

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra pedagogiky

Diplomová práce

MOBILNÍ TELEFON JAKO „SPOLEČNÍK“  
STŘEDOŠKOLÁKA NA DOMOVĚ MLÁDEŽE

Vedoucí práce: PaedDr. Petr Bauman, Ph.D.

Autor práce: Bc. Eliška Kratochvílová

Studijní obor: Pedagogika volného času

Ročník: 2.

2020

### **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury. Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Prachaticích dne 25. 4. 2020

Bc. Eliška Kratochvílová

### **Poděkování**

Děkuji PaedDr. Petru Baumanovi, Ph.D., vedoucímu mé diplomové práce, za metodické vedení, trpělivost, cenné rady a čas, který mi po celou dobu mé práce věnoval.

# OBSAH

Úvod .....	6
<b>1 Domovy mládeže .....</b>	<b>9</b>
1.1 Legislativní zakotvení a vymezení pojmu .....	9
1.2 Účel domova mládeže .....	9
1.3 Vnitřní řád domova mládeže .....	10
1.4 Výchovně vzdělávací činnost v domově mládeže .....	11
1.5 Osobnost a povinnosti vychovatele v domově mládeže .....	12
<b>2 Období dospívání .....</b>	<b>14</b>
2.1 Charakteristika období .....	14
2.2 Emoční vývoj a socializace .....	15
<b>3 Mobilní telefony .....</b>	<b>17</b>
3.1 Smartphony .....	17
3.2 Realizované výzkumy .....	18
3.2.1 Má zákaz mobilních telefonů o přestávkách smysl? .....	19
3.2.2 Multitasking .....	21
3.2.3 Závislost na smartphonech .....	21
3.2.4 Význam a používání mobilních telefonů dětmi a mládeží .....	22
<b>4 Vlastní výzkumné šetření .....</b>	<b>24</b>
4.1 Výzkumný cíl .....	24
4.2 Vlastní výzkumné šetření .....	24
4.3 Použité metody získávání dat .....	25
4.4 Popis výzkumného vzorku .....	26
4.5 Analýza získaných dat .....	29
4.5.1 Otevřené kódování: základní identifikované kategorie .....	30
4.5.2 Axiální kódování .....	37
4.6 Diskuze výsledků výzkumného šetření .....	39
4.6.1 Volný čas .....	41
4.6.2 Sociální vztahy .....	43
4.6.3 Studijní aktivity .....	46
<b>5 Online prostředí .....</b>	<b>48</b>
5.1 Online prostředí a psychosociální vývoj v období adolescence .....	48
5.2 Internet a závislost na internetu .....	51
5.3 Online komunity .....	56
5.3.1 Charakteristika online komunit .....	56
5.3.2 Online komunita jako riziko pro dospívající .....	58
5.4 Rizikové chování v dospívání v kontextu digitálních médií .....	58
5.4.1 Kyberšikana .....	59
5.4.2 Sexting .....	62
<b>6 Sociální sítě .....</b>	<b>63</b>
6.1 Uživatelé sociálních sítí .....	65

6.1.1 Facebook .....	66
6.1.2 Instagram.....	67
6.2 Pozitiva sociálních sítí .....	68
6.3 Negativa sociálních sítí.....	70
6.3.1 Nutkavé chování.....	70
6.3.2 Negativní dopad na mezilidské vztahy .....	71
6.3.3 Osamělost.....	72
6.4 Sociální sítě a volný čas.....	72
<b>Závěr .....</b>	<b>74</b>
<b>Seznam použitých zdrojů .....</b>	<b>77</b>
<b>Příloha: přepisy rozhovorů .....</b>	<b>84</b>
<b>Abstrakt .....</b>	<b>97</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>98</b>

# ÚVOD

Pro svou diplomovou práci jsem si vybrala téma *Mobilní telefon jako „společník“ středoškoláka na domově mládeže*. Mobilní telefon je pro většinu z nás v dnešní době neodmyslitelnou součástí života. S nástupem takzvaných smartphonů (chytrých telefonů) jsme navíc získali téměř neomezené internetové připojení, které nám umožňuje během několika málo vteřin vyhledat prakticky jakékoliv informace, kontaktovat se s přáteli a využívat nejrůznější mobilní aplikace, které jsou na internetovém připojení závislé. Mobilní telefon natolik proniká do běžného života lidí, že přináší nové otázky, které se týkají psychických, kulturních a sociálních vlivů tohoto média na lidskou osobnost.

Prvotní inspirací pro zaměření se na toto téma pro mě byl rozhovor se studentkami Střední pedagogické školy, které vykonávaly v mateřské škole, kde pracují, souvislou pedagogickou praxi. Hovořily o tom, jak jim mobilní telefony usnadňují život. A to jak v oblasti studia, tak v oblasti kontaktu s přáteli. Také si stěžovaly na nepochopení ze strany dospělých, především starší generace, kteří je za časté používání mobilního telefonu kritizují. Záměrem mé práce je lépe porozumět vztahu dospívajících středoškoláků k mobilnímu telefonu, zvláště pokud mobilní telefon pojmají jako jakéhosi „společníka“ na domově mládeže, kde jsou během týdne v odloučení od rodiny nebo dalších blízkých osob. Odloučení od rodiny po celý pracovní týden je pro dospívající osobnost jednou z prvních náročných situací v životě a samotné období dospívání s sebou nese spoustu emočních a psychických změn. Zajímalo mě tedy, jak tito studenti popisují význam mobilního telefonu v situaci, kdy jsou od rodiny odloučení, jakým způsobem mobilní telefon využívají, jak se využívání mobilního telefonu dotýká jejich volného času, sociálních kontaktů a studijních aktivit.

Hlavním cílem práce je tedy odpovědět na tyto otázky: jak studenti ubytovaní na domově mládeže popisují význam mobilního telefonu v situaci, kdy jsou odloučení od rodiny, jakým způsobem mobilní telefon využívají a jak se využívání mobilního telefonu dotýká jejich volného času, sociálních kontaktů a studijních aktivit.

Práce je rozdělena do šesti kapitol. První kapitola slouží k lepší orientaci v problematice domovů mládeže, k pochopení režimu dne, který musí dospívající během týdne dodržovat. Zabývám se v ní také osobností vychovatele, která má na adaptaci dospívajícího v domově mládeže zásadní vliv. Další kapitola je zaměřena na období dospívání a je zde charakterizován především emoční a sociální vývoj dospívajícího člověka, jehož pochopení je pro toto téma nezbytné. Kapitola mobilní telefony je zaměřena na popis tohoto technologického fenoménu. V této kapitole zmiňuji české i zahraniční výzkumy, které byly na téma mobilních telefonů a dospívajících realizovány. Výzkumy na téma, kterým se zabývám, jsem nedohledala, ale uvádím několik českých a zahraničních výzkumů, které mohou být pro mé téma relevantní, resp. mohou dokreslit aktuální stav poznání v této oblasti. Stěžejní pro mě byl výzkum, který v německých podmínkách realizoval Knop (2015). Poukázal na to, jaký mají mobilní telefony pro děti a dospívající význam. Ve svém výzkumu se zaměřil na pozitiva a negativa mobilních telefonů, využití a význam mobilních telefonů pro děti a mládež a zejména pak na to, jaký mají mobilní telefony význam v sociálních vztazích, především v rodině. Tento výzkum je pro mě inspirativní z toho důvodu, že se ve vlastním výzkumném šetření budu zabývat podobnými tématy.

Vzhledem k cílům, které jsem si stanovila, jsem ve vlastním výzkumném šetření, které představuji v kapitole čtvrté, provedla kvalitativní výzkum. Výzkum je zaměřený na studenty středních škol ubytované na domově mládeže. Zvolila jsem metodu hloubkového rozhovoru a tyto rozhovory jsem vedla s pěti respondenty. Rozhovory byly zaznamenávány na mobilní telefon a následně přepsány do písemné formy. Přepisy rozhovorů jsou uvedeny v příloze. Rozhovory jsem následně analyzovala pomocí metody zakotvené teorie. Pomocí otevřeného kódování jsem se ve výpovědích respondentů snažila identifikovat základní kategorie a pomocí axiálního kódování jsem se pokusila zachytit vztahy mezi jednotlivými kategoriemi. Vlastní zjištění jsem se poté pokusila porovnat s odbornou literaturou a takto je dále diskutovat.

V dalších kapitolách se pak snažím, s oporou v odborné literatuře, některá témata identifikovaná ve výpovědích respondentů dále rozvést. V období dospívání dochází podle Macka (2003) k bio-psycho-sociálním změnám. Dospívající mohou přenášet své problémy a trápení do online prostředí, které jim může být útechem. Proto po výzkumném šetření zařazuji kapitolu věnovanou problematice online prostředí v kontextu psychosociálního vývoje. Fakta, která jsou v ní uvedena, navazují na některé

výpovědi studentů z mého výzkumu. Jsou zde také popsány dopady tzv. kyberprostoru na psychosociální vývoj jedince v období dospívání.

Studenti, se kterými byly vedeny rozhovory, spadají do takzvané „Generace Z“. V této generaci jsou zahrnuti lidé, kteří se narodili od roku 1997 do roku 2012. Narodili se do světa, ve kterém byl již znám pojem World Wide Web a internetové připojení je pro ně samozřejmostí. Díky mobilním telefonům s možností neomezeného internetového připojení se internet stává dostupnějším více než kdy jindy. Floridi (2019) tvrdí, že mnoho z dospívajících si život bez internetového připojení nedokáže vůbec představit. Toto tvrzení potvrzovaly také výsledky mého výzkumného šetření. Internet je pro dospívající neodmyslitelnou součástí života a ve své diplomové práci se jim zabývám v páté kapitole, ve které se zvláště věnuji problematice souvisejícího rizikového chování a problematice závislosti na internetu. Ta se stává podobně významným fenoménem jako internet sám. V této kapitole se zabývám také online komunitami, které mohou hrát ve vývoji jedince zásadní roli. Charakteristickým znakem tohoto období je získání pocitu „někam patřit“, což mohou online komunity nabídnout. V kapitole jsou však popsána také rizika, která online komunity mohou dospívajícím přinášet a rizikové chování v kontextu digitálních médií. Z výsledků výzkumu mimo jiné vyplynulo, že mezi činnostmi, kterým se studenti na mobilních telefonech věnují, patří aktivita na sociálních sítích. V poslední kapitole tedy sociální síť charakterizují a zabývám se sociálními sítěmi Facebook a Instagram, které patří mezi respondenty k nejoblíbenějším.

Při výběru literatury k danému tématu diplomové práce jsem se potýkala s nedostatkem relevantních zdrojů, ve kterých by byla problematika mobilních telefonů ve vztahu k dospívajícím diskutována. Ve většině případů se monografie týkaly negativních dopadů tohoto média na osobnost nebo upozorňovaly na rizikové chování, které s sebou užívání moderních technologií může přinášet.



# 1 DOMOVY MLÁDEŽE

## 1.1 Legislativní zakotvení a vymezení pojmu

Domovy mládeže patří mezi zařízení, která využívají studenti středních a vyšších odborných škol, jejichž místo bydliště je příliš vzdáleno od školy, a nemohou tak do školy dojíždět nebo docházet. Často jsou studenty nazývány hovorově „intr“, ale je třeba vymezit rozdíl mezi domovem mládeže a internátem. Podle § 121 odst. 1 a § 123 odst. 5 zákona č. 561/2004 Sb., školského zákona, spadají domovy mládeže a internáty společně se školami v přírodě do školských výchovných ubytovacích zařízení. Účel domova mládeže a internátu je podobný, avšak podle vyhlášky č. 108/2005 Sb., o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních, domovy mládeže jsou určeny pro studenty středních a vyšších odborných škol a ve výjimečných případech pro žáky druhého stupně základní školy. Internáty jsou určeny pro děti a žáky se zdravotním postižením a dále pro děti přípravného stupně základní školy speciální.

## 1.2 Účel domova mládeže

Kromě ubytování a stravování nabízí domovy mládeže žákům také výchovně vzdělávací činnost, která navazuje na činnost školy a utváří podmínky pro studium. Vychovatelé v domovech mládeže se snaží vést studenty k racionálnímu a plnohodnotnému využívání volného času (srov. Bendl 2015). Stejně stanovisko zastává také Němec (2002) a kromě plnohodnotného využívání volného času přidává, že cílem vychovatelů by mělo být také podporovat a udržet studentův zájem o vybraný směr studia.

Žáci a studenti jsou na domovech mládeže rozděleni do výchovných skupin. Každou výchovnou skupinu má na starosti jeden vychovatel. Počet žáků a studentů ve

skupině je určen příslušnou vyhláškou.<sup>1</sup> Výchovné skupiny v domovech mládeže jsou specifické tím, že jsou tvořeny studenty z nejrůznějších míst republiky a z různých sociálních vrstev. Věkové rozpětí ubytovaných studentů je 15–20 let (srov. Bendl 2015). Žáci se ubytovávají v pokojích odděleně podle pohlaví a popřípadě i podle věku.

### 1.3 Vnitřní řád domova mládeže

Ve vnitřním řádu domova mládeže jsou ustanovena především práva a povinnosti ubytovaných žáků. Podle Pávkové (2002, s. 128) mívá zpravidla tato ustanovení:

#### **Práva ubytovaných žáků:**

- Používat přidělenou místnost s příslušenstvím a využívat veškerého zařízení DM určeného žákům.
- Podílet se na organizaci života žáků v domově mládeže a účastnit se všech akcí pořádaných DM a jeho žákovskou samosprávou.
- Požadovat účelné vybavení pokojů a výměnu ložního prádla jednou za 14 dní při nepřetržitém provozu.
- Podávat připomínky ke všem otázkám života na domově mládeže řediteli, vychovatelům nebo žákovské samosprávě.
- Na dny pracovního klidu odjíždět k rodičům.
- Odjíždět domů i během týdne, avšak pouze s písemným předběžným souhlasem rodičů.
- Požádat svého skupinového vychovatele o udělení vycházky v kterýkoli den v týdnu.
- Být volen do žákovské samosprávy.

---

<sup>1</sup> Nejnižší počet žáků a studentů ve výchovné skupině je 20 a nejvyšší počet žáků a studentů je 30. V odůvodněných případech může ředitel domova zvýšit nejvyšší počet žáků a studentů až o 3. Ve výchovné skupině složené pouze ze studentů je nejnižší počet studentů 40 a nejvyšší počet studentů 50. Je-li výchovná skupina tvořena pouze žáky a studenty uvedenými v § 16 odst. 9 školského zákona, je počet žáků a studentů ve skupině shodný s počtem žáků ve třídě školy samostatně zřízené pro žáky uvedené v § 16 odst. 9 školského zákona podle vyhlášky č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných.

Mezi povinnosti ubytovaných žáků řadí Pávková (tamtéž) zejména povinnost dodržovat vnitřní řád a řídit se pokyny pedagogických pracovníků, dále nepodceňovat přípravu na vyučování a svědomitě se na něj připravovat. Zmíněny jsou také povinnosti, které se týkají bezpečnosti všech studentů, zásad slušného chování a hygienických pravidel.

#### 1.4 Výchovně vzdělávací činnost v domově mládeže

Pávková (2002, s. 131) uvádí, že v denním řádu domova mládeže by měl být pevně stanoven režim, a to budíček, úklid ložnice, stravování, studijní klid a večerka. *„Denní režim má být sestaven tak, aby odpovídal potřebám vyvíjejícího se organismu, duševní hygieně a dával dostatek prostoru pro individuální zvláštnosti každého žáka.“*

Domovy mládeže nabízí ubytovaným studentům možnost účastnit se pravidelných zájmových útvarů a možnost podílet se na rekreačních a zájmových činnostech. Pro období dospívání je typické, že jedinci disponují širokou škálou různých zájmů. Studenti, kteří do domova mládeže přicházejí již s rozvinutými zájmy, mají možnost v nich dále pokračovat a rozvíjet je, a to buď v prostorech domova mládeže, nebo je jim vychovatelé zajištěn jiný způsob, jak tyto zájmy realizovat, například v základní umělecké škole, tělovýchovné organizaci či v jiném školském zařízení. Důležitým prvkem v oblasti volnočasových aktivit na domově mládeže je dobrovolnost. Žádný ze studentů by neměl být k jakýmkoliv aktivitám nucen. Vhodná je však pozitivní motivace ze strany vychovatelů (srov. Bendl, 2015).

Již Pávková (2002) poukazovala na trend odklonu mladé generace od organizované činnosti na domovech mládeže. Domnívám se, že od doby přibližně před dvaceti lety, kterou ve své publikaci reflektuje, se tento trend ještě prohloubil. Proto je vhodné, aby domovy mládeže fungovaly především jako střediska spontánních zájmových činností, tak jak Pávková doporučovala.

Domovy mládeže se zaměřují mimo jiné na vytváření a upevňování sebeobslužných návyků v oblasti osobní hygieny a péči o osobní věci. Dále na péči o okolí a udržování pořádku v prostorech domova mládeže. Má být dbáno také na zdravý životní styl stu-

dentů, především na zdravé a pravidelné stravování, dodržování pitného režimu a pobyt na čerstvém vzduchu (srov. Bendl, 2015).

## 1.5 Osobnost a povinnosti vychovatele v domově mládeže

Přechod ze základní školy na střední školu je pro dospívající náročnou životní situací. V situaci, kdy je student ubytován na domově mládeže, si musí, kromě nových vrstevníků a jiného denního režimu, zvykat také na odloučení od rodiny a na změnu prostředí. Ve věku patnácti nebo šestnácti let to může být, podle mého názoru, pro člověka psychicky náročné a osobnost vychovatele na domově mládeže může studentovi pomoci tuto novou životní situaci lépe zvládnout.

Pávková uvádí, že v této situaci je vhodné, aby byl vychovatel nejen pedagogem, ale zaujímal i jakousi roli staršího kamaráda, či rodiče. Je vhodné, aby měl se studenty vztah založený na vzájemné důvěře a poskytoval jim dostatek příležitostí, kdy se mu mohou svěřit se svými starostmi a pohovořit si s ním. *„Vychovatel si musí budovat především přirozenou autoritu založenou na empatii, vlastních znalostech a dovednostech, důslednosti a náročnosti nejen vůči žákům, ale sám k sobě.“* (Pávková 2002, s. 131).

Vychovatel v domově mládeže má také na starosti zajištění výchovné práce s přidělenou skupinou žáků, připravování nabídek činností a pomáhání s přípravou na vyučování (srov. Pávková 2002). Bendl (2015) upozorňuje na to, že povinností vychovatele na domově mládeže není žáky doučovat, ale pouze jim ve studiu vhodně dopomáhat na základě vlastních časových možností, dovedností, zkušeností a vědomostí.

Vychovatelé nabízejí žákům volnočasové aktivity většinou podle vlastního zaměření. Osoba vychovatele by tedy měla být kreativní a měla by studentům vytvářet vhodné podmínky pro realizaci spontánních zájmových aktivit. Požadavkem na práci vychovatele je minimálně středoškolské vzdělání<sup>2</sup> a důraz je kladen na znalost psychologických zvláštností věkové skupiny dospívajících. Odbornost, empatie, organizační schopnosti a kvalifikované vedení alespoň jedné zájmové činnosti jsou aspekty, které zvyšují přirozenou autoritu vychovatelů vůči studentům (srov. Pávková 2002).

---

<sup>2</sup> Podrobněji viz zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnicích.

Nezbytnou součástí pracovních povinností vychovatele na domově mládeže je vedení požadované dokumentace. Kromě sledování školní docházky má na starosti sledování dodržování denního režimu, příchody a odchody a dodržování pravidel při osobním volnu, ať již v domově mládeže nebo v době vycházek (srov. Bendl 2015).

## 2 OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

*„Součástí dospívání je pocit, že kolem dokola není nikdo, kdo by se člověku natolik podobal, aby mu rozuměl.“ (John Irving)*

### 2.1 Charakteristika období

Období dospívání je pro dívky i chlapce velmi náročné. Dochází k mnoha změnám nejen fyzickým, ale také psychickým. Výzkumné šetření mé diplomové práce bude zaměřeno na studenty středních škol, které tímto obdobím procházejí, a proto v této kapitole stručně vysvětlím charakteristické znaky období dospívání a důležité změny, které toto období provázejí.

Ze stránky biologické můžeme na období dospívání nahlížet jako na životní úsek, který začíná počínajícími známkami pohlavního zrání a končí dovršením plné pohlavní zralosti (srov. Langmeier a Krejčířová 2006). Vágnerová (2002) charakterizuje období dospívání jako přechodnou dobu mezi dětstvím a dospělostí, ve které dochází ke komplexní proměně osobnosti, a to v oblasti somatické, psychické i sociální. Období dospívání rozděluje na dvě fáze. Na období pubescence, které začíná mezi třináctým a čtrnáctým rokem a období adolescence, které se vymezuje mezi šestnáctým a dvacátým rokem života. Dokládá, že období pubescence přichází u děvčat přibližně o rok či dva dříve než u chlapců.

Pro potřeby této diplomové práce je důležité zmínit především období adolescence. Studenti, kteří budou tvořit výzkumný vzorek této práce, spadají podle Macka (2003) do fáze adolescence střední, která se datuje od čtrnácti let do šestnácti let věku a do fáze adolescence pozdní, která je datována od sedmnácti do dvaceti let.

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) je důležitou součástí období dospívání volba další životní cesty. Jako problém se jeví fakt, že tato volba přichází v době, kdy většina dospívajících ještě není názorově a zájmově vyhraněna, a výsledkem vlastní volby profesního směru tak může být zklamání.

## 2.2 Emoční vývoj a socializace

V období dospívání se mění především citové prožívání. Dospívající často reagují podrážděně a přecitlivěle. Vlastní prožitky chápe dospívající jako intimní součást své vlastní osobnosti, a proto sílí introvertní tendence a potlačování projevení citů navenek. Tyto stavy jsou důsledkem hormonálních změn, se kterými se tělo dospívajícího člověka potýká. Dospívající tápe a trápí se, není schopen vysvětlit si důvod svého chování a se svými náladami si neví rady (srov. Vágnerová 2002). „*Dospívající si tak uvědomuje nejen, že myslí, cítí a chce, ale i to, že si mnohdy něco jiného myslí a něco jiného cítí, něco jiného chce a něco jiného dělá.*“ (Macek 2003, s. 36).

Vágnerová (2002) připomíná, že proces sebeuvědomování, prožitky nejistoty a strach z kritického hodnocení okolí přináší negativní emoce, které jsou často velmi intenzivní. Přemýšlení nad těmito problémy může vést k velkým úzkostem, smutku, špatné náladě a depresivním myšlenkám. Emoční labilita a nejistota se promítá také do kvality sebehodnocení a sebeúcty. Typické jsou podrážděné reakce, vztahovačnost, nárůst negativismu, agresivita a hostilita. Jako v každém období vývoje je i v této fázi velmi důležitým aspektem rodina. Ta funguje jako hluboce formující sociální prostředí. Dospívající člověk mimo jiné pociťuje potřebu povzbuzení a v této chvíli nastupují vrstevníci, kteří hrají na počátku dospívání velmi důležitou roli (srov. Čačka 2000).

Čačka (2000) dále uvádí, že v důsledku nezralosti v tomto období hodnotí dospívající druhé nejprve spíše z povrchních hledisek. Upřednostňují tedy hlavně interakční vlastnosti místo skutečných schopností, znalostí či charakteru jednotlivce. V průběhu tohoto období však přichází k větší empatii a celkově se jejich kritéria pro hodnocení druhých značně proměňují.

Helus (1973, cit. podle Macek 2003) nabídl ucelený pohled na socializaci adolescentů a rozčlenil čtyři složky socializace:

**Hodnotově normativní složka** je založená na normách, přesvědčení, ideálech a vlastních hodnotách. V této fázi mají velký význam sociální instituce, mezi které můžeme zařadit rodinu, dále výchovně vzdělávací a náboženské instituce. Významnou roli zde hrají také masové sdělovací prostředky či počítačové sítě.

**Mezilidsky vztahová složka** je druhou složkou socializace adolescentů a dochází zde „*ke konkrétním formám realizace lidské vzájemnosti*“ (Helus 1973, s. 23–34, cit. podle Macek 2003). Hodnotově normativní činitelé ovlivňují významně konkrétní

interakce mezi lidmi. Avšak do popředí již vstupují také osobnostní zvláštnosti a specifiky konkrétních situací. V této fázi si adolescenti osvojují procesy sociální komunikace, sociálního učení a především si osvojují nové sociální role. Právě z důvodu osvojování si nových sociálních rolí zažívá mnoho adolescentů spoustu konfliktů. Ostatně již Nakonečný (1997) zmiňoval, že se jedná o náročné období, kdy člověk přestává být dítětem, ale dospělým se ještě nestal, a toto období s sebou nese velké množství vnějších i vnitřních konfliktů, a to zejména s rodiči.

**Rezultativní složka** obsahuje materiální produkty a kulturu jednotlivce, jakožto produkt socializačního procesu.

**Osobnostní složka** zahrnuje osobnostní charakteristiky člověka a hlavně reflexi předcházejících tří složek. Tato složka je charakteristická vznikající potřebou začleňování se do vztahů či potřebou hledání smyslu života.

Touto kapitolou jsem chtěla především zdůraznit, jak může být životní období dospívání, plné změn, pro člověka náročné. Počínaje hormonálními změnami, utvářením si nových postojů, vyrovnáváním se s novými sociálními rolemi a emocionálními výkyvy. Domnívám se tedy, že v tomto náročném období může dospívající pomocí mobilního telefonu hledat útěchu právě při surfování na internetu či prezentaci svého „lepšího já“ na sociálních sítích.



## 3 MOBILNÍ TELEFONY

Počátek komunikace prostřednictvím mobilního telefonu se na území současné České republiky datuje k roku 1992. Tehdy se stal prvním poskytovatelem mobilní sítě Eurotel. Společnost RadioMobil a. s. spustila svou síť pod názvem Paegas v září 1996 (v dubnu 2002 se značka Paegas přejmenovala na T-Mobile a RadioMobil a. s. se od 1. května 2003 přejmenovala na T-Mobile Czech Republic a. s.). V roce 1999 se uskutečnilo třetí výběrové řízení na poskytovatele služeb mobilní komunikace, jehož vítězem se stala společnost Oskar Mobil a. s. a začíná fungovat síť Oskar, dnes známá pod názvem Vodafone (1. února 2006 se název společnosti Oskar Mobil a. s. změnil na Vodafone Czech Republic a. s.).

Díky rozšíření sítě mobilních operátorů se mobilní telefon pomalu začíná stávat běžnou záležitostí. Mobilní telefon byl zpočátku považován za luxus a, zejména z důvodu vysoké ceny, vlastnil jej relativně nízký počet lidí. V dnešní době již není mobilní telefon jako takový otázkou luxusu a podle údajů českého statistického úřadu, používá chytré telefony (tzv. smartphony) 100 % studentů. Téměř všichni studenti využívají mobilní internetové připojení.<sup>3</sup>

### 3.1 Smartphony

*„Mobil je předmětem, který nejlépe ztělesňuje ducha proměňujícího se prostředí. Chcete-li mít jistotu, že patříte do nového století, tohle je právě ten předmět, který musíte držet v ruce.“* (Myerson 2003). I když je tento citovaný výrok téměř dvě desítky let starý, jeho aktuálnost je znatelná i v dnešní době. Mobilní telefony jsou jednou z nejrychleji se rozvíjejících moderních technologií. Zatímco před dvaceti lety sloužil mobilní telefon výhradně ke komunikaci prostřednictvím volání a posílání textových

---

<sup>3</sup> Srov. *Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci – 2019* [online].

zpráv, v dnešní době často nahrazuje počítače, disponuje obrovským množstvím funkcí, které mohou v mnohém usnadnit život, ale jeho užívání skrývá i určitá negativa a rizika.

Mobilní telefony, které jsou na rozhraní počítačů a telefonu, jsou nazývány smartphony (chytré telefony). Spitzer (2015, s. 10) je trefně nazývá jako „švýcarský nůž informační epochy“ a vysvětluje, že: „*Neuplyne den, kdy bychom nezahlédli mladé lidi, kteří jako uhranutí zírají na svůj smartphone. Čím byl kdysi švýcarský kapesní nůž, který člověk nosil pořád u sebe a kterým se dalo krájet, řezat, brousit, šroubovat, vytahovat zátky, nosit kufry a ledacos jiného, tím je v digitální a propojené epoše smartphone. Cokoli dnes mladí lidé dělají, vždy přitom současně používají smartphone.*“

Podle Spitzera (2015) mají smartphony na osobnost silnější vliv než televizory či herní konzole, a to především díky jejich neustálé dostupnosti. Na základě výzkumu, který byl realizován v Německu, a Spitzer jej ve své publikaci zmiňuje, bylo zjištěno, že nejvíce jsou smartphony lidmi využívány k posílání SMS zpráv, emailů a především k telefonování, dále k používání sociálních internetových sítí, sledování videí (především na YouTube) a nakupování. Je třeba říci, že tento výzkum se uskutečnil v roce 2015 a od té doby mobilní telefony prošly dalším vývojem.

Spitzer (tamtéž) dále upozorňuje na to, že je nemožné, aby zařízení, které má tolik možností využití, s sebou neneslo žádná rizika či vedlejší účinky. A protože jsou mobilní telefony v životě dospívajících těžko odmyslitelnou součástí, mělo by být povinností rodičů, vychovatelů či učitelů, domluvit se na určitých pravidlech při práci s mobilním telefonem.

### **3.2 Realizované výzkumy**

Výzkum týkající se užívání mobilních telefonů středoškoláky, kteří jsou ubytovaní na domově mládeže, nebyl v českých ani zahraničních podmínkách realizován. V této kapitole ale představím výzkumy, které se týkají mobilních telefonů, a to zejména jejich dopadu na psychickou stránku, studijní aktivity a sociální vztahy dětí a dospívajících, protože pro téma mé diplomové práce jsou také relevantní. Výsledky výzkumů také

popisují, jakým činnostem se děti či dospívající na mobilních telefonech věnují. Podobnými tématy se budu zabývat ve svém výzkumu.

### **3.2.1 Má zákaz mobilních telefonů o přestávkách smysl?**

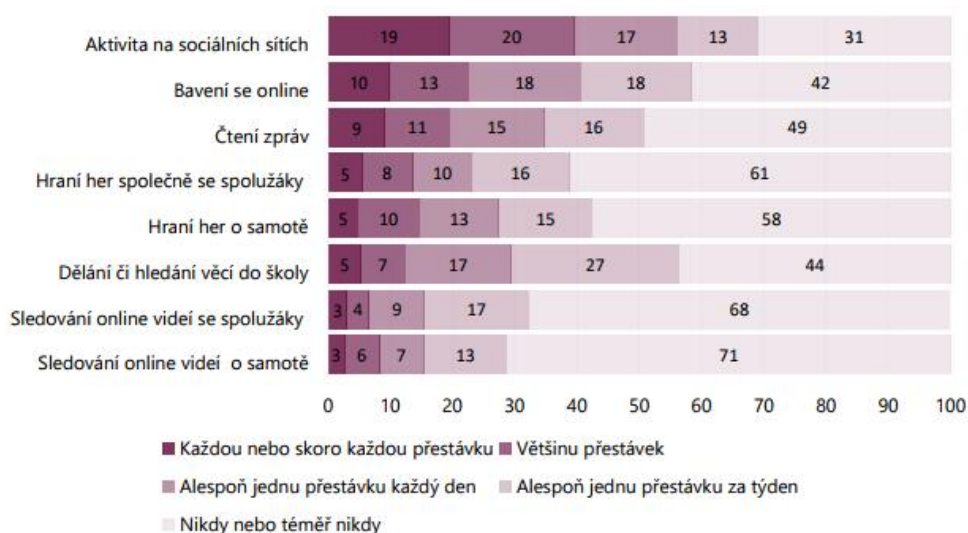
V rozmezí dubna a června 2019 byl realizován výzkum studenty Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity (Kvardová, Valkovičová a Šmahel 2019). Pod vedením prof. Davida Šmahela zkoumali, jaká jsou pravidla v používání technologií ve škole v souvislosti s chováním dospívajících. Výzkumným vzorkem byli žáci druhého stupně základní školy a studenti prvního a druhého ročníku středních škol v Jihomoravském kraji. Kvantitativní výzkum byl proveden formou online dotazníků. Výsledky výzkumu navazovaly na mediální diskuzi, která se týkala mobilních technologií ve školách. Otázky, které byly studentům kladeny v dotazníkovém šetření, se týkaly těchto hlavních témat: aktivita ve škole o přestávkách, rozdíly v aktivitách o přestávkách dle pohlaví, rozdíly v aktivitách o přestávkách dle věku, aktivita na internetu o přestávkách, rozdíly v aktivitách na internetu o přestávkách podle pohlaví, rozdíly v aktivitách na internetu o přestávkách podle věku, čas strávený používáním mobilního telefonu o přestávkách a pravidla používání mobilních telefonů o přestávkách.

Výsledky výzkumu podle autorů nepotvrdily argumenty zastánců zákazu mobilních telefonů, kteří tvrdí, že mobilní telefony ochuzují dospívající v osobní komunikaci. Z výzkumu vyplynulo, že dospívající o přestávkách s ostatními spolužáky komunikují bez ohledu na to, zda mají mobilní telefon zakázaný, či ne. Autoři výzkumu předkládají jen pojem „bavení se se spolužáky“ a blíže nespecifikují, o jaký typ komunikace se jedná.

Další výsledky výzkumu vyvrátily předpoklad, že dospívající si o přestávkách dostatečně neodpočinou, pokud používají mobilní telefon. Z výsledků vyplynulo, že studenti, kteří mají mobilní telefon o přestávkách povolen, neodpočívají o nic méně než studenti, kterým je mobilní telefon zakázán. Ve výzkumu však není blíže specifikována povaha zmiňovaného odpočinku a autoři ani blíže nespecifikují, co zde odpočinkem myslí. Je tedy možné, že dotazovaní studenti vnímají přestávky strávené s mobilním telefonem v ruce jako jednu z forem odpočinku, což mohlo ovlivnit výsledky výzkumu. Rozdíly byly však zjištěny v oblasti tělesné aktivity. Pokud mají žáci mobilní telefon o přestávkách povolen, je jejich pohybová aktivita o něco menší. Jedná se o pohybové

aktivity ve třídě nebo venku. Rozdíly však byly velice malé. Stále je však třeba pamatovat, že autoři výzkumu vycházejí jen z toho, jak děti o svých pohybových aktivitách vypovídaly. V tomto smyslu se jedná o nedostatek tohoto výzkumu. Nevíme, nakolik jsou výpovědi žáků spolehlivé a nakolik odrážejí faktickou realitu.

Výzkumníci také poukazují na využití mobilních telefonů v souvislosti s plněním školních povinností. Dospívající velmi často používají mobilní telefony k přípravě věcí do školy a k vyhledávání informací. Dále mobilní telefon používají k online komunikaci s přáteli a rodinou, společným aktivitám se spolužáky či ke čtení zpráv. Tyto uvedené aktivity mohou naplňovat sociální i psychické potřeby dospívajícího jedince. Z výzkumu vyplývá, že rozdíly v chování studentů (komunikace se spolužáky, odpočinek, pohybová aktivita), kteří mají o přestávkách mobilní telefony povoleny, a studentů, kteří je mají školním řádem zakázány, jsou tak malé, že je nelze považovat za věcně významné.



*Znění otázky: Uvedl/a jsi, že o přestávkách používáš mobil nebo tablet. Uveď prosím, co všechno NA MOBILU NEBO TABLETU o přestávkách děláš a jak často.*

Obr. 1: Využívání mobilního telefonu nebo tabletu žáky a studenty o přestávkách (zdroj: Kvardová, Valkovičová a Šmahel 2019, s. 10)

Z grafu na obr. 1 vyplývá, že dospívající věnují nejvíce prostoru sociálním sítím. Tento výzkum mi bude inspirací ve chvíli, kdy budu zjišťovat aktivity na mobilním telefonu u studentů ubytovaných na domově mládeže.

### 3.2.2 Multitasking

Zajímavý výzkum provedla americká psycholožka Lydia Buraková z Bridgewater State University. Výsledky výzkumu předkládá ve své knize *Kybernemoc* Manfred Spitzer (2016). Výzkum se týká takzvaného multitaskingu a zaměřuje se především na využívání notebooků. Domnívám se však, že získané poznatky lze aplikovat také na užívání mobilních telefonů, a proto jej uvádím. Takzvaný mediální multitasking je fenoménem dnešní doby a je velmi rozšířený především na univerzitách. Spočívá v tom, že studenti vysokých škol mají na přednáškách současně zapnuté notebooky s wifi připojením a mimo studium je používají také za účelem zábavy. Pomocí dotazování 774 studentů v průměrném věku 20,75 let, bylo zjištěno, že zatímco učitel přednáší, studenti se nevěnují pouze výkladu. Pouze devět studentů z celkového počtu uvedlo, že se během přednášek nevěnují žádné jiné aktivitě. Ostatní se věnují nejrůznějším typům online aktivit, což může v nejhorších případech vést až k poruchám pozornosti.

### 3.2.3 Závislost na smartphonech

Výzkum s názvem *Smartphone addiction, daily interruptions and self-reported productivity* (Duke 2017) byl realizován od ledna do září roku 2016 a dotazováno bylo 605 respondentů. Všem byl zaslán online dotazník, ve kterém odpovídali na otázky týkající se vlastních či pracovních smartphonů, času, který během týdne na mobilních telefonech stráví, a pracovní produktivity.

Výsledky výzkumu poukazují na to, jak závislost na mobilním telefonu a jeho neustálá aktivní kontrola snižuje produktivitu v práci i doma. Duke poukazuje na to, že nás mobilní telefony odvádějí od dosažení stavu „flow“, tedy od úplného pohlcení činností, při kterém zapomínáme na prostor i čas a jsme velmi produktivní. Pohlcení činností vyžaduje alespoň několik minut nepřetržité koncentrace a poté vyžaduje soustředěnou pozornost na konkrétní činnost, které se člověk věnuje. Tento tok soustředěnosti přerušují smartphony především svými notifikacemi o příchozích zprávách. Schopnost zapojit se důsledně do produktivní práce snižuje také to, že moderní smartphony uživatele často vyzývají ke kontrole.

Zajímavým výsledkem výzkumu je to, že lidé jsou si vědomi negativních dopadů mobilních telefonů na produktivitu práce, ale i přesto tráví na mobilních telefonech větší

množství času, než sami považují za optimální. Mnoho uživatelů kontroluje smartphony neustále, někdy až nutkavě, a to i přesto, že neexistuje žádný náznak toho, že by obdrželi novou zprávu. Mobilní telefon zkontrolují lidé již během prvních pěti minut po probuzení a poslední aktivita na něm je nejčastěji pouhých pět minut před uložením se ke spánku. Kontrola telefonů během dne je často „nevědomá“, jedná se o jakési stereotypní chování.

Ve svém výzkumu se Duke (tamtéž) zabývala také dopadem mobilních telefonů na osobní život člověka.

### **3.2.4 Význam a používání mobilních telefonů dětmi a mládeží**

Výzkum významu a používání mobilních telefonů dětmi a mládeží (Knop 2015) byl realizován v Německu a měl poukázat na to, jaký význam mají pro děti a dospívající mobilní telefony s mobilním internetem. Tento výzkum byl základem pro vytvoření pedagogické strategie v oblasti mediální výchovy. Výzkum byl založen na kvantitativních i kvalitativních metodách. Cílovou skupinou byly děti od 8 do 14 let a jejich rodiče. Při kvalitativním výzkumu bylo dotázáno 20 dětí a rodičů, dále bylo osloveno 8 skupin vrstevníků; v kvantitativním výzkumu bylo dotazováno 500 dětí a dospívajících. Výsledky výzkumu byly shrnuty do několika základních témat, která uvádím níže.

#### **Využití a význam mobilního telefonu**

Výsledky výzkumu poukázaly na to, že hlavní výhodou dnešních mobilních telefonů je podle výpovědí respondentů především jednoduchost v komunikaci a každodenní organizaci běžného života. Mobilní telefony mohou také přispívat k posílení pouta mezi dětmi a rodiči a především ve vztahu s vrstevníky. Nejčastějšími aplikacemi, které děti a rodiče využívají pro komunikaci, jsou Messenger a WhatsApp. Kromě komunikace je mobilní telefon používán jako zábavní médium, a to především pro hraní her, přehrávání hudby či jako „všetstranný multinástroj“.

Výsledky výzkumu poukázaly také na to, že 8 % dětí prokazuje ve vztahu k mobilnímu telefonu silné závislostní projevy. Jedním z nejhlavnějších je neustálé přemýšlení o mobilním telefonu ve chvílích, kdy na něm jedinec nemůže z nějakého důvodu být.

### **Mobilní telefony: pozitiva a negativa**

V této oblasti bylo zjištěno, že mobilní telefony vedou děti k rozptylování od domácích úkolů. Současně jsou ale ceněny jako zdroj informací, který děti a dospívající využívají. Pozitivem je dle výzkumu usnadnění komunikace mezi rodinou a přáteli. Co se týče negativních dopadů, kromě narušování pozornosti, jsou ve výsledcích výzkumů zmiňovány rizikové činnosti, které děti na mobilním telefonu provozují, nebo se stávají jejich oběťmi. Jedná se hlavně o kyberšikanu, sexting a happy slapping (fyzické napadání náhodných obětí za účelem pořízení „zábavného“ videozáznamu tohoto útoku). Dotazovaní respondenti z řad dětí vykazovali příznaky tzv. syndromu FoMO, tedy strachu, že o něco přijdou, pokud nebudou na mobilním telefonu.

### **Mobilní telefon, rodina a sociální vztahy**

Mobilní telefony v rámci rodiny jednoznačně usnadňují komunikaci. Často jsou ale také předmětem mnoha rodinných sporů. Časté rozpory vznikají v situacích, kdy děti na mobilním telefonu, v očích rodičů, tráví přemíru času. Výsledky výzkumu ukázaly fakt, že dospělí často ignorují význam mobilního telefonu pro formování a upevňování sociálních vztahů v období dospívání. Mobilní telefon má spíše „soukromý charakter“, a proto jeho prostřednictvím málokdy tráví rodina čas společně. Dle výzkumu není mobilní telefon v rámci rodiny využíván jako prostředek pro společné hraní her či prohlížení fotek.

Nepostradatelný význam má však v dnešní době mobilní telefon pro vztahy ve vrstevnické skupině. Na jednu stranu slouží k upevňování vztahů a vzájemné komunikaci, ale dle výpovědí respondentů může být také prostředkem pro sociální konflikty. Mnozí dotazovaní mají strach z vyloučení ze skupinových konverzací na WhatsApp či z nepřijetí do těchto skupin. Smartphony slouží také jako ukazatel určitého společenského statusu.

## 4 VLASTNÍ VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

### 4.1 Výzkumný cíl

Ve svém výzkumném šetření se zabývám tématem mobilních telefonů a jejich využití studenty středních škol, kteří jsou ubytováni na domově mládeže. Zajímám se o to, jak studentům, kteří jsou přes týden odloučeni od rodiny, mobilní telefon zasahuje do všedního života. Ať již v oblasti volného času, školních povinností nebo sociálních vazeb. Cílem mého výzkumného šetření je odpovědět na tyto otázky:

1. Jak studenti ubytovaní na domově mládeže popisují význam mobilního telefonu v situaci, kdy jsou odloučeni od rodiny a jakým způsobem mobilní telefon využívají.
2. Jak se využívání mobilního telefonu dotýká jejich volného času, sociálních kontaktů a studijních aktivit.

### 4.2 Vlastní výzkumné šetření

Ve vlastním výzkumném šetření provedu kvalitativní výzkum. V definici kvalitativního výzkumu se Hendl (2005, s. 50), opírá o významného metodologa Creswella a uvádí, že: *„Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění založený na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému.“* Výsledkem kvalitativního výzkumu by mělo být podle Švaříčka (2007, s. 24) *„formulování nové hypotézy či teorie.“* Upozorňuje však na fakt, že teorie, které vznikly na základě kvalitativního výzkumu, není možné zobecnit. *„Jsou platné jen pro vzorek, na kterém byla data získána.“* (Švaříček 2007, s. 25).



### 4.3 Použité metody získávání dat

Jako metodu ke sběru potřebných dat jsem zvolila hloubkové rozhovory. Hloubkový rozhovor můžeme chápat jako „*nestandardizované dotazování jednoho účastníka výzkumu zpravidla jedním badatelem pomocí několika otevřených otázek*“ (Švaříček 2007, s. 159). Švaříček (2007) dále uvádí, že v kvalitativním výzkumu je rozhovor nejčastěji používanou metodou sběru dat. Rozděluje jej na dva typy. Rozhovor polostrukturovaný, jehož základem je předem připravený seznam otázek a témat, a rozhovor nestrukturovaný (narativní), který může být založený pouze na jedné otázce.

Pro potřeby diplomové práce jsem si připravila dvě témata, resp. výchozí otázky, k rozhovoru: (1) *Nejdřív bych tě poprosila, abys mi popsal/a tvůj pobyt na internátě a zkusil/a se přitom zaměřit hlavně na užívání mobilního telefonu během celého dne od rána do večera. Kdy na něm trávíš nejvíce času, co na něm děláš a podobně.* (2) *Zkus mi, prosím, popsat, v čem by se tvůj pobyt na domově mládeže lišil, kdybys neměl/a chytrý telefon.*

Rozhovory jsem dále rozváděla podle odpovědí respondentů dalšími otázkami, které se odvíjely od toho, co respondenti říkali. Každý respondent měl dostatek prostoru pro vyjádření vlastních postojů a myšlenek. Respondenty jsem se snažila svými otázkami neovlivňovat a pomocí podotázek získat co nejvíce informací k výše zmíněným hlavním otázkám. Snažila jsem se o to, aby respondenti co nejvíce sami vyprávěli. Všechny respondenty jsem předem informovala o anonymitě rozhovorů. Dále uváděná jména respondentů jsou fiktivní. Rozhovory byly nahrávány na mobilní telefon. S pořízením audiozáznamu všichni respondenti souhlasili. Rozhovory byly realizovány v únoru a v březnu 2020. Dva rozhovory byly uskutečněny na domově mládeže, jeden v mateřské škole, ve které pracuji, a dva v klidném prostředí čajovny. Výběr místa jsem nechávala na samotných respondentech a to z toho důvodu, aby se při rozhovorech cítili co nejpříjemněji.

Po ukončení rozhovorů jsem rozhovory z audiozáznamu přepsala do formy textu za účelem provedení jejich hlubší analýzy.

## 4.4 Popis výzkumného vzorku

Respondenty, se kterými jsem vedla rozhovory, byli studenti středních škol ve věku od 16 do 19 let. Oslovila jsem studenty dvou středních škol v Jihočeském kraji. Všichni mnou oslovení studenti s rozhovory souhlasili. Pro výběr respondentů jsem si předem zvolila tato kritéria:

- Respondent musí být studentem denní formy studia na střední škole.
- Respondent musí pobývat na domově mládeže po celý týden.
- Respondent musí být ve věku 15–19 let.
- Respondent musí vlastnit chytrý mobilní telefon.
- Respondent musí být ochoten poskytnout informace k hloubkovému rozhovoru.

Vedla jsem celkem pět rozhovorů se studenty středních škol, ubytovaných na domově mládeže, kteří splňovali věkové rozpětí 15–19 let. Všichni studenti navštěvují střední školu ve formě denního studia a na domově mládeže jsou ubytováni po celou dobu jejich studia. Následuje stručná charakteristika respondentů:

### **Jana (16 let)**

Rozhovor s Janou byl veden v mateřské škole, ve které pracuji. Jana zde pomáhala s přípravou programu pro předškolní děti a s realizací rozhovoru ihned souhlasila. Pro mě i pro ni to byl první rozhovor, tudíž jsme byly obě ze začátku lehce rozpačité. Po chvíli se však Jana plynule rozpovídala a ke všem otázkám byla otevřená. Před tím, než odpověděla, si některé otázky pečlivě promýšlela. Na začátku rozhovoru se také několikrát ujišťovala, zda bude rozhovor anonymní.

### **Kateřina (19 let)**

Kateřinu znám z mateřské školy, ve které ve školním roce 2018/2019 vykonávala průběžnou pedagogickou praxi. Právě diskuze s ní a s jejími dalšími spolužačkami mě tehdy přivedla na téma diplomové práce. Kateřina si stěžovala na nepochopení ze strany učitelů a vychovatelů, kteří je za časté používání mobilních telefonů kritizují. Oslovila jsem ji pomocí emailové korespondence. Kateřina s rozhovorem souhlasila a setkaly jsme se v čajovně, kde se často schází se svými spolužáky. Při rozhovoru panovala velmi příjemná atmosféra a u Kateřiny bylo zřejmé zaujetí tématem, a to především v otázce mobilních telefonů a sociálních vztahů.

### **Jan (17 let)**

Jan je studentem konzervatoře. Oslovila jsem ho prostřednictvím své kolegyně, která konzervatoř také studuje. Prvotní komunikace probíhala přes SMS zprávy, ve kterých jsme se domluvili, že rozhovor proběhne v klubovně domova mládeže, kde je Jan ubytován. Jan byl jediným chlapcem z výzkumného vzorku. Při rozhovoru byl občas strohý a poměrně nesoustředěný. Ač o sobě tvrdil, že je „*takovej celkem nemobilní člověk*“, mobilní telefon během rozhovoru několikrát kontroloval. Bohužel se mi v některých otázkách nepovedlo, aby se Jan více rozpovídal. Odpovědi byly spíše stručné a z celého rozhovoru jsem měla pocit, že ho chce mít „rychle za sebou“.

### **Kristýna (16 let)**

Kristýnu znám z dechového orchestru, ve kterém obě působíme. Je stejně jako Jan studentkou konzervatoře. Nejprve jsme komunikovali přes Messenger a rozhovor jsme si domluvily v klubovně domova mládeže. Kristýna byla při rozhovoru velmi dobře naladěná, pozitivní. Myslím, že velkou roli hrálo to, že se osobně známe, a tak byla v případě všech otázek velice vstřícná a otevřená. Sama o sobě tvrdí, že je „*úplnej závislák*“ na mobilním telefonu, avšak během rozhovoru, který trval bezmála 30 minut, se na mobilní telefon ani jednou nepodívala.

### **Karolína (17 let)**

Karolína se o možnost rozhovoru sama přihlásila ve chvíli, kdy jí o něm vyprávěla spolužačka Kateřina, se kterou jsem rozhovor vedla. (Kateřinu jsem po ukončení rozhovoru požádala o to, aby se zeptala ostatních studentek z domova mládeže, zda by měly zájem se na výzkumu podílet.) Rozhovor proběhl opět v klidném prostředí čajovny. I přes počáteční nervozitu odpovídala Karolína velmi pohotově a po chvíli se rozhovor již nesl ve velmi přátelském duchu.

### **Charakteristika výzkumníka**

V úvodu diplomové práce jsem zmínila, že mě k tématu dovedl rozhovor se studentkami Střední pedagogické školy, které si stěžovaly na nepochopení především ze strany „starší generace“, která je za časté používání mobilního telefonu kritizuje. Jak uvádí Řiháček, Čermák, Hytych a kol. (2013, s. 16–17), „*Abychom byli schopni (...) být jako výzkumník transparentní v celém výzkumném procesu, je užitečné reflektovat, jaký vztah máme k tématu výzkumu. Součástí toho je nejen uvědomění si vlastní motivace pro*

*práci s daným tématem, ale i vlastních prekonceptí souvisejících s tématem. Reflexe vlastní zkušenosti s tématem představuje především nástroj uvědomění si interpretativní role ve výzkumném procesu, díky němuž jsme schopni užitečně pracovat s daty a zajistit přitom validitu naší analýzy.“* Z tohoto důvodu se pokusím pomocí dialogu sama se sebou, který Řiháček, Čermák, Hytych a kol. uvádějí jako možný způsob provedení vlastní reflexe, zaznamenat hlavní témata, o která se budu zajímat také v rozhovorech se studenty středních škol ubytovanými na domově mládeže. Vzhledem k tomu, že nejsem studentem střední školy, vztáhnu témata na svoji současnou životní situaci.

Chytrý mobilní telefon vlastním od roku 2015. Je třeba říci, že od té doby používám notebook pouze pro studijní nebo pracovní záležitosti a všechny úkony, které vyžadují připojení k internetu, provádím právě přes smartphone. Smartphone využívám nejčastěji ke kontaktu s přáteli a s rodinou. Co se týče komunikace s rodinou, využívám spíše telefonování, s přáteli se kontaktujeme především přes aplikace vyžadující internetové připojení – Messenger či WhatsApp. Mobilní telefon využívám hojně také při přípravě do práce. Jako učitelka mateřské školy na internetu hledám především inspirace k výtvarné, hudební a dramatické výchově. Při přímé výchovné práci s dětmi jej používám ve chvílích, kdy je třeba rychle si ověřit nějakou informaci nebo dětem přiblížit pomocí obrázku náhodně vzniklé téma.

Mobilní telefon chápu také jako určitý prostředek k relaxaci. Po pracovním dni si často vyhradím zhruba 30 minut, kdy sleduji sociální sítě a věnuji se online komunikaci s přáteli. Je ale třeba říci, že mobilní telefon mám u sebe téměř neustále a ve chvílích, kdy nemám žádné povinnosti, na něm trávím podstatně více času než v pracovních dnech.

V rozhovorech pokládám otázku, v čem by se lišil pobyt na domově mládeže v případě, že by u sebe studenti nemohli mít chytrý mobilní telefon. Pokud si tuto situaci představím sama, vadilo by mi především to, že by byl kontakt s přáteli omezen jen na zasílání SMS zpráv a telefonování. Velkým kladem online mobilních aplikací je pro mě možnost rychlého odeslání fotografií, videí či souborů. Další věcí, která by mi chyběla, je beze sporu navigační systém, který využívám při cestování po České republice i v zahraničí a dále možnost okamžitého vyhledání informací pomocí Google či jiných internetových vyhledávačů.

Při rozhovorech jsem se snažila se studenty navázat co nejvíce přátelský vztah a nepůsobit jako autorita, kterou mají, dle mého názoru, zafixovanou jako někoho, kdo

užívání mobilních telefonů pouze kritizuje. Snažila jsem se „vžít do jejich role“ a svými otázkami je nijak neovlivňovat. Při realizaci rozhovorů jsem byla překvapena tím, že většina respondentů dokázala samostatně poměrně dlouhou dobu na téma hovořit a tím odkrývat další témata. Zpočátku jsem se bála, že odpovědi budou strohé a útržkovité. Pouze při rozhovoru s jediným chlapcem z výzkumného vzorku se tato obava trochu naplnila.

## 4.5 Analýza získaných dat

V rámci této kapitoly předložím výsledky výzkumu, ke kterým jsem došla na základě metody zakotvené teorie. Smyslem zakotvené teorie je vytvoření teorie na základě systematických induktivních postupů (srov. Švaříček a Šed'ová 2007). Cílem výzkumu vycházejícího ze strategie zakotvené teorie by podle Hendla (2005, s. 125) měl být *„návrh teorie pro fenomény v určité situaci, na niž je zaměřena pozornost výzkumníka. Vznikající teorie je zakotvena v datech, získaných během studie. Pozornost se věnuje zvláště jednání a interakcím sledovaných jedinců a procesům v daném prostředí.“* Strauss a Corbinová (1999, s. 14) uvádějí, že: *„je to teorie induktivně odvozená ze zkoumání jevu, který reprezentuje. To znamená, že je odhalena, vytvořena a prozatímně ověřena systematickým shromažďováním údajů o zkoumaném jevu a analýzou těchto údajů.“*

Základní analytickou technikou metody zakotvené teorie je kódování, které začíná v momentě, kdy má výzkumník nashromážděno dostatečné množství dat (srov. Švaříček a Šed'ová, 2007). V rámci metody zakotvené teorie se rozlišuje kódování otevřené (slouží k identifikaci základních kategorií), axiální (slouží k nacházení vztahů mezi kategoriemi) a selektivní (ve větším výzkumu slouží k vytvoření syntézy, mj. redukcí počtu kategorií). Ve svém výzkumném šetření jsem využila pouze kódování otevřené a axiální.

#### 4.5.1 Otevřené kódování: základní identifikované kategorie

Otevřené kódování je jednou z metod zakotvené teorie. Podle Strausse a Corbinové (1999) se jedná o první, základní krok analýzy, při kterém se výzkumník zabývá označováním a následnou kategorizací pojmů, k čemuž je důležité pečlivé prostudování získaných údajů.

Pomocí techniky otevřeného kódování jsem ve výpovědích, které mi respondenti poskytli, identifikovala následující kategorie: SAMA, ZÁBAVA, VZTAHY ONLINE, USNADNĚNÍ ŠKOLNÍCH POVINNOSTÍ, ŽROUT ČASU, RITUÁLY, NEZBYTNOST, JINÉ MÉDIUM.

##### **Kategorie SAMA**

*„Tak nejvíc času na něm trávím vždycky v neděli. To jsem na buňce buď sama, nebo ještě s kámoškou, no. Ale ta právě moc nejezdí. No a to jsem na tom mobilu docela hodně.“* (Jana, 16 let)

*„Když jsem sama, tak si na něm ráno pouštím seriál. Když nejsou třeba na intru holky nebo když jsem někdy sama doma, abych se tam necítila sama. A už jsem na to zvyklá. Nebo tak jako ve škole občas o přestávkách, ale když se bavíme s kamarádama, tak ho nepoužívám vůbec. Většinou jako, když jsem sama, tak ho používám, protože s kamarádama se bavíme.“* (Kateřina, 19 let)

*„Nechodím na snídani, takže zůstávám chvíli sama na pokoji, a to jsem na tom mobilu. Pak jdu většinou sama do školy a cestou poslouchám hudbu na tom mobilu.“* (Karolína, 17 let)

V rámci uvedené kategorie lze na základě výpovědí respondentů konstatovat, že mobilní telefon je pro studenty „společníkem“ ve chvílích, kdy jsou sami. Po příjezdu na domov mládeže, kdy jsou jejich spolubydlící ještě doma, nebo ve chvílích, kdy zůstávají z nějakého důvodu sami.

##### **Kategorie ZÁBAVA**

*„S kámoškou hrajeme takový kvíz přes messenger a tím se bavím, fakt.“* (Jana, 16 let)

*„Mě to ale hrozně baví si s někým psát. Se kolikrát směju úplně nahlas, co s holka dokážeme vymyslet za hovadiny a posílat si to.“* (Kristýna, 16 let)

*„Na Facebooku projíždím hodně videa o vaření hlavně nebo o takových těch různých zlepšovákách, tak to mě baví, na to se koukám.“* (Kateřina, 19 let)

„*Hodně ráda na mobil fotím a mám ráda to upravování fotek. Takže mám teď nově Instagram, protože tam je hodně možností ty fotky upravovat. To mě poslední dobou baví hodně, nad tím strávím fakt hodně času. No a večer většinou s holkama na intru kecáme, nebo vyrazíme někam do města. To ten mobil používám taky jak je to zrovna potřeba, no. Hlavně na to focení. Mě zabere nejvíc času právě to, než něco vyfotím, pak to různě upravuju a pak vymyslím, co k tomu napíšu, když to někam dávám.*“ (Karolína, 17 let)

„*No, tak nejvíc prostě projíždím, co je novýho, co tam kdo dal, jaký jsou tam nové fotky, čtu komentáře. Projíždím profily. Dávám tam někdy fotky...*“ (Jana, 16 let)

Online činnosti na sociálních sítích patří mezi oblíbené aktivity dotazovaných respondentů. Podle výpovědí na sociálních sítích zastávají spíše pasivní roli, to znamená, že kontrolují, jaké nové příspěvky na Instagramu či Facebooku přibyly. Tyto dvě sociální sítě uvádějí jako nejpoužívanější. Mezi respondenty se objevila pouze jedna negativní výpověď vůči sociálním sítím, a to ze strany Jana (17 let), který jako jediný z respondentů neměl aplikaci Facebook staženou v mobilním telefonu.

Na základě výpovědí respondentů můžeme říci, že mobilní telefon představuje pro studenty určitý zdroj zábavy. Pokud mobilní telefon nevyužívají přímo za účelem hraní her, přehrávání seriálů, hudby či konverzace s přáteli, je jim být společníkem například při sportování, kdy využívají mobilní aplikace (krokoměr).

V rozhovorech se studenti shodovali v tom, že mobilní telefon často využívají v čase bezprostředně po škole, kdy přijdou na domov mládeže: „*Je to takovej relax po škole.*“ (Kateřina, 19 let). Ve chvílích, kdy mají jinou aktivitu, například zájmové kroužky, brigády či jsou s přáteli, tráví na mobilním telefonu méně času.

Do této kategorie jsem zahrnula také výpovědi, které se objevily v návaznosti na otázku, jak by se lišilo to, co ve volném čase studenti dělají, kdyby neměli po dobu pobytu na domově mládeže možnost využívat mobilní telefon s připojením k internetu. Někteří uvažují spíše o tom, co by jim chybělo, alternativy konkrétně neuvádějí (život bez mobilu a internetu je možná těžko představitelná alternativa): „*Chybělo by mi to pouštění seriálů.*“ (Kateřina, 19 let); „*Kdybych ho neměla na intru, tak bych asi dělala jiný věci.*“ (Kristýna, 16 let); „*Potom bych asi tolik nefotila, tím já zaberu hodně času*“ (Karolína, 17 let).

Někteří ale například vypověděli, že by se v případě absence mobilního telefonu více účastnili zájmových aktivit, které domov mládeže nabízí: „*Možná bych pak víc*

*chodila tady na ty introvský kroužky.*“ (Jana, 16 let). Ovšem další studentky odpovídaly, že se těchto aktivit účastní bez ohledu na to, zda mobilní telefon používají, či ne.

Zajímavým zjištěním byla pro mě odpověď Kateřiny, která na otázku, zda by v případě absence mobilního telefonu více navštěvovala nabízené zájmové aktivity na domově mládeže, uvažovala takto: „[V jednom rozhovoru mi spolužačka říkala, že kdyby neměla mobil, účastnila by se více akcí na intru – kroužky, toulky apod. Co si o tom myslíš ty?] – *Jo to asi souhlasím... souhlasím teda určitě. Protože kolikrát na tom fakt děláš něco z nudy. Ale je otázka, jestli kdybysme nebyli na mobilu, jestli bysme pak naseděli u televize nebo u počítače. Protože já o tom přemýšlela fakt hodně, než jsem šla jakoby na ten rozhovor, a říkala jsem si, že vlastně vždycky se našlo něco, u čeho se někdo takhle jako flákal. Nebo jak to říct... Ale jo. Já se teda snažím občas něčeho z té nabídky na intru zúčastnit. Ale občas chce být člověk po škole prostě v klidu. Kdybych neměla mobil, tak by to možná bylo jiný v tom, že bych se rychlejc začla nudit, a šla bych tam.*“

#### **Kategorie VZTAHY ONLINE**

„*Píšu si hlavně s kamarádkami a s přítelem přes WhatsApp a Messenger.*“ (Jana, 16 let)

„*I když se s přítelem nevidíme, tak si ráno napíšeme dobré ráno a pár vět, potom třeba večer. Ale spíš si přes den říkám, že tohle mu řeknu, až se v pátek odpoledne uvidíme, a tohle mu řeknu.*“ (Kateřina, 19 let)

„*Si píšeme celej den, tak průběžně, co děláme.*“ (Jana, 16 let)

„*S holkama si kolikrát píšu celý večer, ale to třeba, když nemám co dělat nebo když vím, že je třeba další den nebo o víkendu neuvidím. Mám kamarádku v Ústí, tak s tou si píšu často, ale zase se skoro nevidíme. Tak jednou, dvakrát do roka maximálně. No a nechci být prostě přilepená na tom telefonu od rána do večera a přítelovi popisovat každou věc, která se mi stala, jako to dělá hodně mých spolužaček tady. Já nad tímhle zrovna fakt často přemýšlím a určitě ten mobil těm vztahům moc nepřispívá. Jak jsou prostě dva kamarádi nebo někdo a jsou na mobilu pořád a nějaký takový ‚Jak jsi se měl?‘ a podobný, to nedělám, jen tak ze zdvořilosti nebo abychom si jakože něco napsali. Ale jako nechci, aby to vyznělo, že přes ten mobil s lidma nechci komunikovat, to ne. Jen si nechci sdělovat každou věc. Protože zase na druhou stranu s holkama, který sice vidím každý den ve škole, ale nejsou na intru, tak si píšeme hodně, ale je to hlavně o škole.*“ (Kateřina, 19 let)



V této kategorii se studenti zmiňovali o vztazích s přáteli a rodinou prostřednictvím mobilního telefonu. Měla jsem možnost zjistit, že téměř všichni vypovídající jsou s přáteli a s rodinou takřka v neustálém kontaktu, který ale ve vztahu k rodičům vnímají také jako kontrolu z jejich strany: „...*kdybych neměl ten telefon chytřej, jiný v tom, že bych nebyl tolik v dosahu asi. Pod kontrolou. Protože jsou všichni zvyklí, že zavolaj a hned jste na příjmu a hned se všechno dozví. Vidí, jestli jste si zprávu přečetli, nebo ne, jestli jste online, nebo ne. To mě rozčiluje neskutečně. Mí rodiče šílí, když mi volají, a já jim to neberu. Tak říkám ježiši, tak jsem to neslyšel.*“ (Jan, 17 let)

Ke komunikaci používají spíše online dostupné komunikační aplikace, jako jsou WhatsApp a Messenger, než SMS nebo volání. Mobilní telefon a připojení k internetu mají neustále k dispozici: „*Ten mobil mám pořád u sebe*“ (Jan, 17 let), „*S mobilem je to tak, že ho mám vlastně u sebe pořád, a když něco potřebuju, tak ho prostě použiju. Když potřebuju rychle odepsat kamarádům, tak odepíšu.*“ (Karolína, 17 let)

V této kategorii se objevily také názory, které mě překvapily. Dva respondenti uvedli, že je možnost neustálého kontaktu spíše obtěžuje. První jako důvod uvedla to, že si pak nemá s přítelem při osobním setkání co vyprávět. Další respondent pokládá za obtěžující to, že je „neustále pod kontrolou“ ze strany rodičů.

Jedna respondentka uvedla, že jsou studenti na domově mládeže kritizováni dospělými (učitelé, vychovatelé) za neustálé používání mobilního telefonu především při osobní komunikaci s druhými. Její názor je takový, že to komunikaci nijak výrazně neovlivní, ale připouští, že chápe, že to některým lidem může vadit: „*Prostě když se bavím s holkama a některý z nich přijde zpráva, chvilku odepisuje a pak se s náma zase začne bavit, tak mi to nevadí. Ale vím, že to někomu vadit může.* — [A proč si myslíš, že to někomu může vadit?] — *Asi proto, že má pocit, že ho ten druhý nevnímá. Ale to odepsání zabere třeba pár vteřin a kolikrát se právě i s holkama zasmějeme tomu, co nám třeba někdo píše. Nebo si píšeme s holkama, který jsou třeba zrovna nemocný nebo nejsou na intru. Takže já to neberu tak, že by to bylo špatný, když se nás víc baví a někdo mezitím dělá něco na mobilu.*“ (Karolína, 17 let)

Na základě otázky, *v čem by se tvůj pobyt na domově mládeže lišil, kdybys neměl/a chytrý telefon*, se odpovědi respondentů rozdělily na dva tábory. Jedni tvrdili, že mobilní telefon nijak neovlivňuje osobní setkávání s přáteli, další odpovídali, že by na přátele měli více času, protože by je absence mobilního telefonu a internetového připojení donutila k většímu sociálnímu kontaktu především s mladšími spolužáky na

domově mládeže: „*Určitě bych se s těma lidma asi víc scházela. Třeba s těma mladšíma tady, protože je pravda, že prvačky fakt skoro neznám. Ty jsou furt někde zalezlý, mi přijde, a právě jsou na tom mobilu fakt mnohem víc než my.*“ (Kateřina, 19 let) „*Měla bych víc času na kamarády.*“ (Kristýna, 16 let) Objevily se ale i výpovědi, že bez mobilního telefonu by bylo obtížnější některé vztahy udržovat (nebylo by možné si psát, být v kontaktu): „*Vadilo by mi, že bych nebyla ve spojení s lidma, se kterýma si píšu.*“ (Karolína, 17 let)

### **Kategorie USNADNĚNÍ ŠKOLNÍCH POVINNOSTÍ**

„*Mám v něm metronom, kolikrát i stažený noty.*“ (Jan, 17 let)

„*Tak mobil je dobrej v tom, že v něm mám často třeba nafocené poznámky. Když chybím, tak mi to spolužačky vyfotí a kolikrát hned pošlou, takže si to buď přepíšu, ještě když jsem nemocná, nebo aspoň vím, co ve škole brali.*“ (Karolína, 17 let)

„*Občas si na něj nahrávám nějaký předměty. Jakože si to tam namluvím a pak si to pouštím do sluchátek třeba před spaním. Docela dobře se mi to pamatuje. No a teď máme mraky knížek na literaturu, tak já si je pouštím jako audioknihy. Já mám takovou sluchovou paměť, takže si hodně pamatuju, když něco slyším, a v tom je ten mobil dobrej.*“ (Karolína, 17)

V této kategorii se respondenti zmiňovali o tom, jak využívají mobilní telefon při studijních povinnostech. Z jejich odpovědí nejčastěji vyplynulo, že mobilní telefon využívají pro spolupráci s ostatními spolužáky, dále pak pro audio záznamy a možnost ukládání a posílání pomůcek. Dva studenti konzervatoře využívají aplikaci metronom při cvičení na hudební nástroj. Obecněji je možné říci, že mobilní telefon usnadňuje plnění povinností, někdy možná i na hraně (poslech audioknihy namísto povinné četby) nebo i za hranou přijatelného: „*... nevim teda, jestli to můžu říct. Asi jo. Ale píšeme si otázky z testu do společný konverzace. No a tak to dělá asi každěj stejně.*“ (Kateřina, 19 let)

### **Kategorie ŽROUT ČASU**

Zajímavým zjištěním v této souvislosti bylo to, že kromě kladů mobilního telefonu pro studium téměř všichni respondenti označili mobilní telefon za tzv. „žrouta času“. Vypovídají to následující odpovědi: „*Že tam mám prostě věci do školy, všechno pohromadě. Všechno hned najdu, chápete, ne? I když teda vím, že je to žrout času taky.*“ (Jana, 16 let)

„...svádí to nic nedělat. Nebo začnu něco dělat a pak vezmu mobil, a už to jede. Facebook, Instagram, Youtube a hodina pryč... Když mi tam něco cinkne, si řeknu, že to jen zkontroluju, co to je, a stejně to sklouzne k tomu, že už zase projíždím všechno možný.“ (Kateřina, 19)

„Při učení ho využívám tak, že se kvůli němu neučím. Protože se začnu učit, jsem hrozně odhodlaná, že to jako všechno udělám, a pak mi to stejně nedá a že se jenom kouknu, co novýho, a už tam jsem zase několik minut.“ (Kristýna, 16 let)

Z výpovědí dotazovaných je patrné, že odkládání studijních povinností vnímají jako problém a snaží se tomu určitými způsoby zamezovat. Zmiňovali například aplikace, které znemožní přístup k telefonu, nebo vypnutí wifi a datového připojení.

Takzvaným žroutem času můžeme nazvat také sociální sítě. Aktivita na nich zabírá studentům poměrně velké množství času: „Už mi to přijde jako zvyk jakoby ten Facebook. Že to prostě zapnu tak ze zvyku a jedu.“ (Jana, 16 let). Studenti se shodují v tom, že sociální sítě pomocí mobilního telefonu několikrát denně kontrolují: „Je to hrozný, ale každou chvíli něco kontroluju, jestli je něco novýho... hlavně ten Facebook.“ (Kristýna, 16 let).

U některých odpovědí je parné, že absence mobilního telefonu na domově mládeže by pomohla stíhat více věcí a neodkládat povinnosti: „Tak určitě bych stíhala víc věcí, protože kvůli tomu chodím pozdě někam.“ (Jana, 16 let); „Dělala bych asi jiný věci, že bych neflákala třeba to učení, nebo bych mělo všechno trochu rychleji.“ (Kristýna, 16 let)

### **Kategorie RITUÁLY**

„Ráno vstanu a jenom se podívám, co je novýho a kdo mi psal, nepsal.“ (Jana, 16 let)

„To jsem se jako naučila, že když nemůžu usnout, tak si něco pustím.“ (Kateřina, 19 let)

„Vezmu mobil, jdu se nasnídat a přitom si přečtu maximálně zprávy, kouknu, jestli je třeba něco vyřídit.“ (Jan, 17 let)

„Když se ráno vzbudím, tak ještě v posteli vezmu mobil a kouknu. Nejdřív Facebook, potom Instáč, potom mail. Takhle je to pokaždý, to mám prostě ráno takový rituál, ještě než vylezu vůbec z postele.“ (Kristýna, 16 let)

„Pouštím si taky seriály a usínám s mobilem zásadně. Prostě se na něco koukám a usínám u toho, až usnu.“ (Kristýna, 16 let)

V této kategorii se respondenti zmiňovali o tom, jak je mobilní telefon provází běžným dnem na domově mládeže při různých denních rituálech. Od probuzení až po

usnutí. Zaujalo mě, že mnoho dotazovaných použije mobilní telefon ihned po probuzení a společnost jim dělá také při usínání. Jako aktivity, které při těchto rituálech na mobilním telefonu provozují, zmiňovali především sledování seriálů, kontrolování nových zpráv a příspěvků na sociálních sítích.

### **Kategorie NEZBYTNOST**

*„Tak já bych bez něj [mobilního telefonu] prostě nevydržela, si říkám. Si říkám, jak to dělali třeba moji rodiče.“* (Jana, 16 let)

*„Nedokážu si představit, že bych jela někam bez mobilu. Bez chytrýho samozřejmě myslím. To bych byla totálně ztracená. Je to pomocník velkej.“* (Kateřina, 19 let)

*„Já jsem totální závislák na mobilu! Jsem na něm prostě furt a nesnáším se za to, ale nemůžu si pomoci.“* (Kristýna, 16 let)

*„Co se týče toho mobilu, tak ten mám u sebe prostě furt. Nejenom na intru, doma, na dovolený, pořád. Občas mě to štve, ale asi to lepší se mnou nebude.“* (Kristýna, 16 let)

*„Když nejde wifina a já už nemám data, tak mi chybí to, že nemůžu třeba něco vyfotit a hned to někomu poslat.“* (Karolína, 17 let)

*„Prostě ten mobil používám tak nějak ke všemu a mám to jako tak, že to tak prostě je. Jako prostě součást života.“* (Kristýna, 16 let)

Tato kategorie poukazuje na to, jak je pro dospívající studenty mobilní telefon v jejich životě nepostradatelný. Objevují se ale i výpovědi, kdy je potřeba mít neustále mobilní telefon u sebe považována za negativní, za „závisláctví“ (byť jsou tyto výpovědi doprovázeny spíše postojem rezignace). V odpovědích se také objevovaly pojmy jako je „digitální detox“, kdy se studenti snaží odpočinout od mobilního telefonu, především tedy od internetového připojení.

### **Kategorie JINÉ MÉDIUM**

*„Musela bych si se všema psát esemesky nebo přes notebook.“* (Jana, 16 let)

*„Kdybych neměl chytrý mobil, tak bych měl nechytrý telefon s tlačítkama? A vlastně bych mohl úplně normálně zavolat a napsat. Neměl bych ty aplikace akorát.“* (Jan, 17 let)

*„Kdybych měla klasický telefon, tak bych mohla ostatním zavolat nebo napsat esemesku, ale to už je zase placený.“* (Karolína, 17 let)

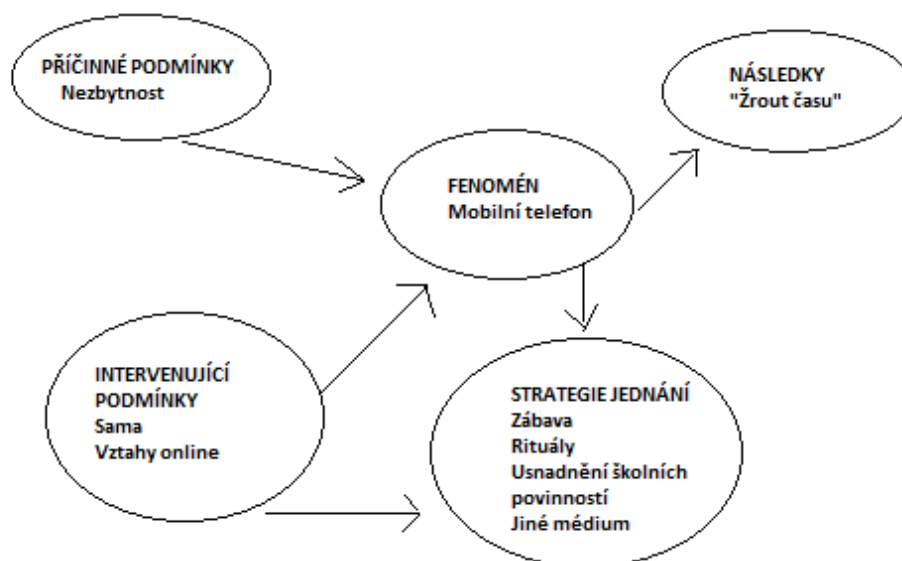
*„...net bych potřebovala, tak bych asi byla na počítači.“* (Kristýna, 16 let)

Pokud by oslovení studenti neměli možnost chytrého mobilního telefonu, automaticky počítají s tím, že by jej nahradilo jiné médium. Ať již mobilní telefon, který

nedisponuje připojením k internetu (respondenti ho označují jako „klasický“ nebo „tlačítkový“ mobilní telefon) nebo počítač. Respondenti si jaksí nepřipouštějí možnost života bez těchto komunikačních technologií, což je charakteristické pro tuto generaci, která bývá nazývána „Generace Z“.

#### 4.5.2 Axiální kódování

Axiální kódování vysvětlují Strauss a Corbinová (1999, s. 70) jako: „soubor postupů, pomocí nichž jsou údaje po otevřeném kódování znovu uspořádány novým způsobem, prostřednictvím vytváření spojení mezi kategoriemi. To se činí v duchu kódovacího paradigmatu, které zahrnuje podmiňující vlivy, kontext strategie jednání a interakce a následky.“ Na základě identifikovaných kategorií jsem vytvořila paradigmatický model, který je znázorněn na obrázku č. 2.



Obr. 2: Schéma paradigmatického modelu

Základním jevem v uvedené síti vztahů mezi kategoriemi je MOBILNÍ TELEFON. Součástí paradigmatického modelu podle Strausse a Corbinové je mj. také kontext. Ten v obrázku neuvádím, ale je jím míněn Domov mládeže.

Jako příčinné podmínky jsem zvolila kategorii NEZBYTNOST. A to z toho důvodu, že téměř všemi dotázanými studenty byl mobilní telefon nazván jako prostředek, který při svém běžném životě na domově mládeže potřebují a pokládají ho za něco nepostradatel-

ného. Pokud by mobilní telefon neměli, uvažují nad tím, jaké jiné zařízení s možností připojení k internetu, by používali. Tento pocit (nebo fakt) nezbytnosti se tak stává základním důvodem, proč je mobilní telefon využíván.

V intervenujících podmínkách jsou zařazeny kategorie SAMA a VZTAHY ONLINE. Oslovení respondenti v rozhovorech často zmiňovali, že k používání mobilního telefonu se uchylují zejména v době, kdy jsou sami. Buď ve chvílích, kdy jsou během týdne na pokoji z nějakého důvodu bez spolubydlícího, nebo v neděli, kdy na příjezd spolužáků čekají, či po cestě do školy. Studenti hovořili o mobilním telefonu jako prostředku k udržování sociálních vztahů. Zmiňovali možnost (nebo potřebu) neustálého kontaktu s rodinou, ale především s přáteli nebo partnery, se kterými z důvodu bydlení na domově mládeže nemohou být přes týden v osobním kontaktu.

S intervenujícími podmínkami souvisí strategie jednání, kdy je mobilní telefon chápán studenty jako zdroj zábavy. Kromě toho, že studenti využívají mobilní telefon jako prostředek pro sledování seriálů, využívání nejrůznějších aplikací, je zde věnován velký prostor sociálním sítím. Za zdroj zábavy považují také komunikaci s přáteli skrze online aplikace či zmíněné sociální sítě. Zábava a sociální vztahy online se zde tedy prolínají.

Další strategií jednání jsou RITUÁLY. Studenti uvedli, že mobilní telefon pravidelně využívají jako „společníka“ při různých denních rituálech, jako je vstávání, snídání, usínání, cesta do školy. Při těchto rituálech jsou většinou sami, nebo alespoň ne v přímé komunikační interakci se spolubydlícím.

Poslední zmíněnou strategií jednání je USNADNĚNÍ ŠKOLNÍCH POVINNOSTÍ. Mobilní telefon studentům usnadňuje studijní záležitosti ve smyslu sdílení učebních materiálů, komunikace se spolužáky, vyhledávání a ověřování nových informací. Ne vždy to ale nutně znamená lepší nebo efektivnější plnění těchto povinností.

Následkem uvedených strategií jednání je podle výpovědí respondentů to, že je mobilní telefon mj. vnímán jako „ŽROUT ČASU“. Mobilní telefon odvádí pozornost studenta, a to zejména ve chvílích plnění školních povinností. Studenti se shodovali nad tím, že většinou je při studiu, v souvislosti s mobilním telefonem, vyruší pouze drobný podnět, například příchozí zpráva. Ale vzhledem k velké nabídce „online činností“, které mobilní telefon nabízí, často sklouznou například k surfování po internetu, čímž školní povinnosti odkládají. Podle výpovědí studentů se zdá, že takto činí jaksi nevědomě. Uvádějí, že čas strávený s mobilním telefonem v ruce utíká rychleji, což

mohu doložit již dříve uvedenou výpovědí: „...svádí to nic nedělat. Nebo začnu něco dělat a pak vezmu mobil, a už to jede. Facebook, Instagram, Youtube a hodina pryč... Když mi tam něco cinkne, si řeknu, že to jen zkontroluju, co to je a stejně to sklouzne k tomu, že už zase projíždím všechno možný.“ Respondenti hovoří také o tom, že by se více věnovali volnočasovým aktivitám v případě, že by na domově mládeže neměli mobilní telefon s připojením k internetu k dispozici. Objevují se však také úvahy, že pokud by studenti netrávili volný čas na mobilním telefonu, mohl by být „žroutem času“ jiný prostředek.

#### **4.6 Diskuze výsledků výzkumného šetření**

Hlavním cílem této práce bylo zjistit, jak studenti středních škol, ubytovaní na domově mládeže, popisují význam mobilního telefonu v situaci, kdy jsou odloučení od rodiny, jakým způsobem mobilní telefony využívají a jak se mobilní telefony dotýkají jejich volného času, sociálních vztahů a studijních aktivit. Na základě předchozí analýzy dat se dále pokusím shrnout výsledky mého výzkumného šetření a dále je diskutovat ve vztahu k odborné literatuře.

V první části této kapitoly se zaměřím na zodpovězení výzkumných otázek, které jsem si stanovila.

K tomu, abych našla odpověď na výzkumnou otázku, jak studenti ubytovaní na domově mládeže popisují význam mobilního telefonu v situaci, kdy jsou odloučení od rodiny a jakým způsobem mobilní telefon využívají, jsem rozhovor se studenty uvedla takto: „*Nejdřív bych tě poprosila, abys mi popsala/a tvůj pobyt na internátě a zkusila/a se přitom zaměřit hlavně na užívání mobilního telefonu během celého dne od rána až do večera. Kdy na něm trávíš nejvíce času, co na něm děláš apod.*“ Předpokládala jsem, že takto široké téma, jako je popis běžného dne, pomůže poodhalit význam mobilního telefonu pro studenta střední školy, který je ubytován na domově mládeže. A zároveň také pomůže ukázat situace, ve kterých mobilní telefon student používá a čemu se na něm věnuje.

Nejprve bych se ráda zaměřila na situace, kdy studenti mobilní telefon využívají. Z výzkumu vyplynulo, že se především jedná o chvíle, kdy jsou sami.“ Objevuje se to

v těchto výpovědích: „*...nejvíc času na něm trávím vždycky v neděli. To jsem na buňce buď sama, nebo ještě s kámoškou, no. Ale ta právě moc nejezdí.*“ (Jana, 16 let); „*většinou jako když jsem sama, tak ho používám, protože s kamarádama se bavíme.*“ (Kateřina, 19 let).

Na otázku, proč mobilní telefon hojně využívají právě v těchto chvílích, nám pomůže vysvětlení Sulera (2005), který poukazuje na zranitelnost dospívajících ve fázi odloučení od rodičů. Chtějí být nezávislí a dělat si věci po svém. Vzhledem k tomu, že tato fáze života může často přinášet pocity úzkosti a strachu, může být online prostředí, které je dospívajícím skrze mobilní telefony přístupné, jednou z možností pro udržování vztahů na dálku a pomocníkem při překonávání pocitu osamocení.

Dalším autorem, který poukazuje na vztah mezi samotou a užíváním mobilních telefonů, je Hubinková (2008, s. 197). „*Letmý pohled na telefon v řadě jedinců vyvolává pocit potřeby, někdy až nutkání, někomu zavolat a tím se ubezpečit, že samota, kterou prožívá, je pouze relativní záležitostí, neboť jsme si všichni až neskutečně blízko.*“ Pohled Hubinkové je ale třeba aktualizovat s ohledem na mobilní telefony, které jsou modernější než v době, kdy vydávala svou publikaci. V současné době se totiž kontakt s okolím prostřednictvím mobilního telefonu neomezuje pouze na telefonování a posílání SMS zpráv.

Další situace, kdy studenti mobilní telefon využívají, se pojí k určitým denním rituálům, především ke vstávání a usínání. Mobilní telefon je podle některých výpovědí první věc, kterou studenti po probuzení vezmou do ruky, a poslední, kterou odkládají, než usnou: „*Ráno vstanu a jenom se podívám, co je nového a kdo mi psal, nepsal.*“ (Jana, 16 let); „*To jsem se jako naučila, že když nemůžu usnout, tak si něco pustím*“ (Kateřina, 19 let); „*Pouštím si taky seriály a usínám s mobilem zásadně. Prostě se na něco koukám a usínám u toho, až usnu.*“ (Kristýna, 16 let).

Důležitým zjištěním je fakt, že studenti mají během dne mobilní telefon neustále u sebe a je pro ně nezbytnou věcí: „*Tak já bych bez něj prostě nevydržela, si říkám.*“ (Jana, 16 let); „*Co se týče mobilu, tak ten mám u sebe prostě furt. Nejenom na intru, doma, na dovolený, pořád. Občas mě to štve, ale asi to lepší se mnou nebude. Prostě ten mobil používám tak nějak ke všemu a mám to jako tak, že to tak prostě je. Jako prostě součást života.*“ (Kristýna, 16 let); „*Já jsem totální závislák na mobilu! Jsem na něm prostě furt a nesnáším se za to, ale nemůžu si pomoci.*“ (Kristýna, 16 let).



Studenti si dokáží představit, že by na domově mládeže neměli chytrý mobilní telefon, neuvažují ale již o tom, že by je toto limitovalo v používání internetu a automaticky počítají s tím, že by zdroj internetu nahradilo jiné zařízení, například počítač. *„Jako zvládnou si představit, že mám starý mobil, ze kterého můžu psát a volat a nemá net. Tak to bych byla na noťasu třeba.“* (Jana, 16 let). Promítl se zde charakteristický znak takzvané Generace „Z“, o které Floridi (2019, s. 62) hovoří jako o generaci, která je stále připojená k internetu: *„Generace Z si možná ani život vně infosféry nedovede představit, protože infosféra postupně absorbuje veškerou realitu. Generace Z se narodila online.“*

Dnešní mobilní telefony, nabízejí nepřehledné množství aktivit. Ve výzkumné otázce jsem se ptala mimo jiné na to, jakým způsobem mobilní telefony studenti využívají. Pokusím se to tedy shrnout. Překvapivým zjištěním pro mě bylo, že ve výpovědích se kromě jednoho rozhovoru prakticky neobjevilo využití mobilního telefonu za účelem telefonování. Otázkou je, zda studenti toto ve výpovědích pouze nezmínili, nebo upřednostňují spíše kontakt skrze zprávy. Mezi aktivity, kterým se studenti na mobilním telefonu věnují, patří komunikace s přáteli, aktivity na sociálních sítích Facebook a Instagram, pouštění seriálů a prohlížení videí na Youtube. Téměř všechny aktivity, které dotazovaní zmínili, jsou závislé na internetovém připojení. Mobilní telefon využívají také ke studijním aktivitám a jako zdroj zábavy.

Více se o tom ale zmíním v odpovědi na následující výzkumnou otázku, jak se využívání mobilního telefonu dotýká volného času, sociálních kontaktů a studijních aktivit studenta.

#### **4.6.1 Volný čas**

V otázce volného času a mobilních telefonů je třeba říci, že všichni studenti mají na domovech mládeže možnost účastnit se zájmových aktivit. Tyto zájmové aktivity jsou dobrovolné a nevyžadují pravidelnou docházku. Z výpovědí studentů bylo patrné, že nabízené aktivity příliš nevyužívají. Objevily se ale názory, že pokud by mobilní telefon neměli k dispozici, zájmových aktivit na domově mládeže by se účastnili více: *„Možná bych pak chodila tady na ty introvský kroužky“* (Jana, 16 let).

Zajímavým tématem k zamyšlení je otázka nudy a používání mobilního telefonu. *„Kdybych neměla mobil, tak by to bylo jiné v tom, že bych se rychleji začala nudit a šla bych tam“* (Jana, 16 let); *„Je tu celkem nuda, a když se neučím, tak jsem na tom mobilu*

dost.“ (Jana, 16 let). Tato výpověď mě zaujala z toho důvodu, že v některých publikacích se hovoří o takzvané mobilní či telefonní nuditě. Jedná se o to, že dnešní mládež je znuděná stále stejnou nabídkou, kterou mobilní telefony poskytují, a i když na nich tráví velké množství času, často jen bezmyšlenkovitě překlikávají všemožné aplikace a hledají nějaký další podnět, který je zabaví. Hovoří o tom Dočekal (2020), který uvádí, že se na internetu nudí nejvíce právě generace Z. Ta je podle něj na mobilních telefonech, sociálních sítích, internetu a mobilních aplikacích nejvíce závislá. *„Neomezený přístup k internetu a stálá přítomnost mobilních telefonů neznámá, že mládež nezažívá nudu.“* Je možné, že toto zažívají i dotazovaní studenti, avšak v rozhovorech se o něčem podobném nikdo z nich nezmínil.

V případě, že má student zájmový kroužek při škole (například sbor), mobilní telefon během odpoledne tolik nepoužívá a soustředí se na zájmovou aktivitu. Absence mobilního telefonu by také několika studentům pomohla lépe stíhat aktivity, protože připouští, že kvůli činnostem na něm přichází mnohdy pozdě či odkládají povinnosti.

Pokud by studenti nemohli na domově mládeže mobilní telefon využívat, chybělo by jim nejvíce internetové připojení poskytující většinu možných aktivit, kterým se ve volném čase na mobilním telefonu věnují. Mezi ty to aktivity patří zejména sledování sociálních sítí. Z výpovědí studentů je patrné, že na sociálních sítích zaujímají jak pasivní roli, kdy pouze sledují, co nového na sociálních sítích přibýlo, tak roli aktivní, kdy sdílí především fotografie s přáteli. Objevila se zde však i negativní reakce na sociální síť Facebook, a to ze strany jediného chlapce z výzkumu, který uvedl, že mu vadí, když přátelé neustále něco fotí a sdílí na Facebooku. Vzhledem k tomu, že ve výzkumném vzorku byl pouze jeden chlapec, bylo by zajímavé zjistit, zda je to pouze jeho subjektivní názor, nebo by další chlapci v jeho věku zastávali názor podobný.

Kromě sociálních sítí, je mezi studenty oblíbené sledování seriálů, sledování videí na YouTube. Dále mezi zájmy uvedli aplikace, jako je Pinterest, ale také třeba Kroko-měr, což naznačuje, že využívání mobilního telefonu může být spojeno i s fyzickou aktivitou. Mobilní aplikace pro studenty ve volném čase představují zdroj inspirace a rozšíření vlastních zájmů (Pinterest) a mohou napomáhat i v oblasti sportu (kroko-měr). V neposlední řadě se studenti věnují tzv. „googlení“, tedy využívání vyhledávače Google k získávání nových informací, obrázků nebo jiných podnětů.

Mobilní telefony slouží studentům také jako zdroj odreagování: *„To je takovej relax po škole.“* (Kateřina, 19 let) Studijní požadavky na studenty středních škol jsou

poměrně vysoké, a proto se domnívám, že mobilní telefon může plnit také relaxační funkci po náročném dni ve škole. Například jedna studentka v otázce na zájmové aktivity na domově mládeže uvedla: „*Ale mě se po škole teda už ani nechce něco dělat, mám toho dost, stačí, že musím fakt hodně každý den hrát [na hudební nástroj].*“ (Kristýna, 16 let).

#### 4.6.2 Sociální vztahy

Sociální vztahy jsou oblast, kterou mobilní telefon ve velké míře ovlivňuje. V případě studenta, který je ubytován na domově mládeže, jsou sociální kontakty s přáteli a rodinou velmi důležité. Mobilní telefon poskytuje studentům možnost častého kontaktu s přáteli, rodinou a partnery. Oblast sociálních vztahů bych rozdělila na dvě skupiny: sociální vztahy na domově mládeže a sociální vztahy mimo domov mládeže.

##### Sociální vztahy na domově mládeže

Co se týče sociálních vztahů v rámci domova mládeže, nelze jednoznačně říci, zda je mobilní telefon ovlivňuje pozitivně či negativně. V rozhovorech se ale objevily odpovědi, které naznačují, že za časté využívání mobilního telefonu bývají dospívající kritizováni ze strany vychovatelek či jiných autorit: „...*hlavně na Facebooku to utíká úplně šíleně rychle... Jo a to mi říká vždycky paní vychovatelka ze srandy: ‚Ty jsi zase na modrý planetě, jo?‘ Nebo nejenom mně..., to říká nám všem, když jsme třeba ve společnosti a na něco čekáme a jsme na mobilech. — [Tou modrou planetou myslí Facebook?] — Jo, jasně... To nám řekne vždycky, když tam přijde a všichni jsme zticha. Na těch mobilech teda, ale zticha. Ono jí to vadí. I když to říká jakoby ze srandy. Že si jakoby nepovídáme spolu, koukáme do toho, hrbíme se u toho, zničíme si oči u toho, a já nevím, co ještě všechno. Což je teda pravda, ale... nevím no. Asi s tím nic neuděláme.“ (Jana, 16 let). V těchto případech by bylo zřejmě vhodné, aby si vychovatelé domluvili se studenty takzvané „chvilky bez mobilních telefonů“, které doporučuje Rogge (2018), a společně si stanovili chvíle, kdy z nějakého důvodu není vhodné mobilní telefony používat.*

V rozhovorech se objevily odpovědi, že by se studenti, v případě absence mobilního telefonu, více přátelili s mladšími spolužáky. Uvádějí, že mladší spolužáci tráví na mobilním telefonu velké množství času: „...*určitě bych se s těma lidma asi víc*

*scházela. Třeba s téma mladšíma tady, protože je pravda, že prvačky fakt skoro neznám. Ty jsou furt někde zalezlý, mi přijde, a právě jsou na tom mobilu fakt mnohem víc než my.“* (Kateřina, 19 let). O podobném problému v otázce smartphonů a sociálních vztahů hovoří také Spitzer (2015, s. 10): *„Sice nás spojuje s celým světem, ale odvádí nás od věcí a lidí v našem bezprostředním okolí.“* Z odpovědí studentů se však zdá, že vztahy mezi nimi (ve stejné výchovné skupině) mobilní telefon nijak nenarušuje. Samozřejmostí pro některé studenty ale je, že při konverzaci s přáteli souběžně komunikují přes různé online aplikace s přáteli, které zrovna nemohou osobně vidět. Někteří studenti si však uvědomují, že tento způsob komunikace může být někomu nepříjemný: *„Vím, že některým lidem vadí, když si lidi povídají a ten druhý u toho kouká do mobilu.“* (Karolína, 17 let).

### **Sociální vztahy mimo domov mládeže**

Především studentům prvních ročníků, kteří poprvé zažívají na domově mládeže odloučení od rodiny a přátel, může mobilní telefon značně ulehčovat situaci. Velice mě překvapilo, že ve výpovědích studentů se téma „mobilní telefon jako prostředník pro kontakt s rodiči“ téměř neobjevilo. V jedné výpovědi studentka uvedla: *„Napíšu rodičům a přítelovi, že jsem dorazila a že je všechno v pohodě.“* (Jana, 16 let) Cenná pro mě byla výpověď studenta Jana (17 let): *„Mí rodiče šílí, když mi telefonují a já jim to nevezmu.“* Na dotázání, v čem by se jeho pobyt na internátě lišil v případě, že by mobilní telefon neměl, odpovídá: *„Jiný v tom, že bych nebyl tolik v dosahu asi. Pod kontrolou. Protože jsou všichni zvyklí, že zavolají, a hned jste na příjmu a hned se všechno dozví. Vidí, jestli jste si zprávu přečetli, nebo ne, jestli jste online, nebo ne. To mě rozčiluje neskutečně.“*

Skutečnost, že dotazovaní studenti při rozhovorech kontakt s rodinou příliš nezmiňovali, příkládám vývojovým specifikům dospívajících, která se vyznačují určitou touhou a snahou o nezávislost. Pro dospívající je ale velice důležité udržování a prohlubování vztahů s přáteli, což se v rozhovorech značně projevilo. K udržení přátelských vztahů používají studenti především aplikace typu Messenger či WhatsApp. Jedná se o bezplatné aplikace, které jsou závislé na připojení k internetu. Skrze tyto aplikace mohou lidé volat, psát zprávy, zasílat soubory, ale slouží i k zábavě, což dokládá tato část rozhovoru: *„Mě to ale hrozně baví si s někým psát. Se kolikrát směju úplně nahlas, co s holkama dokážeme vymyslet za hovadiny a posílat si to. No funguje to tak, že se prostě natočíš, ale je tam ten filtr, který ti nějak zdeformuje obličej. To*

*z tebe udělá třeba kostku nebo ti to rozšíří mega rty nebo mluvíš a hlavu máš ve tvaru ryby a další podobný hovadiny a úplně teda top je to, že ti to ještě změní hlas. Takže z toho chytám fakt totální záchvaty smíchu. Si takhle posíláme různé vzkazy s holkama.“* (Kristýna, 16 let).

Domnívám se, že možnosti, které tyto komunikační aplikace nabízejí, jsou jednou z příčin, proč studenti tráví na mobilu mnoho volného času. Klasické mobilní telefony dříve nabízely pouze možnost odeslání krátkých textových zpráv, kdežto nyní nabízejí možnost okamžitého přenosu videí, fotografií, zvuků nebo jiných souborů. S druhým člověkem tak můžeme bezprostředně sdílet naše zážitky téměř okamžitě. Je otázkou, zda má tento fenomén na sociální vztahy pozitivní, či negativní dopad. Z rozhovorů je zřejmé, že díky těmto technologickým možnostem neztrácí studenti kontakt s přáteli, se kterými by se z důvodu vzdálenosti a školních povinností jen stěží stýkali: *„Mám kamarádku v Ústí, tak s tou si píšu často, ale zase se skoro nevidíme. Tak jednou, dvakrát do roka maximálně.“* (Kateřina, 19 let).

V otázce partnerských vztahů byl mobilní telefon zmiňován dvěma dotazovanými. V prvním případě studentka uvedla, že s přítelem je pomocí mobilního telefonu prakticky v neustálém kontaktu: *„...hlavně teda odepisuju na zprávy Martinovi, to je přítel. Si pišeme celej den, tak průběžně, co děláme.“* (Jana, 16 let). Druhá dotazovaná zaujímá značně odlišné stanovisko: *„Jako mě to vadí, že hodně lidí si píše neustále přes Messenger. Vlastně si všechno řeknou, a co si mají potom říkat, když se vidí? To já nedělám. I když se s přítelem nevidíme, tak si ráno napíšeme dobré ráno a pár vět potom třeba večer. Ale spíš si přes den říkám, že tohle mu řeknu, až se v pátek odpoledne uvidíme, a tohle mu řeknu. Nechci mu všechno psát a volat, abysme si pak neměli o čem vyprávět. To mi přijde prostě takový hloupý.“* (Kateřina, 19 let).

Výsledky výzkumu v této oblasti ukázaly, jak středoškoláci ubytovaní na domově mládeže poměrně intenzivně využívají mobilní telefon pro mezilidskou komunikaci. Na jedné straně poskytuje mobilní telefon možnost prohlubovat stávající sociální vazby, na straně druhé je zde riziko, že vztahy v bezprostředním okolí budou kvůli této moderní technologii ochuzené. Komunikace s lidmi v online prostředí, přestože má člověk možnost osobní interakce s jinými lidmi, se stává fenoménem dnešní doby. Nad touto problematikou uvažují také Pstružina a Hemelík (2018, s. 75), kteří připouštějí, že nejnovější technologie relativizují vzdálenost v dnešním světě: *„Můžeme komunikovat s blízkým člověkem, byť je od nás stovky kilometrů vzdálený. Ale sblízuje nás cosi*

*takového v reálném, plnohodnotném významu slova „sblížení“? Není překvapivě paradoxní, že stejným způsobem nekomunikujeme s blízkým člověkem, který je vzdálen jen několik desítek metrů od nás?“* Odpověď na tuto otázku pravděpodobně zodpoví až čas, ale vzhledem k tomu, že velké množství aktivit se přesouvá do online prostředí, je podle mého názoru pravděpodobné, že komunikace skrze mobilní telefony se bude ještě více prohlubovat, anebo mobilní telefony nahradí jiné technologicky vyspělejší médium.

### 4.6.3 Studijní aktivity

V oblasti studijních povinností dotazovaných studentů výzkum ukazuje, že mobilní telefon má jak funkci pozitivní, tak negativní. Pozitivní v tom smyslu, že je mobilní telefon studenty využíván pro sdílení studijních materiálů či nahrávání audio záznamů se studijním materiálem pro snadnější učení (což je vhodné zejména pro auditivní kognitivní a učební styl studentů). Ve chvílích, kdy z nějakého důvodu nemohou být ve škole, jim mobilní telefon může ušetřit čas: *„Tak mobil je dobrej v tom, že v něm mám často třeba nafocený poznámky. Když chybím, tak mi to spolužačky vyfotí a kolikrát hned pošlou, takže si to buď přepíšu, ještě když jsem nemocná, nebo aspoň vím, co ve škole brali.“* (Karolína, 17 let). Studenti využívají také různé aplikace, které jim přípravu na vyučování usnadňují. Uváděli metronom (studenti konzervatoře) nebo aplikaci pro poslech audioknih.

Na druhé straně, se téměř všichni studenti shodovali v tom, že mobilní telefon odvádí při studiu jejich pozornost. Z jejich odpovědí je patrný náznak tzv. syndromu FoMO (fear of missing out), o kterém se budu zmiňovat ještě dále. Jedná se o strach z toho, že něco zmeškám. To vede k neustálému kontrolování mobilního telefonu a i sebemenší podnět, zvuk, který mobilní telefon vydá, studenta rozptýlí a může jeho pozornost od učení odvést na dlouhou dobu. Dokonce i student, který o sobě tvrdil, že je tzv. „nemobilní člověk“, popsals, že při učení ho snadno rozptýlí YouTube: *„tam si často něco pouštím a pak, jak tam skočí další a další návrhy, tak to poslechnu.“* (Jan, 17 let). Přestože vzápětí dodává, že ho zhlédnutí videí obohatí a sám to nepovažuje za odvádění pozornosti od studia, je jeho pozornost během procesu učení také mobilní telefonem narušena.

Pokud by studenti neměli možnost používat při učení mobilní telefon, mělo by to, podle jejich odpovědí, na studijní výsledky spíše pozitivní dopad: „...*víc bych se možná učila.*“ (Kateřina, 19 let); „...*jo, měla bych víc času určitě. Na učení...*“ (Kristýna, 16 let).

Co tedy v oblasti studijních povinností vyvstalo? Mobilní telefon je zařízení, které studentům v oblasti studia mnoho věcí značně ulehčuje. Negativní dopad má však na koncentraci studentů, což si však sami studenti uvědomují. Může jim ale paradoxně v odkládání povinností a koncentrování se na studium pomoci, a to díky nabídce aplikací, které byly v rozhovorech také zmíněny.

## 5 ONLINE PROSTŘEDÍ

Dědičnost a prostředí jsou označovány jako základní faktory pro vývoje jedince. Troufám si říct, že ke klasickým činitelům prostředí, jako je rodina, škola a zaměstnání, se v posledních letech přidalo ještě online prostředí neboli kyberprostor (cyberspace).

Giacomello (2014) definuje kyberprostor jako vzájemně propojenou síť struktur informačních technologií, která zahrnuje internet, telekomunikační sítě a počítačové systémy. Termín kyberprostor vysvětluje také jako virtuální prostředí informací a interakcí mezi lidmi. Hulanová (2012) chápe kyberprostor jako prostor, který nám je otevřen ve chvíli, kdy vstupujeme do online světa pomocí internetových sítí.

Online prostředím se zabýval i John Suler (2005), který si pokládal otázku, zda je kyberprostor pouze prostor mezi technickými zařízeními, nebo již „místo v naší hlavě“. Online prostředí spoluvytvářejí uživatelé internetu, a to v rámci interakcí na sociálních sítích, chatech, posíláním zpráv. Virtuální svět není tedy řízen pouze programátory, ale na spoluvytváření se podílejí právě uživatelé (srov. Ševčíková a kol. 2014).

### 5.1 Online prostředí a psychosociální vývoj v období adolescence

Na souvislost internetu s psychosociálním vývojem poukázal Macek (2003), který pomocí výzkumu dokázal, že především adolescenti, kteří čelí výrazným bio-psycho-sociálním změnám, do online prostředí přinášejí své trápení a výzvy. V užívání internetu adolescenty se odráží jejich potřeba hledání vlastní identity a získávání schopnosti navazovat a utužovat osobní vztahy. Digitální svět vnímají dospívající velmi reálně a často se v jejich vnímání mohou „reálně“ a „virtuálně“ prolínat. Například Turkle (1995, cit. podle Ševčíková a kol. 2014, s. 31) uvádí, že *„mladí lidé mohou online prostředí používat k experimentování a k hrátkám s vlastní identitou.“*

Suler (2005) popisuje čtyři druhy potřeb v období dospívání, které virtuální svět může ovlivňovat. Jedná se o tyto potřeby:



- **Experimentování s vlastní identitou a její objevování**, kdy si adolescenti kladou otázky jako „Jaký jsem člověk?“ nebo „Co chci v životě dělat?“ Především po odchodu z domova a osamostatnění se je to pro ně velmi intenzivní životní období plné otázek. Právě v kyberprostoru může adolescent na tyto otázky nalézt odpovědi.
- **Intimita a sounáležitost** – Období dospívání je charakteristické experimentováním v intimních vztazích, lidé vyhledávají skupiny a přátele, se kterými by mohli zažít pocit sounáležitosti. A právě internet dává možnost vyhledat pestrou škálu lidí a skupin nejrůznějších osobností, zájmů a hodnot, se kterými se může adolescent dostávat do interakcí online a posléze i offline.
- **Odloučení od rodičů a rodiny** – Hledání vlastní identity začíná u adolescentů právě v době odloučení se od rodičů. Dospívající chtějí být nezávislí, dělat si věci po svém. Tato nová životní fáze však často přináší pocity úzkosti a strachu. Online prostředí nabízí možnost navazovat nové vztahy, objevovat online svět, vyhledávat kontakty a tak pomoci dospívajícím překonávat úzkosti a strach, které by mohli prožívat v realitě. V realizovaném výzkumném šetření toto dokresluje výpověď studentky: *„Je to asi spíš takový zvyk. Možná i zlozvyk. Já třeba když přijdu někam, kde to úplně neznám, nebo když čekám na zastávce třeba, tak hned automaticky vytahuju telefon a koukám do něj... To i na intru, když třeba čekám frontu na večeri nebo tak. Tak to by nebylo, kdybych ho neměla. [Říkáš, že automaticky vytahuješ telefon a koukáš do něj. Proč to děláš, nebo v čem by to bylo jiný, kdybys to nedělala.] Jo, já nevím, jestli jsem to dobře vysvětlila. Já se prostě cítím v tu chvíli tak nějak líp. Nemám ráda, když na mě lidi koukají, a třeba když přijdu právě na zastávku a tam je víc lidí, tak hned vytáhnu telefon a koukám do něj, mám takovej lepší pocit. Jako že se nemusím s nikým bavit a nemám ten blbej pocit, že na mě ostatní koukají. Ale to tak má, mi přijde, většina lidí.“* (Karolína, 17 let)
- **Ventilace frustrace** – Období adolescence Suler nazývá také obdobím očekávání ze všech stran: očekávání od rodiny, školy, přátel. Na dospívajícího je vyvíjen velký tlak ze všech stran, a proto je potřeba tento tlak nějakým způsobem ventilovat. Několika kliknutími se dospívající mohou dostat do anonymního online světa, který jim může pomoci frustrace překonat nebo na ně na čas zapomenout.

Stejný názor zaujímají také Ševčíková a kol. (2014, s. 31), kteří v souvislosti s offline a online světem hovoří o možnosti „zapomenutí na fyzickou podstatu fyzikálního světa.“

Z českých psychologů se tématem internetu v kontextu dospívání zabýval David Šmahel (2003). Svým výzkumem se snažil ukázat, jakým způsobem mohou dospívající lidé vnímat internet. Virtuální svět rozdělil na několik typů prostředí.

Prvním je **prostředí bez zábran**, kterému dominuje otevřenost. Ta je podle Šmahela pro dospívající největším motivátorem. Ve virtuálním světě mají možnost projevít sebe sama, své názory a pocity. Díky anonymnímu virtuálnímu prostředí se stávají výřečnějšími a sebevědomějšími. V tomto prostředí se mnoho adolescentů cítí lépe, protože zde nezažívají pocity úzkosti, strachu a komplexů. Lidé se na síti chovají jinak, a tím mizí určité zábrany, které existují v reálném životě. „*Redukce úzkosti tak samozřejmě směřuje zpět k možnosti více projevit sebe sama – tedy být více otevřený.*“ (tamtéž, s. 24).

Ve světě offline, jak můžeme nazvat život, kdy nejsme zrovna připojeni k internetu, jsou adolescenti svazováni určitými pravidly a společenskými normami chování. Vzhledem k emocionálně bouřlivému období, které v tomto období zažívají, pro ně může být online prostředí lákavé především kvůli absenci sankcí, o které Šmahel (2003) hovoří. Dospívající se na internetu méně bojí případných postihů za své chování, mohou si dovolit vypovídat se v podstatě cizím osobám, ale na druhou stranu zase online přátelství zanechat a jít „o dům dál“.

Zajímavou částí Šmahelova výzkumu byla otázka sexuálních narážek na internetu. Žádná z dívek, u kterých výzkum prováděl, nepopsala tento jev jako vyloženě obtěžující a nepříjemný. Většina z nich chápala sexuální narážky jako něco, co k internetové komunikaci patří a s čím je potřeba se vyrovnat. Útěchou v případě nepříjemnosti je pro ně možnost odpojení se a nevyhledávání dalšího online kontaktu. Většina dospívajících si zároveň velmi dobře uvědomuje, že virtuální prostředí nahrává přetvářce a lžím. Je to specifické prostředí, ve kterém lze velmi snadno proměňovat svou identitu.

Ve vlastním výzkumu se respondenti o tomto tématu nezmiňovali. Je možné, že pokud se v jejich životě při internetové komunikaci s něčím takovým potýkají, chápou to tak, jak popisuje Šmahel. Tedy jako něco, s čím je potřeba se vyrovnat a nemají potřebu to zmiňovat. Někteří respondenti se zezáčátku ujistovali o anonymitě rozhovorů. I přesto, že byli nakonec k položeným otázkám velmi otevření, je možné, že

k zapředení hovoru na toto téma by byla potřeba více času a získání ještě větší důvěry ze strany respondentů.

Pocit fyzického bezpečí může být dalším důvodem, proč je podle Šmahela (tamtéž) pro dospívající virtuální prostředí lákavé. Ostatně, jak uvádí také Pascale (2007, s. 25): *„Dospívající opouští ulitu dětství, aniž by byl schopen unést krunýř dospělosti, je to přechod, jež je nad jeho síly a vyvádí ho z míry. Připadá si se svými emocemi jako obnažený před zraky ostatních...“* Tyto pocity obnaženosti jdou při komunikaci přes internet stranou a dospívající se nemusí v této chvíli trápit ani komplexy ze svého vzhledu, které jsou pro toto období tak typické. Anonymita a možnost okamžitého ukončení kontaktu jsou další dva imponující znaky internetového prostředí, které dospívající ve výzkumných rozhovorech uváděli (srov. Šmahel 2003).

**Prostředí odreagování a zábavy** přirovnává Šmahel (tamtéž) ke vstupu do zábavného parku. *„Dospívající či dospělý si sedá k počítači a má podobný pocit, jako když vstupuje do zábavního parku – vstupuje někam, kam se jde především bavit, odreagovat, relaxovat.“* (Šmahel 2003, s. 28). Dospívající často popisují pocit, který zažívají na internetu, jako naprosté pohlcení činností, kdy zapomínají na únavu a starosti. Šmahel (2003) v této souvislosti připomíná psychologický pojem „flow“, který vysvětluje také Křivohlavý (2013, s. 96): Podle něj flow znamená *„zaplavovat duši radostí z toho, co dělám a naplňovat ji tak štěstím.“*

Na závěr této podkapitoly bych ráda navázala na Sulera (2005). Jak jsem již výše zmiňovala, kladl si tento autor otázku, zda je online prostředí pouze spojení mezi technickými zařízeními, nebo již vytvořené „místo v hlavě“. Řekla bych, že především mladší generace virtuální prostředí chápe jako nedílnou součást života, tedy jako ono „místo v hlavě“, kdy online a offline prostředí spolu souvisí. Online však mohou být téměř nepřetržitě, a tím nastává riziko nadměrného užívání internetu, či závislosti na něm.

## 5.2 Internet a závislost na internetu

Chytré televize, mobilní telefony, wifi připojení, smart domácnosti, emailová komunikace. Většina těchto věcí je v dnešní společnosti brána jako samozřejmost a je závislá na připojení k internetu. Internet je pojem, který byl ještě před několika desítkami let

známý jen odborníkům a technologickým nadšencům, ale nyní bychom si bez něj dokázali představit život jen stěží. Ve výzkumné části bylo prokázáno, že internet se stal nezbytnou součástí života dospívajících lidí. Většina dospívajících internet pokládá za běžnou součást života a ve chvílích, kdy by k němu nemohli být připojeni prostřednictvím mobilních telefonů, vyhledali by jiné médium, které by jim internetové připojení zprostředkovalo.

Počátek internetu se datuje rokem 1962. Tehdy vznikl výzkumný počítačový projekt Agentury ministerstva obrany Spojených států amerických pro pokročilé výzkumné projekty (ARPA - Advanced Research Projects Agency). O čtyři roky později získal Robert William Taylor (známý jako Bob Taylor) z téže organizace dotace na vývoj sítě, která by mohla propojovat univerzity mezi sebou a usnadnit tak komunikaci. Později tento projekt pronikl do povědomí lidí pod názvem ARPANET. V roce 1972 byl vyvinut první emailový program a ARPANET se postupem času stal dostupným nejen pro zaměstnance a vývojáře na univerzitě. Na začátku 80. let začaly vznikat další sítě, například BITNET, CSNET. Tyto sítě propojovaly především akademické a výzkumné organizace.

Samotný pojem internet, tak jak ho užíváme dnes, vznikl v roce 1987. V té době bylo v síti propojeno 27 000 počítačů. Česká a Slovenská Federativní Republika se připojila k internetu v roce 1992 na akademické půdě ČVUT (srov. Houser 2017). Podle Mezinárodní telekomunikační unie čítal v roce 2019 počet uživatelů internetu 4,1 miliardy lidí. (Srov. *Facts and figures 2019: Measuring digital development* [online])

V souvislosti s internetem je nutné zmínit také smartphony, neboli chytré telefony, které přidaly internetu na atraktivnosti především díky možností neustálého připojení. V současné době jsou chytré telefony podle Perdew (2014) nejpoužívanějšími technologickými nástroji.

Vzdálenosti se díky internetu pomyslně zkracují, pomocí aplikací v chytrých telefonech jsme schopni domluvit se s lidmi na druhém konci světa během několika sekund. Internet nás ovlivňuje v každodenním životě a internetová gramotnost je v dnešní společnosti velmi důležitá. Otázka internetu a budoucnosti je tu od počátku užívání tohoto média. Ostatně jak hovoří Blinka (2015, s. 11): „*Předpoklad, že se jednou přestaneme osobně stýkat a že se veškerá komunikace bude odehrávat skrze digitální média, se objevuje ve veřejném diskurzu od doby, kdy se internet stal neoddělitelnou součástí našich životů.*“

Ve výpovědích respondentů v mém výzkumu zaznívaly věty jako: „*když jsem říkala, že na intru bych si bez mobilu dokázala život představit. Tak teď uvažuju, nebo to tak asi dopadne, že pojedu v létě sama na dýl do zahraničí, a to si nedokážu představit, že bych jela bez mobilu. Bez chytrýho, samozřejmě, myslím. To bych byla totálně ztracená.*“ (Kateřina, 19 let); „*Jako zvládnou si představit, že mám starej mobil, ze kterýho můžu psát a volat a nemá net. Tak to bych byla na nořasu třeba. Ale jako bez netu si to už nedokážu představit vůbec.*“ (Jana, 16 let). „*Já jsem totální závislák na mobilu! Jsem na něm prostě furt a nesnáším se za to, ale nemůžu si pomoci. Od rána do večera jsem na něm skoro furt, když to jde. (...) Jak jsem říkala, já jsem uplnej závislák, jsem na tom furt a vím, že je to jako špatný, ale nemůžu si pomoci. Prostě ten mobil používám tak nějak ke všemu a mám to jako tak, že to tak prostě je. Jako prostě součást života. A kdybych ho neměla na intru, tak bych asi dělala jiný věci. Ale asi net bych potřebovala, tak bych asi byla na počítači.*“ (Kristýna, 16 let)

Samozřejmě je třeba rozlišovat „závislost“ na mobilu ve smyslu spoléhání se na technický prostředek, který usnadňuje orientaci v neznámém prostředí, nabízí mapy, jízdní řády, aktuální informace apod. (viz výpověď Kristýny, která v mobilním telefonu a připojení k internetu vidí pomocníka na cestě do zahraničí) a situaci, kdy nutková tendence neustále kontrolovat mobil vypovídá o možném riziku vzniku skutečné psychické závislosti. Vzhledem k tomu, že téměř všechny činnosti, kterým se dospívající na mobilním telefonu věnují, vyžadují internetové připojení, schválně jsem tuto kapitolu nazvala „závislost na internetu“.

V dnešním světě máme neustále k dispozici chytré telefony, počítače, tablety a další technické vymoženosti, které nám umožňují neustálé připojení k internetu. Díky tomu se ve společnosti stává zcela běžným jevem, že lidé sdílejí příspěvky na sociálních sítích během nejrůznějších událostí, které byly dříve pouze rodinnou či soukromou záležitostí. Mobilní telefon umožňuje okamžitou odpověď, vyhledání důležité informace během několika sekund nebo stažení nejrozmanitějších aplikací, které mohou v mnoha situacích člověku značně ulehčit život. Avšak hranice mezi nadměrným užíváním a závislostí je podle Perdeu (2014) opravdu velmi tenká.

Závislost na internetu bývá také označována termínem netolismus, což znamená závislost na takzvaných virtuálních drogách. Virtuálními drogami můžeme chápat sociální sítě, virtuální videa, webové stránky a další (srov. Kohout, 2016).

Prvním člověkem, který publikoval pojem internetová závislost, byl podle Perdeu (2014) psychiatr Ivan Goldberg. Bylo to v roce 1995 a známý psychiatr tento pojem tehdy vyslovil pouze jako vtip, avšak spoustu lidí v jeho popisu internetové závislosti poznalo skutečnost. Internetovou závislost charakterizoval jako neustálé navyšování času stráveného na internetu k ukojení osobní potřeby. Zatímco Goldberg tento pojem vyslovil s nadsázkou, jeho kolegové internetovou závislost začali vnímat jako skutečně vážné téma. V roce 1996 publikovala psycholožka Kimberly Young studii, ve které internetovou závislost popsala, a ve stejném roce otevřela „Center for Internet Addiction“ (srov. Perdeu 2014).

Hollen (2009, cit. podle Kalina 2015, s. 514) definuje závislost jako „*komplexní poruchu, jejíž základní diagnostickou charakteristikou je opakované nutkání užít určitou látku nebo oddávat se určitému chování navzdory negativním důsledkům*“

Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10, s. 200) definuje syndrom závislosti jako „*soubor behaviorálních, kognitivních a fyziologických stavů, který se vyvíjí po opakovaném užití substance a který typicky zahrnuje silné přání užít drogu, porušené ovládnání při jejím užívání, přetrvávající užívání této drogy i přes škodlivé následky, priorita v užívání drogy před ostatními aktivitami a závazky, zvýšená tolerance pro drogu a někdy somatický odvykací stav.*“ Z úzce medicínského hlediska tedy nelze závislost na internetu klasifikovat jako jednu z nemocí. MKN-10 v této souvislosti uvažuje pouze chronický alkoholismus, dipsomanií a toxikomanií. MKN-10 (tamtéž) syndrom závislosti vymezuje v souvislosti s užíváním návykových látek, resp. látek způsobujících závislost: „*Syndrom závislosti může být přítomen pro specifickou psychoaktivní substanci (např. tabák, alkohol nebo diazepam), pro skupinu látek (např. opioidy) nebo pro širší rozpětí farmakologicky rozličných psychoaktivních substancí.*“ Internet samozřejmě není substancí, kterou by mohl někdo požit, nicméně „závislácké“ užívání mobilního telefonu nebo internetu může být chápáno analogicky k závislostnímu chování navázanému na užívání návykových látek.

O závislosti můžeme podle Nešpora (2007, s. 9–10) hovořit pouze tehdy, jestliže během roku došlo ke třem a více z těchto následujících jevů:

1. silná touha nebo pocit puzení užívat látku;
2. potíže v sebeovládání při užívání látky;
3. tělesný odvykací stav;
4. průkaz tolerance k účinku látky;

5. postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů;
6. pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků.

Internetová závislost může být podle MKN-10 (s. 239) zařazována mezi nutkavé a impulzivní poruchy, mezi které se řadí například také patologické hraní či pyrománie, nicméně v MKN-10 není explicitně zmíněna.

Podle Griffithse (2005) je závislost charakterizována šesti složkami:

- **Salience** (zaujetí) - vykonávaná aktivita se stane pro člověka tou nejdůležitější v jeho životě a tráví jí téměř veškerý svůj čas.
- **Změny nálad** – při aktivitě, na které je člověk závislý, pociťuje změny nálad; většinou vzrušení nebo pocit úlevy. „Osoba opakovaně selhává ve snaze odolat puzení se takto chovat. Je to prodromální období napětí s pocitem uvolnění v době činu.“ (MKN-10, s. 240).
- **Tolerance** – jedinec vyžaduje čím dál větší množství aktivity.
- **Syndrom odnětí** – pokud není předmět závislosti dostupný, objevuje se podrážděnost a náladovost.
- **Konflikt** – vykonávané činnosti jedinci znatelně komplikují život.
- **Relaps** – jedinec se i po době abstinence navrácí k původnímu chování.

Pokud jedinec nevykazuje všechny uvedené složky, můžeme hovořit o **nadměrném používání internetu**. V opačném případě hovoříme o **závislosti na internetu**.

Young (2011) rozčleňuje závislostní chování na internetu do pěti kategorií:

- závislost na virtuální sexualitě – především vyhledávání a používání webových stránek s pornografickým tématem;
- závislost na virtuálních vztazích – seznamky, chaty, nadměrné věnování se vztahům ve virtuálním světě;
- internetová kompulze – časté nakupování přes internet, hraní počítačových her;
- přetížení informacemi – nadměrné vyhledávání informací na internetu, vyhledávání v databázích;
- počítačová závislost – nadměrné hraní počítačových her.

Zajímavý pohled na internetovou závislost přináší Blinka (2015), který rozruch kolem tohoto tématu přirovnává k padesátým létům 20. století. Tou dobou vznikala panika

kolem intenzivního čtení komiksů, které tenkrát získávaly na popularitě. Mládež touto činností trávila mnoho volného času. Společnost se s touto situací vyrovnala a dnes obava z nadměrného čtení komiksů působí opravdu jen úsměvně. Blinka předpokládá, že stejný osud může zaznamenat i dnešní vlna zájmu o internet a jeho negativní účinky.

Když vezmu v potaz poznatky z první kapitoly o prožívání a citové nestabilitě v době dospívání, je zřejmé, že dopady internetu na psychiku dospívajícího člověka mohou být mnohdy fatální.

### 5.3 Online komunity

Z jakého důvodu dospívající online komunity vyhledávají? Touto otázkou se zabývala Halamová (2002, cit. podle Ševčíková 2014), která zmiňuje pojem psychologický zážitek komunity. Pod tímto pojmem rozumí prožitky, zážitky a pocit toho, že jedinec do určité komunity patří, že ho k ostatním členům pojí nějaké pouto či závazek a záleží mu na nich. Výpovědi respondentů mého výzkumu dokládají, že studenti vytvářejí online komunity především za účelem předávání studijních informací a také utužování přátelských vztahů: „...*Nebo si píšeme s holčkama, který jsou třeba zrovna nemocný nebo nejsou na intru...*“ (Karolína, 17 let); „*S holčkama tam dáváme i poznámky do skupiny třeba.*“ (Jana, 16 let).

Ve druhé kapitole jsem zmiňovala složky socializace adolescentů podle Heluse. V určité části vývoje si dospívající osvojují procesy sociální komunikace, sociálního učení a především si osvojují nové sociální role. Toto může nabízet i specifické prostředí internetu a online komunit, a proto se domnívám, že může mít na socializaci jedince velký vliv.

#### 5.3.1 Charakteristika online komunit

Online komunity (virtuální komunity) jsou specifické tím, že členové těchto komunit spolu nekomunikují přímo, ale prostřednictvím technologických prostředků, jako jsou



sociální sítě, komunikační aplikace, emaily, smartphony a podobně. Uživatelé online komunit, kteří se potkávají na internetových platformách, spojuje společné téma či zájem. Je to osobitý sociální prostor, ve kterém spolu lidé komunikují, vyměňují si zkušenosti, materiály nebo informace (srov. Ševčíková 2014). Podobný názor zastávají i Smith a Kollock (1999), kteří představují online komunity jako specifické sociální uskupení, které by mělo splňovat určité požadavky. Online komunity by podle nich měly být pro skupinu lidí, kteří společně rozvíjejí a utužují vztahy na daném místě v online prostředí a mají mezi sebou jasně vymezená pravidla, role a hodnoty. Pokud uživatelé v online komunitách spojují společné cíle a zájmy, tyto jim dodávají pocit, že do online komunity patří a že pro ně má online komunita zvláštní význam.

Většina autorů zabývajících se tímto tématem se shoduje na tom, že společným znakem online komunity je jakýsi záměr. Větýšek (2002) online skupiny rozdělil právě podle jejich záměru takto:

- **znalostní** – skupiny, které jsou většinou uzavřené a snaží se vytvořit nové znalosti;
- **zájmové** – členy komunity pojí určitý záměr;
- **učící se** – vzdělávací cíl je záměrem komunity;
- **značkové** – komunity, které pojí zájem o určitou značku nebo produkt.

Dijk (2006) se ztotožňuje s myšlenkou výše zmíněných autorů a charakterizuje online komunitu jako komunitu, kdy mají členové komunity společnou jednu podstatnou věc: zájem.

*„Procesy v online komunitách jsou v mnohém podobny procesům v offline komunitách. Valná část poznatků o tradičních komunitách je tedy relevantní i pro hodnocení online komunit, včetně rizikivosti komunit a mechanismů jejich působení.“* (Ševčíková 2014, s. 146).

Online komunity jsou charakteristické několika specifickými prvky, jakými jsou anonymita a distance a neustálá dostupnost a stabilita informací. Anonymita boří zábrany v chování a poskytuje větší možnost otevřenosti. Ruku v ruce s anonymitou jde distance, kdy chování členů v online komunitě není spojováno s tím, jak se chovají a jací jsou mimo komunitu. Komunita je po členy dostupná prakticky kdykoli a kdekoli (srov. Ševčíková 2014).

Ševčíková (2014) uvádí, že k online komunitám směřují jedinci, kteří se mohou cítit odmítáni svým okolím nebo sociálně vyloučení. Směřování k online komunitám

v tomto smyslu Ševčíková nechápe negativně, poněvadž zde mohou dospívající nacházet porozumění.

Vzhledem k poznatkům o prožívání dospívajícího člověka z druhé a páté kapitoly soudím, že naplnění potřeby někam patřit a pocítovat porozumění mohou dospívajícím online komunity poskytovat. Atraktivnost online komunit zvyšuje zřejmě také anonymita, která dospívajícím podle mého názoru dodává pocit bezpečí, a možnost vyjádřit více svých myšlenek.

### **5.3.2 Online komunita jako riziko pro dospívající**

Ševčíková (2014) uvádí, že online komunita může mít na dospívajícího jedince sice pozitivní vliv, ale na druhou v tomto nestabilním období, kterým dospívání bez pochyby je, může působit také negativně. Jedná se například o komunity tematicky zaměřené na sebepoškozování, rasistické názory, poruchy příjmu potravy apod.

Na další rizika v online komunitách upozorňují Macháčková, Černíková a kol. (2015). Varují především před odhalováním soukromých informací online. A to především proto, že ve virtuálním prostředí se tyto informace dlouho uchovávají, jsou velmi snadno přístupné a lze je snadno zkopírovat a dále šířit.

V současné době jsou hojně využívanou platformou pro online komunity sociální sítě, kterým věnuji samostatnou kapitolu.

## **5.4 Rizikové chování v dospívání v kontextu digitálních médií**

Dolejš (2010, s. 9) vymezuje rizikové chování jako „*chování jedince nebo skupiny, které zapříčiňuje prokazatelný nárůst sociálních, psychologických, zdravotních, vývojových, fyziologických a dalších rizik pro jedince, pro jeho okolí a/nebo pro společnost.*“

Ačkoliv jsem se při realizaci výzkumu rizikovým chováním dospívajících na internetu příliš nezabývala a ve výpovědích respondentů toto téma nezaznělo, považuji za důležité se o něm zmínit. Je možné, že v mnou vybraném výzkumném vzorku byli respondenti již dříve vhodně poučeni o možném riziku spojeném s užíváním mobilních

telefonů a internetu, ať již prostřednictvím vhodné rodičovské mediace nebo školních aktivit. V souvislosti s dospívajícími je však často zmiňován tzv. **syndrom rizikového chování v dospívání**. Tento syndrom může zastávat podstatnou funkci v psychosociálním vývoji, a to především tu, že se jedinci pomocí rizikového chování dostává pozitivní satisfakce během jeho vývojových potíží, toto chování mu kompenzuje něco důležitého, co postrádá, a pomáhá mu řešit osobní nesnáze. V tomto období je důležité hledat jiné, zdravější alternativy, které by dospívajícímu pomohly snižovat úzkosti, posilovat sebevědomí či vyplňovat prázdnotu bez potřeby rizikového chování (srov. Kabíček 2014).

Sobotková (2014) řadí mezi rizikové chování na internetu také například otevírání spamů a reagování na ně, stahování a kopírování filmů či navštěvování nelegálních stránek. V následujících podkapitolách představím témata, která jsou v souvislosti s rizikovým chováním na internetu nejčastěji zmiňována.

#### **5.4.1 Kyberšikana**

Kyberšikana je v současné době hojně diskutované téma. Mobilní telefony dávají člověku možnost pořídit fotografie, videa či zvukové záznamy a také je okamžitě sdílet, aniž by si to osoba, která je nějakým způsobem zaznamenána, přála. Podle Černé (2013) se kyberšikana objevuje nejvíce právě v období dospívání. Pro většinu mladých lidí je používání internetu samozřejmost a nepoužívání informačních komunikačních technologií (ICT) vede u dospívajících lidí k sociálnímu vyloučení. Podobný názor zastává Macek (2003), který uvádí, že v životě dospívajícího mají vrstevnické vztahy velmi důležitý význam, a proto dospívající tráví velké množství času na sociálních sítích, které umožňují komunikaci s vrstevníky. Dovednost obstát v mezilidském kontaktu je právě pro dospívající klíčová.

Kyberšikanou (cyberbullying) se podle Kožíška (2016) rozumí jakékoliv chování, při kterém je záměrem ublížit, vyvést z rovnováhy či jakkoliv zastrašit oběť pomocí moderních informačních technologií, především internetu a mobilních telefonů. O kyberšikaně můžeme hovořit ve chvíli, kdy je oběť napadána cíleně a opakovaně. Útočníkem může být jedinec nebo skupina. V nejhorších případech je kyberšikana propojena se šikanou klasickou, která je charakteristická slovním urážením, fyzickými útoky, pomluvkami a ponižováním. Na síle získává kyberšikana díky anonymnímu prostředí internetu.

Mezi formy kyberšikany patří verbální útoky, vyhrožování, zastrašování, krádež identity, vydírání, šíření fotografií, videí či zvukových nahrávek, vydírání nebo obtěžování psaním a vyzváněním.

Nejčastějšími médii pro vznik a šíření kyberšikany jsou podle Černé (2013) především sociální sítě, online interaktivní hry, webové stránky, instant messaging a zprávy, emaily, blogy, chatovací místnosti, internetové dotazníky a ankety.

Spouštěcím faktorem kyberšikany je pro mnohé útočníky právě anonymní prostředí internetu, kdy se mohou skrýt za přezdívku či emailový účet nebo vytvořit naprosto fiktivní identitu. Často používají jednorázové účty s falešnou identitou a po splnění cíle si útočník zpravidla vytváří nové. Motivaci pro další útoky přináší útočníkům často povzbuzení publikem. Schvalující reakce dalších uživatelů internetu jsou pro útočníky hnacím motorem a zvyšují frekvenci tohoto jednání. Obětí kyberšikany nebývá útočníkem vybrána náhodně. Útočník si ji většinou vytipuje buď v reálném životě, nebo na základě jejího chování na internetu. Spouštěcím mechanismem útoků bývají odlišné názory, odmítnutí osoby, chování či zveřejnění pro útočníka nelibého obsahu. Důsledky kyberšikany jsou na rozdíl od šikany obtížně rozeznatelné. Chování obětí se postupně proměňuje, bývají uzavřené, nekomunikují, pozorujeme změny v chování. Především v období dospívání je velmi těžké kyberšikanu rozpoznat, poněvadž toto období samo o sobě přináší velké změny nálad. Avšak oběť kyberšikany má často pocit, že situace je neřešitelná a na řešení je mnohdy sama kvůli strachu z reakce okolí (srov. Kožíšek 2016).

Všechny způsoby kyberšikany není takřka možné vyjmenovat, a to z toho důvodu, že informační a komunikační technologie se neustále rozvíjí a s rozvojem těchto technologií přichází i nové formy kyberšikany. Ty nejčastější formy předkládá Willard (2007) a ve své knize *Kyberšikana jako společenský problém* je připomíná Šmahaj (2014):

- **Provokování** – je charakteristické prudkou výměnou názorů mezi uživateli internetu skrze komunikační technologie. Agresorův cíl je vyprovokovat hádku a následně celou diskuzi zkopírovat a uveřejnit na internetu.
- **Kyberobtěžování** – je speciální formou kyberšikany, kdy je oběti opakovaně zasíláno velké množství zpráv s urážlivým podtextem. Agresor se zaměřuje většinou pouze na jednu oběť a kyberobtěžování má dlouhodobý charakter.

- **Očerňování** – jedná se o šíření nepravdivých a hanlivých informací, včetně upravených fotografií apod.
- **Používání cizí identity** – agresor se vydává za někoho jiného, přihlašuje se do jeho internetového účtu a po přihlášení rozesílá lživé informace, soubory či jiné dokumenty, jako by je odeslala osoba sama.
- **Odhalování tajemství a podvádění** – jedná se o sdílení informací, které jsou pro oběť trapné a ponižující, například přeposílání osobních informací, deníků či fotografií.
- **Pronásledování na internetu** – takzvaný kyberstalking se vyznačuje pronásledováním oběti za využití elektronické komunikace. Kožíšek (2016) zmiňuje, že sklony k pronásledování mívají nejčastěji bývalí partneři obětí, lidé zhrzeni láskou nebo lidé, kteří mají zájem o osoby veřejně známé. Mezi charakteristické znaky stalkingu patří citové vydírání spojené s velkou četností zpráv, telefonáty, snaha o setkání s osobou pod různou záminkou, manipulace s osobou.

Nejvhodnější prevencí kyberšikany je především informovanost. Černá (2013) uvádí, že dospívající by měli být informováni o specifčnosti internetového prostředí a seznámeni s jevy, které mohou negativně ovlivnit jejich chování na síti. Škola a další vzdělávací instituce jsou nedílnou součástí prevence kyberšikany, avšak jednu z hlavních rolí v prevenci kyberšikany hrají rodiče. Ti by měli být informováni o nebezpečí komunikačních technologií. Livingstone a kol. (2011, cit. podle Černá 2013) nedoporučují jako prevenci kyberšikany omezování přístupu k internetu a jiným technologickým zařízením, a to z důvodu sociálního vyloučení z vrstevnického kolektivu. Jako vhodnou prevenci uvádí takzvané mediační strategie:

- **Aktivní rodičovská mediace** – Je založena na sdílení online aktivit mezi rodičem a dítětem, popř. dospívajícím. Dítě a rodič si navzájem vyměňují zkušenosti a zážitky s online prostředím, rodič může pomocí rozhovoru zjistit, jak jeho dítě rozumí virtuálnímu světu a možným nástrahám.
- **Pasivní rodičovská mediace** – Spočívá ve zprostředkování informací o internetu, rizikovém chování na internetu, tipům, jak se chovat v případě ohrožení.
- **Monitorování online aktivit** – Zahrnuje kontrolování počítače a dalších technologických zařízení poté, co ho dítě opustí.

- **Technicky zaměřená mediace** – Jedná se o používání technologických aplikací, u kterých je možná regulace času, který tráví dítě na internetu. Obsahuje i možnost blokování nevyžádaného obsahu.

#### 5.4.2 Sexting

Rozmanitost kyberprostoru umožňuje mnoho forem rizikového chování na internetu. Vzhledem k tomu, že diplomová práce je zaměřena na dospívající, uvádím zde jako jednu z forem rizikového chování na internetu sexting, který se stal, jak uvádí Kožíšek (2016), fenoménem především u dospívajících lidí.

Sexting je označení, které vzniklo ze spojení slov sex a textování a rozumí se jím posílání audio, video či fotografického materiálu se sexuálním podtextem pomocí komunikačních technologií. Sexting je považován za jedno z nejrizikovějších chování na internetu, protože jeho důsledky mohou být opravdu fatální. Sexting jde často ruku v ruce s vydíráním, v nejhorších případech je na oběti vytvářen takový nátlak, který může končit sebevraždou (srov. Kožíšek 2016).

Podle Kožíška (2016) má sexting dvě úrovně, a to výměnu zpráv se sexuálním podtextem s vlastním partnerem nebo výměnu zpráv s tímto podtextem s neznámou osobou. Oba typy sextingu mohou být rizikové. Není výjimkou, že materiály s choulostivým obsahem mohou být zveřejněny partnerem po rozchodu. O tom hovoří také Dočekal (2019, s. 84): *„Největším rizikem přitom je okamžik, kdy dojde k ukončení vztahu a ‚ten druhý‘ má stále k dispozici fotky a videa – a někdy je zneužívá k vydírání. Ale i když to nedojde tak daleko, bohatě stačí – a jsou běžné – zesměšňování a šikana.“*

Materiály se mohou kdykoliv opět objevit nejen na internetu, přestože adresát odesílatele ujistí, že se materiál dál nedostane. Tento materiál může být kdykoliv použit proti odesílateli. Jedním z největších problémů sextingu je životnost zasláního materiálu. Materiály umístěné na internet jsou prakticky nesmrtelné, šíří se virálně a během několika hodin mohou být viditelné na internetových stránkách a sociálních sítích po celém světě (srov. Kožíšek 2016).

## 6 SOCIÁLNÍ SÍTĚ

Sociální sítě neboli SNS (Social Networking Service) byly respondenty ve výzkumu často zmiňovány: „...vezmu mobil a už to jede. Facebook, Instagram, Youtube a hodina pryč.“ (Kateřina, 19 let); „...hodně sjíždím ten instáč poslední dobou, ten mě dřív nebavil tolik, ale teď mě to dost chytlo a má ho čím dál víc lidí.“ (Kristýna, 16 let). Internetový slovník definuje sociální síť jako: „Internetovou službu, umožňující svým členům tvořit a sdílet s ostatními jejich obsah, komunikovat s nimi, sdružovat se a vzájemně se bavit.“ (Sociální síť [online])

Podobně definují sociální síť také Kožíšek a Písecký (2016, s. 24), kteří ji popisují jako „internetovou službu, která umožňuje svým členům vytvářet veřejné, uzavřené nebo i firemní profily, prezentace, diskuzní fóra, a nabízí prostor pro sdílení fotografií, videí, obsahu a dalších aktivit.“

Ryneš (2019) nahlíží na sociální sítě jako na „morální i nemorální vyjádření lidského duchovna, lidských pudů, pocitů, citů, emocí, zloby i nenávisti, ale i lidské lásky a radosti.“ Dále se podle něj stávají sociální sítě prostředkem pro sociální, politické či názorové vyjádření.

Shrňme si základní informace o tom, jak sociální sítě fungují. Přehledně to sumari-  
zuje Bednář (2011) v publikaci *Marketing na sociálních sítích*:

- Sociální sítě jsou prvotně založeny na vztazích mezi uživateli.
- Uživatelé vytváří obsah sociálních sítí, a to především jejich komentáři, odkazy a hodnoceními bez zásahu provozovatelů serveru.
- Identita uživatele na sociální síti je stejná jako identita reálná.

Může se zdát, že pojem sociální sítě se začal užívat až s větším rozmachem internetu, avšak tento pojem použil již v roce 1954 sociolog John A. Barnes. Rozkvět sociálních sítí nastal ve druhé polovině 20. století, kdy se sociální sítě začaly vyvíjet jako vědecká koncepce. Do té doby pouhý sociologický pojem sociální síť se stal koncepcí, která byla základním stavebním kamenem aplikace WEB 2.0 (srov. *Sociální sítě* [online]). O aplikacích WEB 2.0 hovoří také Bednář (2011). Připomíná, že se jedná

o aplikace, jejichž obsah tvoří samotní uživatelé a jejich charakteristickým prvkem je absence redakce či autority, která by publikované záznamy musela předem schválit.

Historicky první sociální sítě byly tvořeny v síti ARPANET a tvořili je lidé, kteří využívali e-mailovou komunikaci pro podporu vlastních sociálních vztahů. Pomyslnou revolucí v oblasti sociálních sítí se stal rok 1995. V tomto roce založil Randy Conrad první sociální síť *classmates.com*, která již tehdy měla znaky podobné dnešním sociálním sítím a pomáhala navazovat a udržovat vztahy mezi spolužáky, vrstevníky a dalšími lidmi (srov. *Sociální sítě* [online]).

V roce 1997 byla na internet uvedena sociální síť *Sixdegrees*, na které měli uživatelé možnost vytvoření vlastního profilu a seznamu přátel. Tato sociální síť byla ale z důvodu malého zájmu v roce 2000 zrušena (srov. Burian 2014). Na stejném principu je však založena nejúspěšnější sociální síť Facebook.

Kromě sociálních sítí Facebook a Instagram, o kterých se budu zmiňovat v následujících kapitolách, patří k dalším známým sociálním sítím zejména:

**Twitter** – Slouží ke spravování mikroblogů a komunikaci mezi uživateli ve formě krátkých zpráv.

**LinkedIn** – Sociální síť, která se profiluje jako „pracovní“, vznikla v roce 2003 pro sdílení pracovních životopisů. Mnoho světových zaměstnavatelů nabízí možnost poslat životopis pouze formou odkazu na profil LinkedIn. Zajímavostí je také možnost referencí a spolupráce s dalšími kolegy na této sociální síti.

**YouTube** – Sociální síť vznikla v roce 2005 a v současnosti patří společnosti Google. Slouží primárně ke sdílení video souborů.

V České republice bylo vyvinuto několik sociálních sítí. Mezi nejznámější patří sociální síť *Lidé.cz*, která slouží k ukládání fotografií, jako internetové diskuzní fórum nebo internetová seznamka (srov. Burian 2014). Do nedávna byla se serverem *Lidé.cz* spojena sociální síť *Spolužáci.cz*, která sloužila pro spolužáky a vyhledávání spolužáků minulých. Svého času byla velmi oblíbená, avšak v září 2018 byl její provoz ukončen kvůli povinnostem vyplývajícím z Obecného nařízení o ochraně osobních údajů (GDPR).



## 6.1 Uživatelé sociálních sítí

Mezi uživateli sociálních sítí převažují v České republice, podle posledních výzkumů dospělí uživatelé (srov. Burian 2014). Podle průzkumu, který byl zrealizován společností AMI Digital, navštěvují častěji sociální sítě ženy. Příkládají jim větší důležitost a oproti mužům na nich tráví více času (srov. *Výzkum: Sociální sítě jsou v ČR oblíbenější u žen* [online]).

Ve výzkumném šetření respondenti o aktivitě na sociálních sítích vypovídali různě. Někteří se sociálním sítím věnují takřka denně a aktivně přispívají novými příspěvky, další jsou spíše pozorovateli toho, co se na sociálních sítích odehrává. Ve výpovědích se objevila se i negativní reakce: „Úplně nesnáším, když si jdeme někam sednout, oni se i toho musí stokrát vyfotit a pak vymýšlet, co tam napíšou, a pak ten mobil furt kontrolují, jestli jim to někdo lajkl. Jsem na to fakt alergickéj a přijde mi to úplně, ale úplně... hloupý.“ (Jan, 17 let)

Fielding (2018) uživatele sociálních sítí rozděluje na několik typů:

- **Motivátoři** – jsou považováni za hnací sílu většiny sociálních sítí. Aktivně se zapojují do sociálních platforem, sociální sítě využívají jako diskuzní fóra, které jim slouží k vyjádření vlastního názoru. Ze všech kategorií jsou nejhrdější na dostupnost svých účtů. Spolupracují s ambasadory různých značek a s firmami.
- **Skrytí uživatelé** – na sociální sítě se přihlašují zřídka, většinou jednou za měsíc. Jedná se většinou o muže nad 65 let, kteří nemají k sociálním sítím a kontaktu s lidmi online důvěru.
- **Pasažéři** – obvykle se jedná o uživatele, kteří jsou zaregistrovaní pouze na jedné sociální sítí. Často je k založení profilu přijme nátlak okolí a strach z vyloučení ze společnosti. Většinou aktivně nepřispívají a nerozvíjí diskuze.
- **Diváci** – výjimečně přispívají a zapojují se. Jsou raději pozorovateli než aktivními účastníky. Sociální sítě využívají především jako zdroj informací.
- **Znalci** – většinou si vybírají jednu sociální síť, na které jsou velice aktivní. Mezi „znalci“ převažují ženy a často sdílejí fotografie, aktualizují své stavy a přidávají komentáře.
- **Členové** – jsou zaregistrovaní na více sociálních sítích. Na všech se aktivně zapojují a denně přispívají, zveřejňují novinky ze svého života. Mnoho jejich přátelství v offline životě, vzniklo online.

Fielding (2018, s. 17) dále uvádí, že: „většina z nás se pohybuje mezi několika osobnostními typy, které se mění jako my sami. Způsob, jakým používáme sociální média, není konstantní. Dá se přirovnat k cestě, která se mění a vyvíjí s ohledem na věk, zájmy a změny v našich osobních životech.“ Tento výrok bych potvrdila výpovědí, kterou jsem zaznamenala v rámci svého výzkumného šetření, kdy v jednom rozhovoru studentka vypovídala o vlastní aktivitě na Facebooku: „...*No, tak nejvíc prostě projíždím, co je nového, co tam kdo dal, jaký jsou tam nové fotky, čtu komentáře. Projíždím profily. Dávám tam někdy fotky... Už tam teda ale zase dávám míň věci, než dřív. Že dřív jsem tam dávala fakt každý den něco. Že na základce byl třeba takový hit dávat selfička, všichni si je fotili, pak jsme se předháněli, kolik dostaneme lajků. To mi teď přijde už takový blbý a vždycky, když to na mě vyskočí v těch vzpomínkách, tak si úplně říkám, že bych to tam teď fakt nedávala.*“ (Jana, 16 let).

### 6.1.1 Facebook

Facebook byl založen v roce 2004 Markem Zuckerbergem, tehdy studentem Harvardovy univerzity. Nejprve sloužil pouze pro studenty univerzity, avšak postupem času se z Facebooku stala sociální síť přístupná téměř všem lidem po celém světě. Název Facebook se skládá ze dvou slov „face“ a „book“, doslovně tedy můžeme přeložit jako „kniha tváří“, která nabízí možnost prohlížet si každodenní životy většiny uživatelů. Na Facebooku lze sdílet obsah nejrozmanitějšího typu, od fotografií, přes statusy, kde často lidé píší, co právě dělají, po videozáznamy či pozvánky na nejrůznější typy událostí (srov. Semerádová 2019).

Velmi brzy se Facebook stal efektivním nástrojem nejenom pro komunikaci mezi přáteli, ale také pro politickou a marketingovou komunikaci, a to zejména proto, že dokáže vytvářet zvláštní „parasociální“ přátelství vně skupin uživatelů a zároveň sleduje a ukládá data o obrovských počtech uživatelů (srov. Bednařík 2019, s. 382). Což potvrzuje také motto Facebooku: „*Stavíme technologie, abychom lidem poskytli moc spojit se s přáteli a rodinou, najít společenství a růst podniku.*“

V roce 2020 čítá Facebook po celém světě 2,5 miliardy uživatelů. 1,69 miliard má na něm založen účet a mezi nejaktivnější uživatele patří ženy ve věku 25–34 let. (srov. Clement 2020). V České republice představuje Facebook nejvíce oblíbenou sociální síť, a to s počtem 4 800 000 uživatelů. „*Každý den na Facebooku tráví čas 3,7 milionů*

*Čechů, přičemž přes mobil si tuto sociální síť prohlíží 3 miliony uživatelů denně a přes 3,9 milionů uživatelů měsíčně.*“ (srov. Semerádová 2019, s. 7).

Spolu s Facebookem proniklo do společnosti nové slovo „lajkovat“. Lajkovat je sloveso vytvořené z anglického základu like – líbit se, mít rád. Na sociální síti facebook se takzvané lajkování provádí kliknutím na ikonku modrého palce zvednutého nahoru a znamená kladné hodnocení. Takto lze hodnotit veškerý obsah, který je na facebooku sdílený (srov. *Sociální síť* [online]).

### **6.1.2 Instagram**

Instagram je vizuální sociální síť, kterou vlastní Facebook; v roce 2019 měla v České republice 1,5 milionů uživatelů. Tato sociální síť je v současné době v České republice nejprogresivnější. Pouze za pololetí roku 2017 přibylo Instagramu ve světovém měřítku více než 120 milionů uživatelů (srov. Semerádová 2019). V lednu 2020 dosáhl jedné miliardy aktivních uživatelů (srov. Clement 2020b).

Instagram se prezentuje sloganem: *„Přibližujeme Vás k lidem a věcem, které máte rádi.“* (Instagram [online], cit. 3. 1. 2020). Stejně jako Facebook a další sociální sítě funguje Instagram na principu sdílení obsahu, přidávání přátel a na komunikaci s nimi. Podle Tegzeho (2019) jsou největšími příznivci Instagramu takzvaní mileniálové. Jedná se o lidi narozené od roku 1982 pod rok 1995, často nazývané také jako „Generace Y“.

K prosinci roku 2019 bylo podle GmiProjects v České republice 2 200 000 uživatelů Instagramu. Z hlediska věkové struktury byli na prvním místě lidé ve věku 13–25 let. Nejméně početnou skupinou jsou lidé ve věku 46–55 let (srov. Klement 2020). Ohledně Instagramu se ve výzkumu objevila zajímavá výpověď studentky Kristýny (16 let): *„Hodně sjíždím ten instáč poslední dobou, ten mě dřív nebavil tolik, ale teď mě to dost chytlo a má ho čím dál víc lidí. [A proč tě to teď baví?] No, má ho víc lidí než dřív a hlavně je dobrý, že je to takový volnější, než třeba Facebook. Tam mám v přátelích i dost známých třeba z rodiny. Ten instáč zase tolik starších lidí nemá a můžu tam dát věci, který bych třeba na fejs nedala. Třeba fotky z oslav, nebo do storička nějaký příběh a mám jistotu, že to za 24 hodin zmizí a navíc přesně vidím, kdo se na to podíval. To mě baví dost.“* V tomto případě studentka uvádí, že ji Instagram dává větší volnost a to zejména z toho důvodu, že není pod kontrolou rodičů. V České republice je poměr uživatelů Facebooku mladší generace (15–25 let) a starší (36–45 let) téměř

vyvážen (srov. Klement 2020). Domnívám se, že sociální síť Instagram, může získávat na oblíbenosti především z důvodu možnosti menší kontroly ze strany rodičů a rodiny.

Hlavní myšlenkou Instagramu je fotit a poté přímo z mobilního telefonu fotografie či kratší videa prezentovat na profilu, který může být soukromý či veřejný. Fotografie a videa lze opatřit takzvaným „hashtagem“. Jedná se o velmi oblíbenou funkci, která umožňuje přidat pod fotografii či titulku jakéhokoliv komentáře klíčové slovo, které usnadňuje vyhledávání podobných témat (srov. Tegze 2019, Kožíšek 2016).

Instagram používají miliony lidí po celém světě a díky smartphonům se k němu mohou lidé připojit prakticky kdekoliv a kdykoliv. Podle mého názoru se sociální sítě jako Facebook a Instagram u mnoha lidí staly záležitostí všedních dnů a výrazy jako *sdílet*, *lajknout* nebo *dát na zed'* jsou již ustálené. Pokud lidé sociálním sítím neholdují aktivním přidáváním obsahu, často je využívají alespoň pasivně, protože zde mají možnost se alespoň dozvědět, co jejich blízcí nebo lidé, se kterými nejsou pravidelně v osobním kontaktu, dělají.

Při psaní této práce si často kladu otázku, jak sociální sítě ovlivňují právě život dospívajícího člověka. Jaká pozitiva a negativa mu mohou přinášet a zda by dospívající připustili možnost života bez sociálních sítí. Greenfield (2012, cit. podle Dočekal 2019) upozorňoval na to, že sociální sítě jako Facebook a Instagram jsou záměrně navrženy tak, aby v uživateli závislost vzbuzovaly. Dočekal (2019) s Greenfieltem souhlasí a tvrdí, že velké technologické firmy jako Google, Twitter a Facebook tuto závislost záměrně způsobují za účelem zajištění neustálé pozornosti uživatelů a tím pádem vyšších výnosů z prodeje reklamy a dalších marketingových služeb. V dalších podkapitolách jsem se proto pokusila shrnout pozitiva a negativa sociálních sítí.

## **6.2 Pozitiva sociálních sítí**

Sociální sítě jsou velmi oblíbeným technologickým nástrojem. Lidé na nich tráví denně hodiny času, a i když se z některých publikací a článků může zdát, že představují především rizika, lze v nich zcela jistě shledat také pozitiva. Já osobně spatřuji jako výhodu sociálních sítí možnost být neustále v kontaktu s přáteli. Stírají se tak vzdálenosti mezi lidmi a pomocí sociálních sítí můžeme okamžitě komunikovat s kýmkoli, byť je na dru-

hém konci světa, což i přes značnou kritiku sociálních sítí připouští také Dočekal (2019, s. 83), který uvádí, že „*lidé jsou prostě rádi, když mohou mezi sebou snadno a rychle komunikovat.*“

Sociální sítě fungují jako zprostředkovatel kontaktu mezi lidmi. Umožňují komunikaci s členy rodiny, přáteli, vrstevníky, ale poskytují i možnost poznávat nové lidi na webu. Jednoznačným kladem je rychlý přístup k informacím. Lidé mnohdy ráno sáhnou po telefonu a vyhledávají informace na internetu, než aby získávali informace z novin, rádia či televize. Pokud hovoříme o pozitivním vlivu sociálních sítí na dospívajícího jedince, je třeba zmínit fakt, že sociální sítě mohou být dobrým vzdělávacím pomocníkem. Student zde může snadno získat přístup k informacím o školních projektech a domácích úkolech. Může také sdílet a vyjadřovat své myšlenky a nápady jako formou určitého cvičení ke svobodě projevu.

Základní pozitiva sociálních sítí bych tedy shrnula do několika oblastí:

1. Informovanost – Kromě nejnovějších událostí z celého světa se sociálními sítěmi spolupracují také různé bezpečnostní složky. Například během živelných katastrof Facebook umožnil uživatelům informovat pomocí jednoduchých kroků své blízké, že jsou v pořádku.
2. Propojení – Sdílení myšlenek, inspirace, vzdělávání. Díky sociálním sítím se lidé mohou spojit s kýmkoliv a téměř odkudkoliv. Sociální sítě dávají také prostor pro vytváření různých spolupracujících komunit.
3. Propagace a reklama – Sociální sítě jsou velkým pomocníkem pro podnikatele či firmy, které chtějí propagovat své služby. Pomocí sociálních sítí je možné dostat se blíže k zákazníkům a vhodně jim nabídnout produkt. Sociální sítě využívají k propagaci ale i různé nevládní či neziskové a dobrovolné organizace.

Zajímavý pohled na přínos sociálních sítí přináší Olšanský (2015). V článku *Jak sociální sítě změnily svět?* připomíná kampaně, které byly pomocí sociálních sítí zrealizovány a přispěly tak dobré věci. Mezi jednu z nejznámějších patří takzvaná kbelíková výzva (Ice Bucket Challenge). Na sociálních sítích se masivně rozšířila v roce 2014. Výzva spočívala v tom, že se lidé polévali kbelíkem ledové vody, přitom se natáčeli a video umístili na Facebook. Na první pohled nesmysl, ale tato výzva napomohla objevu nového genu. Cílem akce bylo upozornění na nemoc ALS (amyotrofickou laterální sklerózu), která zapříčiňuje poškození centrální nervové soustavy a končí

fyzickou paralýzou. Polití ledovou vodou mělo účastníkům této online výzvy přiblížit pocit, jak se paralyzovaní pacienti s ALS cítí. Každý účastník akce měl poté zaslat 10 dolarů na konto boje s ALS a nominovat k výzvě další lidi. Na základě této výzvy se podařilo vybrat přes 115 milionů dolarů, které významně přispěly k financování lékařských výzkumných projektů. Mezi další známé výzvy patří například „It Gets Better Project“, který bojoval proti šikaně teenagerů z důvodu odlišné sexuální orientace, nebo každoroční projekt Movember, upozorňující na důležitost prevence rakoviny prostaty a varlat.

Kromě výše zmíněných pozitiv sociálních sítí bych v kontextu dospívajících lidí, na které je tato práce zaměřena, zmínila také relaxační funkci. Například po dlouhém dni ve škole může být, podle mého názoru, aktivita na sociálních sítích určitou formou ventilu. Hrozí zde však riziko prokrastinace. Avšak k tomu Olšanský (2015) dodává, že se jedná o prokrastinaci, která zvyšuje gramotnost.

### **6.3 Negativa sociálních sítí**

V předchozí kapitole jsem shrnula pozitiva sociálních sítí. Mnohem více výzkumů, publikací a odborných článků se však zabývá negativy a riziky, která s sebou internetové sociální sítě nesou. Sociální sítě, které čítají přes miliardy aktivních uživatelů, mají na společnost zcela jistě velký vliv. Sean Parker, první prezident společnosti Facebook hovoří o tom, jak sociální sítě cíleně zneužívají zranitelnosti lidské psychiky a mění vztahy ve společnosti. Také dodává, že v dnešní době ještě nikdo neví, jaké dopady mohou mít sociální sítě na mozek dětí. Facebook byl podle něj záměrně vyvinut tak, aby lidem „dávkoval“ dopamin, a to prostřednictvím nových komentářů, fotografií či „lajků“ (Srov. *Sean Parker: Facebook Exploits Human Vulnerability* [online]).

#### **6.3.1 Nutkavé chování**

Ve výzkumném šetření studenti vypovídali o tom, že mobilní telefon často kontrolují. Popisovali to jako jakýsi „zvyk“. Nutkavé kontrolování telefonu, především sociálních

sítí a strach z toho, že na síti něco promeškáme, se nazývá FoMo (fear of missing out). Tento nový pojem vznikl s rozmachem sociálních sítí a jedná se o druh behaviorální závislosti. Projevuje se neustálým nutkáním mít přehled o tom, co se na sociálních sítích děje. Ve výsledku jsou lidé, které syndrom FoMo postihl, neustále online. Výzkum, který byl realizován u 1468 adolescentů, potvrdil souvislost mezi FoMo, sociálními sítěmi a psychopatologií. Na základě kvantitativního výzkumu bylo zjištěno, že u dívek neustálé kontrolování sociálních sítí může vyvolávat či zhoršovat depresi, naopak u chlapců má prokazatelnou souvislost s úzkostí (srov. Oberst, Wegmann, Stodt, Brand a Chamarro 2017). K projevům FoMo, patří podrážděnost, úzkost, nervozita, bušení srdce, špatná nálada, prokrastinace a netrpělivost (srov. Kopecký 2017).

Neurolog Martin Jan Stránský popisuje, jak sociální sítě pracují na návykovém mechanismu. Jsou zaměřeny na trasy v mozku, které jsou aktivovány „hormonem štěstí“ dopaminem. Štěstí je to ale pouze zdánlivé a užívání sociálních sítí je úzce spojené s depresemi a úzkostmi. Primitivní mechanismus odměňování se v mozku spustí při „lajkování“, které je pro užívání sociálních sítí typické: „...*poprvé za 200 tisíc let začínáme používat něco, co na tomto světě neexistuje. Začínáme to používat tak, že to přebírá naše mozkové funkce. Když se dostáváme k internetu, a hlavně k sociálním sítím, tak každá z nich má program. A ty byly doslova vymyšleny tak, aby podporovaly nárůst dopaminu.*“ (Hroch 2019).

### **6.3.2 Negativní dopad na mezilidské vztahy**

Spitzer (2014) ve své knize *Digitální demence* podrobně popisuje, jaké změny v lidském mozku nastávají s používáním technologických vymožeností. V souvislosti s online sociálními sítěmi hovoří o tom, že s jejich intenzivním využíváním dochází k omezování sociálních kompetencí a dochází k zakrňování souvisejících oblastí mozku. Výsledkem je pak větší stres a ztráta sebeovládání. Dále uvádí, že negativní dopady sociálních sítí v oblasti mezilidských vztahů jsou zřejmé především u lidí, kteří měli málo příležitostí rozvíjet své sociální chování v dětství. Působením sociálních sítí a internetu si tvoří mylné představy, co si mohou vůči druhým osobám dovolit a co mohou požadovat.

### 6.3.3 Osamělost

Výzkum lékařské fakulty University of Pittsburgh, jehož výsledky publikovali Primack a kol. (2017), prokázal, že jedinci (výzkum byl proveden mezi uživateli ve věku 19–32 let), kteří tráví více času na sociálních sítích, se ve výsledku cítí velmi osamělí. Přitom nezáleží pouze na čase, který stráví uživatelé na sociálních sítích za den, ale i na tom, kolikrát se k sociální síti připojí. Nabízí se však otázka, zda osamělí lidé sociální sítě vyhledávají více, anebo užívání sociálních sítí postupem času způsobí osamělost. Bohužel jsem nedohledala žádný výzkum, který by přinesl na tuto otázku jednoznačnou odpověď.

Sociálnímu životu jedince a sociálním sítím se věnovali Valgenburgová a Peter (2011), kteří vymezili dvě hypotézy související s tímto tématem. První hypotézou je takzvaná „vytěšňovací hypotéza“. Tato hypotéza vychází z předpokladu, že lidé si sami vymezují čas, po který se chtějí věnovat online nebo offline komunikaci. Další hypotézou byla hypotéza „stimulační“. Podle této hypotézy aktivita na internetu a sociálních sítích rozšiřuje okruh přátel a zvyšuje sociální interakci. Po srovnání obou hypotéz vyšlo z výzkumu více shod pro hypotézu stimulační.

Spitzer (2014, s. 117) zaujímá k sociálním sítím výhradně negativní postoj: „...*lže se, šikanuje, okrádá, vyvolává se agresivita, štve se a hanobí, až třísky lítají! Koho pak udivuje, že sociální sítě způsobují u mladých uživatelů především osamělost a depresi?*“

## 6.4 Sociální sítě a volný čas

Z průzkumu společnosti AMI Digital Index (Crha 2018), který byl realizován v dubnu roku 2018, vyplývá, že sociální sítě používá v České republice denně 69 % uživatelů internetu. Na sociálních sítích tráví v průměru 149 minut denně. V porovnání s výsledky z předchozích let je zřejmé, že čas, který tráví uživatelé na sociálních sítích, stále roste. Přispívá k tomu stále se rozšiřující obsah, ale také růst online gramotnosti. Je tedy pravděpodobné, že používání sociálních sítí značně ovlivní volný čas jedince. Otázka je, zda pozitivně nebo negativně. Výsledky kvalitativního výzkumu Aidina a Erdala (2015) prokázaly, že sociální sítě podporují cestování, vytvářejí interkulturní interakce a nabízí



alternativní možnosti trávení volného času. Účastníci výzkumu uvedli, že sociální sítě využívají jako platformu k plánování volnočasových aktivit nebo sledování volnočasových aktivit, které je zajímají.

## ZÁVĚR

Žijeme ve společnosti, která je na moderních technologiích zcela závislá. Markantně se to projevuje především v posledních dnech, kdy je Česká republika kvůli koronavirové epidemii v karanténě. Většina činností se přesunula do světa online a mobilní telefony jsou dětem a dospívajícím prostředníkem sociálních kontaktů a studijních aktivit.

Cílem mé diplomové práce bylo zjistit, jak studenti ubytovaní na domově mládeže popisují význam mobilního telefonu v situaci, kdy jsou odloučeni od rodiny, a jakým způsobem mobilní telefon využívají. Dále mne zajímalo, jak se využívání mobilního telefonu dotýká jejich volného času, sociálních kontaktů a studijních aktivit. Mobilní telefon v této práci označuji jako jakéhosi „společníka“, který může dospívajícím v mnoha věcech pomoci. Ačkoliv ve své práci zmiňuji rizika, která jsou s používáním mobilního telefonu a především s internetem, který je dospívajícím neustále k dispozici, spjata, byla bych ráda, aby tato práce byla přínosná pro uvědomění si toho, že mobilní telefon nemusí být jen strašákem, který dospívajícím škodí.

V první kapitole diplomové práce se zabývám domovy mládeže. Za přínosnou část této kapitoly považuji popsání výchovně vzdělávací činnosti domova mládeže. Výzkumné šetření potvrdilo poznatky této kapitoly, a to trend odklonu mladé generace od organizované činnosti na domovech mládeže, o kterém hovořila již Pávková (2002). Studenty bylo uvedeno, že se jim po příchodu ze školy již „do ničeho moc nechce“ a jen někteří využívají nabídku zájmových činností.

Ve druhé kapitole jsem se zmiňovala o socializaci adolescenta. Podle Heluse (1973, cit podle Macek 2003) hrají v socializaci významnou roli mimo jiné také počítačové sítě. V souvislosti s dnešní dobou bych toto tvrzení vztáhla spíše na sociální sítě, které jsou mezi dotazovanými studenty velmi oblíbené, nabízejí jim spoustu možností online interakcí.

Třetí kapitola je zaměřena na popis mobilních telefonů, smartphonů. Příznačná je zde charakteristika Spitzera (2015, s. 10), který mobilní telefon nazývá švýcarským nožem informační epochy. „*Cokoliv dnes mladí lidé dělají, vždy přitom současně používají smartphone.*“ Toto potvrdily i výsledky výzkumného šetření. Studenti

využívají mobilní telefon k nejrozmanitějším činnostem. Mobilní aplikace využívají při sportování, studování, interakci s přáteli a dalších činnostech. Mobilní telefon mají dle výpovědí neustále u sebe.

Výzkumné šetření bylo provedeno metodou kvalitativního výzkumu. Na základě rozhovorů se studenty středních škol ubytovanými na domově mládeže jsem například zjistila, že oslovení respondenti si uvědomují, že mobilní telefon negativně ovlivňuje jejich koncentraci při učení. Na druhou stranu je jim mobilní telefon pomůckou při vyhledávání informací, ukládání studijních materiálů a sdílení poznámek s ostatními spolužáky. V tomto případě se výsledky mého výzkumu shodují s výsledky výzkumu, který byl realizován v Německu (Knop, Hefner, Schmitt a Vorderer 2015), avšak cílovou skupinou zde byly děti ve věku od osmi do čtrnácti let. Autoři výzkumu poukázali na to, že děti jsou mobilními telefony rozptylovány od domácích úkolů. Navázala bych zde také na Duke a Montaga (2017), kteří se zabývali mobilními telefony a produktivitou. Uvádějí, že mobilní telefony odtrhávají od takzvaného stavu „flow“, tedy úplného ponoření do činnosti. Výsledky mého výzkumu se také shodovaly s jejím tvrzením, že lidé mobilní telefony použijí téměř ihned po probuzení a odkládají těsně před spánkem.

Mobilní telefony v souvislosti se sociálními kontakty a volným časem jsou dalšími tématy, kterými jsem se v diplomové práci zabývala. Na základě mého výzkumného šetření mohou říci, že studenti ubytovaní na domově mládeže vypovídali o tom, že sice komunikují „face to face“, ale i při této komunikaci používají mobilní telefony, aby rychle kontaktovali přátele, a to především pomocí aplikací Messenger či WhatsApp. Tyto aplikace označili na základě svého výzkumu také Knop, Hefner, Schmitt a Vorderer (2015) za nejčastějšího zprostředkovatele online kontaktu. Komunikace mezi dospívajícími tedy získává jiný rozměr, než na který byla starší generace zvyklá, což s sebou může přinášet určité konflikty.

Ve výpovědích středoškoláků byly znatelné určité ohlasy obav dospělých (rodičů, vychovatelů) ohledně času stráveného na mobilním telefonu a používání mobilního telefonu namísto osobní komunikace. Sami dospívající se k těmto obavám staví různě, spíše rezervovaně. Je otázkou, nakolik dospívající nebezpečí závislosti na internetu podceňují, protože důsledky svého jednání nejsou schopni odhadnout, nebo naopak nakolik dospělí obavy ze závislosti na internetu přehánějí, protože se sami v online prostředí tolik nepohybují, takže se v jejich případě spíše než o podložené obavy jedná o strach z neznámého.

Důležitým zjištěním bylo to, že mobilní telefon může plnit relaxační funkci. Ačkoliv mají studenti středních škol na domově mládeže dostatečnou nabídku volnočasových aktivit, často preferují odpočinek s mobilním telefonem, na kterém sledují seriály, věnují se komunikaci s přáteli online, hrají hry či se věnují aktivitám na sociálních sítích. Mobilní telefon není chápán studenty jen pozitivně. Z mého výzkumu mj. vyplynulo, že si uvědomují, že na něm tráví mnohdy velké množství času a někteří respondenti v rozhovorech výslovně uvedli, že v oblasti sociálních kontaktů preferují spíše osobní setkání.

Na základě realizovaného výzkumu mohu říci, že mobilní telefon se stává pro studenty ubytované na domově mládeže významným společníkem ve chvílích, kdy jsou sami, kdy chtějí být v kontaktu s přáteli či rodinou a také ve chvílích, kdy se potřebují odreagovat. Zajímavým zjištěním bylo to, že všichni oslovení studenti by v případě absence mobilního telefonu vyhledali jiný zdroj internetového připojení, který by jim umožnil provozovat všechny online aktivity, na které jsou zvyklí. O možnosti života bez internetu v podstatě neuvažují.

Téma, kterým se v diplomové práci zabývám, se poměrně rychle vyvíjí. Při psaní práce jsem se potýkala s problémy při vyhledávání aktuálních informací a především s vyhledávání primárních zdrojů. K tématu mobilních telefonů a internetu je v České republice publikována spíše literatura popularizačního charakteru, avšak jen málo z ní se opírá o aktuální výzkumy. Většina publikací od českých autorů se zabývá spíše otázkou rizik spojených s užíváním mobilních telefonů a internetu. Ve své práci jsem se opírala především o zahraniční výzkumy, například Knop, Hefner, Schmitt a Vorderer 2015, Duke, Montaga 2017 či Spitzer 2017.

Výsledky mého výzkumu ilustrují problematiku mobilních telefonů ve vztahu k dospívajícím, kteří jsou ubytovaní na domově mládeže. Myslím si, že toto téma otevírá mnoho dalších otázek pro zkoumání, například zmíněné mezigenerační konflikty ohledně užívání mobilního telefonu. Osobně by pro mě bylo přínosné zjistit, jaký význam přikládají mobilním telefonům vychovatelé na domově mládeže. Zda je to opravdu tak, jak zaznívalo ve výpovědích studentů, tedy převládají spíše negativní tendence. Další otázkou, která nyní nabývá na aktuálnosti, je využití mobilního telefonu za účelem plnění studijních povinností. Přínosné by jistě také bylo realizovat podobný výzkum se studenty, kteří na domově mládeže nežijí a následně výsledky výzkumů porovnat.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

- AYDIN, Bülent a Erdal ARSLAN. The Role of Social Media on Leisure Preferences: A Research on the Participants of Outdoor Recreation Activities. *Tourism Academic Journal*, 2016, 3(1), 1–10.
- BEDNÁŘ, Vojtěch. *Marketing na sociálních sítích*. Brno: Computer Press, 2011. ISBN 978-80-251-3320-0.
- BEDNÁŘÍK, Petr, Jan JIRÁK a Barbara KÖPPLOVÁ. *Dějiny českých médií: od počátku do současnosti*. 2. vyd. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-0553-3.
- BENDL, Stanislav. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-4248-9.
- BLINKA, Lukáš. *Online závislosti: jednání jako droga?* Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-210-7975-5.
- BOYD, Danah a Nicole B. ELLISON. Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 2007, 13(1), 210–230.
- BURIAN, Pavel. *Internet inteligentních aktivit*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5137-5.
- CLEMENT, J. (2020a) *Facebook: distribution of global audiences 2020, by age and gender*. [online]. Statista, 14 February 2020 [cit. 2020-04-18] Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/376128/facebook-global-user-age-distribution/>.
- CLEMENT, J. (2020b) *Global social networks ranked by number of users 2020*. [online]. Statista, 14 February 2020 [cit. 2020-04-18] Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/272014/global-social-networks-ranked-by-number-of-users/>.
- CRHA, Vladan. *AMI Digital Index: osm z deseti uživatelů internetu je na sociálních sítích denně* [online]. 2018 [cit. 2020-01-05]. Dostupné z: <https://www.amidigital.cz/digikydy/ami-digital-index-osm-z-deseti-uzivatelu-internetu-je-na-socialnich-sitich-denne/>.
- ČAČKA, Otto. *Psychologie duševního vývoje dětí a dospívajících s faktory optimalizace*. Brno: Doplněk, 2000. ISBN 80-7239-060-0.

- ČERNÁ, Alena. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-210-6374-7.
- DIJK, Jan van. *The network society: social aspects of new media*. 2nd ed. Thousand Oaks: Sage Publications, 2006. ISBN 141290868x.
- DOČEKAL, Daniel, Jan MÜLLER, Anastázie HARRIS a Luboš HEGER. *Dítě v síti: manuál pro rodiče a učitele, kteří chtějí rozumět digitálnímu světu mladé generace*. Praha: Mladá fronta, 2019. ISBN 978-80-204-5145-3.
- DOČEKAL, Daniel. *Dítě v síti: Generace Z by už chtěla něco jiného než internet. Neuvěřitelně se na něm nudí* [online]. 2020 [cit. 2020-03-24]. Dostupné z: <https://www.flowee.cz/ditevsiti/bezpeci/4158-proc-generaci-z-uz-internet-nestaci-neuveritelne-se-na-nem-nudi>.
- DOLEJŠ, Martin. *Efektivní včasná diagnostika rizikového chování u adolescentů*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 9788024426426.
- DUKE, Éilish a Christian MONTAG. Smartphone addiction, daily interruptions and self-reported productivity. *Addictive Behaviors Reports*, 2017, Vol. 6, 90–95.
- Facts and figures 2019: Measuring digital development* [online]. ITU, 2019 [cit. 2020-04-17]. Dostupné z: <https://itu.foleon.com/itu/measuring-digital-development/home/>.
- FIELDING BANKS, Orianna. *Digitální detox: zbavte se závislosti na mobilu a internetu*. Brno: CPress, 2018. ISBN 978-80-264-1804-7.
- FLORIDI, Luciano. *Čtvrtá revoluce: jak infosféra mění tvář lidské reality*. Praha: Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-3803-4.
- GIACOMELLO, Giampiero. *Security in Cyberspace: Targeting Nations, Infrastructures, Individuals*. Bloomsbury Publishing, 2014. ISBN 1623566991.
- GRIFFITHS, Mark. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 2005, 10(4), 191–197.
- HÁJEK, B. *Paragrafy pro vychovatele* [online]. Asociace domovů mládeže a internátů České republiky. [cit. 2020-03-22]. Dostupné z: <http://www.domovy-mladeze.cz/index.php?p=38>.
- HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.
- Historie sociálních sítí* [online]. Sociální sítě, 2019 [cit. 2019-12-30]. Dostupné z: <https://socialnisite.estranky.cz/clanky/historie-socialnich-siti.html>.

- HOUSER, Pavel. *Historie internetu v datech*. [online] SCIENCE mag.cz, 2017 [cit. 2019-11-12]. Dostupné z: <https://sciencemag.cz/historie-internetu-v-datech/>.
- HROCH, Jaroslav. *Dopamin za lajk. Sociální sítě jsou komerční veletrh a roste kvůli nim úzkost i deprese, říká neurolog*. [online]. iRozhlas, 21. 4. 2019 [cit. 2020-01-04]. Dostupné z: [https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/spolecnost/neurolog-stransky-mozek-rozhovor-facebook-twitter-socialni-site-dopamin-lajk\\_1904210700\\_och](https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/spolecnost/neurolog-stransky-mozek-rozhovor-facebook-twitter-socialni-site-dopamin-lajk_1904210700_och).
- HUBINKOVÁ, Zuzana. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*. 2. vyd. Praha: Oeconomica, 2005. ISBN 8024508893.
- HUBINKOVÁ, Zuzana. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*. 3. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1593-3.
- HULANOVÁ, Lenka. *Internetová kriminalita páchaná na dětech: psychologie internetové oběti, pachatele a kriminality*. Praha: Triton, 2012. ISBN 978-80-7387-545-9.
- Internet*. [online]. Světové statistiky online. © 2011–2020 [cit. 2019-11-12]. Dostupné z: <http://www.statistiky.wz.cz/?pg=internet>.
- IRVING, John. *Svět podle Garpa*. Přeložil Radoslav NENADÁL. Praha: XYZ, 2016.
- JIROVSKÝ, Václav. *Kybernetická kriminalita: Nejen o hackingu, crackingu, virech a trojských koních bez tajemství*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1561.
- KABÍČEK, Pavel, Ladislav CSÉMY a Jana HAMANOVÁ. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Praha: Triton, 2014. ISBN 978-80-7387-793-4.
- KALINA, Kamil. *Klinická adiktologie*. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-4331-8.
- KLEMENT, Vítězslav. *Sociální média v roce 2020*. [online] group<sup>m</sup>, 2020. [cit. 2020-04-20] Dostupné z: <https://www.h1.cz/upload/680-social-trendy-2020-groupm.pdf>.
- KNOP, Karin, Dorothée, HEFNER, Stefanie SCHMITT a Peter VORDERER. *Mediatisierung mobil. Handy- und Internetnutzung von Kindern und Jugendlichen*. Leipzig Vistas, 2015. ISBN 978-3-89158-616-7.
- KOHOUT, Roman a Radek KARCHŇÁK. *Bezpečnost v online prostředí*. Karlovy Vary: Biblio Karlovy Vary, 2016. ISBN 978-80-260-9543-9.
- KOPECKÝ, Kamil. Co je syndrom FoMO. *E-Bezpečí*, roč. 2, č. 1, s. 14–16.
- KOŽÍŠEK, Martin a Václav PÍSECKÝ. *Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5595-3.

- KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie pocitů štěstí: současný stav poznání*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4436-0.
- KVARDOVÁ, Nikol, Natália VALKOVIČOVÁ a David ŠMAHEL. *Má zákaz mobilů o přestávkách smysl? Pravidla a používání technologií ve škole v souvislosti s chováním dospívajících. Zpráva z výzkumu na základních a středních školách* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2019. Dostupné z: [https://irtis.muni.cz/media/3203088/reportprestavky\\_2212020.pdf](https://irtis.muni.cz/media/3203088/reportprestavky_2212020.pdf).
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1284-9.
- MACEK, Jakub. Poznámky k teorii virtuálních komunit. *Biograf*, 50, s. 3–31.
- MACEK, Petr. *Adolescence*. 2. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-747-7.
- MACHÁČKOVÁ, Hana, Martina ČERNÍKOVÁ, David ŠMAHEL a Zuzana OČADLÍKOVÁ. Children's privacy management on social network sites. In P. Lorentz, D. Šmahel, M. Metyková, & M. F. Wright (Eds.), *Living in the digital age: self-presentation, networking, playing, and participating in politics*. Brno: Masarykova univerzita, 2015, s. 95–109.
- MKN-10: Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů; desátá revize; obsahová aktualizace k 1. 1. 2018*. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2018. ISBN 978-80-7472-168-7.
- MYERSON, George. *Heidegger, Habermas a mobilní telefon*. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-368-7.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie osobnosti*. 2. vyd. Praha: Academia, 1997. ISBN 978-80-2000-628-8.
- NĚMEC, Jiří. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.
- NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost*. 3. vyd. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-267-6.
- OBERST, Ursula, Elisa WEGMAN, Benjamin STODT, Matthias BRAND a Andrés CAMARRO. Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 2017, Vol. 55, pp. 51–60.



- OLŠANSKÝ, Ben. *Jak sociální sítě změnilly svět?* [online]. Newsfeed.cz, 5. 8. 2015 [cit. 2020-01-04]. Dostupné z: <https://newsfeed.cz/jak-socialni-site-zmenily-svet/>.
- Online komunity* [online]. KERABEN-CR, 4. 11. 2019 [cit. 2019-12-28]. Dostupné z: <https://www.keraben-cr.cz/online-komunity/>.
- PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. 3. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.
- PAVLÍČEK, Antonín. *Nová média a sociální sítě*. Praha: Oeconomica, 2010. ISBN 978-80-245-1742-1.
- PERDEW, Laura. *Internet addiction*. Mineapolis: Abdo Publishing, 2014. ISBN 978-1-624034213.
- Positive And Negative Effects Of Social Networking* [online]. ReviewMyThing, 19. 1. 2013 [cit. 2020-01-04]. Dostupné z: <https://reviewmything.com/positive-and-negative-effects-of-social-networking>.
- PRIMACK, Brian A. et al. Social Media Use and Perceived Social Isolation Among Young Adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 2017, 53(1), 1–8.
- PSTRUŽINA, Karel a Martin HEMELÍK. *Člověk a dějiny: několik úvah o budoucnosti člověka*. Jihlava: Alcus, 2018. ISBN 978-80-904041-3-7.
- ROGGE, Jan-Uwe. *Puberta: opora, volnost, mantinely*. Brno: Edika, 2018. ISBN 978-80-266-1280-3.
- RYNEŠ, Václav. *Paradigma a vize lidské společnosti*. Praha: Epoque, 2019. ISBN 978-80-7557-217-2.
- ŘIHÁČEK, Tomáš, Ivo ČERMÁK a Roman HYTYCH. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 978-80-210-6382-2.
- Sean Parker – *Facebook Exploits Human Vulnerability (We are dopamin addicts)* [YouTube Channel]. Ewafa 11. 11. 2017 Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=R7jar4KgKxs>.
- SEMERÁDOVÁ, Tereza a Petr WEINLICH. *Marketing na Facebooku a Instagramu: využijte naplno organický dosah i sponzorované příspěvky*. Brno: Computer Press, 2019. ISBN 978-80-251-4959-1.
- SMITH, Marc A. a Peter KOLLOCK. *Communities in cyberspace*. New York: Routledge, 1999. ISBN 9780415191401.
- SOBOTKOVÁ, Veronika. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4042-3.

- Sociální síť*. [online]. IT SLOVNÍK.cz ©2008-2019 [cit. 2019-12-30]. Dostupné z: <https://it-slovník.cz/pojem/socialni-sit>.
- SPITZER, Manfred. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014. ISBN 978-80-7294-872-7.
- SPITZER, Manfred. *Kybernemoc!: jak nám digitalizovaný život ničí zdraví*. Brno: Host, 2016. ISBN 978-80-7491-792-9.
- Spolužáci.cz končí po 14 letech. Kvůli GDPR* [online]. Novinky.cz, 4. 4. 2018 [cit. 2020-01-03]. Dostupné z: <https://www.novinky.cz/internet-a-pc/clanek/spoluzaci-cz-konci-po-14-letech-kvuli-gdpr-9908>.
- STRAUSS, Anselm L. a Juliet CORBIN. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Brno: Sdružení Podané ruce, 1999. ISBN 808583460x.
- SULER, John R. *The Psychology of Cyberspace* [online]. Dostupné z: <http://www.rider.edu/~suler/psycyber/psycyber.html>.
- ŠEVČÍKOVÁ, Anna. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-210-7527-6.
- ŠMAHAJ, Jan. *Kyberšikana jako společenský problém*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2014. ISBN 978-80-244-4227-3.
- ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 9788073673130.
- TEGZE, Jan. *Jak hledat zaměstnance v 21. století: techniky moderního recruitmentu*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-0551-9.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Úvod do psychologie*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0015-3.
- VALKENBURG, Patti M. a Peter J. VALKENBURG. Online communication among adolescents: an integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 2011, 48(2), 121–127.
- VETÝŠKA, Jiří. Sociální sítě a online komunity. *Rozhledy*, 2011, č. 7. Dostupné z: <http://www.nuov.cz/uploads/STU/rozhledy/rozhle0711/Rozhledy07.pdf>.
- Vyhláška č. 108/2005 Sb., o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních.

- Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci – 2019* [online]. Český statistický úřad, 26. 11. 2019 [cit. 2020-04-17]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/5-komunikace-na-internetu>.
- Výzkum: Sociální sítě jsou v ČR oblíbenější u žen* [online]. MediaGuru, 18. 7. 2017 [cit. 2020-01-05]. Dostupné z: <https://www.mediaguru.cz/clanky/2017/07/vyzkum-socialni-site-jsou-v-cr-oblibenejsi-u-zen/>.
- WILLARD, Nancy E. *Cyberbullying and cyberthreats: responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Champaign: Research Press, 2007. ISBN 978-0-8782-2537-8.
- WITEK, Jan. *Výhody a nevýhody dnešních sociálních sítí*. [online]. Lui, 2. 3. 2018 [cit. 2020-01-04]. Dostupné z: <https://www.lui.cz/co-se-deje/item/12812-vyhody-a-nevahody-dnesnich-socialnich-siti-v-cem-nam-facebook-instagram-ci-youtube-pomahaji-a-v-cem-naopak-skodi>.
- YOUNG, Kimberly S. a Cristiano Nabuco de ABREU. *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. Hoboken: John Wiley, 2011. ISBN 978-0-4705-5116-5.
- Zákon č. 561/2004 Sb., *o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)*.
- Závislost na internetu* [online]. Adicare: Centrum psychologické a psychiatrické péče. 2019. Praha [cit. 2019-11-12]. Dostupné z: <https://www.adicare.cz/blog-adicare/lecba-zavislosti-na-alkoholu/zavislost-na-internetu/>.

## PŘÍLOHA: PŘEPISY ROZHOVORŮ

### Jana (16 let)

**Nejdřív bych tě poprosila, abys mi popsala tvůj pobyt na internátě a zkusila se přitom zaměřit hlavně na užívání mobilního telefonu během celého dne od rána do večera. Kdy na něm trávíš nejvíce času, co na něm děláš a podobně.**

Dobře... Tak nejvíc času na něm trávím vždycky v neděli. To můžu říct úplně jistě. Protože já dojíždím až od Plzně a v pondělí mi nic moc nejede, tak jsem na intru už v neděli kolem 8 večer. A většina holek jezdí právě až v pondělí ráno. Tak jsem na buňce buď úplně sama, nebo občas ještě s kámoškou, no. Ale ta právě moc nejedí. No a to jsem na mobilu docela hodně... Je tu celkem nuda, a když se neučím, tak jsem na tom mobilu dost... No a to v tu neděli teda ... Tak to napíšu rodičům nejdřív a přítelovi, že jsem dorazila, že je všechno v pohodě a pak tak různě. Píšu si hlavně s kamarádkama a s přítelem přes WhatsApp a Messenger. Se spolužačkama... jsem na Facebooku. Prohlížím fotky... Ono je furt co dělat na tom mobilu, že jo. Tím tak zabívám čas prostě. Prostě mě něco napadne, a tak to najdu. S kámoškou hrajeme takový kvíz přes messenger a tím se bavím fakt. Jinak pak teda, když je škola, tak to jsem na mobilu taky hodně, ale trochu míň, než jak jsem říkala tu neděli třeba. To tak po chvilkách.

Jak jste chtěla od rána to popsat, tak to ráno vstanu a jenom se podívám, co je nového, co mi kdo psal, nepsal. Když se mi nechce úplně hned vstát, tak kouknu prostě na Facebook nebo vezmu sluchátka a pustím si něco z YouTube, abych nebudila holky. Když jsem ve škole, tak na to kouknu taky občas, hlavně teda odepisuju na zprávy Martinovi, to je přítel. Si píšeme celej den tak průběžně, co děláme. A když jdu ze školy, tak to záleží, co ten den mám... Protože když mám třeba sbor, tak na mobil čas nemám, ale mám ho teda jakoby pořád u sebe, abych kdyžtak odepsala, ale ne že bych do něj koukala... ale když ho nemám, ten sbor, tak to jsem na něm víc... No.. a pak přijdu na intr, to se učím, nebo něco chystám do školy. Tak to taky občas kouknu do mobilu a pak záleží. Buď kecáme s holkama, a nebo si s někým píšu.

Ale jinak prostě, jestli se těma mobilama zabýváte nějak víc... Tak já bych bez něj prostě nevydržela, si říkám. Že nevim, jak to dělali třeba moji rodiče.

### **A co by ti chybělo nejvíc, kdybys mobil najednou neměla?**

Všechno asi! Jako zvládnou si představit, že mám starej mobil, ze kterýho můžu psát a volat a nemá net. Tak to bych byla na nořasu třeba. Ale jako bez netu si to už nedokážu představit vůbec. Že tam mám prostě věci do školy, všechno pohromadě. Všechno hned najdu, chápete, ne? I když teda vím, že je to žrout času taky.

### **A jak teda myslíš, že „žere čas“, jak říkáš?**

No.. tak, že tam občas strávím až moc času, hlavně na Facebooku to utíká úplně šíleně rychle... Jo a to mi říká vždycky paní vychovatelka ze srandy: „Ty jsi zase na modrý planetě, jo?“ Nebo nejenom mně..., to říká nám všem, když jsme třeba ve společnosti a na něco čekáme a jsme na mobilech.

### **Tou modrou planetou myslí Facebook?**

Jo, jasně... To nám řekne vždycky, když tam přijde a všichni jsme zticha. Na těch mobilech teda, ale zticha. Ono jí to vadí. I když to říká jakoby ze srandy. Že si jakoby nepovídáme spolu, koukáme do toho, hrbíme se u toho, zničíme si oči u toho, a já nevím, co ještě všechno. Což je teda pravda, ale... nevím no. Asi s tím nic neuděláme.

### **Facebook zmiňuješ často, můžeš mi říct, co na něm nejčastěji děláš?**

Jo... No, tak nejvíc prostě projíždím, co je novýho, co tam kdo dal, jaký jsou tam novy fotky, čtu komentáře. Projíždím profily. Dávám tam někdy fotky.... Už mi to přijde jako zvyk jakoby ten Facebook. Že to prostě zapnu tak ze zvyku a jedu. S holkama tam dáváme i poznámky ze školy do skupiny třeba. I když je to žrout času, jak jsem říkala, tak je to zase super v tom, že tam mám všechno pohromadě. Kamarády i věci do školy a vidím, co kdo dělá, a nemusím pak skoro ani těm lidem teda ani psát, jak se mají... Prostě jestli máte taky Facebook, tak to asi chápete. Už tam teda ale zase dávám věci míň než dřív. Že dřív jsem tam dávala fakt každý den něco. Že na základce byl třeba takový hit tam dávat selfička, všichni si je fotili, pak jsme se předháněli, kolik dostaneme lajků. To mi teď přijde už takový blbý a vždycky, když to na mě vyskočí v těch vzpomínkách, tak si úplně říkám, že už bych to tam teď fakt nedávala.

### **A co tam teda dáváš spíš teď?**

Teď jsem tam dávala hlavně fotky s holkama, se kterýma jsem na pokoji, protože to jsou teď prostě moje lásky. Pak fotky s přítelem. A občas tam píšeme nějaký srandy s holkama a sdílíme třeba videa. Jo a teda i fotky i s kamarádkama mimo intr, když přijedu domů. Už tam nedávám jenom sebe.

## **Zkus mi, prosím, popsat, v čem by se tvůj pobyt na intru lišil, kdybys neměla chytrý telefon**

Tak určitě bych stíhala asi víc věcí, protože občas kvůli tomu chodím pozdě někam. Možná bych se pak víc chodila tady na ty introvský kroužky. Máme tu třeba vaření, toulky, a takový. Ale není to povinný. No..., i když nevím (smích), ale možná jo. Ono je to pro ty, kdo tam chce jít, tak prostě přijde, kdy se mu chce. Já jsem tam byla jenom jednou. No a jinak bych si teda asi se všema musela psát esemesky nebo přes notebook. A to bych asi popravdě už nedala. Protože když si vezmu, co si toho přes den napíšeme jenom s přítelem, s holkama. Určitě by to bylo jiný, to jo.

## **Kateřina (19 let)**

**Nejdřív bych tě poprosila, abys mi popsala tvůj pobyt na internátě a zkusila se přitom zaměřit hlavně na užívání mobilního telefonu během celého dne od rána do večera. Kdy na něm trávíš nejvíce času, co na něm děláš a podobně.**

Takže, když se ráno vzbudím, tak se kouknu, co je nového, když jsem sama, tak si na něm ráno pouštím seriál. Když nejsou třeba na intru holky nebo když jsem někdy sama doma, abych se tam necítila sama. A už jsem na to zvyklá. Nebo tak jako ve škole občas o přestávkách, ale když se bavíme s kamarádama, tak ho nepoužívám vůbec. Většinou jako, když jsem sama, tak ho používám, protože s kamarádama se bavíme a používám ho hodně, když jsem sama nebo takhle třeba na praxi, ve škole se na něj kouknu, kdo napsal. A potom, když odpoledne přijdu domů, tak projedu všechno. Instagram, Facebook. To jsem na něm třeba hodně dlouho. Občas mi to zabere hodně času, jak všem píšu. To třeba je půl hodiny. Ale to je takovej relax po škole...

Na Facebooku projíždím hodně videa o vaření hlavně nebo o takových těch různých zlepšovákách, tak to mě baví, na to se koukám, že prostě jedu. A když to tam vidím, tak si to projíždím potom... Ale jako na Messengeru si píšu tak s dvěma, třema lidma. Spíš tak projíždím, co kdo dal na Instagram, na story občas. Většinou když se nudím, tak sedím jen tak u toho mobilu prostě a koukám do toho furt, ale pak když mám něco na práci, tak je to míň. Potom když jdu cvičit, tak si k tomu taky pustím něco. K jídlu třeba ten seriál a tak. A... jinak. No, večer, než jdu spát, tak si něco pustím a usnu u toho. To jsem se jako naučila, že když nemůžu usnout, tak si něco pustím...

### **Nějaký seriál nebo hudbu?**

No, no, seriál. Jen tak to jako poslouchám, že někdo mluví. Něco, co už znám...

### **V čem by byl tvůj den na internátě jiný, kdybys mobilní telefon neměla?**

No, když jsem měla rozbitý telefon před vánoce, tak jsem měla jenom tlačítkovej, a to jsem si skoro s nikým nevolala ani nepsala a nevadilo mi to. Tejdě asi. No a nevádí mi to, když ho nepoužívám. Bylo by to jiné v tom, že bych si musela zvyknout. Chybělo by mi to pouštění seriálů a to, že si můžu kdykoliv cokoli na tom mobilu pustit, najít. Ale tak bych si to našla na počítači, holt. Jako když jsem měla ten tlačítkovej, tak jsem si taky musela nejdřív chvilku zvyknout, ale nevadilo mi to. Ale třeba já si nemusím furt s někým psát. Já to nemám moc ráda, tenhle kontakt. Myslím, že právě na intru ho používám i míň než doma. Protože se hodně učíme. My to máme ještě v pohodě. Že chodíme docela ven, učíme se společně nebo něco, než to mají třeba teď prvačky.

### **Myslíš, že ty to mají jinak?**

Jojojo, rozhodně. Prostě mobil furt, každý ho má v ruce. I ve škole na lavici. Máme teda omezení. Je to ve školním řádu, že se nesmí používat telefon, ale prostě stejně ho tam všichni mají. Když se třeba zkouší, tak všichni jsou na mobilu. Některý učitelé to řeší. Třeba paní učitelka na biologii tak ta fakt jako striktně zakazuje. Že jsme se všichni báli ho mít na stole. Ale pak jsou tam další hodiny a to ho máme normálně.

**Ještě v něčem myslíš, že by to bylo jiné, kdybys neměla mobilní telefon?** – Hm...Víc bych se možná učila a určitě bych se s těma lidma asi víc scházela.. Třeba s těma mladšíma tady, protože je pravda, že prvačky fakt skoro neznám. Ty jsou furt někde zalezlý, mi přijde, a právě jsou na tom mobilu fakt mnohem víc než my. To říkají všichni a vlastně to, mám dojem, do řádu školy dali až teď nějak. Že to všem vadilo. I když nevím... Ale mám za to, že když jsem nastupovala, tak to asi nikdo tak neřešil, jako teď.

### **Proč myslíš, že by ses bez mobilu víc učila?**

No protože to svádí nic nedělat. Nebo začnu něco dělat a pak vezmu mobil, a už to jede. Facebook, Instagram, Youtube a hodina pryč. Ale snažím se fakt třeba vypnout data a wifinu, když se učím. Protože pak mi stačí, když mi tam něco cinkne, si řeknu, že jen zkontroluju, co to je, a stejně to sklouzne k tomu, že už zase projíždím všechno možný.

### **Říkala jsi, že nemáš moc ráda kontakt přes mobilní telefon. Můžeš mi o tom říct víc?**

Jako mně to vadí, že hodně lidí si píše neustále přes Messenger. Vlastně si všechno řeknou, a co si mají potom říkat, když se vidí? To já nedělám. I když se s přítelem

nevidíme, tak si ráno napíšeme dobré ráno a pár vět, potom třeba večer. Ale spíš si přes den říkám, že tohle mu řeknu, až se v pátek odpoledne uvidíme, a tohle mu řeknu. Nechci mu všechno psát a volat, abysme si pak neměli o čem vyprávět. To mi přijde prostě takový hloupý.

Jako samozřejmě nejsem zase taková striktní. S holkama si kolikrát píšu celý večer, ale to třeba, když nemám co dělat nebo když vím, že je třeba další den nebo o víkendu neuvidím. Mám kamarádku v Ústí, tak s tou si píšu často, ale zase se skoro nevidíme. Tak jednou, dvakrát do roka maximálně. No a nechci být prostě přilepená na tom telefonu od rána do večera a přítelovi popisovat každou věc, která se mi stala, jako to dělá hodně mých spolužaček tady. Já nad tímhle zrovna fakt často přemýšlím a určitě ten mobil těm vztahům moc nepřispívá. Jak jsou prostě dva kamarádi nebo někdo a jsou na mobilu pořád a nějaký takový „Jak jsi se měl?“ a podobný, to nedělám, jen tak ze zdvořilosti nebo abychom si jakože něco napsali. Ale jako nechci, aby to vyznělo, že přes ten mobil s lidma nechci komunikovat, to ne. Jen si nechci sdělovat každou věc. Protože zase na druhou stranu s holkama, který sice vidím každý den ve škole, ale nejsou na intru, tak si píšeme hodně, ale je to hlavně o škole...

#### **Aha, takže třeba co máte za úkoly a tak?**

No jojojo... nevim, teda, jestli to můžu říct. Asi jo. Ale píšeme si otázky z testu do společný konverzace. No a tak to dělá asi každéj stejně.

#### **V jednom rozhovoru mi spolužačka říkala, že kdyby neměla mobil, účastnila by se více akcí na intru – kroužky, toulky a podobně. Co si o tom myslíš ty?**

Jo, to asi souhlasím... souhlasím teda určitě. Protože kolikrát na tom fakt děláš něco z nudy. Ale je otázka, jestli kdybysme nebyli na mobilu, jestli bysme pak neseděli u televize nebo u počítače. Protože já o tom přemýšlela fakt hodně, než jsem šla jakoby na ten rozhovor, a říkala jsem si, že vlastně vždycky se našlo něco, u čeho se někdo takhle jako flákal... Nebo, jak to říct... Ale jo. Já se teda snažím občas něčeho z tý nabídky na intru zúčastnit. Ale občas chce být člověk po škole prostě v klidu. Kdybych neměla mobil, tak by to možná bylo jiný v tom, že bych se rychlejc začla nudit a šla bych tam.

#### **Je ještě něco, co bys k tomu chtěla dodat?**

Jak jsem říkala, že jsem nad tím hodně přemýšlela, tak jsem si to tak skládala v hlavě a říkala jsem si, že je to fakt v něčem zlo ty mobily. Ale na druhou stranu je všechno i víc jednoduchý. No a třeba, když jsem říkala, že na intru bych si bez mobilu dokázala život představit. Tak teď uvažuju, nebo to tak asi dopadne, že pojedu v létě sama na dýl do zahraničí, a to si nedokážu představit, že bych jela bez mobilu. Bez chytrýho



samozřejmě myslím. To bych byla totálně ztracená. Je to pomocník velkej, ale i to samozřejmě není dobrý třeba v těch vztazích, jak jsem říkala.

## **Jan (17 let)**

**Nejdřív bych tě poprosila, abys mi popsal tvůj pobyt na internátě a zkusil se přitom zaměřit hlavně na užívání mobilního telefonu během celého dne od rána do večera. Kdy na něm trávíš nejvíce času, co na něm děláš a podobně.**

Jo... Takže. Já jsem právě takovej celkem nemobilní člověk. Mě to víc otravuje, než aby mě to těšilo. Ale pokusím se. Tak pobyt na internátě jste říkala. To chcete teda popsat od rána do večera, co dělám a kdy jsem přitom na telefonu a co na ně dělám, teda?

**Ano, přesně tak.**

Tak od rána. To prostě vstanu, vyčistím si zuby, že jo. To asi nechcete takhle úplně do detailů...

**Do detailů to může určitě být, jen se zaměř přitom na ten mobilní telefon.**

Fajn, takže po ranní hygieně vezmu mobil, jdu se nasnídat a přitom si přečtu maximálně zprávy, kouknu, jestli je třeba něco vyřídit. Ale to je všechno. Potom jdu úplně normálně do školy a tam ten mobil moc nepotřebuju. Potom přijdu ze školy a to ho potřebuju. Protože v něm mám metronom, kolikrát i stažený noty, když jsem líněj to tisknout nebo vím, že to budu hrát chvíli a je to třeba krátký, tak to hraju z toho. Jinak z mobilu během dne volám a občas něco napíšu, ale jako úplně moc na něm nejsem. Ve srovnání s ostatníma, který sdílí každou blbost na Facebooku.

**Říkáš ‚sdílí každou blbost na Facebooku‘ – co tím myslíš?**

To myslím tak, že tam hlavně holky dávají všechno. Kde byly, co jedly, s kým byly. Úplně nesnáším, když si jdeme někam sednout, oni se u toho musí stokrát vyfotit a pak vymýšlet, co tam napíšu, a pak ten mobil furt kontrolujou, jestli jim to někdo lajkl. Jsem na to fakt alergickéj a přijde mi to úplně, ale úplně... hloupý.

**A ty máš Facebook v telefonu?**

Ne, proboha, to nemám. To tam fakt nepotřebuju. Mám akorát Messenger. Tak to jo, ten používám. Jinak já v tom fakt moc nejedu.

**Vraťme se k tomu, o čem jsme se bavili na začátku. Říkal jsi, že přijdeš ze školy na intru a trénuješ na nástroj a přitom používáš mobil jako metronom, máš v něm noty. A co potom?** No, pak záleží, co je za den. Buď jdu někam ven, posedět, nebo jsem na pokoji a buď se učím, nebo koukám na film nebo nedělám taky nic. No a pak jdu spát. A s tím mobilem... já ho vlastně i dost často hledám, to by vám řekl můj spolubydla, ten je z toho na nervy vždycky. Takže na něm nevisím prostě. Mám ho pořád u sebe, když jdu někam pryč, ale na takhle doma nebo teda na intru ho vždycky někam položím, když ho nepotřebuju zrovna. A pak ho hledám.

**V čem by byl tvůj pobyt na internátě jiný, kdybys neměl chytrý mobilní telefon?**

Jiný? Podle mě skoro v ničem. Kdybych neměl chytrý mobil ...si to teda představuju. Tak bych měl nechytrý telefon s tlačítkama? A vlastně bych mohl úplně normálně zavolat a napsat. Neměl bych ty aplikace akorát, ty mi některý přijdou jako docela fajn a užitečný hlavně. A pobyt na intru jiný... Bylo by to jiný v tom, kdybych neměl ten telefon chytřej, jiný v tom, že bych nebyl tolik v dosahu asi. Pod kontrolou. Protože jsou všichni zvyklí, že zavolaj, a hned jste na příjmu a hned se všechno dozví. Vidí, jestli jste si zprávu přečetli, nebo ne, jestli jste online, nebo ne. To mě rozčiluje neskutečně. Mí rodiče šílí, když mi volají, a já jim to neberu. Tak říkám ježiši, tak jsem to neslyšel. No.

**A jaké aplikace ti tedy přijdou fajn?**

Tak YouTube, to teda nevím, jestli je jako apka. Asi jo. Potom právě ten metronom, krokoměr. To je hodně užitečný. No a různý, který mi někdo doporučí.

**Co mobilní telefon a učení? Zmiňoval jsi, že ho používáš při trénování na nástroj. V jiných rozhovorech jsem se dozvěděla, že mobilní telefon často odlákává od učení pozornost, co si o tom myslíš nebo jak to máš ty?**

No, tak já, když si řeknu, že se učím, tak se prostě učím. A mobil mě přitom nějak neodlákává. Jedině možná Youtube, tam si často něco pouštím a pak jak tam skočí další a další návrhy, tak to poslechnu. Ale to neberu, že by mě to odlákalo, ale že mě to obohatí spíš. A neodlákává mě to, si myslím. Já jsem fakt docela nemobilní, jak jsem už říkal. Nepotřebuju to zas tak nutně k životu.

**Je ještě něco, co bys chtěl dodat ohledně mobilních telefonů a pobytu na intru?**

No, ty mobily jsou mor prostě... Občas mě štve, jak je na tom každej a řeší všechno, co tam kdo dá. Ale asi už ani nic dodat nechci.

## **Kristýna (16 let)**

**Nejdřív bych tě poprosila, abys mi popsala tvůj pobyt na internátě a zkusila se přitom zaměřit hlavně na užívání mobilního telefonu během celého dne od rána do večera. Kdy na něm trávíš nejvíce času, co na něm děláš a podobně.**

Tak to se ptáš tý pravý! Já jsem totální závislák na mobilu! Jsem na něm prostě furt a nesnáším se za to, ale nemůžu si pomoci. Od rána do večera jsem na něm skoro furt, když to jde.

**Můžeš mi to tedy popsat? Když se ráno na internátě vzbudíš, co na mobilu děláš a tak dál až do večera?**

Jo, jasně... Takže když se ráno na intru vzbudím, tak ještě v posteli vezmu mobil a kouknu. Nejdřív Facebook, potom Instáč, potom mail. To je takhle pokaždý, to mám prostě každý ráno takový rituál, ještě než vylezu vůbec z postele. Vstávám tak ve třičtvrtě na sedm a tak do sedmi, čtvrt na osm se tomu věnuju... Potom jdu do školy. Tak to chceš taky vědět? Jestli jsem na mobilu?

**Ano, taky o tom můžeš povídat.**

Tak to ve škole při hodině ho mám teda u sebe nebo na stole a kouknu, co se děje. Je to jako hrozný, ale každou chvíli to kontroluju, jestli je něco novýho. Tak nějak prostě ze zvyku.

**A co kontroluješ?**

No hlavně ten Facebook...

**Dobře... A co dál, když přijdeš ze školy?**

No, to se buď učím, nebo hraju (pozn. na nástroj). A mobil mám přitom furt u sebe teda. Nebo v ruce. Jak jsem ti říkala, jsem na něm fakt hodně. Víím, že to asi není dobrý a že to hodně lidem i vadí, ale prostě to tak mám.

**A při učení nebo hraní na nástroj ho nějak využíváš?**

Při učení ho využívám tak, že se kvůli němu neučím, a při hraní taky tak! Protože se začnu učit, jsem hrozně odhodlaná, že to jako všechno udělám, a pak mi to stejně nedá a že se jako jenom kouknu, co novýho, a už tam jsem zase několik minut. To stejný, když teda cvičím. Hraju a třeba mi někdo napíše, tak odepíšu a zakecáme se, a už to jede. Mě to ale hrozně baví si s někým psát. Se kolikrát směju úplně nahlas, co s holkama dokážeme vymyslet za hovadiny a posílat si to.

### **A myslíš, že bys mi mohla prozradit, co například?**

No, asi jako, to nechceš ani vědět! Ale nejvíc mě rozesměje, když si posíláme videa na Messengeru s těma filtrama. Znáš to?

### **Vím, že tam něco takovýho je, ale asi nevím, jak přesně to funguje.**

No, funguje to tak, že se prostě natočíš, ale je tam ten filtr, který ti nějak zdeformuje obličej. To z tebe udělá třeba kostku nebo ti to rozšíří mega rty nebo mluvíš a hlavu máš ve tvaru ryby a další podobný hovadiny a úplně teda top je to, že ti to ještě změní hlas. Takže z toho chytám fakt totální záchvaty smíchu. Si takhle posíláme různé vzkazy s holkama.

### **A to si posíláš s holkama, který jsou taky na intru nebo s jinýma kamarádkama?**

Jo s holkama z intru taky, ale víc s jednou kámoškou, která je na zdrávce. Je to fakt hrozně vtipný.

### **Co dál, když už se neučíš a nehraješ. Co následuje potom v souvislosti s tím mobilem opět..**

Potom... v souvislosti s tím mobilem... No potom jdu buď na pokoj nebo ven někam. Ten mobil mám pořád u sebe teda a dělám na něm pořád různé věci. Když třeba přijdu na pokoj, tak si pustím nějaký videa. Hodně sjíždím ten Instáč poslední dobou, ten mě dřív nebavil tolik, ale teď mě to dost chytlo a má ho čím dál víc lidí.

### **A proč tě teď baví?**

No, má ho víc lidí než dřív a hlavně je dobrý, že je to takový volnější, než třeba Facebook. Tam mám v přátelích i dost známých třeba z rodiny. Ten Instáč zase tolik starších lidí nemá a můžu tam dát věci, který bych třeba na fejs nedala. Třeba fotky z oslav nebo do storíčka nějaký příběh a mám jistotu, že to za 24 hodin zmizí, a navíc přesně vidím, kdo se na to podíval. To mě baví dost.

### **Dobře, pojďme tedy dál, co na tom telefonu děláš večer?**

Jo, tak navečer, když se odněkud vrátím, tak asi zase to stejný. Instagram a Facebook a psaní si s kamarádkama. Youtube... Zprávy přečtu a prostě, na co narazím. Hodně googlím, co mě zrovna napadne. Pouštím si taky seriály a usínám s mobilem zásadně. Prostě se na něco koukám a usínám u toho, až usnu.

### **V čem by byl jiný pobyt na intru, kdybys u sebe mobil neměla?**

No, tak to by mě asi kleplo fakt. Jak jsem říkala, já jsem úplně závislá, jsem na tom furt a vím, že je to jako špatný, ale nemůžu si pomoci. Prostě ten mobil používám tak nějak ke všemu a mám to jako tak, že to tak prostě je. Jako prostě součást života. A kdybych ho neměla na intru, tak bych asi dělala jiné věci. Ale asi net bych potřebovala,

tak bych asi byla na počítači. Jo, měla bych víc času, to určitě. Na učení, na kamarády, na cvičení. Bylo by to fakt asi hodně jiný.

Ted' mi teda kámoška říkala, že existují různé aplikace jako proti prokrastinaci. Jako že si stáhneš apku a je několik typů. Ona prý zkoušela takovou jednu... no takhle, ona ráda hraje hry na mobilu a tahle aplikace je vlastně jako hra, ale můžeš hrát, až splníš nějaký úkoly, který si tam zadáš. Je tam to do list. Tam vyplníš, co potřebuješ za den udělat, a když to odklikneš jako za splněný, tak se ti ta hra nějak otevře. Ona si to hrozně chválila. Mně to nepřišlo tak skvělý, protože si říkám, že to můžeš odkliknout, a ten mobil jakoby nepozná, jestli jsi to opravdu udělala, nebo ne. Ale prý je těch aplikací hodně. Existuje i nějaká, že jakoby sázíš strom. Zapneš mobil, on ti tam začne růst, a když mezitím na mobil šáhneš, tak to přerušíš a strom nevyroste. Jo a zadáš si tam, jak dlouho na ten mobil nechceš šáhnout. A prý, když ten strom vyroste, tak nějaká organizace fakt vysadí opravdovej strom. Ale nevím, co je na tom pravdy. Ale to jsem si říkala, že bych to mohla někdy zkusit něco takovýho, ať na tom mobilu nejsem furt. Takovej detox si trochu dát, no.

**V jednom rozhovoru zaznělo, že kdyby neměl ten dotyčný telefon, účastnil by se více akcí na intru nebo se víc scházel s mladšími spolužáky. Souhlasíš s tím?**

Hm... přemyslím, jaký akce na intru máme... Asi nic moc. Ale mě se po škole teda už ani nechce něco dělat, mám toho dost, stačí, že musím fakt hodně každý den hrát. Jo, akce máme, koncerty ostatních studentů, tam můžeme jít rovnou z intru, přes chodbu to mám vlastně. Ale tam chodím a chodila bych, i kdybych neměla mobil. A se spolužákama se scházím stejně tak. Tak nevím. S tím asi nesouhlasím. Dělal bych asi jiný věci, že bych neflákala třeba to učení nebo bych měla všechno trochu rychlejc, ale zrovna tohle asi ne.

**Je ještě něco, co bys k tomu chtěla dodat?**

Já myslím, že jsem řekla tak nějak všechno. Prostě co se týče toho mobilu, tak ten mám u sebe prostě furt. Nejenom na intru, doma, na dovolený, pořád. Občas mě to štve, ale asi to lepší se mnou nebude.

## **Karolína (17 let)**

**Nejdřív bych tě poprosila, abys mi popsala tvůj pobyt na internátě a zkusila se přitom zaměřit hlavně na užívání mobilního telefonu během celého dne od rána do večera. Kdy na něm trávíš nejvíce času, co na něm děláš a podobně.**

Jasně. Holky mi už říkaly, že jste se na tohle ptala, tak jsem si to tak v hlavě seskládala, než jsem sem došla. Tak když to vezmu úplně od rána, tak potom, co se vzbudím, umyju, namaluju a tak, si vezmu telefon. Nechodím na snídani, takže zůstávám chvilku na pokoji. A to jsem na tom mobilu. Pak jdu do školy většinou sama a cestou poslouchám hudbu na tom mobilu. Ve škole ho používám tak sem tam, co zrovna potřebuju, tak to se kouknu, po škole mám občas nějaký povinnosti, jako občas brigádu, volejbal, tak to ten mobil používám taky, spíš jenom na rychlý odepisování nebo na to, že si pustím něco do sluchátek. No, a když se vrátím na intr, tak to je většinou kolem čtyř, pěti odpoledne. A záleží, jestli se musím hodně učit nebo ne. Když ne, tak na mobilu koukám občas na seriály, na YouTube, hraju hry různé a tak. Hodně ráda na mobil fotím a mám ráda to upravování fotek. Takže mám teď nově Instagram, protože tam je hodně možností ty fotky upravovat. To mě poslední dobou baví hodně, nad tím strávím fakt hodně času. No a večer většinou s holkama na intru kecáme nebo vyrazíme někam do města. To ten mobil používám taky, jak je to zrovna potřeba, no. Hlavně na to focení. Mě zabere nejvíc času právě to, než něco vyfotím, pak to různě upravuju a pak vymyslím, co k tomu napíšu, když to někam dávám.

**Co tím myslíš „Někam dávám“?**

No, když to sdílím na Facebooku nebo Instagramu. Dřív jsem měla i Snapchat. Ten už nemám.

**Můžeš mi ještě popsat, jak tedy vypadá tvůj normální večer na internátě, pokud zrovna nejdeš někam ven, v souvislosti s tím mobilem?**

Ano, jak jsem už říkala, pokud nejdu ven, tak s holkama povídáme, nebo se učíme. S mobilem je to tak, že ho mám vlastně u sebe pořád, a když něco potřebuju, tak ho prostě použiju.

**Co například, můžeš to popsat?**

No, když potřebuju rychle odepsat kamarádům, tak odepíšu, nebo kouknout třeba, co je nového, něco vyfotím... Víím, že některým lidem vadí, když si lidi povídají a ten druhý u toho kouká do mobilu. Ale mně to nevádí, když mě ten druhý vnímá... Nevím, jestli to říkám srozumitelně... Prostě, když se bavím s holkama a některý z nich přijde

zpráva, chvilku odepisuje a pak se s náma zase začne bavit, tak mi to nevadí. Ale vím, že někomu to vadit může.

### **A proč si myslíš, že to někomu může vadit?**

Asi proto, že má pocit, že ho ten druhý nevnímá. Ale to odepsání zabere třeba pár vteřin a kolikrát se právě i s holkama zasmějeme tomu, co nám třeba někdo píše. Nebo si píšeme s holkama, který jsou třeba zrovna nemocný nebo nejsou na intru. Takže já to neberu tak, že by to bylo špatný, když se nás víc baví a někdo mezitím dělá něco na mobilu.

### **V čem by byl jiný pobyt na intru, kdybys u sebe mobil neměla?**

Hm, no tak asi by mi vadilo, že bych nebyla ve spojení s lidma, se kterýma si píšu. Myslíte, kdybych neměla tenhle telefon, co mám, nebo jako celkově mobil?

### **Myslím chytrý telefon s připojením k internetu.**

Jo, no. Tak to právě by mi chybělo ten internet. Kdybych měla klasický telefon, tak bych mohla ostatním zavolat nebo napsat esemesku, ale to už je zase placený.

### **Tak v čem myslíš, že by byl ten tvůj klasický den na internátu jiný?**

Bez chytrého telefonu? No, tak v tom, že bych teda ráno hned po probuzení asi na tom mobilu nic nedělala, pak bych si nepsala s kamarádama tak často, potom bych teda asi tolik nefotila, tím já zaberu hodně času. No... já nevím. Bylo by to jiný, ale přežila bych to, dřív taky neměli telefony a svět se nezbořil. Je to asi spíš takový zvyk. Možná i zlozvyk. Já třeba když přijdu někam, kde to úplně neznám, nebo když čekám na zastávce třeba, tak hned automaticky vytahuju telefon a koukám do něj...To i na intru, když třeba čekám frontu na večeri nebo tak. Tak to by nebylo, kdybych ho neměla.

### **Říkáš, že automaticky vytahuješ telefon a koukáš do něj. Proč to děláš, nebo v čem by to bylo jiný, kdybys to nedělala.**

Jo, já nevím, jestli jsem to dobře vysvětlila. Já se prostě cítím v tu chvíli tak nějak líp. Nemám ráda, když na mě lidi koukají, a třeba když přijdu právě na zastávku a tam je víc lidí, tak hned vytáhnu telefon a koukám do něj, mám takovej lepší pocit. Jako že se nemusím s nikým bavit a nemám ten blbej pocit, že na mě ostatní koukají. Ale to tak má, mi přijde, většina lidí. Protože, když se kolem sebe podíváte, tak to dělá fakt skoro každý.

### **Dobře.. Můžeš mi ještě popsat, jak to probíhá, když se na intru učíš a jakou roli v tom hraje mobilní telefon?**

Tak mobil je dobrej v tom, že v něm mám často třeba nafocený poznámky. Když chybím, tak mi to spolužačky vyfotí a kolikrát hned pošlou, takže si to buď přepíšu,

ještě když jsem nemocná, nebo aspoň vím, co ve škole brali... No, a když se učím, tak se snažím soustředit. S tím máme na intru docela problém asi všichni, to se přiznávám. Právě s tím soustředěním. Že buď právě ten mobil pořád stalkujeme a nebo se zakecáme společně, a je po učení. Pak teda ještě... Jak jste se ptala s tím mobilem a učením. Občas si na něj nahrávám nějaký předměty. Jako že si to tam namluvím a pak si to pouštím do sluchátek třeba před spaním. Docela dobře se mi to pak pamatuje. No a teď máme mraky knížek na literaturu, tak já si je pouštím jako audioknihy. Já mám takovou sluchovou paměť, takže si hodně pamatuju, když něco slyším, a v tom je ten mobil dobrej.

### **Je ještě něco, co bys k tomu, o čem jsme si povídaly, chtěla dodat?**

Ještě možná bych řekla, že na něm taky často hraju různé hry, na to jsem zapomněla. A teď jsem si oblíbila Pinterest. Znáte to?

### **Ano, Pinterest znám, proč sis ho oblíbila?**

Protože mě baví designové věci, zajímám se o hygge styl a na tom Pinterestu je toho mraky. Jeden kamarád tam je taky a vždycky vidím, co si třeba on uložit na nástěnku, a inspiruje mě to a pak se o tom bavíme, posíláme si typy další.

Jinak už nevím, co bych dodala. Trochu pořád ještě přemýšlím nad tím, v čem by to teda bylo na intru jiný, než je to teď, kdybych neměla mobil. Ale nevím, vlastně jsem to nezažila, tak nevím, jestli by mi to vadilo, nebo ne. Maximálně, když nejde wifina a já už nemám data, tak to je možná podobný. A to mi chybí to, že nemůžu třeba něco vyfotit a hned to někomu poslat. Ale na to by se asi dalo zvyknout... Asi všechno, no.



## ABSTRAKT

KRATOCHVÍLOVÁ, E. *Mobilní telefon jako „společník“ středoškoláka na domově mládeže*. České Budějovice 2020. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce P. Bauman.

Klíčová slova: mobilní telefon, adolescence, sociální sítě, internet, domov mládeže

Práce se zabývá významem mobilních telefonů pro studenty středních škol, kteří žijí na domově mládeže. První část práce se věnuje základním pojmům, které se pojí k danému tématu, tj. domovy mládeže, období dospívání, zejm. v oblasti emočního vývoje a socializace. Dále je pozornost věnována mobilním telefonům a výzkumům, které byly v této oblasti realizovány. Práce představuje také výsledky vlastního kvalitativního výzkumného šetření realizovaného metodou rozhovorů s pěti respondenty. Tyto propojuje s teoretickými poznatky o vztahu psychosociálního vývoje a online prostředí, s problematikou závislosti na internetu a rizikového chování v dospívání a problematikou online komunit a sociálních sítí.

## **ABSTRACT**

### ***Cell Phone as a Companion for Boarding School Students***

Key words: cell phone, adolescence, social media, boarding school students

The thesis deals with the importance of cell phones for boarding school students. The first part of the thesis deals with the basic concepts, i.e. boarding houses, adolescence, especially in the field of emotional development and socialization. Also, attention is focused on cell phones and researches that have been conducted in this area. The thesis also presents the results of a qualitative research conducted via interviews with five respondents. It connects these with theoretical knowledge of the relation between psychosocial development and cyberspace as well as with the issue of internet addiction and risky behavior in adolescence and the issue of online communities and social networks.