dostupné na WWW: < <https://www.nzip.cz/clanek/321-zavislosti-zakladni-informace>>.

VACEK, J., VONDRÁČKOVÁ, P., *Behaviorální závislosti: klasifikace, fenomologie, prevalence a terapie*. Česká a slovenská psychiatrie. [online]. © 2014 [cit. 17. 10. 2021]. Dostupné na WWW: < <http://www.cspsychiatr.cz/detail.php?stat=960>>.

VACEK, J., *Nelátkové závislosti*. Výukový text. Dostupné na WWW:< <https://www.adiktologie.cz/file/407/behavioralni-zavislosti.pdf>>.

VANÍČKOVÁ, V., *YouTube, spojenec při rozvoji gramotnosti*. Metodický portál: Články [online]. 21. 01. 2019, [cit. 2021-11-28]. Dostupné na WWW:<<https://clanky.rvp.cz/clanek/21979/YOUTUBE,-SPOJENEC-PRI-ROZVOJI-GRAMOTNOSTI.html>>. ISSN 1802-4785>.

VONDRÁČKOVÁ, P., *Chenova škála závislosti na internetu*. Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze © 17. 01. 2019. [online]. [cit. 22. 10. 2021]. Dostupné na WWW: <<https://www.adiktologie.cz/chanova-skala-zavislosti-na-internetu-chen-internet-addiction-scale-cias>>.

WHO, *Mezinárodní klasifikace nemocí*. [online]. [cit. 15. 10. 2021]. Dostupné na WWW:< <https://www.uzis.cz/res/f/008319/mkn-10-tabelarni-cast-20210101.pdf>>.

YOUNG, K., *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment*. The Center of Internet Addiction [online]. [cit. 10. 03. 2022]. Dostupné na WWW:< <https://netaddiction.com>>.

## Legislativní zdroje

Nález Ústavního soudu sp. Zn. I. 1587/15 ze dne 15. 12. 2015. [online]. [cit. 15. 10. 2021]. Dostupné na WWW: <<https://nalus.usoud.cz/Search/ResultDetail.aspx?id=90987&pos=1&cnt=1&typ=result.>>

Opatření rektora č. R 452/2020 ke zveřejňování bakalářských, diplomových, disertačních, rigorózních a habilitačních prací, ze dne 04. 12. 2020. [online]. [cit. 10. 03. 2022]. Dostupné na WWW:< <https://www.jcu.sk/cz/univerzita/dokumenty/opatreni-rektora/platna-opatreni>>.

Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, ve znění platném ke dni 01. 07. 2021. [online]. [cit. 15. 10. 2021]. Dostupné na WWW:< <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89>>.

Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, ve znění platném ke dni 01. 01. 2022. [online]. [cit. 15. 01. 2022]. Dostupné na WWW:<<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-359/>>.

## Seznam použitých zkratek

CNN	- Cable News Network
FB	- Facebook
LF UK	- Lékařská fakulta Univerzity Karlovy
MMO	- Massively multiplayer online
MMORPG	- Massively multiplayer online role playing game
OSPOD	- Orgán sociálně-právní ochrany dětí
SNS	- Social Networking Sites (sociální sítě)
Vs.	- Versus
VFN	- Všeobecná fakultní nemocnice
WHO	- World Health Organization



## Seznam příloh

- I. Soubor otázek <sup>378</sup>
- II. Informovaný souhlas (formulář) <sup>379</sup>
- III. Rozhovory s komunikačními partnery O1–O7 <sup>380</sup>
- IV. Souhrn zjištěných názorů pracovníků OSPOD <sup>381</sup>

---

<sup>378</sup> Vlastní výzkum.

<sup>379</sup> Vlastní formulář. Srov. Opatření rektora JU R 452/2020, Příloha.

<sup>380</sup> Vlastní výzkum.

<sup>381</sup> Vlastní výzkum.

## **Příloha I – Soubor otázek**

### **Soubor otázek pro pracovníky OSPOD**

1. Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?
2. Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?
3. Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?
4. Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje? Jaký to má podle Vás na děti vliv?
5. Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu? Pokud ano, můžete uvést nějaký případ?
6. Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?
7. Jaký nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?
8. Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?
9. Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?
10. Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

### **Soubor otázek pro pracovníci z oblasti prevence nelátkových závislostí**

1. Můžete mi představit Vaši činnost v oblasti prevence rizikového chování na internetu?
2. Co myslíte, že ovlivňuje rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?
3. Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?
4. Jak vnímáte v této souvislosti roli rodičů?
5. Zaměřují se Vaše programy i na rodiče?

## **Příloha II – Informovaný souhlas (formulář)**

### **INFORMOVANÝ SOUHLAS**

Vážená paní, vážený pane,

obracím se na Vás s prosbou o spolupráci. V současné době vypracovávám závěrečnou práci v rámci magisterského studia na Teologické fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Prosím o Vaši účast na výzkumné sondě, která je součástí diplomové práce na téma Rodičovská odpovědnost ve vztahu k netolismu.

Vaše účast na výzkumné sondě je zcela dobrovolná, bude spočívat v provedení rozhovoru. Rozhovor bude nahráván na mobilní telefon, nahrávka bude použita pouze pro účely této diplomové práce, zaznamenané odpovědi budou v práci uváděny anonymně. Máte možnost odmítnout odpovědět na kteroukoliv otázku, rozhovor můžete kdykoliv ukončit i bez uvedení důvodu. Z účasti na výzkumné sondě pro Vás neplynou žádná rizika.

#### **Prohlášení**

Prohlašuji, že souhlasím s účastí na výše uvedeném výzkumu. Student/ka mne informoval/a o podstatě výzkumu a seznámil/a mne s postupy, které budou při výzkumu používány, stejně jako se skutečnostmi, které pro mne z účasti na výzkumu vyplývají, včetně případných výhod a rizik. Souhlasím s tím, že všechny získané údaje budou anonymně zpracovány a použity pro účely vypracování závěrečné práce studenta/ky. Měl/a jsem možnost vše řádně, v klidu a v dostatečně poskytnutém čase zvážit. Měl/a jsem možnost se zeptat na vše pro mne podstatné a potřebné. Na tyto dotazy jsem dostal/a jasnou a srozumitelnou odpověď. Prohlašuji, že beru na vědomí informace obsažené v tomto informovaném souhlasu a souhlasím se zpracováním svých údajů v rozsahu, způsobem a za účelem uvedeným v tomto informovaném souhlasu.

Jméno a příjmení účastníka výzkumu:

Datum:

Podpis účastníka výzkumu

### **Příloha III – Rozhovor s Mgr. Denisou Holou, vedoucí primární prevence v organizaci POINT 14 z.s. v Plzni**

Můžete mi představit Vaši činnost v oblasti prevence rizikového chování na internetu?  
*Zaměřujeme se na prevenci, která je uskutečňována v rámci programu všeobecné prevence ve školách. V Plzni jsme jednou ze dvou organizací, které mají k tomu certifikaci. vyplývající ze Standardů kvality MŠČR. Program podléhá přísné kontrole. V Plzni působí Koordinanční skupina Plzeňského kraje. V rámci ní se schází koordinátoři preventivních programů, a to v rámci kraje i celorepublikově. Snahou je sjednotit preventivní programy.*

Kdo je iniciátorem? Vy nebo škola?

*Preventivní program ve školách je realizován na základě poptávky školy. Škola dá zakázku, poté podá informace o tom, jaká je to třída, jaké tam již byly programy prevence. Poté dochází k zmapování třídy a vybrání konkrétního programu. Jsou dva základní programy – jeden pro 6.-7. třídu, druhý pro 8.-9. třídu.*

*Program je připravený pro běžné třídy, kde nejsou řešeny problémy. Je myšlen jako prevence. Pokud se někde problém vyskytne, nastupuje selektivní prevence – zaměřeno na kyberšikanu. Přednáška má interaktivní formu. Frontální nefunguje, žáky nebaví, nezaujme. Je neefektivní. Nejlepší pro žáky je, když si to zažijou. Ideální je, pokud děti projdou programem v 6.-7. třídě a pak naváží.*

Je tématem Vašich programů i netolismus?

*Netolismus není samostatným tématem, ale přednáší se jako součást tématu závislosti – znaky, příčiny, možnosti řešení.*

*Pozornost je věnována hodně kyberšikaně, netolismus je nyní upozaděn, což není dobře. Musí ho řešit rodiče, neboť je velmi těžké rozeznat ho. Škola si může všimnout, až když dítě je hodně unavené, spí ve škole, není schopno plnit své povinnosti, vše jde stranou. Je na rodičích, aby si všímali svého dítěte a dokázali včas zakročit, když jejich dítě tráví na internetu nadměrné množství času. A aby dokázali rozpoznat příznaky závislosti a nebáli se přijít se poradit – za učitelem, na OSPOD, do poradny.*

*Někdy to rodiče poznají, až když se jim začnou ztrácet peníze. Dítě je utrácí za balíčky do her.*

Jak to myslíte? Na to dítě nepotřebuje platební kartu?

*Balíčky se dají platit kartou nebo převodem. Ale existují ještě paysafecard. Jde o kartu, kterou je možné na různých veřejných místech, třeba v supermarketu, trafice. Karta je v hodnotě asi od 100 do 2000 Kč. Paysafecard pak uhradí online platbu.*

Co myslíte, že ovlivňuje rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Příčinou mohou být neuspokojivé vztahy ve škole nebo v rodině. Dítě pak v podstatě utíká do závislosti, utíká z reality, hledá náhradu.*

*U her a sociálních sítí hraje roli sociální aspekt, vyhledávání komunikace s vrstevníky. Jednodušší způsob navazování vztahů. V době pandemie to mělo i pozitivní aspekt – dospívající díky internetu měli možnost kontaktu s ostatními. Na druhou stranu to však podpořilo rozvoj závislosti na internetu.*

Nastala v poplávce po prevenci po návratu do škol nějaká změna?

*Spolupráce se školami se velmi zlepšila. Zájem po nouzovém stavu je obrovský. Je vyšší poplávka po programech - kyberšikana, vztahy v kolektivu. Je třeba děti vrátit zpět do pravidel, které jim chyběly a je to hodně znát. Nejvíce distanční výuka ovlivnila 9. třídy. Byl tam znatelný strach z nepřípravenosti na přijímací zkoušky. Některé děti byly frustrované z odloučení, izolace, ztráty kontaktů. Ale zároveň jsou i děti, kterým distanční výuka pomohla – naučily se díky tomu pracovat s organizací času.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Základem jsou dobré vztahy v kolektivu třídy – cítit se dobře ve škole, neubližovat si. Je zde důležitá preventivní práce s třídou, třídnické hodiny, stmelování kolektivu – zásadní v prevenci závislosti i (kyber)šikany. Je to hodně o práci pedagoga. O jeho přístupu.*

A jak vnímáte v této souvislosti roli rodičů?

*Rodiče jsou samozřejmě velmi důležitým prvkem v prevenci závislosti. Rodiče by měli určovat dětem zdravé hranice a dbát o jejich dodržování. Důležité je, aby dětem nabízeli alternativní trávení volného času. Také jako podstatné vidím to, aby byli sami pozitivním vzorem pro děti. Pokud rodiče neustále sedí u počítače či koukají do mobilu, nemůže to fungovat. Typickým negativním příkladem je rodinná procházka lesem, kdy rodiče zakáží používat mobil dítěti, ale oni sami jsou během procházky neustále na mobilu.*

Zaměřují se Vaše programy i na rodiče?

*Všeobecná prevence je zaměřena na děti. Point nabízí i semináře pro rodiče a sebevzdělání pro pedagogy. Otázka však je, zda rodiče přijdou. V jednom případě škola poplávala seminář pro rodiče a byla ochotna ho za ně i zaplatit. Ze strany rodičů však nebyl téměř žádný zájem. Přijdou ti spolupracující. Určitě bychom se chtěli do budoucna zaměřit více na setkávání s rodiči.*

Děkuji za rozhovor.

## **Příloha IV – Rozhovory s pracovníky OSPOD**

### **Rozhovor s komunikačním partnerem O1**

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Rodičovské kompetence jsou vlastnosti a dovednosti, které promítá rodič do výchovy svého dítěte, pravděpodobně v jeho nejlepším zájmu, s ohledem na momentální potřeby dítěte a představy rodiče o tom, co je a bude pro jeho dítě v životě užitečné, aby bylo schopno se v určitých situacích zachovat a správně se rozhodovat.*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Jakákoliv závislost, při níž si neaplikujeme do organismu nějakou látku (drogu, cukr, kofein...) jedná se o psychickou závislost na nějakém procesu, činnosti, aktivitě, ale i např. vztazích.*

Můžete uvést nějaký příklad?

*Dříve se jednalo v největší míře o gambling, chorobné hráčství, sázení, v dnešní době se přidává určitě závislost na technologiích, internetu, sociálních sítích, mobilních telefonech.*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Internet je fenoménem dnešní doby, k populaci dětí a dospívajících neodmyslitelně patří a je jeho přirozenou součástí. Problematika závislosti se nevyhýbá ani generaci rodičů těchto dětí, nicméně ti zažili i dobu před internetem. Internet a sociální sítě se stávají nebezpečným nástrojem v rukou dětí, které si ještě v mnoha případech nedokáží uvědomit, že se pohybují na ostří nože. Dalším problémem je anonymita zajištěná sociálními sítěmi, která přispívá negativně ke ztrátě intimity a zvyšuje odvahu dětí experimentovat se svojí nahotou, sexualitou. V kontextu těchto výše zmíněných témat se může jevit doba strávená s telefon v ruce nebo na počítači při hraní her méně závažná.*

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje?

*Dítě tráví na internetu neúměrně mnoho času na úkor jiných aktivit a povinností. Tím vzniká nesoulad mezi představou dítěte a jeho rodiče, čímž se narušují rodinné vztahy.*

Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*Děti díky tomu ztrácí kontakt s realitou, narušuje to jejich osobní vztahy, má to významný vliv na jejich soustředění a výkonnost. Setkala jsem se i s problematikou sekt nebo obdobných uskupení, která ohrožují mladé lidi již i na životech, kdy Ti se pak s podporou a zázemím podpůrce v online světě uchylují k sebepoškození.*

Setkáváte se i s dalšími případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*S ohledem na moji profesi se setkávám hlavně s problematikou kyberšikany ve školách i mimo ni. V několika případech jsem se setkala s konkrétní reakcí dítěte na nátlak rodiče na odevzdání mobilního telefonu nebo vysloveného zákazu užívat tuto techniku. Reakce lze jistě přirovnat k reakci narkomana při absenci drogy. Došlo k verbální i brachiální agresi dítěte vůči rodiči. Snaha „autority“ nebyla nijak reflektována.*

Jakým způsobem (od koho) se nejčastěji o těchto případech dozvídáte? Obrací se na Vás přímo rodiče?

*V případě, že se jedná o problematiku natolik závažnou, že se dotýká již roviny trestně právní, dozvídáme se o ní od Policie ČR. V častějších případech od rodičů, většinou jako druhotnou problematiku jiné námi řešené. Největší objem podnětů přichází ze školního prostředí.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*Nepochybně to souvisí s potřebou objevovat, experimentovat, posouvat hranice, testovat si schopnosti, významnou roli určitě hraje i potřeba někam patřit, být součástí nějaké komunity, být přijímáno bez výhrad. Což opět souvisí s rodinným prostředím, přístupem rodičů a vztahem mezi rodiči a dítětem.*

Jak nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Otázka je velmi složitá a řekla bych převážně subjektivní. Pokud se rodič o takovém jednání svého dítěte dozví už ve fázi závislosti, je evidentní, že je mezi ním a dítětem narušena důvěra, roli může hrát nevšimavost rodiče z důvodu pracovní přetíženosti, lhostejnosti, nebo právě z důvodu nedostatečných rodičovských kompetencí.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Prakticky vycházím z výše uvedeného. Klíčovou roli hraje důvěra mezi rodičem a dítětem a naopak. Pokud tato je narušená, tendence dítěte hledat „sprízněnou duši“ je pochopitelná. Vnější faktory, tedy nabídka sociálních sítí a virtuální reality v kyberprostoru, hrají jistě také roli, nicméně v jaké míře bude dítě do nich vtaženo anebo dokáže využívat technologie zdravě se odvíjí právě od rodinného klimatu. Přirozeně i osobnostní nastavení dítěte, které může mít větší či menší sklony k závislostem obecně, to se však dá ovlivnit minimálně, maximálně s ním pracovat, pokud o takové predispozici rodiče ví.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Rodinu musí dítě vnímat jako bezpečný prostor, pokud to tak je, tendence z takového prostoru odcházet do imaginárního světa je menší. Určitě významně mohou rodiče ovlivnit riziko závislosti u svého dítěte tím, že se o něj opravdově zajímají, a to i v oblasti jeho pohybu v kyberprostoru. Ovšem zdůrazňují, že tento zájem musí být bez pocitu sledování, špiclování. Opět se vracím ke vztahu založeném na důvěře.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Rozhodně, a to považuji za naprosto nezbytné, je výuka této problematiky již na úrovni prvního stupně základní školy v podobě povinného předmětu. (Však děti užívají mobilní technologie obratně už v předškolním věku.) Vše ostatní může být jenom nadstavbou, podrobně zaměřenou na jednotlivá specifika této problematiky.*

## Rozhovor s komunikačním partnerem O2

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Rodičovská kompetence je z mého pohledu nějaký soubor dovedností, vlastností a schopností při výchově a vývoji dítěte.*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Asi největší v současné době z nelátkové závislosti je závislost na internetu, např. online hrani her, dále závislost na počítači, sociálních sítích, na mobilním telefonu.*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Je to živná půda třeba pro kyberšikany a sexting.*

V současné době, tj. tak 5–10 let jde hlavně o rozvoj počítačových on-line her a rozvoj dokonalých počítačových sítí.

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje?

*V současné době, tj. tak 5–10 let jde hlavně o rozvoj počítačových on-line her a rozvoj dokonalých počítačových sítí.*

Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*Pro děti je to obrovský magnet. Je pro ně těžký se od toho odpoutat. (Děti) tráví volný čas jen na sociálních sítích, mají virtuální kamarády, žádný sport a jiné volnočasové aktivity.*

Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu? Pokud ano, s jakými případy souvisejícími s rizikovým chováním na internetu se setkáváte?

*Nejčastěji se setkáváme právě s kyberšikanou a sextingem. Anebo s výchovnými problémy, které s tím souvisí.*

Můžete uvést nějaký příklad?

*Jednalo se o dívku 12 let. Seznámila se na síti s klukem 21 let. Chvíli si psali, na jeho prosby mu zaslala své nahé fotky. V momentě, kdy se mu vzepřela a odmítla posílat další a chtěla vztah ukončit, začal jí vyhrožovat, že fotky zveřejní. Nebo případ kluka 15 let. Na síti ho oslovil dospělý chlap. Slíbil mu, že mu koupí balíčky do her, když se s ním chlapec sejde. Sešli se opravdu v kavárně, pak kluka pod záminkou, že si něco zapomněl, pozval k sobě domů. Stejným způsobem se seznamoval s mnoha dalšíma klukama v podobném věku, všechny si zval k sobě domů, kde je obtěžoval.*

Jakým způsobem (od koho) se nejčastěji o těchto případech dozvídáte? Obrací se na Vás přímo rodiče?

*Většinou se dozvídáme od PČR, která řeší případy např. kyberšikany.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*V dnešní uspěchané době rodiče na děti nemají čas, aby uspokojovaly jejich potřeby, tak jim koupí počítač, tablet a playstation a u dětí se začíná od raného věku rozvíjet závislost na internetu.*



Jak nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Rodiče nemají na děti čas, jsou omezeni pracovním vytížením, a hlavně netráví s nimi volný čas a nevěnují se jim.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Jako jasný rizikový faktor vnímám benevolenci ve výchově, nebo naopak rodiče jsou hodně autoritativní... Těch faktorů je více, nedostatečná komunikace rodičů s dětmi, rozchod rodičů, dysfunkční rodina, rodiče užívají nadměrně alkohol nebo návykové látky.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Jednoznačně vztahy v rodině, nejdůležitější otevřená komunikace, větší podpora ze strany rodičů, aby nebyli tak autoritativní, aby dětem více věřili a přenášeli větší zodpovědnost.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Primární prevence, různé preventivní programy zaměřené na jednotlivé věkové skupiny, hlavně prevence na školách, např. přednášky na školách, besedy, výstavy.*

Děkuji za rozhovor.

## Rozhovor s komunikačním partnerem O3

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Zajištění a péče o dítě, schopnost dítě vychová...*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Jakákoli jiná závislost než látková, takže třeba internet, bedny, sex, práce.*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Asi nejrozšířenější problém je podle mě kyberšikana a taky sdílení nahých fotek, jejich šíření.*

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje? Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*Dítě se nedokáže odlepit od mobilu, od monitoru. Například celý den hraje hry.*

Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Řeším spíše jiné problémové chování dětí a mládeže, jako jsou krádeže, záškoláctví, výchovné potíže a tak... i když ono to souvisí. Řešila jsem např. jednu slečnu (15 let), která zasílala své nahé fotky přes facebook někomu, příp. zase jiná slečna (12 let) si dávala inzerát na seznamku, tak když už řeším rizikové chování na internetu tak spíše posílání nevhodných fotek. Nebo přišli rodiče s tím, že se jim doma ztráceli peníze a zjistili, že jim je krade jejich syn (dcera). Necháпали proč. Postupně se zjistilo, že syn (dcera) peníze utrácel(a) za hry a balíčky do her. Hraním her trávil(a) veškerý volný čas.*

Jakým způsobem (od koho) se nejčastěji o těchto případech dozvídáte? Obrací se na Vás přímo rodiče?

*V případě rizikového chování na internetu ano, rodiče, ale spíše v rámci pravidelných jednání na OSPOD, ne že by za mnou vyloženě kvůli tomu přišli sami. Vyplyne to z rozhovoru, že je tam takový problém. Většinou spíše mimoděk mluví o tom, jak jejich dítě je celý den přilepený u mobilu (počítače) Není to důvod, kvůli kterému by přišli. Nebo při šetřeních vidíme, jak jsou děti v ekonomicky slabých rodinách přilepené u mobilu pomalu od batolecího věku. Tyhle rodiny nemají peníze na kroužky. Tohle je pro tyhle děti levný a snadný způsob, jak trávit čas.*

Pokud se setkáváte s problematikou závislostního chování dětí na internetu, jak se toto chování projevuje?

*Rodiče toto se mnou neřeší, maximálně když z pohovoru s nezletilým zjistím, že tráví příliš času na internetu, snažím se mu vysvětlit, že je důležitý i osobní kontakt, trávit volný čas jinak.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*Ano.*

Můžete to nějak rozvést?

*Uspokojování některých potřeb prostřednictvím internetu může být jednodušší než v reálném životě. Stačí zapnout počítač, mobil, není třeba nikam chodit, s nikým*

*komunikovat napřímo. Určitě k tomu přispívá anonymita, za kterou je možný se ve virtuálním světě schovat.*

Jak nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Rodiče by rozhodně měli vědět, co jejich děti na internetu řeší, jaké stránky navštěvují, ale je jasné, že nejsou schopni ohlídat vše v dnešní internetové době, době chytrých telefonů. Dostupnost připojení je dne víceméně všude.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Málo času na dítě, nezájem o to, jak tráví volný čas. Také dysfunkce v rodině. Nejednotnost ve výchově u rozvedených rodičů, největší problém je to u dětí ve střídavé péči. Stává, že jeden z rodičů volá a žádá nás o radu, co má dělat, když dítě u druhého rodiče nemá žádné povinnosti, má vše dovoleno, celý den tam tráví na počítači nebo mobilu, hraje hry. Po návratu to pak vyžaduje také a zlobí se, proč to nejde, když u druhého ano.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Zajištění vhodného trávení volného času, nějaké aktivity, ale i odpočinek bez internetu, TV a podobně, zájem o dítě. Za děti jsou odpovědní v první řadě jejich rodiče, takže i odpovědný přístup rodičů.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Mluvit o tom, že něco takového existuje, takže edukace mladých, příp. aby věděli kam se obrátit, kdyby se jim na internetu něco dělo.*

Děkuji za rozhovor.

## Rozhovor s komunikačním partnerem O4

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Podle mě to jsou schopnosti, které by měli mít rodiče pro to, aby mohli řádně vychovávat své dítě/děti tak, aby dobře prospívaly, aby mezi sebou rodiče a děti měly vzájemně dobrý citový vztah založený na respektu jednoho ke druhému a aby byli schopni efektivně a včas řešit vzniklé problémy, které s sebou nese růst a vývoj dítěte nebo jeho specifické potřeby. Podle mě to tohoto termínu spadá od „základních“ dovedností – jako umět o dítě pečovat po stránce jeho zdraví, nakrmit, zajisti mu vhodné čisté bydlení, šatit jej, přes schopnosti vzdělávat a podněcovat jej k aktivitě, k činnostem, které dítě rozvíjí, schopnost podpory při vzdělávání v ZŠ, a dále i SŠ, schopnost reagovat na emoce dítěte, sdílet je, až po schopnost rodičů dítě vést k řádnému životu, tak aby dítě bylo schopno se v dospělosti plně osamostatnit.*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Chorobné nadměrné nutkání něco dělat či něco používat/využívat v takové míře, že se to negativně projevuje v běžném životě a dotýčného to omezuje v běžných oblastech jeho života. Závislost na čemkoli, co s sebou nenese užívání nějaké „látky“ – tzn. drogy, které jsou fyzické možné aplikovat či užívat.*

Můžete uvést nějaký příklad?

*Jako příklad nelátkových závislostí bych uvedla závislost na sociálních sítích, internetu, hraní PC her, ale i závislostí chování týkající se jídla – přejídání se nebo naopak hladovění. Napadá mě také chorobná závislost na tetování, na sexu, ale i na práci.*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Vidím několik rizik spojených s užíváním internetu – při nadměrném užívání internetu – jednak odtržení se od reality běžného života, ztráta zájmu o běžné vztahy, at' už vrstevnické, nebo mezigenerační, snížení schopnosti komunikovat, snížení ochoty se podílet na běžném společenském životě. Velkým rizikem internetu je riziko spojené s bezpečností dětí – děti a dospívající mohou sdělit své údaje nebo zaslat fotografie někomu, kdo je potom zneužije, nebo děti skrze ně vydírá. Internet je také zdrojem mnoha informací, které ne vždy jsou ověřené, a bohužel se na internetu děti mohou setkat s teoriemi, kterým mohou věřit, a to je následně může ovlivnit v jejich vnímání toho, co je či není správné. Dalším rizikem užívání internetu je neobratné chování dětí, co se týče nákupů na internetu. Rizikem je také negativní efekt na zdraví dětí či dospívajících – množství času stráveného sledováním internetu, sociálních sítí apod. může mít vliv na fyzické zdraví, ale také na duševní a psychický vývoj. V případě nahrávání vlastních videí na Youtube, Tiktok či jiné platformy může dojít také k vyhecování se k riskantním, i život ohrožujícím aktivitám.*

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje? Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*Podle mě se závislostní chování projevuje hlavně tím, že někdo at' už dítě nebo dospělý, tráví většinu času na internetu, ačkoliv z toho nemá v podstatě žádný užitek kromě libého pocitu při jeho užívání, navíc má takové jednání přímý důsledek do praktického života – závislost se projevuje tak, že na úkor pracovních či osobních povinností dotýčný preferuje sledování internetu. Absence či nemožnost provozovat závislostí aktivitu se potom může*

*projevovat nervozitou, nesoustředěností, nebo myšlenkami na sledování internetu, případně afekty, i agresivním chováním – kdy se takový člověk dožaduje toho, na čem je závislý.*

Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu? Pokud ano, můžete uvést nějaký případ?

*Obvykle se setkávám spíše s menšími dětmi, které tráví mnoho času na tabletech, většinou při hraní online propojených her s jinými hráči – například devítiletý chlapec dokáže celý den sedět u PC a hrát online hry. Ignoruje své rodiče a svého mladšího šestiletého bratra, kteří by chtěli jít ven. Když mu rodiče chtějí tablet vzít, vzteká se, je neurvalý, ven sice jde, ale mlátí klacky a dává najevo, že by byl raději doma připojený na online hru.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*Jistou základní souvislost vidím v tom, že dospívající ale nejen dospívající si přejí být uznáváni a přejí si být součástí nějaké skupiny, což je docela přirozené pro každého člověka – potřeba nějakého uznání a skupinovitosti. Děti a dospívající na internetu mohou nacházet pocit nějakého uznání, toho, že někam patří. Děti také nemají kvalitním způsobem naplňované potřeby – rodiče často nemají na ně tolik času, jaký by děti potřebovaly, a tak si nacházejí zástupnou platformu, kde se mohou realizovat, ať už jako konzumenti zábavy a produktů jiných, nebo jako tvůrci nějakého obsahu na internetu, třeba youtubering.*

Jaký nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Vnímám to, že v dnešní době spousta rodičů jsou ještě lidé, kteří internetu v dětství neholdovali, mnohdy se ve vodách internetu méně orientují, případně se orientují, ale svým dětem neumí nastavit takové limity a hranice, které jsou dětmi akceptovány. Někteří rodiče své děti zastrašují a vidí pouze rizika užívání internetu, nebo naopak své děti nijak nekontrolují a nelimitují, protože jsou v tomto ohledu po směru rodičovské odpovědnosti velmi slabí, nebo naopak své děti vychovávají tak volným stylem, že si neuvědomí rizika, která pro ně naprostá volnost může mít. V extrémních případech si dovedu představit i to, že rodiče svou rodičovskou odpovědnost zneužívají tím způsobem, že naopak pod vidinou nějakých zisků dítě motivují či dokonce třeba i nutí produkovat nějaká videa apod. na internet (maminky které točí videa svých dětí – opakující se riziko toho, že si nějaký pedofil dítě vyhlédne).*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Pokud sami rodiče nadužívají internet, PC, nebo prakticky i jiné závislosti rodičů – mající efekt na množství času, který ve výsledku rodiče dětem věnují. Rezignace a nezájem o výchovu dítěte v tomto směru a ohledu, slabá autorita, neschopnost rodičů vysvětlit dětem proč se nadměrné trávení času na internetu škodlivé, celková nefunkčnost rodiny – velmi pracující rodiče, nebo rodiče, kteří nedokáží zajistit náležitý dohled nad dítětem a jeho aktivitami. Dále také rodiny chudé, které si nemohou dovolit aktivní trávení volného času jiným způsobem a dítě „posadí“ k internetu či takové, které neřeší potřeby svého dítěte na prvním místě. Dále faktory na straně dítěte – děti s některými poruchami aktivity více tíhnou k PC (internetu, hrám) protože jejich akce má vždycky nějakou reakci – internet jim poskytuje velké množství dat, ve kterých se mohou libovolně pohybovat, čerpat z nich*

*ale také se jimi zabavit na libovolně dlouhou dobu. Na straně dítěte to může být také malá vůle, minimální zájem o jiné aktivity, nedocení spolužáky a vrstevníky, které dítě vedou k hledání si nových kamarádů a příležitostí na internetu.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Plně fungující rodina, která se zajímá o potřeby svého dítěte/svých dětí. Rodiče, kteří dokáží posoudit, jaké množství času na internetu již není v pořádku a je nadlimitní, dokáží s dítětem problém rizikovosti nadužívání PC a internetu komunikovat a udělat kompromis nad časem, který bude rodina trávit společně, nad množstvím povinností doma, jiných aktivit ať už sportovních či jiných kde se internetu dítě vyhne, nebo aktivně strávený čas s kamarády. Jako ochranný faktor také vnímám pozdější zapojení dítěte do světa internetu – nejde definovat jako přímou úměru čím později tím lépe, ale odhadnout čas, kdy vůbec dítě s internetem seznámit – určitě je na rodiči vyhodnotit, zda přístup k internetu dovolí už třeba i tříletému dítěti. Naopak zvolení správného načasování seznámení dítěte s internetem a jeho úskalími považuji za faktor protektivní.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Za stěžejní považuji kombinaci vhodného výchovného prostředí, ve kterém je citelný zájem o dítě a jeho celkový rozvoj, a zároveň osvětu v rámci škol, kde žáci tráví skutečně podstatnou část svého dětského života a života dospívajícího. Určitě je nutné zaměřit se i na to, aby rodiče byli dostatečně informováni o všech rizicích, aby byla posílena jejich gramotnosti v této problematice.*

Děkuji za rozhovor.

## Rozhovor s komunikačním partnerem O5

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Znamená to pro mne nakolik je rodič schopen zastávat svou rodičovskou roli, zda je schopen adekvátně vychovávat a pečovat o své dítě, zajišťovat mu veškeré potřeby.*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Závislost, která není podmíněna užíváním nějaké látky, ale prováděním činnosti.*

Můžete uvést nějaký příklad?

*Třeba hraní automatů, sázení, hraní her.*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Velké riziko spatřuji v tom, že nadužívání internetu dětmi či dospívajícími může vést v nezáměr o cokoli jiného.*

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje? Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*Projevuje se neustálým nutkavým pocitem být připojen online na internetu. Vliv může mít na školní výsledky, na sociální vztahy.*

Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu? Pokud ano, můžete uvést nějaký případ?

*Nejčastěji se setkávám s dívkami, zpravidla se jedná o dívky, kterým chybí sebevědomí, řádná péče ze strany rodičů. Často u nich dochází k tomu, že se seznamují na internetu s neznámými muži, kteří mají vytvořené falešné profily. Dalším častým jevem je šikana prostřednictvím sociálních sítí, k níž dochází i u dětí na prvním stupni základní školy. Vytváří různé skupiny, které jsou přístupné vícero dětem, na skupiny pak zasílají zesměšňující fotografie spolužáka.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*Ano, u dětí se jedná o pocit někam patřit, být platnou součástí něčeho, touha po lásce, neschopnost navazovat vztahy v reálném životě.*

Jaký nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Zásadní problém je ten, že sami rodiče tráví na internetu převážnou část času. Velký problém vidím v tom, že právě rodiče umožňují svým dětem zakládání facebookových nebo instagramových profilů. Děti nekontrolují, nepožívají rodičovské účty, aby měli přehled o tom, co jejich dítě na internetu vyhledává, jaká videa sleduje nebo s kým si chatuje. Osobně to považuju za zanedbávání rodičovské odpovědnosti. Pokud dítě pouštíme samotné ven, také o něm chceme mít přehled, kde a s kým je. Bohužel se toto neděje na internetu.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Nedostatečný zájem rodičů o dítě, malá osvěta ze strany rodičů, jaká rizika nese určité chování na internetu, sám rodič je závislý.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Zájem o dítě, dostatek lásky, informovanost ze strany rodičů, trávení času s dítětem, být dobrým příkladem pro své dítě, kontrola dítěte.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Nízká informovanost rodičů. Děti často ovládají internet a sociální sítě lépe než rodiče. Preventivně by se mělo působit i na rodiče, nejen na děti.*

Děkuji za rozhovor.



## Rozhovor s komunikačním partnerem O6

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Schopnost rodičů vychovávat a pečovat plnohodnotně o svoje děti, zabezpečit jejich dobrý život a všestranný vývoj, rozvoj.*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Závislost člověka na něčem, co není chemickou látkou. Vznikají po nich abstinenční příznaky.*

Můžete uvést nějaký příklad?

*práce, hry, mobil, internet, sex, konkrétní člověk, podněty...adrenalin, pro někoho i studium*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Může vzniknout závislost. Další je zneužití dětí – sexuální, pornografie, materiální, finanční.*

*Odborníci na neurologii říkají, že děti hloupnou. Také se neumí v realitě vyznat v sociálních vztazích a běžně fungovat. Nerozeznají realitu a hru – např. střelení, boj, stříkající krev, mrtví vstanou, mají více životů atd.*

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje? Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*Neplní své povinnosti např. školní docházku. Zanedbávají nebo zanechají zájmové činnosti. Opouští kamarády, mají tzv. kamarády na síti. Celkově se chovají jinak, divně, zavírají se v pokoji, mění chování, jsou agresivní. Nevyspí se dostatečně, protože parí do noci nebo do rána hry, ve škole pak polehávají, nevnímají, jsou unavení.*

*Závislost dětí na internetu obvykle zasáhne celou rodinu – někteří rodiče mají možná zprvu radost, že mají od dětí pokoj, často rodiče bagatelizují vliv internetu na dítě – neuvědomují si závažnost situace, když dítě začne vzdorovat a chovat se jinak, tak neví, co s tím, intervenci odborníků sami nevyhledají, nevěří, že je to potřeba a dítě potřebuje pomoc, zákazy obvykle nefungují.*

Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu? Pokud ano, můžete uvést nějaký případ?

*Případy, které řešíme, se obvykle dozvíme od policie, která je vyšetřuje. Jedná se např. o dívky a chlapce, kteří posílají své intimní fotografie na netu neznámým lidem, ti je vydírají a požadují po nich např. video při masturbaci, zasunování různých předmětů do pochvy apod. Nebo zasílání intimních fotografií známým lidem, např. svému příteli, pak se rozejdou a přítel fotky nebo videa zneužije a zašle kamarádům atd. Také rozesílání zesměšňujících fotek a videí dalším lidem, kyberšikany.*

*V období po on-line výuce na internetu, kdy děti nechodily do školy a nebyly v přímém kontaktu s učiteli, spolužáky a často ani s dalšími lidmi jsme pozorovali velký nárůst záškoláctví, některé děti si nemohou znovu zvyknout chodit pravidelně do školy.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*Rozhodně. Jde o neuspokojené citové vztahy z rodiny. Nebo vyšší potřeby spojené s duchovnem – nikdo o tom s dětmi nedokáže hovořit, hledají pak různé skupiny, sekty, které jim mohou vnutit patologické myšlenky a jednání.*

*Problém je, že je to jednoduchá levná, snadno dostupná zábava a zážitky. Rodiče nemají čas, peníze na jiné aktivity, možnosti... Také navazování vztahů na internetu je velmi jednoduché.*

*Dnešní děti neumí překonávat překážky, vést diskuzi, pohádat se a udobřit se, na internetu je to snazší... Pošlu smajlíka, vypnu počítač.*

Jaký nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Mezi dítětem a rodičem by měla být dlouhodobě budovaná důvěra, od malička s dítětem mluvit o rizicích plynoucích z používání internetu. U menších dětí možná jde uplatnit nějaká aplikace na omezení určitých stránek nebo doby strávené na PC. Starší děti tato omezení asi už budou umět obcházet. Potřeba dětí od malička vést k rozvoji nějakých zálib, koníčků, společných činností. Hry a doba strávená na netu je pak jen doplňkem k dalším činnostem. Umět používat internet ke smysluplným činnostem případně k zábavě je v dnešní době běžná součást života a úplně to zakázat nejde, ani by to nebylo vhodné a možné.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Zaměstnanost rodičů. A to hodně zaměstnaní i nezaměstnaní – oba póly. Nízká finanční situace rodiny. Taková rodina nemá možnosti zájmové činnosti. Také rodinné konstelace.*

Co tím myslíte?

*Pořadí narození dítěte, postavení v rodině.*

*Dále věk dítěte, vztahy v rodině, vztahy ve škole se spolužáky a učiteli, nejasná pravidla v rodině, rodiče samoživitelé.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Vlastně podobně jako jsem uvedla v předchozí odpovědi, jen na opačném pólu. Tedy např. dostatek času rodičů na dítě. Dobrá finanční situace rodiny. Jasně stanovená pravidla a hranice v rodině. Celkově funkční rodina.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*V rámci primární prevence zvyšovat obecně informace o rizicích v médiích, v rámci zájmové činnosti dětí, rodičů, učitelů, vedoucích kroužků.*

*U sekundární prevence podporovat aktivity ve školách, při výuce při různých předmětech, podpora dostupných a zajímavých zájmových činností.*

*A v rámci terciární prevence, tedy s dětmi, které už něco takového potkalo, zaměření na spolupráci s probační a mediační službou, neziskovými organizacemi, rozšířit více programy pro děti a dospívající.*

*Nepoučovat jenom o škodlivosti, ale nabízet něco co děti zajímá a baví, dostupné nízkoprahové kluby, dostupnost kvalitní psychologické pomoci dětem i rodičům.*

Děkuji za rozhovor.

## Rozhovor s komunikačním partnerem O7

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Domnívám se, že rodičovská kompetence je individuální schopnost rodičů reagovat na potřeby jejich dítěte v rámci jejich rodičovské odpovědnosti, s tím, že je třeba brát v potaz volní vlastnosti rodičů, kognitivní možnosti rodičů, dovednosti rodičů apod., jedinečnost každého rodiče, avšak s přihlédnutím k povinnosti vyplývající ze vztahu rodič dítě.*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Pojem nelátková závislost dle mého názoru značí nezdravý vztah k čemusi, co významným způsobem negativně ovlivňuje chování a jednání jedince.*

Můžete uvést nějaký příklad?

*Závislost na pochvale od jiných, ve Vašem tématu sdílení vlastních fotografií na sítích*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Riziko spatřuji především v odtržení dětí a dospívajících od skutečné reality života, na to navazující vznikající problémy, např. v komunikaci s jinými, v navazování zdravých vztahů. Neméně rizikové považuji zdravotní ohled, kdy se domnívám, že dlouhodobé "pobývání" na přístrojích způsobuje např. oční vady, bolest zad (absence pohybu), ovlivňování myšlení apod. V neposlední řadě možnost vzniku závislosti na užívání internetu, a s tím souvisejících následných potíží. Nelze opominout ani rizika kriminálního chování na internetu, jednak ze strany pachatelů a dětí či mladistvých jako potencionálních obětí, zároveň je však dle mého názoru internet živnou půdou pro možnost stát se snadným (skrytým) pachatelem trestného činu, myšleno např. vydírání spolužáka tajně pořízenými fotografiemi.*

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje? Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*K tomu, co jsem již řekla, bych přidala somatické (deprese, bolest hlavy) nebo psychosomatické potíže (bušení srdce, nauzea), dále potíže spojené s plněním povinností (školní docházka, pracovní povinnosti).*

*Pokud je někdo na něčem závislý, ovlivňuje to jeho chování a jednání vůči sobě i ostatním, sám může cítit nekomfort v souvislosti se závislostí, většinou cítí ale nepohodu v různé míře okolí závislého. Důsledky jakýchkoliv závislostí mají celospolečenské dopady ve smyslu finanční zátěže společnosti. V této souvislosti bych ráda zmínila obecný způsob řešení celospolečenských problémů, kdy bezpochyby energie a finanční prostředky jsou dávány na důsledky nikoliv na prevenci, což je nepochybně špatně.*

Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu? Pokud ano, můžete uvést nějaký případ?

*Ano, setkala jsem se v rámci výkonu své profese. Rodiče dětí verbalizují svou péči o děti a věnují se počítačovým hrám.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*Mým názorem je, že každý má touhu nějak, k někomu náležet, sdílet s ním dobré i zlé, vědět, že je tu někdo, kdo mě má rád, z pouhého faktu, že jsem, ať jsem jakýkoliv-to je*

*rodina, ti, kdo mi toto poskytují a já jim. Pokud rodina tuto funkci neplní, ať už nechce, neumí to, nemůže, hledá dítě uspokojení této potřeby jinde, je nasnadě že to může být právě internet, kde to hledá.*

Jaký nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Rodičovská odpovědnost, kterou chápu jako soubor práv a povinností rodičů vůči dětem, nahlížím jako většinově osláblou, nejen v oblasti zmíněného dotazu. Tuto skutečnost především připisuji stavu naší společnosti, obecně stoupající tendenci po uplatňování práv s výraznou absencí plnění povinností. Pokud se tato tendence je v dospělé populaci, není se čemu divit, že dětská a dospívající populace jedná stejně.*

*K Vašemu dotazu ohledně závislosti a rizikového chování je mým názorem, že rodiče neuplatňují často svou rodičovskou odpovědnost vůči dětem, nenastavují dětem jasná a srozumitelná pravidla ve vztahu k internetu, odkazují se na tlak, který na ně vytváří společnost v tom smyslu, že užívání internetu je nutnost dnešní doby. Bezpochyby určitá míra celospolečenského zavinění tady je, ale rodiče jsou odpovědní za své děti, které je naopak musí respektovat, avšak zdá se, že tato rovnováha je dysfunkční.*

Co myslíte, že je toho příčinou?

*Základní hodnoty společného bytí jsou pokřiveny, málokdo si je ochoten zamést před vlastním prahem.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*K tomu, co jsem již řekla, bych připojila ještě tlak na rodinu, a to i širší rodinu, jako základní funkční jednotku společnosti. Rodina, tj. soubor osob s rozmanitými vztahy, prochází mnoha změnami v chápání svých rolí. Rizikové vnímám především to, že její funkce se bagatelizuje.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Jak jsem jsem již uvedla, každá rodina musí začít sama u sebe, každý člen v ní, společnost by měla zvážit, zda je rodině věnována dostatečná pozornost atd.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*V podstatě to, co jsem již řekla. Tedy stručně řečeno zaměření se na rodinu, na její funkčnost, na posílení kompetencí rodičů vychovávat děti v mediálním světě.*

Děkuji za rozhovor.

## Rozhovor s komunikačním partnerem O8

Co podle Vás znamená termín rodičovské kompetence?

*Vlastnosti a dovednosti rodiče, které umožňují řádnou výchovu a všestranný vývoj dítěte.*

Co pro Vás znamená pojem nelátková závislost?

*Závislost na čemkoliv, co není návyková látka.*

Můžete uvést nějaký příklad?

*Automaty, počítačové hry, sociální sítě, nymfomanie, sebepoškozování.*

Jaká rizika spatřujete v užívání internetu dětmi a dospívajícími?

*Přehnané trávení času na úkor zdravějších aktivit, sportu. A také rizika kyberprostoru jako jsou sexuální predátoři nebo kyberšikana.*

Jak se podle Vás závislostní chování na internetu projevuje?

*Dochází k omezení sociálních kontaktů, děti tráví čas u počítače dlouho do noci, nechodí ven.*

Jaký to má podle Vás na děti vliv?

*Vidím hlavně zdravotní rizika jako problémy s pohybovým aparátem, s očima, tloušťnutí. Nedokážou navazovat vztahy a kamarádství mimo kyberprostor.*

Setkáváte se s případy týkající se závislostního chování nebo jiného rizikového chování dětí a dospívajících na internetu? Pokud ano, můžete uvést nějaký případ?

*Rodiče se na mě přímo neobrací s tímto problémem, ale někdy to pozoruji při šetření, dítě si ani nevšimne, že na něj mluvím, nezvedne hlavu od mobilu. Myslím si, že rodiče těchto dětí problém přehlížejí, jsou rádi, že se děti zabaví samy a nemusí se jim věnovat. Myslím si, že v rodinách, kde se rodiče dětem věnují a kvalitně spolu tráví čas, tenhle problém nevznikne.*

Vnímáte nějakou souvislost rizika rozvoje závislostního chování na internetu s uspokojováním potřeb dětí a dospívajících?

*Určitě. Souvisí to s tím, co jsem již uvedla. Vidím v tom přímou úměrnost. Čím víc rodič kašle na své dítě, tím snadněji si dítě najde nějakou náhražku-partu, drogy, počítač...*

Jaký nahlížíte na problematiku rodičovské odpovědnosti ve vztahu k závislostem dětí na internetu a dalšímu rizikovému chování dětí na internetu?

*Myslím si, že pokud dítě v nadměrné míře hraje počítačové hry nebo je na sociálních sítích, rodič může dítěti nabídnout jiné formy trávení volného času. Je třeba si ale uvědomit, že doba se mění, vyvíjí. Starší generace si může myslet, že trávit hodně času na počítači je nutně zlo. Dnes jsou ale běžné profese jako freelancer, influencer, profesionální hráč, jsou mezinárodní ligy hráčů a tito většinou dospívající lidé, vydělávají obrovské peníze. Děti natáčejí videa, vytvářejí webový obsah různé kvality, někdo se tím i užívá. Kdo určil, kolik času na počítači je moc? Myslím si, že skutečný problém nastává v případech, kdy se k nadměrnému trávení času u počítače přidá další průšvih-dítě například nechodí do školy, protože celou noc paří Counter-Strike. Pak už je to otázkou kvality rodiče, že mu není schopný nastavit hranice. Samozřejmě mizerný rodič to asi nebude umět.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte jako rizikové z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Nezájem o dítě. A naprosto zásadní ... zcela běžně vidíte na ulici maminky, které koukají do mobilu, zatímco si jejich děti hrají na pískovišti. Větší děti dostávají tablet s pohádkou nebo hrou. Pak přece nemůžeme čekat, že tyto děti nebudou vnímat technologie jako normální součást jejich života.*

*A k rizikovému chování, například oběti sexuálních predátorů v kyberprostoru. To se opět vracím na začátek ... nezájem o dítě. Rodič má vědět, co dítě na internetu dělá, s kým se baví. Má mu vysvětlit, jaká tam na něj číhají nebezpečí.*

Jaké faktory na straně rodiny vnímáte naopak jako ochranné z hlediska vlivu na rozvoj závislosti a rizikové chování dětí a dospívajících na internetu?

*Opak toho, co jsem řekla nyní. Zajímat se o děti. Mluvit s nimi, podporovat je v navazování off-line přátelství, budovat doma otevřenou atmosféru, aby dítě vědělo, že se může s čímkoliv svěřit – i s tím, že ho někdo vydírá, protože mu poslalo fotku, co nemělo, aby dítě vědělo, že se za něj táta a máma vždycky postaví... budovat společné rodinné zájmy, klidně i počítačové, ale nastavit hranice... je pět, vypínáme hru, je čas udělat si úkoly.*

Co považujete za stěžejní v oblasti prevence rizikového chování dětí a dospívajících na internetu?

*Informovanost rodičů, jaké nebezpečí na jejich děti číhá. Pak už záleží na kvalitě každého rodiče, jak s informacemi naloží.*

*Tohle téma probírat i ve školách interaktivní formou, ideálně kazuistikou, zapojit celou třídu do konkrétního problému a nechat děti vymyslet, co může oběť dělat a jak se jí může konkrétně pomoci.*

Děkuji za rozhovor.

## Příloha V – Souhrn zjištěných názorů od pracovníků OSPOD

Tabulka 2 - Rizika spojená s užíváním internetu z pohledu pracovníků OSPOD <sup>382</sup>

<b>Rizika spojená s užíváním internetu</b>	<p>Vznik závislosti          Kyberšikana, sexting          Zneužití dětí – pornografie, materiální, finanční          Snadná zneužitelnost údajů a fotografií sdílených ve virtuálním prostředí          Anonymita na sociálních sítích – v důsledku toho ztráta intimity a zvyšování odvahy experimentovat se svou sexualitou a nahotou          Riziko platformem youtube, tik tok atp. – vyhecování dítěte k riskantním až život ohrožujícím aktivitám          Vliv na vnímání toho, co je a není správné – uvěření lživým informacím          Nerozeznání reality od hry          Neobratné chování dětí při nakupování na internetu</p>
--	---

Tabulka 3 – Důsledky nadměrného užívání internetu z pohledu pracovníků OSPOD <sup>383</sup>

<b>Důsledky nadměrného užívání internetu</b>	<p><b>Sociální</b>          Odtržení od reality běžného života          Narušení osobních vztahů – vrstevnických i mezigeneračních, neschopnost navazovat zdravé vztahy          Děti mají pouze virtuální kamarády          Nezájem o cokoliv jiného          Žádný sport či jiné volnočasové aktivity          Snížená schopnost komunikovat s ostatními          Změna v chování, agresivita negativní vliv na školní docházku a školní výsledky</p> <p><b>Psychické</b>          Negativní vliv na schopnost soustředit se, na výkonnost dítěte Negativní vliv na psychický vývoj dětí a dospívajících, na jejich myšlení, deprese</p> <p><b>Zdravotní (tělesné)</b>          Bolesti zad, oční potíže; přibývání na váze, bolesti hlavy Psychosomatické potíže (bušení srdce, nauzea)</p>
--	--

<sup>382</sup> Vlastní výzkum

<sup>383</sup> Vlastní výzkum

Tabulka 4 - Faktory na straně rodiny z pohledu pracovníků OSPOD <sup>384</sup>

<b>Faktory na straně rodiny</b>	
<b>Protektivní faktory</b>	<p>Plně funkční rodina  Důvěrný vztah mezi dětmi a jejich rodiči  Dostatek lásky  Rodina bezpečný prostor  Opravdový zájem rodičů o dítě, jeho potřeby, dostatek času na děti  Podpora dětí ze strany rodičů  Otevřená komunikace v rodině  Komunikace rodičů s dětmi o rizicích internetu  Zajištění vhodného trávení volného času  Společně trávený čas rodiny  Vedení dětí k zodpovědnosti  Nastavení pravidel a hranic ve výchově  Informovanost rodičů o rizicích  Rodiče jsou pro dítě dobrým vzorem  Přiměřená kontrola dítěte  Přehled rodičů o aktivitách dětí na internetu  Správné načasování seznámení dítěte s internetem a jeho riziky</p>
<b>Rizikové faktory</b>	<p>Přílišná benevolence rodičů  Autoritativní styl výchovy  Neschopnost rodičů nastavit takové limity a hranice, které jsou dětmi akceptovány  Neschopnost rodičů vysvětlit dětem důvod škodlivosti nadměrného trávení času na internetu  Dysfunkce rodiny  Rozchod rodičů  Nesoulad ve výchově, zejména u rozvedených rodičů  Nadměrné užívání internetu rodiči  Nadměrné užívání alkoholu či jiné návykové látky rodiči  jakékoliv závislost rodičů  Nedostatek času rodičů na dítě, netrávení společného času  Nezájem rodičů o dítě, o způsob trávení volného času dítěte  Malá osvěta na straně rodičů  Nedostatečný dohled nad dítětem a jeho aktivitami na internetu  Ekonomicky slabé rodiny – nedostatek prostředků na zájmové aktivity dětí  Nedostatečná komunikace rodičů s dětmi  Rodinné konstelace  Bagatelizace funkcí rodiny ze strany společnosti</p>

<sup>384</sup> Srov. vlastní výzkum



KUČERKOVÁ, H. *Rodičovská odpovědnost ve vztahu k problematice netolismu*. České Budějovice 2022. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Vedoucí práce V. Zvánovcová.

**Klíčová slova:** netolismus, internet, technologické závislosti, rizikové chování na internetu, rizika užívání internetu, faktory ovlivňující vznik závislosti na internetu, závislost, rodina, rodičovská odpovědnost, role rodiny ve vztahu k netolismu, sociální sítě, online hry, kyberšikana, sexting, prevence.

## **Abstrakt**

Práce se zabývá netolismem a dalším rizikovým chováním dětí a dospívajících na internetu, poukazuje na zásadní roli rodičů v této problematice. Představuje pojmy závislost, rodina, rodičovská odpovědnost. Pozornost je věnována závislosti na sociálních sítích a online hrách a některým dalším typům rizikového chování na internetu, např. kyberšikaně, sextingu, kybergroomingu. Zvažován je vliv nadměrného používání internetu na vývoj dětí a dospívajících. Teoretické poznatky jsou doplněny o pohled pracovníků OSPOD a pracovnice prevence nelátkových závislostí Plzeňského kraje získaný realizací polostrukturovaných rozhovorů.

## **ABSTRACT**

### **The parental responsibility in relation to the issue of netolism**

**Key Words:** netolism, Internet, dependency, family, parental responsibility, role of family in relation to the issue of netolism, risks of using internet, social networking sites, online games, cyberbullying, sexting, prevention.

The thesis deals with netolism and other risky behavior of children and adolescents on the Internet, points out the fundamental role of parents in this issue. It introduces the concepts of dependence, the family and parental responsibility. Attention is paid to addiction to social networking sites and online games and some other types of risky behavior on the Internet, e.g. cyberbullying, sexting, cybergrooming. The impact of excessive internet use on the development of children and adolescents is considered. The theoretical findings are supplemented by the view of social worker's of the Authority for Social and Legal Protection of Children and a non-substance addiction prevention worker of the Pilsen Region which was obtained by conducting semi-structured interviews.