

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

MAGISTERSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM

2019 - 2021

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Petra Vladíková

Vliv internetu na studium vysokoškoláků

Praha 2021

Vedoucí diplomové práce: Doc. PhDr. Alena Svobodová, CSc.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

MASTER COMBINED STUDIES

2019 - 2021

DIPLOMA THESIS

Petra Vladíková

**The Influence of the Internet on the College Student's
Studies**

Prague 2021

The Diploma Thesis Work Supervisor: Doc. PhDr. Alena
Svobodová, CSc.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená diplomová práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne

Petra Vladíková

Poděkování

Děkuji své vedoucí Doc. PhDr. Aleně Svobodové, CSc. za podporu při zpracovávání diplomové práce.

Děkuji Mgr. Bc. Ivě Vladíkové, Ing. Markétě Nesrstové a Ing. Karolíně Nesrstové za konzultace týkající se praktické části práce.

Děkuji všem vysokým školám, jež se rozhodly tento výzkum podpořit a respondentům, kteří byli ochotni zúčastnit se výzkumu.

Anotace

Diplomová práce se zabývá problematikou vlivu internetu na studenty vysokých škol. Práce je rozdělena do dvou částí, teoretické a praktické. Teoretickou část tvoří pět kapitol. První kapitola se zabývá teoriemi informační společnosti a společnosti vědění. Druhá kapitola pojednává o internetu, jeho využitelnosti, vlivu na člověka a možné nebezpečí, které z jeho užívání může plynout. Třetí kapitola rozebírá lidskou osobnost, její vývoj a socializaci v reálném i virtuálním světě. Čtvrtá kapitola je věnovaná osobnosti vysokoškoláka. Řeší situace, se kterými se student při studiu vypořádává, nevynechává zátěžové situace a stres. Vzdělávání přes internet je obsahem páté, poslední kapitoly. Praktickou část práce představuje výzkum, který byl uskutečněný v lednu 2021 prostřednictvím online dotazníkového šetření mezi studenty vysokých škol. Na základě analýzy dat byl výzkum interpretován, doplněn o grafy a tabulky, ale i výpovědi některých respondentů, které jsou uvedeny anonymně pod pořadovým číslem dotazníku. Výsledek práce je podrobně shrnut v závěru práce s doporučením pro praxi.

Klíčová slova

distanční výuka, informace, internet, komunikace, online vzdělávání, osobnost jedince, síla slova, sociální sítě, zasíťování, život vysokoškoláka

Annotation

This diploma thesis deals with the issue of the influence of the Internet on university students. The work is divided into two parts, theoretical and practical. The theoretical part contains five chapters. The first chapter deals with theories The Information Society and The Knowledge Society. The second chapter is concerned with the Internet, its usability, its impact on human being and the possible dangers that may arise from its use. The third chapter analyzes the human personality, its development and socialization in the real and virtual world. The fourth chapter is dedicated to the personality of the university students. It solves situations which the students deal with during his studies, it does not skip stressful situations and tention. Online education is the content of the fifth and the last chapter. The practical part of the diploma thesis is a research that was done in January 2021 through an online questionnaire survey among university students. Based on the analysis of data, the research was interpreted, complemented by graphs and tables, as well as statements of some respondents, which are listed anonymously under the serial number of the questionnaire. The result of the survey is summarized in detail at the end of the thesis with recommendations for practical living.

Keywords

distance education, information, internet, communication, online learning, personal individuality, power of word, social networks, networking, student life

ÚVOD	9
TEORETICKÁ ČÁST	13
1 INFORMAČNÍ SPOLEČNOST A SPOLEČNOST VĚDĚNÍ.....	13
2 INTERNET	16
2.1 MODERNÍ GRAMOTNOSTI.....	18
2.2 KYBERPROSTOR A KYBERKULTURA.....	20
2.2.1 Vlastnosti kyberprostoru	21
2.3 NEBEZPEČÍ NA INTERNETU.....	22
2.3.1 Falešné profily.....	23
2.3.2 Sociální sítě	24
2.3.3 Reklamy a kampaně	25
2.3.4 Informace a dezinformace	27
2.4 ZÁVISLOST NA INTERNETU	29
2.5 VLIV INTERNETU NA ČLOVĚKA	32
3 LIDSKÁ OSOBNOST, IDENTITA	37
3.1 DEFINICE OSOBNOSTI	37
3.2 VÝVOJ OSOBNOSTI	39
3.3 SOCIALIZACE OSOBNOSTI	40
3.3.1 Online socializace a online identita	41
3.3.2 Online identita vs. anonymita	43
4 VYSOKÁ ŠKOLA.....	45
4.1 OSOBNOST VYSOKOŠKOLÁKA	46
4.2 ŽIVOT VYSOKOŠKOLÁKA	48
4.2.1 Zátěžové situace.....	48
4.2.2 Stres a stresory	49
4.2.3 Stresory ve školním prostředí.....	52
4.2.4 Pandemie jako stresor	54
4.2.5 Zvládání stresu	59
4.2.6 Duševní hygiena	61
4.2.7 Prokrastinace	62
4.2.8 Prekrastinace	64
4.2.9 Multitasking	65

5	VZDĚLÁVÁNÍ PŘES INTERNET	68
5.1	KOŘENY DISTANČNÍ VÝUKY	68
5.2	FORMY DISTANČNÍ VÝUKY	70
5.2.1	E-learning.....	70
5.2.2	Online výuka	72
5.2.3	Offline výuka	73
	PRAKTICKÁ ČÁST	75
6	METODIKA VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ.....	75
6.1	PŘÍPRAVNÁ FÁZE	75
6.2	VÝZKUMNÉ TÉMA A VÝZKUMNÝ PROBLÉM	75
6.3	VÝZKUMNÉ CÍLE, OTÁZKY A HYPOTÉZY	76
6.4	DRUH VÝZKUMU, METODA SBĚRU DAT A VÝZKUMNÝ VZOREK....	78
7	ANALÝZA A INTERPRETACE DAT	81
7.1	OBLAST - OBECNÉ INFORMACE	82
7.2	OBLAST - INTERNET OBECNĚ	87
7.2.1	Výzkumná otázka a hypotézy	96
7.2.2	Shrnutí.....	98
7.3	OBLAST – INTERNET A STUDIUM.....	99
7.3.1	Výzkumná otázka a hypotézy	107
7.3.2	Shrnutí.....	110
7.4	OBLAST – KOMUNIKACE PŘES INTERNET	111
7.4.1	Výzkumná otázka a hypotézy	121
7.4.2	Shrnutí.....	123
7.5	OBLAST – DISTANČNÍ VÝUKA	124
7.5.1	Výzkumná otázka a hypotézy	139
7.5.2	Shrnutí.....	143
7.6	ZAMYŠLENÍ RESPONDENTŮ NAD TÉMATEM	144
	ZÁVĚR	146
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	151
	SEZNAM TABULEK A GRAFŮ.....	163
	SEZNAM PŘÍLOH	166

ÚVOD

„Dříve jsme považovali internet za důležitý, dnes za nezbytný.“¹

Možná ještě v únoru 2020 by se dalo o důležitosti internetu polemizovat. Dnes si většina z nás život bez možnosti připojení se k síti nedokáže ani představit. Doba, ve které žijeme, je stále více elektronizována, digitalizována a schopnost připojit se k internetu je aplikována do stále širšího spektra produktů. Kromě počítačů, tabletů a chytrých telefonů je možné koupit televizi, vysavač, hodinky nebo osobní váhu s možností připojení se k síti. Tyto produkty se souhrnně nazývají „Internet věcí“. Pojem vychází z anglického „Internet of Things“ a v nejširším slova smyslu zahrnuje všechny věci, které jsou připojeny k internetu a dokáží spolu „mluvit“.² Cílem tohoto konceptu je podle mnohých eshopů a výrobců mít za pomoci internetu pod dohledem celý svůj domov, nastavovat díky němu vytápění, alarm nebo si zjednodušit činnosti, které nás nebaví.³ Jako příklad můžeme uvést koncept obchodního řetězce Lidl Smart Home nebo Ikea Home Planner.

Je zřejmé, že internet nabízí mnohá vyžití a využití. Používají jej děti, mládež a dospělí v produktivním i důchodovém věku. Internetové zpravodajství iDnes.cz uvádí, že v roce 2019 využívali internet čtyři z pěti obyvatel země, což je 80 % populace.⁴ Server Netmonitor uvádí, že v roce 2020 využívalo internet 90 % obyvatel České republiky starších 10ti let.⁵ Vzhledem k současné situaci se ale můžeme domnívat, že byt' relativně nová data (listopad 2019, březen

¹ Autorka diplomové práce.

² What is the Internet of Things? WIRED explains | WIRED UK. WIRED UK - Future Science, Culture & Technology News and Reviews [online]. Copyright © Cond [cit. 07.02.2021]. Dostupné z: <https://www.wired.co.uk/article/internet-of-things-what-is-explained-iot>

³ Internet věcí - IoT. Alza.cz: *Nakupujte bezpečně z pohodlí domova* [online]. © 1994 - 2021 Alza.cz [cit. 2021-02-07]. Dostupné z: <https://www.alza.cz/internet-veci-iot/18858762.htm# cud=1>

⁴ KRUTILEK, Ondřej. Počet uživatelů internetu v Česku letos prolomil hranici sedmi milionů. *iDnes.cz - s námi víte víc* [online]. © 1999–2021 MAFRA, 26. listopadu 2019, 11:07 hod [cit. 2021-02-07]. Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/internet-uzivatele-cesko-sedm-milionu.A191126_094547_domaci_onkr

⁵ Češi online 2020 | SPIR. *Úvodní stránka* | SPIR [online]. Copyright © 2016 SPIR z. s. p. o. Všechna práva vyhrazena. Vytvořeno v Macron Software, publikováno 30. března 2020. [cit. 07.02.2021]. Dostupné z: <https://www.netmonitor.cz/cesi-online-2020>

2020) jsou nyní zastaralá. Můžeme ale s jistotou tvrdit, že internet se stal partnerem většiny z nás. Využíváme jej ve studijním, soukromém i pracovním životě.

Internet ve své podstatě plní funkci informační databanky. Databáze informací na internetu je prakticky nekonečná. Zpravidla je možné dohledat data stará desítky let, ale i informace byt' jen vteřinu staré. Některé údaje jsou volně dostupné, jiné jsou jen pro registrované uživatele, další mohou být zpoplatněny. Výhodou získávání informací prostřednictvím internetu je rychlost, obsáhlost a aktuálnost. Zpravidla záleží na uživateli, jak dobře se na internetu orientuje a umí v tomto prostředí hledat. Velkým úskalím je relevantnost informací, které často nejsou podloženy zdroji, nemají autora. Mnohdy se tyto zdánlivě platné informace šíří nejrychleji, a proto v očích uživatelů mohou vypadat pravdivě, protože: „se o nich přece píše všude.“

Budeme-li se bavit o vysokoškolských studentech, můžeme s jistotou sobě vlastní říci, že brouzdání po internetu z tepla domova nebo koleje je mnohem rychlejší a pohodlnější, než zdoluhavé pátrání po knize v knihovně či archivu. Na internetu se navíc nestane, že je kniha vypůjčená. Zádrhel nastává ve chvíli, kdy si student nedokáže ověřit platnost ani zdroj informace. Příspěvky na internet může přidávat jakákoliv osoba s přístupem k síti, přičemž neexistuje žádná kontrola shora. Uživatel proto musí prostředí internetu dobře znát a vědět, kde hledat kvalitní informace nebo přímo odborné zdroje. Stejně zrádné je vyhledávání informací na sociálních sítích. Mnoho uživatelů internetu považuje za kvalitní zdroj informací influencersy nebo bloggery, kteří sdílí své vlastní obsahy, a to jen proto, že je sledují tisíce lidí.

Věková hranice pro užívání internetu se neustále snižuje. Dnes si na YouTube umí najít pohádku i tříleté děti, avšak to nesvědčí o schopnosti orientovat se na internetu a umět jej využívat k žádoucím účelům. Internetová gramotnost by se měla podporovat už na základní škole, vzhledem k tomu, že většina úkonů spojených se studiem na všech stupních vzdělávání je s kompetencí efektivně využívat internet spojena – elektronické žákovské knížky, elektronické přihlášky ke studiu, školní informační systémy aj.

Konkrétně dnes se navíc bavíme o vzdáleném přístupu ke knihám, odborným článkům, zákonům, přednáškám, fotkám a videím.

Samostatnou kapitolou jsou sociální sítě. Kdo je využívá, je trendy a jde s dobou. Problémem je narůstající počet sociálních sítí. Každá nabízí jiné vychytávky, a tak „oběhnout“ všechny účty může uživateli trvat i hodiny. Jakkoliv se to může zdát pošetilé či lehkomyšlné, sociální sítě hrají v životě studentů důležitou roli. Vznikají studentské sociální sítě, anebo se v rámci sociálních sítí vytvářejí otevřené nebo uzavřené komunitní skupiny, chaty, profily. Zde probíhá výměna informací - písemná, obrazová, sdílené soubory, zvuk. Komunikace prostřednictvím sociálních sítí je rychlá a nabízí prakticky okamžitou odezvu. Umožňuje studentům rychlý přenos informací důležitých ke studiu. Studenti mezi sebou sdílí zápisy z přednášek, připomínají si termíny zápočtových testů nebo si radí, kde najít učebnu. Nejen mezi současnými studenty, ale i budoucími, probíhá sdílení učebnic a studijních materiálů, prezentací. Dochází tak k tomu, že student, který není zasíťovaný, je reálně ohrožený neinformovaností, snižuje se mu sociální kredit. Sociální sítě jsou mocný nástroj, který pomáhá utvářet studijní atmosféru a pocit sounáležitosti mezi studenty.

Předložená diplomová práce se zabývá vlivem internetu na studium vysokoškoláků. Snahou diplomové práce je zmapovat, jakou roli hraje internet v životě studenta vysoké školy. Zajímá nás, jak studenti vnímají internet, kolik na něm tráví času, jak se jeho užívání během studia projevuje a jakou důležitost mu v rámci studia přiřadí. Současně je řešena otázka nastavení komunikačních kanálů mezi studenty samotnými i mezi studenty a školou.

Diplomová práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část se opírá o odbornou literaturu, publikace a články, a to jak v tištěné, tak i v elektronické formě. Skládá se z pěti kapitol. První kapitola se zabývá teoriemi informační společnosti a společnosti vědění. Druhá kapitola řeší internet, sílu slova, sociální sítě, závislost na internetu i vliv internetu na člověka. Osobnost

jedinice, všeobecné studijní a psychické předpoklady pro studium na vysoké škole rozebírá kapitola třetí. Věnuje se také online socializaci a online identitě. Čtvrtá kapitola je zaměřená na osobnost vysokoškoláka a jeho studium. Rozebírá zátěžové situace, stres a stresory ve školním prostředí, zvládání stresu i duševní hygienu. Vzdělávání přes internet tvoří poslední kapitolu teoretické části. Tato kapitola se věnuje kořenům a formám distanční výuky. Praktická část práce se zabývá samotným výzkumem a jeho interpretací.

TEORETICKÁ ČÁST

1 INFORMAČNÍ SPOLEČNOST A SPOLEČNOST VĚDĚNÍ

Ve snaze pochopit a popsat moderní společnost vznikalo ve druhé polovině 20. století množství teoretických konceptů současné společnosti. Žádný koncept ale nezískal jednoznačnou podporu a ani nebyl schopen komplexně pojmut všechny důležité rysy dnešní často rozporuplné společnosti.⁶

Koncem 70. let začíná být postindustriální společnost vytlačována novým konceptem informační společnosti. Ten vychází z myšlenky, že postupem času se stanou informace strategickými zdroji, na kterých budou záviset celé populace. Lidé s přístupem k nim a lidé, kteří s nimi budou umět zacházet, se stanou novou elitou, novými lídry společnosti. Zároveň s tímto konceptem by přišla na řadu informační revoluce, jejímž cílem by bylo zvýšit objem přenášených informací v reálném čase za pomoci nových informačních a komunikačních technologií.⁷

Koncept informační společnosti však nereflektuje skutečnost. Totiž více než o informace jde o vědění. Proti konceptu informační společnosti tak stojí koncept společnosti vědění, který je svědkem další transformace společnosti, jež výrazně ovlivňuje a mění společenské instituce. Zásadním rozdílem mezi těmito dvěma pojetími je tvrzení, že informace představují jen určité soubory dat, které jako takové mají nulovou hodnotu, dokud nepřijde někdo, kdo má znalosti a vědění k tomu je zformulovat, zpracovat a dále vykládat. Koncept společnosti vědění, který je také známý jako „ekonomika založená na

⁶ Veselý, A. Společnost vědění jako teoretický koncept. Sociologický časopis / Czech Sociological Review, 2004, vol. 40, iss. 4, p. 433-446, str. 434

⁷ Veselý, A. Společnost vědění jako teoretický koncept. Sociologický časopis / Czech Sociological Review, 2004, vol. 40, iss. 4, p. 433-446, str. 436

znalostech“ nebo „učící se společnost“, proto klade do popředí rozvoj lidského kapitálu a potenciálu.⁸

První z konceptů klade důraz na informační technologie, umělou inteligenci a člověka chápe jako objekt či příjemce. Druhý koncept klade důraz na rozvoj lidského potenciálu, který by při dostatečné míře rozvoje mohl být nikoliv objektem, ale subjektem jednání.⁹

Současná technologická revoluce je přímou cestou k informační společnosti, která je založena na vzájemném propojování technologií (informačních, komunikačních a masově – mediálních). Výsledkem celého procesu je zvýšení dostupnosti veřejných informací bez ohledu na místo a čas. Na rozdíl od dřívějších technologických vln je tato charakterizována plošností a ohromnou rychlostí pronikání do všech oblastí společnosti. Změny se dotýkají průmyslu, služeb, soukromého a veřejného sektoru, ale i vzdělávání.¹⁰

V polovině 90. let se začalo s budováním tak zvaných ‚informačních dálnic‘, jejichž úkolem bylo propojit informační zdroje a prostředky zpracování informací do globální sítě.¹¹ Řeč je o vybavování společnosti moderními a kvalitními počítači, technologickému rozvoji přenosu dat, vylepšování softwarů a jeho osvojování potenciálním uživatelem. Informační dálnici lze chápat jen jako základní úroveň, jelikož nad ní existuje další rovina, kterou tvoří samotný informační a komunikační obsah jednotlivých uživatelů. Jakmile člověk překoná bariéru mezi sebou a inovací, začíná prostřednictvím internetu vytvářet komunitu. Teprve souhrn všech těchto částí utváří to, čemu se říká ‚informační

⁸ Veselý, A. Společnost vědění jako teoretický koncept. Sociologický časopis / Czech Sociological Review, 2004, vol. 40, iss. 4, p. 433-446, str. 433 - 436

⁹ Veselý, A. Společnost vědění jako teoretický koncept. Sociologický časopis / Czech Sociological Review, 2004, vol. 40, iss. 4, p. 433-446, str. 436

¹⁰ Informační společnost. Masarykova univerzita: Fakulta informatiky Masarykovy univerzity [online]. [cit. 2021-02-08]. Dostupné z: <https://www.fi.muni.cz/~smid/INFPOL99.htm>

¹¹ Informační společnost. Masarykova univerzita: Fakulta informatiky Masarykovy univerzity [online]. [cit. 2021-02-08]. Dostupné z: <https://www.fi.muni.cz/~smid/INFPOL99.htm>

superdálnice'.¹² Postupem času bylo nutné vytvářet globální informační infrastrukturu, která by napříč světem umožnila koordinovat nejen činnost lidí, ale i procesy či techniku, přičemž by dokázala zprostředkovat propojení až ke koncovým uživatelům.¹³

Jednoznačným přínosem informační společnosti jsou prakticky neomezené marketingové techniky, funguje elektronický obchod nebo bezskladové zásobování. Je možné elektronicky publikovat nebo šířit video programy, pracovat či studovat z domova. Na druhou stranu je nutné vzít v potaz informační kriminalitu, podvody s elektronickými dokumenty nebo šíření mylných informací. **Klíčovou rolí v informační společnosti proto hraje vzdělávání a s ním související informační gramotnost.**¹⁴

¹²SAK, Petr a Karolína SAKOVÁ. Mládež na křižovatce: sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace. Praha: Svoboda Servis, 2004. ISBN 80-863-2033-2, str. 132

¹³ Informační společnost. Masarykova univerzita: Fakulta informatiky Masarykovy univerzity [online]. [cit. 2021-02-08]. Dostupné z: <https://www.fi.muni.cz/~smid/INFPOL99.htm>

¹⁴ Informační společnost. Masarykova univerzita: Fakulta informatiky Masarykovy univerzity [online]. [cit. 2021-02-08]. Dostupné z: <https://www.fi.muni.cz/~smid/INFPOL99.htm>

2 INTERNET

Internet je médium, pro které je typická neustálá proměnlivost. Kdybychom chtěli srovnat celkový obsah internetu ve dvou různých okamžicích, nikdy nebude stejný. Obsahuje obrovské množství informací, přičemž struktura dat se nenaruší ani v případě, že některý z uživatelů po celém světě přidá svůj vlastní příspěvek či obsah.¹⁵

V souvislosti s prakticky nekonečným množstvím informací se objevuje nutnost třídit data. Rozsáhlost internetu způsobuje několik paradoxů, kterým musí jejich uživatel čelit. Máme na mysli obecně známé informace, které ale v souhrnu mohou uživateli způsobit velké problémy. Při procházení internetu, zvláště pak při čerpání informací do seminárních, bakalářských a jiných kvalifikačních prací, je třeba mít na paměti:

- **nestabilitu webových stránek:** na internetové síti jsou miliardy webových stránek, které se rychle mění. Denně na internetu vzniknou a zaniknou tisíce stránek.¹⁶
- **kvantitu a kvalitu dat:** možnost vkládat svobodně informace týkající se všeho a všech na síť způsobují každodenní dilema kvantita vs. kvalita dat. Vzhledem k tomu, že na internetu (zatím) neexistuje cenzor obsahů, žije řada informací vlastním životem. Především ti uživatelé, kteří nejsou schopni přistupovat k informacím kritickým pohledem, by měli posuzovat kvalitu obsahu podle několika základních otázek:¹⁷
 - o **Kdo je autorem obsahu?** Jakou má odbornost ve vztahu k danému tématu?

¹⁵ SAK, Petr a Karolína SAKOVÁ. *Mládež na křižovatce: sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Praha: Svoboda Servis, 2004. ISBN 80-863-2033-2, str. 192

¹⁶ MUSIL, Josef. *Komunikace v informační společnosti*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2007. ISBN 978-80-86723-39-6, str. 35

¹⁷ KOLEKTIV AUTORŮ. *Jak vypracovat bakalářskou a diplomovou práci*. 6., aktualiz. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2015, 80 s. ISBN 978-80-7452-106-5, str. 18

- **Jsou informace v příspěvku přesné a objektivní?** Má autor informace podloženy a z čeho vychází? Příkladá odkazy na odborné články nebo literaturu?
- **Je www stránka z hlediska obsahu srovnatelná** s jinými stránkami, které se zabývají stejným či podobným tématem?
- **Obsahuje-li webová stránka nové a originální myšlenky,** podkládá je objektivními argumenty? Text by neměl být citově zabarvený.
- **Koresponduje styl jazyka s cílovou skupinou?** Způsob vyjadřování musí být v souladu s příjemcem informace, např. článek o moderních pedagogických metodách, jehož cílovou skupinou je laická veřejnost, by neměl být příliš odborný.
- **Dokážeme dohledat nějaká doporučení,** případně autora informací?
- **Dokážeme dohledat datum publikování příspěvku,** případně jeho poslední aktualizaci?
- **Nacházejí se na webové stránce funkční odkazy?** Prokliky ze stránky nasměrují uživatele na jinou existující stránku.
- **Je webová stránka přehledná?** Má funkční navigační systém? Souvisejí případné obrázky, videa nebo zvuky s daným tématem?¹⁸

Víme, že na internetu můžeme najít špičkové vědecké výzkumy, kvalitní odborné práce, ale také mystifikace, dezinformace nebo cílené podněcování k nějaké aktivitě. Velké množství informací na internetu je dále reprodukováno, upravováno a tím zkreslováno. Někdy mnohonásobně. Student, potažmo jakýkoliv jiný uživatel internetu, by se tak měl mít na pozoru a neměl by se

¹⁸ KOLEKTIV AUTORŮ. *Jak vypracovat bakalářskou a diplomovou práci*. 6., aktualiz. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2015, 80 s. ISBN 978-80-7452-106-5, str. 18 (všech devět odrážek)

omezovat jen na tento zdroj, jinak by totiž odsunul na vedlejší kolej originální prameny.¹⁹

2.1 MODERNÍ GRAMOTNOSTI

Ještě před několika lety se odvětví vzdělávání a školství domnívalo, že využívání webových stránek má pro školu minimální přínos. Vzdělávacím institucím chyběl finanční i lidský kapitál, představa o využití internetu. S dynamickým rozvojem informačních technologií se vše rychle změnilo. Důležitost internetu ve školství výrazně vzrostla. V rámci formálního i neformálního vzdělávání byly a do dnes jsou realizovány důležité programy, které kladou důraz na počítačovou a internetovou gramotnost. Přesto v oblasti informačních a komunikačních technologií vznikají mezi lidmi znalostní a dovednostní rozdíly, které by měli vzít pedagogové a andragogové v potaz.²⁰

Rozvoj výpočetní techniky, moderních komunikačních technologií, rozšíření internetu a trend internetu věcí nutně vyžadují schopnosti zacházet s počítači, chytrými telefony, orientovat se na internetu, být schopen třídit informace. Soubory těchto schopností můžeme rozdělit do čtyř typů gramotností – počítačové gramotnosti, internetové gramotnosti, digitální gramotnosti a informační gramotnosti.

Počítačovou gramotností rozumíme jednu z vyšších forem základní gramotnosti. Jedná se o komplexní znalosti související se základní schopností pracovat s informačními technologiemi a digitálními přístroji, zejména

¹⁹ MUSIL, Josef. *Úvod do sociální a masové komunikace*. Vyd. 2. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-44-0, str. 36

²⁰ EGER, Ludvík. *Komunikace vzdělávacích organizací s veřejností na internetu: Edice „Česká a slovenská andragogika“*, sv. 5. Praha: Česká andragogická společnost, 2010. Česká a slovenská andragogika. ISBN 978-80-87306-07-9, str. 5 - 8

s osobními počítači, mobilními telefony, tablety aj. Schopnost pracovat s počítačem se dnes očekává prakticky od všech nemanuálních profesí.²¹

Internetovou gramotností rozumíme jednu z vyšších forem základní gramotnosti. Pojem pokrývá základní schopnost práce se službami na internetu, tedy schopnost vyhledávat informace na webových stránkách, schopnost pracovat s emailem a využívat další služby a možnosti internetu, např. sociální sítě, diskusní fóra, messaging.²²

Informační gramotností rozumíme jednu z vyšších forem základní gramotnosti. Člověk, který je informačně gramotný, je vybaven komplexními znalostmi a schopnostmi práce s informacemi. Takto vybavení by měli být především studenti, lidé pracující v odvětví vzdělávání, manažeři, personalisté aj. Informační gramotnost hraje roli při řešení problémů, snižuje míru rizika špatného vyhodnocení informací, zvyšuje míru informační bezpečnosti.²³

Digitální gramotností rozumíme: „*soubor kompetencí nutných k identifikaci, pochopení, interpretaci, vytváření, komunikování a účelnému a bezpečnému užití digitálních technologií (jejich technických vlastností i obsahu) za účelem udržení či zlepšení své kvality života a kvality života svého okolí, tj. např. za účelem pracovní i osobní seberealizace, rozvoje svého potenciálu a udržení či zvýšení participace na společnosti.*“²⁴

²¹Počítačová gramotnost (Computer Literacy): Co je počítačová gramotnost (Computer Literacy). *Sociální síť pro business - ManagementMania.com* [online]. 03.08.2016 [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/pocitacova-gramotnost>

²²Internetová gramotnost: Co je internetová gramotnost. *Sociální síť pro business - ManagementMania.com* [online]. 07.09.2015 [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/internetova-gramotnost>

²³Informační gramotnost: Co je informační gramotnost. *Sociální síť pro business - ManagementMania.com* [online]. 31.10.2016 [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/informacni-gramotnost>

²⁴ZPRACOVÁNO PRO MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ (MPSV). *Digitální gramotnost: Zpráva o stavu a výuce digitální gramotnosti a komparace se zahraničím* [online]. Desk research, MEDIAN, s. r. o. květen 2017, 36 s. [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: https://www.mpsv.cz/documents/20142/225517/Digitalni_gramotnost_-_Zprava_o_stavu_a_vyuce_digitalni_gramotnosti_a_komparace_se_zahranicim.pdf/f633dd0f-e5df-c19f-7cfa-38291b31ceb4, str. 3

Se základní gramotností, která obsahuje znalost čtení, psaní a počítání, už si žádný obyvatel moderního světa nevystačí. Aby člověk v digitalizovaném světě dokázal žít, uplatnit se a pracovat, potřebuje podstatně širší škálu dovedností.²⁵ „Porozumění a práce s informacemi prostřednictvím různých digitálních nástrojů na všech úrovních Bloomovy taxonomie (paměť, porozumění, užití, analýza, hodnocení a tvorba) je něco, co očekáváme nejen u mladé generace, ale i u dospělých lidí bez ohledu na věk.“²⁶

2.2 KYBERPROSTOR A KYBERKULTURA

Pojem **kyberprostor** vychází z anglického ‚cyberspace‘ a na počátku 80. let minulého století jej poprvé použil americký prozaik William Gibson ve svých povídkách Vypálit chrom a Neuromancer. Gibson popisuje kyberprostor jako:²⁷ „konsenzuální datovou halucinaci, vizualizovanou v podobě imaginárního prostoru, tvořeného počítačově zpracovanými daty a přístupného pouze vědomí (a nikoli fyzické tělesnosti) uživatelů.“²⁸ Ve vztahu k existujícím počítačovým sítím začal jako jeden z prvních užívat termín kyberprostor spoluzakladatel organizace Electronic Frontier Foundation, John Perry Barlow. V polovině 90. let minulého století přichází antropolog David Hakken s bližší, více sociální definicí kyberprostoru. Chápe jej jako vzájemnou interakci sociálních aktérů prostřednictvím pokročilých informačních technologií. Ještě v době, kdy internet nebyl zdaleka tak rozšířený, jako dnes, poukazoval Hakken na potencionální životní styly svázané s kulturním bytím vytvářeným pomocí informačních technologií.²⁹ Kulturu v této formě pak chápeme jako **kyberkulturu**. Tento specifický druh kultury má na člověka ohromný vliv a je zřejmé, že způsobuje

²⁵ DOBEŠ, Martin. Gramotnost: rozdíl mezi dneškem a zítřkem. *European Commission: EPALE | Elektronická platforma pro vzdělávání dospělých v Evropě* [online]. 28. srpna 2017 [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://epale.ec.europa.eu/cs/blog/literacy-skills-difference-between-now-and-then>

²⁶ Ibid.

²⁷ MACEK, Jakub. Kyberprostor (Cyberspace): Časopis pro kritickou reflexi médií. *Revue pro média: Časopis pro kritickou reflexi médií* [online]. Katedra mediálních studií a žurnalistky, FSS MU. Brno: Spolek přátel pro vydávání časopisu HOST, (RPM 5) [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <http://rpm.fss.muni.cz/Revue/Heslar/kyberprostor.htm>

²⁸ Ibid.

²⁹ Ibid.

změny lidského chování, umožňuje sdružovat se, komunikovat, politicky participovat a získávat informace. Vše prostřednictvím počítačů, tabletů, telefonů a internetu.³⁰

Nejmodernější a nejčastěji uváděnou definicí **kyberkultury a kyberprostoru** je zejména tato, jejímž autorem je filozof a mediální teoretik Pierre Lévy. Uvádí, že kyberprostor, také známý jako síť, je nové komunikační médium. Komunikace probíhá prostřednictvím celosvětově propojených počítačů, přičemž se zároveň vytváří infrastruktura digitálních komunikací, které živí lidské bytosti, jež se zde pohybují. Kyberkulturou se pak rozumí soubor hmotných a intelektuálních postupů, postojů, způsobů myšlení a hodnot, které se vyvinuly společně s růstem kyberprostoru.³¹

2.2.1 VLASTNOSTI KYBERPROSTORU

Základní vlastností kyberprostoru (dále také sítě) je **globální pokrytí**. To je u internetu zcela evidentně splněno. Současná podoba internetu s miliony připojených uživatelů, serverů a dalších zařízení původní představu kyberprostoru prakticky předčila. Druhou důležitou vlastností je **decentralizovanost**. Neexistence centrální autority přímo odkazuje na skutečnost, že internet je řízen jen jeho uživateli, často se přizpůsobuje majoritě. **Otevřenost** internetu je další z vlastností, které můžeme jmenovat. Po splnění technických požadavků se může připojit prakticky kdokoli. Dotyčný se může na síti volně pohybovat, komunikovat s ostatními uživateli, navazovat známosti atd. Nesmíme ale zapomínat na možnost síť zneužívat. Otevřenost mimo jiné znamená ohromné množství informací. Každý uživatel může z kyberprostoru stahovat informace nebo je naopak prezentovat na síti dle libosti. Mnoho informací tak končí v zapomnění nebo je lze jen těžko dohledat.

³⁰ SAK, Petr a Karolína SAKOVÁ. *Mládež na křižovatce: sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Praha: Svoboda Servis, 2004. ISBN 80-863-2033-2.

³¹ VÍTEK, Radek. *Nová média a kyberkultura: Kyberkultura*. DocPlayer.cz [online]. 2021 © DocPlayer.cz, 2017 [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://docplayer.cz/18345156-Nova-media-a-kyberkultura-tema-kyberkultura-klicova-slova-kyberkultura-kyberpunk-hacker-globalni-intelligence.html>, str. 2

Lidé, kteří jsou dnes na internetu závislí více, než kdy dříve, se tak potýkají s velmi naléhavým problémem – tříděním a hodnocením dat. Poslední důležitou vlastností kyberprostoru je **deteritorializace**, čili zmenšování vzdáleností mezi jednotlivými uživateli. Prostředí internetu není rozdělené hranicemi nebo kontinenty, časová pásma nehrají žádnou roli, stejně tak jazyk. Toto prostředí je rajskou zahradou pro nelegální činnost, souboje subkultur, šířitele dogmatických náboženství, atd. V kyberprostoru se člověku nemůže fyzicky nic stát. Může vystupovat pod falešným jménem, upravovat svůj věk, naplňovat svoji vlastní představu o sobě samém. To je také důvod, proč je prostřednictvím internetu snazší uplatňovat vůči druhému své názory nebo agresí.³²

2.3 NEBEZPEČÍ NA INTERNETU

Internet ve své podstatě plní stejné funkce, jako televize, rádio či noviny. Významným rozdílem je podstatně vyšší míra interaktivity. V jeden okamžik můžeme sledovat internetovou televizi, odesílat email, chatovat s kamarády a objednávat zboží. Procházet se internetem zkrátka znamená procházet se tím, co se stovky milionů uživatelů rozhodly zveřejnit.³³

Internet je zneužitelný stejně, jako jakákoliv jiná lidská aktivita. Možné nebezpečí zabírá obrovskou škálu hrozeb od útoků hackerů na finanční trhy, ilegální obsahy, pornografii, autorskou mystifikaci, špionáž, rasismus, porušování autorských práv, nevyžádanou reklamu, žebrání. Níže jsou rozebrána ta rizika, kterými je ohrožen běžný uživatel sítě.³⁴

³² JIROVSKÝ, Václav. *Kybernetická kriminalita: nejen o hackingu, crackingu, virech a trojských koních bez tajemství*. 1. vydání. Praha: Grada, 2007, 284 s. ISBN 978-80-247-1561-2, str. 33 - 35

³³ MUSIL, Josef. *Úvod do sociální a masové komunikace*. Vyd. 2. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-44-0, str. 34 - 35

³⁴ *Ibid*, str. 37 - 40

2.3.1 FALEŠNÉ PROFILY

Toto nebezpečí je typické především pro sociální sítě. Kontakt s jinou osobou prostřednictvím kyberprostoru není osobní, fyzický. Žádný uživatel si nemůže být jistý, kdo se skrývá na druhém konci komunikačního kanálu – skutečný přítel nebo osoba s falešnou identitou? Podle Policie České republiky jsou nejvíce ohroženou skupinou dívky ve věku od 12 do 15ti let.³⁵ Domníváme se, že úplně stejně ohrožené mohou být starší generace, které na internetu nevyrostaly, totéž ale platí i o osamělých lidech.

Rozeznat **falešný účet** je někdy možné okamžitě, většinou to však není snadné. Prakticky každému uživateli elektronického emailu nebo uživateli sociální sítě se někdy stalo, že mu přišla výzva k nějaké činnosti nebo aktivitě, kterou na první pohled poslal někdo známý. Objevují se zprávy typu: „Ahoj, ztratila jsem mobil, můžeš mi na sebe poslat telefonní číslo?“ nebo „Ahojky, stáhni si tuto aplikaci, je super.“ Reakce na tyto zprávy může mít fatální následky, protože ohrozí zařízení, ze kterého se připojujeme, ale i samotného uživatele.³⁶

Problematice falešných identit na internetu se věnuje například stránka Bud' safe online³⁷, která organizuje kurzy a nabízí učitelům i rodičům tipy na to, jak nenaletět podvodníkovi, nenechat si ukrást účet, zkrátka zůstat v bezpečí i na síti. Není jediná. Edukační portál České televize³⁸ má ve svém archivu 19 videí zaměřených na bezpečnost v digitálním světě. Videá jsou zpracovaná tak, aby jim rozuměli už žáci základních škol.

³⁵ SCHNEEWEISSOVÁ, Barbora. Nebezpečí na internetu. *Police České republiky: KŘP Středočeského kraje* [online]. © 2020 Policie ČR [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/uzemni-odbor-praha-venkov-zapad-zpravodajstvi-nebezpeci-na-internetu.aspx>

³⁶ MIČKE, David. Dostali jste někdy od „kamaráda“ na Facebooku či Whatsappu zprávu ke stažení apky, co pak zpomalila vaše zařízení? Poznat falešný profil není snadné.: Jak poznat fake účet? *Bud' safe online: Zjistí, jak být na internetu v klidu a v bezpečí* [online]. 1988 - 2021 Copyright Avast Software, 10. 6. 2019 [cit. 2021-02-11]. Dostupné z: <https://www.avast.com/cz/besafeonline/blog/dejte-si-bacha-na-falesne-profilu>

³⁷ Odkaz na zmíněný webový portál: [avast.com/cz/besafeonline](https://www.avast.com/cz/besafeonline)

³⁸ Odkaz na zmíněný webový portál: <https://edu.ceskatelevize.cz/tema/bezpecnost-v-digitalnim-svete>

2.3.2 SOCIÁLNÍ SÍŤ

Nejrozšířenějšími sociálními sítěmi jsou Facebook a Instagram. Facebook slouží k budování komunit, vytváření skupin, sdílení souborů mezi přáteli i cizími lidmi. Instagram můžeme charakterizovat jako elektronické fotoalbum, archiv zážitků pro sdílení mezi přáteli i cizími lidmi. Mezi další známé a oblíbené sociální sítě patří Pinterest, Twitter, Snapchat, Whatsapp, Viber a další. Každá síť se na něco specializuje. Každá síť má svá pro a proti. Vždy je důležité správné nastavení účtu.

Sociální sítě mohou vzbuzovat dojem bezpečí a soukromí. Uživatelé si musí uvědomit, že se stále jedná o internet - o veřejný prostor. Jakékoliv přísliby bezpečí a ochrany soukromí nelze brát vážně. Historie Facebooku je plná fatálních selhání, co se ochrany soukromí uživatelů týče.³⁹ Momentálně nejdiskutovanější je aféra sociální sítě WhatsApp a přechod tisíců uživatelů na méně známou sociální síť Signal.

Obecným pravidlem je neodcházet od počítače nebo jiného zařízení, které je připojeno k nějakému uživatelskému účtu. Důležité je dobré heslování, avšak i tady platí, že prakticky jakékoliv heslo je se znalostí možné prolomit. Dalším důležitým kritériem bezpečnosti je umožnit nahlédnout do svého profilu jen těm, které skutečně dobře známe. Především děti a mládež si mezi své přátele ochotně pouští cizí lidi. Neméně důležité je využívat ve svém zařízení antivirové programy, nástroje pro blokování reklam a nevhodných stránek. Sociální sítě mohou být prospěšnou pomůckou, pokud jsou užívány střídavě a s rozumem. Platí zde známá přísloví: „dobrý sluha, zlý pán“ a „všeho moc škodí“.⁴⁰

³⁹ *Rizika sociálních sítí a co by děti měly vědět: Metodický materiál* [online]. I-Bezpečná škola. Národní centrum bezpečnějšího internetu ve spolupráci s Vysočina Education v rámci projektu i-Bezpečná škola. 2014, 12 s. [cit. 2021-02-11]. reg. číslo: CZ.1.07/1.3.50/01.0014. Dostupné z: <https://www.ncbi.cz/odborna-knihovna/category/6-metodiky-ucebni-materialy.html?download=85:metodika-rizika-socialnich-siti-a-co-by-mely-deti-vedet>

⁴⁰ *Rizika sociálních sítí a co by děti měly vědět: Metodický materiál* [online]. I-Bezpečná škola. Národní centrum bezpečnějšího internetu ve spolupráci s Vysočina Education v rámci projektu i-Bezpečná škola. 2014, 12 s. [cit. 2021-02-11]. reg. číslo: CZ.1.07/1.3.50/01.0014. Dostupné z: <https://www.ncbi.cz/odborna-knihovna/category/6-metodiky-ucebni-materialy.html?download=85:metodika-rizika-socialnich-siti-a-co-by-mely-deti-vedet>

2.3.3 REKLAMY A KAMPANĚ

Reklamy a kampaně jsou na internetu velmi dobře viditelné. Z příjmů reklam funguje mnoho webových stránek a serverů. Reklama ovlivňuje vědomí, ale dokáže ovlivnit i podvědomí. Stejně tak se můžeme setkat s rozsáhlými kampaněmi například proti kouření, anebo pro zdravý životní styl.⁴¹

Internetová reklama je celosvětově nejrychleji rostoucím segmentem reklamního trhu.⁴² Reklamy na internetu jsou záměrné, přesné, výrazné, motivující a těžko se jim odolává. Online marketing je komplexní disciplínou, která se soustředí na propagaci produktů a služeb prostřednictvím internetu. Zahrnuje široké spektrum aktivit, jejichž cílem je přitáhnout uživatele internetu, navýšit tržby zadavatele reklamy nebo zvýšit povědomí o nějaké značce či problému.⁴³

Výhodou internetové reklamy je velký dosah a přesné cílení na konkrétního uživatele. Data, která zadáváme na síť, a jsou sbírána webovými analytiky, tak dokážou cílit reklamu podle bydliště, věku nebo zájmu. Počítadla internetových reklamních nástrojů nabízí přehledy o zobrazení, počtu kliknutí na reklamu, dokonce sčítají množství reálných objednávek. Internetové reklamy mohou pružně reagovat na pohyb internetových uživatelů. Kampaň je možné kdykoliv pozastavit nebo upravit podle potřeby. Z pohledu inzerenta je navíc internetová reklama mnohem levnější, než ta televizní nebo tištěná. Na druhou stranu platí nutnost zvýšené obezřetnosti. Už bylo zmíněno, že internet je svobodným médiem, a proto má internetová reklama i své **nevýhody**. V první řadě není možné věřit všemu, co se v reklamě říká. Bannery nebo vyskakovací okna, která křičí: „Vyhráli jste milion.“ je lepší hned vypnout. Buď budete odvedeni na cizí stránky, nebo se Vám do zařízení začne stahovat nebezpečný

⁴¹ IŁOWIECKI, Maciej a Petr ŽANTOVSKÝ. *Manipulace v médiích*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2008. ISBN 978-80-86723-50-1, str. 23

⁴² MUSIL, Josef. *Sociální a mediální komunikace*. 1. vydání. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-7452-002-0, str. 94

⁴³ Internetový marketing ve zkratce. *Tvorba webových stránek, e-shopů, online marketing | eBRÁNA* [online]. © 2021, eBRÁNA [cit. 2021-02-11]. Dostupné z: <https://ebrana.cz/blog/co-je-internetovy-marketing>

software.⁴⁴ Dalším velkým problémem je narůstající agresivita internetových reklam, která přímo souvisí s tak zvanou „bannerovou slepotou“. Množství uživatelů reklamní bannery a další formy nabídky ignoruje, a proto marketingoví specialisté hledají cesty, jak se k těmto uživatelům dostat.⁴⁵ V roce 2018 se internetový prohlížeč Google Chrome rozhodl odstranit z webových stránek některé typy rušivých reklam. Vznikly tak standardy ‚Better Ads Standards‘, které mají uživatelům z cesty odstraňovat ty reklamy, které by mohly zhoršovat jejich zážitek z brouzdání internetem.⁴⁶

Petr Stuchlík a Martin Dvořáček ve své publikaci z roku 2002 jmenují **4 hlavní distribuční kanály**, které internet nabízí. Konkrétně uvádějí email, web, mobilní zařízení a software obsahující reklamní plochy, přičemž reklamní sdělení lze šířit všemi čtyřmi kanály za pomoci textové nebo grafické reklamy (text, obrázky, animace).⁴⁷ Jan Musil ve své publikaci z roku 2010 definuje **4 základní typy internetové reklamy**, a sice proužkovou bannerovou reklamou, neklasické bannery, tlačítkové reklamy a kontextové, čili obsahově související reklamy.⁴⁸ Dnes existují mnohem širší možnosti propagace na síti. Řeč je o těchto formách reklamy:

- **displejová reklama:** klasická bannerová reklama a další grafické formáty. Tato reklama je hodně rušivá, často pohyblivá.
- **textová reklama:** prokliky bez grafických prvků, placené i neplacené odkazy.
- **video reklama:** jedná se o reklamní spoty ve zpravodajstvích nebo na sociálních sítích. Tento typ reklamy cílí především na mladou generaci, která videa na internetu sleduje více, než televizi.

⁴⁴ Reklama na internetu. CZ.NIC [online]. © 2021 CZ.NIC, z. s. p. o., projekt v letech 2012 - 2014 [cit. 2021-02-12]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1745/reklama-na-internetu/>

⁴⁵ MUSIL, Josef. *Sociální a mediální komunikace*. 1. vydání. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-7452-002-0, str. 95

⁴⁶ HOLZMAN, Ondřej. Google Chrome začíná nativně blokovat obtěžující a rušivé reklamy. *Web o businessu a technologiích, který ještě nezakázal: Tyinternety.cz* [online]. 15.02.2018 [cit. 2021-02-12]. Dostupné z: <https://tyinternety.cz/fastnews/google-chrome-zacina-nativne-blokovat-obtezujici-rusive-reklamy/>

⁴⁷ STUHLÍK, Petr a Martin DVOŘÁČEK. *Reklama na Internetu*. 1. vydání. Praha: Grada, 2002, 228 s. Manažer. ISBN 80-247-0201-0, str. 78

⁴⁸ MUSIL, Josef. *Sociální a mediální komunikace*. 1. vydání. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-7452-002-0, str. 94 - 95

- **sociální síť:** masivní rozvoj sociálních sítí znamenal masivní rozvoj personalizované reklamy. Všechny sociální sítě provází reklama a pro firmy je stále těžší dostat svoji kampaň k cíli, většinou je nutné si výrazně připlatit.
- **emailová reklama:** newslettery a obchodní sdělení upozorňující na novinky, slevy a další zajímavé nabídky.
- **search engine marketing:** bez českého ekvivalentu je takový typ reklamy, který se zobrazuje na základě předchozího vyhledávání v prohlížeči. Uživatelé se tak ukazují ten taková témata, která v minulosti aktivně vyhledával.⁴⁹

2.3.4 INFORMACE A DEZINFORMACE

V kapitole č. 1.1. Internet jsme se zabývali základními body, které musí mít uživatel internetu na paměti, když z něj čerpá informace. V této podkapitole se k problematice šíření informací a jejich hodnotě vrátíme.

Dezinformace, neboli fake news, se objevují v médiích každý den. Jejich šíření dopomohl internet a sociální sítě. Běžný uživatel internetu se denně může setkat s titulky hlásajícími skandály, senzace, zločiny nebo podvody – zkrátka se vším, co člověka vytrhne z denních všedností. Autoři těchto typů zpráv často ignorují pravidla etiky, zasahují do soukromí známých osobností, překrucují realitu nebo si vymýšlejí. Zároveň spoléhají na to, že lidi nebaví číst statistiky dopravních nehod, neshody mezi politiky nebo dohady o počasí a jeho vlivu na úrodu, a proto je fake news obvykle emotivní, citově zabarvená zpráva. Toto je důsledek toho, že do médií prostupují prvky, které mají člověka přilákat, pobavit, upoutat jeho pozornost. Všichni rádioví posluchači, televizní diváci a především uživatelé internetu čelí dezinformacím, které mohou být nebezpečné, a které mohou ovlivňovat lidské myšlení daleko víc, než jakékoliv

⁴⁹ Reklama na internetu. CZ.NIC [online]. © 2021 CZ.NIC, z. s. p. o., projekt v letech 2012 - 2014 [cit. 2021-02-12]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1745/reklama-na-internetu/> (všech šest forem)

jiné zprávy. Šíření lživých informací, nenávistných zpráv a strachu může ve společnosti podněcovat extremistické tendence. Všichni uživatelé tak musí mít na paměti, že dopad fake news je reálný.⁵⁰

Dalším informačním nebezpečím, kterému dal internet možnost se šířit, jsou **konspirační teorie**. Dříve se šířily potají, jako něco škodlivého či podivného, o čem směla vědět jen skupina vyvolených. Dnes se konspirační teorie valí hlavním proudem společně se všemi ostatními druhy informací. Každý uživatel internetu má možnost při procházení webů narazit na kluby a skupiny iluminátů, židů, zednářů, neomarxistů nebo mimozemšťanů. Mezi nejznámější konspirační teorie patří konspirace o ovládnutí světa např. čipováním, o sterilizaci společnosti, o falšování událostí nebo historie Země, o smrti známých osobností. Konspirační teorie jako příběhy o spiknutí si zakládají na tom, že naše životy ovládá někdo jiný nebo že nám někdo lže. Pro lidskou mysl je přirozené hledat vzorce v okolním světě, snažit se vysvětlit svět pozorováním, testováním nebo pojmenováváním. U situací, které si vysvětlit nedokážeme nebo jim nerozumíme, je snazší přikládat konspiračním teoriím váhu. Vzhledem k tomu, jakou mají moderní média sílu, bude teorií tohoto typu přibývat. Díky technologickému pokroku ani nebude problém vyrobit důkazy v podobě fotek, videí a fake news. Úsilí vynaložené na nekalé praktiky nemusí být velké, avšak napáchané škody mohou být nedozírné.⁵¹

Snížení hodnoty informací je velkým negativem internetu. Každý uživatel sítě může během několika minut najít odpovědi na všechno, co potřebuje. Ovšem to, že uživatel sítě dokáže používat internetový prohlížeč a číst Wikipedii neznamena, že z nalezených informací vyvodí správný závěr. Lidé se ve svém přemýšlení změnili. Více, než institucím a veřejně známým osobnostem věří svým vrstevníkům, známým a přátelům na síti. Tento posun je

⁵⁰ GREGOR, Miloš a Petra VEJVODOVÁ. *Nejlepší kniha o fake news, dezinformacích a manipulacích!!!*. 1. vydání. Brno: CPress ve společnosti Albatros media, 2018. ISBN 978-80-264-1805-4, str. 46 - 47

⁵¹ GREGOR, Miloš a Petra VEJVODOVÁ. *Nejlepší kniha o fake news, dezinformacích a manipulacích!!!*. 1. vydání. Brno: CPress ve společnosti Albatros media, 2018. ISBN 978-80-264-1805-4, str. 49 - 51

viditelný ve všech sférách života. Stačí se zamyslet nad tím, jak si lidé vybírají restaurace nebo podle čeho kupují telefony. Hledají recenze od běžných uživatelů, kteří jsou jim podobní nebo se spoléhají na gastronomické kritiky? Přirozeným sklonem lidí je vyhledávat informace potvrzující jejich názor. A je jedno, jestli to bude na sociálních sítích nebo v expertních komunitních skupinách na internetu. Pomocí dezinformací a informačního nátlaku vede propaganda společnost ke změně celkového náhledu na určitá témata. Jednotlivým zprávám zasažené osoby ani nemusí věřit, důležité je, že změní celkový náhled a postoj člověka k tématu.⁵²

2.4 ZÁVISLOST NA INTERNETU

Dnes již víme, že přílišné trávení času na internetu může výrazně ovlivnit vývoj člověka, a to jak z fyziologického, tak i z psychologického hlediska. V krajních případech může docházet k závislosti na internetu či ztrátě reálného vnímání okolního světa. Tuto závislost nazýváme **netolismus**.⁵³

„Netolismus jako pojem vznikl původně ze slova net, tedy ve své původní podobě byl považován za závislost člověka na internetu. Dnes je specifikován jako závislost na moderních komunikačních a počítačových technologiích,“⁵⁴ nejčastěji počítači či chytrém telefonu. Ty jsou dnes zpravidla trvale připojeny na internet a jejich uživatelé jsou prakticky nepřetržitě online.⁵⁵

Mezi **faktory nadměrného užívání internetu patří** vytvoření podmíněného reflexu, stav transu, obrazová halucinace, extrémní rozrušenost:

⁵² GREGOR, Miloš a Petra VEJVODOVÁ. *Nejlepší kniha o fake news, dezinformacích a manipulacích!!!*. 1. vydání. Brno: CPress ve společnosti Albatros media, 2018. ISBN 978-80-264-1805-4, str. 108 – 111, str. 92 - 93

⁵³ BURDOVÁ, Eva a Jan TRAXLER. *Bezpečně na internetu*. 1. vydání. Praha: Středočeský kraj ve spolupráci se Vzdělávacím institutem Středočeského kraje (VISK), 2014, 44 s. ISBN 978-80-904864-9-2, str. 31

⁵⁴ BURDOVÁ, Eva a Jan TRAXLER. *Bezpečně na internetu*. 1. vydání. Praha: Středočeský kraj ve spolupráci se Vzdělávacím institutem Středočeského kraje (VISK), 2014, 44 s. ISBN 978-80-904864-9-2, str. 35

⁵⁵ Ibid, str. 35

- vytváření podmíněného reflexu zvýšením srdečního tepu a tlaku při připojování se k internetu.
- pobyt v menší skupině na síti, například v chatu, způsobuje změnu stavu mysli. Ta se dostává do stavu podobnému transu nebo meditaci – totální koncentrace na obrazovku monitoru, displej telefonu.
- rychlé posouvání textu vytváří obrazové halucinace, jež jsou připodobňovány snům.
- při vyrušení uživatele z vnějšího světa dochází k extrémní rozrušenosti⁵⁶

Rozeznat závislost na internetu není jednoduché. Důvodem je obrovské spektrum činností, které můžeme na síti dělat. Komunikujeme s přáteli, studujeme, sledujeme zábavná a vzdělávací videa, nakupujeme, pracujeme, spravujeme internetové bankovníctví a další. Každá ze všech možných činností vyžaduje jinou míru pozornosti a jiné množství času, přičemž buď přináší nebo nepřináší jinou míru potěšení.⁵⁷

Velmi podrobně se závislosti na internetu, kterou mimo jiné řadíme mezi nelátkové, věnuje Klinika adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, dále například Společnost Podané ruce. Z výzkumu Centra prevence Společnosti Podané ruce z roku 2018 vyplynulo, že rodiče i děti ve věku 6 až 17 let mají velmi dobré povědomí o možném riziku netolismu, avšak děti a mládež na internetu tráví až šestkrát více volného času, než jejich rodiče. Nejvíce dotazovaných uvádělo 3 až 6 hodin denně.⁵⁸ Lákadlo virtuálního světa postupně způsobí schopnost komunikovat v reálném světě, unavenost, lhaní o čase stráveném na internetu, časová okna,

⁵⁶ BURDOVÁ, Eva a Jan TRAXLER. *Bezpečně na internetu*. 1. vydání. Praha: Středočeský kraj ve spolupráci se Vzdělávacím institutem Středočeského kraje (VISK), 2014, 44 s. ISBN 978-80-904864-9-2, str. 35 – 36 (všechny čtyři body)

⁵⁷ ŠKAŘUPOVÁ, Kateřina. Online závislosti: Příspěvek ke zmírnění paniky. *Psychiatrie pro praxi*. Olomouc: Solen, 2017, 18(2), 1. ISSN 1213-0508., str. 51

⁵⁸ BAJEROVÁ, Jarmila. Děti rizika netolismu znají, přesto u počítače tráví hodiny, zjistil výzkum Společnosti Podané ruce. *Společnost Podané ruce* [online]. © 2021 - Podané ruce, 24.4.2018 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://podaneruce.cz/vyzkum-netolismus/>

zhoršení školních či studijních nebo pracovních výkonů. V krajních případech se objevuje ztráta chuti k jídlu a pití, výrazné zanedbávání povinností.⁵⁹

U člověka závislého na internetu je možné určit **šest základních příznaků**, a sice význačnost, změny nálady, tolerance, odvykací příznaky, konflikt, relaps. **Význačnost** rozumíme důležitost internetu a konkrétních aplikací, kterou jim dotyčná osoba přikládá. Závislému jedinci se **mění nálada** ihned po připojení se k internetu. Obvykle závislí udávají uvolnění a klid. Podobně, jako u návykových látek, vzniká i při této závislosti vyšší **tolerance** ve vztahu k online světu. Znamená to, že aby uživatel dosáhl stejné míry uspokojení jako dříve, musí na síti strávit více času. Prožití **konfliktu** je pátým poznávacím znakem. Konflikt může být mezilidský, například kvůli zanedbávání povinností nebo blízkých osob, ale i vnitřní, kdy člověk bojuje s vlastní rozpolceností. Posledním příznakem je **recidiva**. Osoba závislá na internetu má tendenci opakovat své vzorce chování, i když s nimi třeba nesouhlasí.⁶⁰

Velmi podobně, jako u drogové závislosti, platí i u netolismu, že je důsledkem mnoha psychických, osobnostních, společenských a dalších činitelů, předpokladů. Navíc se jedná o patologický vzorec chování, který se rozvíjí pomalu a je nutné jej nějakou dobu udržovat.⁶¹ Z výzkumu provedeného Masarykovou univerzitou v roce 2009 vyplývá, že závislost na internetu je možné pozorovat u 3,4 % populace, přičemž další 3,7 % populace jsou netolismem ohroženy. Větší sklony k závislosti mají muži, avšak toto je přikládáno skutečnosti, že muži mají o informační technologie větší zájem, než ženy. Důležitou informací je, že nejvíce ohroženou věkovou skupinou jsou osoby ve věku 12 až 15 let, avšak nejvíce závislých osob spadá do věkového

⁵⁹ BURDOVÁ, Eva a Jan TRAXLER. *Bezpečně na internetu*. 1. vydání. Praha: Středočeský kraj ve spolupráci se Vzdělávacím institutem Středočeského kraje (VISK), 2014, 44 s. ISBN 978-80-904864-9-2, str. 36 - 37

⁶⁰ Jak závislost na internetu vypadá? *Adiktologická ambulance* [online]. © 2021 Klinika adiktologie, 28.11.2010 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/jak-zavislost-na-internetu-vypada/>

⁶¹ ŠKAŘUPOVÁ, Kateřina. Online závislosti: Příspěvek ke zmírnění paniky. *Psychiatrie pro praxi*. Olomouc: Solen, 2017, **18**(2), 1. ISSN 1213-0508., str. 51

rozmezí 16 až 29 let, kam přirozeně patří větší část vysokoškolských studentů.⁶²

2.5 VLIV INTERNETU NA ČLOVĚKA

Zodpovězením otázky, co s námi internet a nová digitální média dělají, se zabývá nejen jeden článek na internetu. Odpovědět na otázku za pomoci relevantních informací je velmi náročné, a to i z toho důvodu, že vlastní zkušenosti nebo empirické studie o účincích médií nestačí. Je nutné zabývat se výzkumy fungování mozku, tedy biochemií.⁶³

Mozek se používáním neustále mění. Procesy vnímání, myšlení, prožívání, cítění i jednání zanechávají v mozku trvalé paměťové stopy. Tedy i práce člověka na počítači nebo brouzdání internetem zanechává v mozku stopu. Ještě v 80. letech minulého století o paměťových stopách mluvilo jako o nejisté teorii. Dnes je dokážou odborníci díky moderním technologiím a zobrazovací technice vidět. Řeč je o spojích mezi nervovými buňkami, které vedou elektrické signály, s nimiž mozek pracuje. Tyto spoje se nazývají synapse.⁶⁴

Lidský mozek je produktem evoluce. Fungování mozku v době lovu a sběračství bylo oproti fungování mozku v dnešním moderním životním stylu zcela jiné. Dnes navíc dochází k rozdílům v kognitivních výkonech (pozornost, rozvoj řeči, inteligence) a s nimi související lidskou psychickou. Vše v důsledku užívání digitálních technologií. Mnoho lidí za sebe nechává myslet technologie a internet: telefonní čísla rodiny a přátel se ukládají do telefonu, cestu na dovolenou nám ukazuje navigace v telefonu či autě, místo knihoven se navštěvuje Google, fotky zakládáme do elektronických alb na Instagram. Zvláštní nebezpečí hrozí žákům a studentům, kteří informační bohatství světa

⁶² Jak je závislostní chování na internetu časté? *Adiktologická ambulance* [online]. © 2021 Klinika adiktologie, 28.11.2010 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/jak-je-zavislostni-chovani-na-internetu-cape/>

⁶³ SPITZER, Manfred. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014, 341 s. ISBN 978-80-7294-872-7, str. 16

⁶⁴ *Ibid*, str. 16

poptávají na síti. Místo, aby se tématem zabývali do hloubky sami, spokojí se s rychle předloženou odpovědí. Osvojit si vědomosti z originálních pramenů sám, kriticky je ověřovat a srovnávat s dalšími, zvažovat a skládat si jednotlivé informace do celku, to je umění učení, které úměrně klesá s nadměrným užíváním internetu.⁶⁵

Odborných studií zaměřených na zkoumání vlivu moderních technologií, internetu a sociálních sítí na člověka je zatím málo. Tyto výzkumy jsou vzhledem k rozsáhlosti tématu komplikované, časově náročné a výsledky mohou být nejisté. Přesto níže rozebíráme tři nejnovější studie zabývající se vlivem internetu a digitálních technologií na člověka.

Účinky médií na zdraví se zabývá ředitel Centra pro čtení a gramotnost, pediatr a klinický výzkumník, doktor John S. Hutton z Cincinnati v Ohio.⁶⁶ Ten ve svém výzkumu porovnával bílou hmotu mozkovou u 47 dětí ve věku od tří do pěti let. Všichni účastníci byli zdraví a před zahájením testu absolvovali standardní kognitivní testy. Další důležitá data byla zjišťována od rodičů dětí prostřednictvím dotazníku. Bylo zjištěno, že 28 dětí z celkového počtu už v tomto raném věku využívá vlastní chytrý telefon, tablet nebo televizi. Zjištěné výsledky odkazují na možná rizika související s vývojem řeči a dalších dovedností spadajících do základní gramotnosti. Doktor Hutton uvádí, že aby bylo možné jasně stanovit, zda nadměrné užívání moderních technologií způsobuje strukturální změny v mozku nebo po sobě zanechává neurovývojová rizika je nutné provádět další výzkumy, nicméně konstatuje, že je nezbytné, aby si lidé pro používání technologií stanovovali limity.⁶⁷

⁶⁵ SPITZER, Manfred. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014, 341 s. ISBN 978-80-7294-872-7, str. 16 - 18

⁶⁶ John S. Hutton, MD, MS. *Cincinnati Children's Hospital Medical Center* [online]. © 1999-2021 CINCINNATI CHILDREN'S HOSPITAL MEDICAL CENTER [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://www.cincinnatichildrens.org/bio/h/john-s-hutton>

⁶⁷ WAGHORN, Mark. *Children who spend hours in front of a screen may suffer 'structural brain damage'*. *The Mirror: The Heart of Britain* [online]. © 2021 MGN Limited, 4. listopadu 2019, 16.00 hod [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://www.mirror.co.uk/tech/children-who-spend-hours-front-20808390>

V listopadu 2019 zveřejnila Stanfordská univerzita výsledky svého výzkumu zaměřeného na působení sociálních sítí na člověka.⁶⁸ Experimentu se účastnilo 2500 uživatelů internetu, kteří běžně tráví svůj čas na Facebooku. Účastníci byli rozděleni do dvou skupin, přičemž jedna z nich musela deaktivovat svůj facebookový účet na dobu jednoho měsíce. Mezi účastníky probíhalo pravidelné sdílení pocitů. Bylo zjištěno, že skupina lidí, která se vzdala Facebooku, si dokázala tuto činnost nahradit reálnými aktivitami, tedy se věnovala přátelům nebo rodině, rozvíjela koníčky. Celkově bylo zhodnoceno, že odpojení se od sociální sítě vedlo k významnému zlepšení životních a sociálních podmínek zúčastněných.⁶⁹ Studie se dále zabývala politickou informovaností a angažovaností uživatelů Facebooku. Autoři studie zjistili, že společně s nižší mírou užívání sociální sítě výrazně poklesla politická polarizace účastníků výzkumu.⁷⁰ Na tuto problematiku jsme narazili v kapitole Informace a dezinformace v souvislosti s fake news a konspiračními teoriemi.

S výše uvedeným se ztotožňují také výsledky výzkumu bakalářské práce „Život bez sociálních sítí“, která zkoumala vliv sociálních sítí na život dospělých jedinců v roce 2019. Výzkum absolvovalo pět účastníků, kteří se po dobu sedmi dnů odpojili od sociálních sítí. Všichni účastníci výzkumu se shodli na tom, že se jim po dobu neužívání sociálních sítí vedlo dobře, cítili se vyrovnaně a klidně. Čas, který by normálně trávili na sociálních sítích, využili k pracovním, studijním a jiným povinnostem nebo k vykonávání hobby a koníčků. Respondenti zároveň uváděli, že jim po odpojení se ze sociálních sítí nejvíce chyběl kontakt s blízkými a rodinou.⁷¹

⁶⁸ Kompletní studie pod odkazem: ALLCOTT, Hunt, Luca BRAGHERI, Sarah EICHMEYER a Matthew GENTZKOW. The Welfare Effects of Social Media. In: *Stanford University Website* [online]. ©Copyright Stanford University. Stanford, California 94305., November 8, 2019, s. 121 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <http://web.stanford.edu/~gentzkow/research/facebook.pdf>

⁶⁹ VAL. Dejte si půst od Facebooku, budete se cítit lépe, potvrdil univerzitní experiment. *StartupJobs* [online]. © 2012 – 2021 StartupJobs.com, 23.02.2019 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://www.startupjobs.cz/newsroom/Dejte-si-pust-od-Facebooku-budete-se-citit-lepe-potvrdil-univerzitni-experiment>

⁷⁰ NAVRÁTIL, Pavel. Jak by vypadal náš život bez sociálních sítí? *Zprávy Globe24.cz* [online]. © 2021 INCORP a.s. © ČTK., 07.02.2019, 18:21 hod [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://globe24.cz/technika/65981-jak-by-vypadal-zivot-bez-socialnich-siti-nova-studie-vedce-prekvapila>

⁷¹ VLADÍKOVÁ, Petra. *Život bez sociálních sítí*. Zlín, 2019. Bakalářská práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Ústav pedagogických věd. Vedoucí práce PhDr. Zuzana Hrnčířiková, Ph.D., str. 47

V roce 2018 byly zveřejněny výsledky malého sociologického výzkumu nesoucího název ‚Odpojeno‘. Autory tohoto výzkumu jsou Mariann Hardey z Durham University ve Velké Británii a Rowland Atkinson z University of Sheffield ve Velké Británii.⁷² Sociologické studie, jejímž cílem bylo zjistit vliv sociálních sítí na osobnost člověka, se zúčastnilo 50 účastníků. Účastníci byli rozděleni do dvou skupin. U těch, kteří zůstali připojení na síti, byl pozorován stres z příliš velkého množství podnětů, zatímco u skupiny, která byla offline, došlo ke zvýšení přirozeného sociálního kontaktu souvisejícího s fyzickou blízkostí druhé osoby. Dále bylo zjištěno, že skupina, která zůstala bez sociálních sítí, častěji přemýšlela nad vlastním bytím a více se soustředila na dění kolem sebe.⁷³

Člověk je tvor společenský, a proto mezi základní potřeby nepochybně patří také potřeba po kontaktu, komunikaci, sociálních vazbách a vztazích. Internet tyto potřeby dokáže zprostředkovat jednoduše a hned. To je také důvod, proč jsou elektronická pošta, chaty a sociální sítě tak rozšířené. Data dostupná na webu Českého statistického úřadu jsou s ohledem na dnešní situaci pravděpodobně zastaralá (údaje za rok 2019), ale přesto je pro lepší představu uvádíme:

- elektronickou poštu pro soukromé účely používalo 76 % obyvatel České republiky starších 16ti let.
- telefonování přes internet prostřednictvím videohovorových aplikací využívalo 42 % osob, přičemž nejvíce přes internet telefonovala mládež ve věku 16 až 24 let.

⁷² HARDEY, Mariann a Rowland ATKINSON. *Disconnected: Non-Users of Information Communication Technologies*. *SAGE Journals: Your gateway to world-class research journals* [online]. Copyright © 2021 by SAGE Publications and the British Sociological Association, 01.04.2018 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1360780418764736>

⁷³ NOVOSAD, Adam. *V čem se liší lidé, kteří nepoužívají sociální sítě? Vědci zkoumali, co s nimi udělala internetová abstinence*. *REFRESHER - Hlas moderní generace: Sociální sítě dokáží formovat náš život* [online]. © 2011-2021 REFRESHER.cz, 01.10.2018, 20:44 hod [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://refresher.cz/58706-V-čem-se-lisi-lide-kteri-nepouzivaji-socialni-site-Vedci-zkoumali-co-s-nimi-udelala-internetova-abstinence>

- sociální sítě využívalo 54 % osob starších 16ti let, přičemž mezi mladými lidmi ve věku 16 až 24 let používalo sociální sítě 96 % osob.
- sociální sítě na bázi chatu, např. Messenger, využívalo k zasílání zpráv 54 % osob starších 16ti let. Nejpočetnější skupinu opět tvoří osoby ve věku 16 až 24 let, a to 93 %.⁷⁴

⁷⁴ 6. Komunikace na internetu: Textové shrnutí_1_12_AH. Český statistický úřad | ČSÚ [online]. [cit. 2021-02-14]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/90577057/06200419k06.pdf> (všechny 4 body)

3 LIDSKÁ OSOBNOST, IDENTITA

Paradoxem dnešní doby je vyzdvihování významu informací a poznání jako největší moci současnosti. Většina vědeckých kapacit se orientuje na rozvoj ekonomie a moderních technologií, přičemž se zapomíná na zkoumání psychických, sociálních a duchovních rozměrů člověka.⁷⁵ „Zejména téma osobnost zůstává zahaleno v mlhách mnohoznačnosti. Svědčí o tom existence více než 150 pojetí, modelů a teorií, které se snaží určit, co je osobnost.“⁷⁶

Kromě psychologů se vymezením pojmu osobnost zabývají filozofové, teologové, právníci, sociologové, ale i další odborníci, například pedagogové. Definice osobnosti se u různých autorů liší podle toho, jakou jedinečnost chce autor vyzdvihnout. Zpravidla se každá teorie osobnosti snaží vymezit základní charakteristiky a podstatu osobnosti, přičemž ve většině definic se objevuje, že:⁷⁷ „osobnost představuje souhrn, souvislost či propojení charakteru, temperamentu, schopností a také konstitučních vlastností člověka.“⁷⁸

Rozlišujeme dva základní výzkumné přístupy k osobnosti. První přístup se nazývá **monotetický** a hledá obecné zákonitosti společné všem lidem. Druhý přístup se nazývá **idiografický** a zkoumá individuality a specifika každého.⁷⁹

3.1 DEFINICE OSOBNOSTI

Níže jsou uvedeny některé definice osobnosti a pohledy na osobnost z hlediska sociologického, pedagogického a psychologického. Pohledů na

⁷⁵ SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 1. vydání. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL, 2002, 517 s. ISBN 80-859-4780-3, str. 7

⁷⁶ SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 1. vydání. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL, 2002, 517 s. ISBN 80-859-4780-3, str. 7

⁷⁷ CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2012, 288 s. Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4033-1, str. 16

⁷⁸ CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2012, 288 s. Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4033-1, str. 16

⁷⁹ SLAVÍKOVÁ, Ivana. Pojetí osobnosti v psychologii. *E-learningová podpora mezioborové integrace výuky tématu vědomí na UP Olomouc: CZ.1.07/2.2.00/15.0334* [online]. Univerzita Palackého Olomouc, 2012, 10.07.2012 [cit. 2021-02-15]. Dostupné z: <http://pfyziolmysl.upol.cz/?p=2426>

osobnost existuje více, vlastní pohled na osobnost má literatura, právo nebo etika. My uvádíme tato pojetí pro souvislost s tématem práce.

První definici osobnosti vůbec předkládá italský filozof Bøetismus kolem roku 500 n. l., který tvrdí, že osoba je neoddelitelnou podstatou rozumové přirozenosti.⁸⁰

Gordon Allport, americký psycholog, definoval osobnost v průběhu let na základě získaných znalostí a zkušeností dvakrát. Definice z roku 1937 říká, že osobnost je dynamickou organizací těch psychofyzických systémů v člověku, které předurčují jeho jedinečné přizpůsobování v okolí. O 24 let později definuje Allport osobnost jako dynamickou organizaci těch psychofyzických systémů v člověku, které předurčují jeho typické myšlení a aktivitu. Změna chápání osobnosti směrem k nitru člověka zařadila Allporta mezi zastánce humanistického pojetí osobnosti.⁸¹

Sociologie chápe osobnost jako součást společenských skupin, za prvek, který je nositelem i zprostředkovatelem kulturní tradice. Sociologie se o člověka jako takového nezajímá, zkoumá vždy vztah – člověka jako člena určité společnosti, vrstvy nebo sociální skupiny.⁸²

Pedagogika se na osobnost dívá jako na východisko, podmínku i cíl výchovy. Pedagogika je vědou o cíleném působení na člověka, jeho formování a rozvíjení osobnosti. Osobností se v tomto slova smyslu rozumí člověk vychovaný a vzdělaný.⁸³

⁸⁰ NAKONEČNÝ, Milan. Osobnost (MSgS). *Sociologická encyklopedie: Sociologický ústav AV ČR* [online]. Zdeněk R. Nešpor (hlavní editor). editováno 10. listopadu 2018, 19:18 hod [cit. 2021-02-15]. Dostupné z: [https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Osobnost_\(MSgS\)](https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Osobnost_(MSgS))

⁸¹ ÇAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2012, 288 s. Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4033-1, str. 17

⁸² SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 1. vydání. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL, 2002, 517 s. ISBN 80-859-4780-3, str. 13

⁸³ SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 1. vydání. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL, 2002, 517 s. ISBN 80-859-4780-3, str. 14

Nejen v oboru psychologie může mít slovo osobnost **tři významy**:

- **hodnotící pojem**: osobností se rozumí jedinec, který je něčím výjimečný, vyniká v nějaké dovednosti, má své přednosti. Vše v pozitivním slova smyslu. Tyto osobnosti zpravidla dokáží kontrolovat svou činnost svým svědomím, jsou uvědomělými bytostmi, zodpovědnými a ohleduplnými.
- **psychická individualita jedince**: znamená osobitost, odlišnost od ostatních členů společnosti stejného věku a kultury. V tomto pojetí psychologie zkoumá individuální rozdíly mezi lidmi.
- **osobnost jako architektura**: čili uspořádání celkové psychiky. Na osobnost je pohlíženo po stránce dušení.⁸⁴

3.2 VÝVOJ OSOBNOSTI

Při pozorování osobnosti je nutné sledovat v první řadě vývojové hledisko člověka, poněvadž je nutné přihlédnout ke skutečnosti, že člověk se jako osobnost nerodí, nýbrž se jí postupně stává. Dále je nutné zaměřit se na to, jak člověk funguje, jaké jsou jeho vnitřní a vnější projevy, dynamika jednání. Důležitým aspektem je také začlenění člověka v sociálních vztazích.⁸⁵

Utváření osobnosti je celoživotní a vnitřně rozporuplný proces, který je ovlivňován řadou činitelů. Tyto činitele někdy lze a jindy nelze předpovídat. Jedním z činitelů, o kterých je řeč, je genetická výbava člověka. Vrozené předpoklady jsou specifické, mohou být pro člověka pozitivní, ale také limitující. Vývoj osobnosti je dále ovlivňován působením prostředí sociálního i kulturního, motivací, vzděláním. Souhrn všech těchto faktorů, vnitřních i vnějších, má na vývoj osobnosti velký vliv. Obecně se tedy dá říct, že některé charakteristiky

⁸⁴ ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. 6., rev. a dopl. vyd., V Grada Publishing 2. Praha: Grada, 2010. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3133-9, str. 13 – 14 (všechny tři body)

⁸⁵ PROVAZNÍK, Vladimír a kolektiv. *Psychologie pro ekonomy*. Praha: Grada Publishing, 1997, 230 s. ISBN 80-716-9434-7, str. 81

osobnosti jsou spíše závislé na vnitřním vybavení člověka, zatímco jiné jsou spíše určovány vnějšími vlivy, okolím.⁸⁶

Jádro každé osobnosti tvoří sebevědomí, schopnost mířit k nějakému cíli, duševní zdraví i pocit pohody. Toto se utváří v rámci sebepojetí člověka, přičemž takový člověk je etický, dokáže čelit mravním rozhodnutím, má v sobě své uspořádané „Já“. Pro vývoj osobnosti člověka je nutná lidská interakce. Důležitou roli hraje primární skupina, ve které se člověk pohybuje, společnost a kultura. V procesu socializace získává jedinec potřebné dovednosti, vědomosti a osvojuje si normy i postoje, které potřebuje k zařazení do společnosti.⁸⁷

3.3 SOCIALIZACE OSOBNOSTI

Socializací lidské osobnosti se zabývá sociální psychologie. Zkoumá působení společnosti na osobnost, jeho začleňování se a sounáležitost s druhými, chování i jednání. Zajímá se o pocity a myšlenky člověka, které ovlivňují jeho chování při interakci s druhými lidmi.⁸⁸

Velký psychologický slovník definuje socializaci jako: „*začleňování člověka do společnosti prostřednictvím nápodoby a identifikace; zprvu v nukleární rodině, pak v malých společenských skupinách, jako je školní třída, zájmový klub, sportovní družstvo, až po zapojení se do nejširších, celospolečenských vztahů.*“⁸⁹ Součástí socializace je rovněž přijetí základních etických a rovněž právních norem dané společnosti.⁹⁰

⁸⁶ PROVAZNÍK, Vladimír a kolektiv. *Psychologie pro ekonomy*. Praha: Grada Publishing, 1997, 230 s. ISBN 80-716-9434-7, str. 82 - 85

⁸⁷ CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2012, 288 s. Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4033-1, str. 18 - 19

⁸⁸ STŘÍBRSKÁ, Jindra. Sociální psychologie a člověk v sociálních souvislostech: (prezentace). *Ústav učitelství a humanitních studií: VŠCHT Praha* [online]. [cit. 2021-02-16]. Dostupné z: https://kuhv.vscht.cz/files/uzel/0017037/1_Socpsychologie.pdf?redirected, str. 5 - 6

⁸⁹ HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. 4. vydání. Praha: Portál, 2010, 800 s. ISBN 978-80-7367-686-5, 537

⁹⁰ *Ibid.*, str. 537

Podstata mechanismů socializace spočívá v procesech učení, za pomoci kterých si jedinec osvojuje určitý obsah socializace. Procesy učení jsou záměrné i spontánní.⁹¹ V jejich procesu se uplatňují celokulturní vlivy, vlivy širšího sociálního okolí, vlivy malých společenských skupin jako jsou rodina, parta kamarádů nebo školní třída. Nejdůležitějším subjektem záměrného působení na člověka je však rodina. Působí na jedince od nejranějšího období ve velmi širokém spektru oblastí. **Jádrem celého procesu** socializace je tedy působení vlastní rodinné výchovy.⁹²

Jak již bylo naznačeno v kapitole ‚Moderní gramotnosti‘, počítačová a internetová gramotnost představují v dnešní době civilizační normu, kterou sdílejí lidé různých kultur, věkových kategorií i sociálního postavení. Je zřejmé, že informační prostředky na člověka působí všestranně, a protože sílí vliv internetu jako zdroje informací a online komunikace či zábavy, vzniká zcela nový fenomén virtuální identifikace. Masmédia, však internet především, pohlcují člověka v kyberprostoru a předkládají mu lákavou možnost identifikovat se s virtuální realitou.⁹³

3.3.1 ONLINE SOCIALIZACE A ONLINE IDENTITA

Identitou rozumíme souhrn charakteristik, na základě kterých je subjekt, tedy člověk, jednoznačně rozpoznatelný. Ze sociologického hlediska se jedná o takové charakteristiky, podle kterých je jedinec rozpoznatelný jako člen nějaké skupiny.⁹⁴ Internet lidem umožňuje s vlastní identitou experimentovat. Poskytuje prostor pro reprezentaci sebe sama. Uživatelé mohou na síť vkládat informace o sobě, své fotografie, ale také fantazie, představy a přání. Vytváří si tak vlastní online identitu, jejíž součástí jsou tak zvaná osobní virtuální identita a sociální

⁹¹ FRANCOVÁ, Marta. *Zahájení školní docházky*. 176 s. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4463-6, str. 78

⁹² PROVAZNÍK, Vladimír a kolektiv. *Psychologie pro ekonomy*. Praha: Grada Publishing, 1997, 230 s. ISBN 80-716-9434-7, str. 84

⁹³ CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2012, 288 s. Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4033-1, str. 57

⁹⁴ PAVLÍČEK, Antonín. *Nová média a sociální sítě*. 181 s. Praha: Oeconomica, 2010. ISBN 978-80-245-1742-1, str. 27

virtuální identita. Virtuální identita je reprezentace člověka ve virtuálním světě (čím se reprezentuje) a sociální virtuální identita je prostředí, do kterého jedinec v rámci sítě patří. Virtuální identita a reálná identita však nikdy nemohou být stejné, a to ani v případě, že se jedinec dobře zná.⁹⁵

Tvorba online identity je úzce spjatá s online socializací. Aktivity, které uživatel v rámci sociálních sítí podniká (např. aktualizace statusů, vystavování fotografií a myšlenek) slouží k představení jeho online identity ostatním uživatelům, avšak to by bez zpětných reakcí v podobě „lajkování“, komentování, označování ostatními uživateli či šťouchnutími nemělo smysl. Je tedy nutná sociální interakce s ostatními uživateli sítě. Podle toho, do jaké míry je jedinec zasíťovaný (kolik používá sociálních sítí, komunikátorů, kolik skupin je člen) pak je nebo není možné bez důsledků odejít z virtuálního prostředí.⁹⁶

Potřeba sociálního kontaktu je na internetu velmi dobře uspokojována. Na síti hledají své „štěstí“ velmi osamělí lidé⁹⁷, ale také dospívající, kteří často přijímají žádosti o přátelství i od cizích lidí jen proto, aby vypadali oblíbení.⁹⁸ Trendem je hraní internetových her. Hráči hledají tematicky zaměřené hry a obvykle hrají proti reálnému hráči na druhém konci spojení, anebo se naopak hráči spojují, aby porazili umělou inteligenci. Ani tady se nelze vyhnout vzájemnému sociálnímu ovlivňování. Nutno podotknout, že herní chaty se mnohdy plní citlivými informacemi, které mají k anonymitě daleko.⁹⁹

⁹⁵ STAŠOVÁ, Leona, Gabriela SLANINOVÁ a Iva JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015, 212 s. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-567-7, str. 73

⁹⁶ Ibid, str. 74

⁹⁷ NAKONEČNÝ, Milan. *Motivace chování*. 3., přeprac. vyd. V Praze: Triton, 2014. ISBN 978-80-7387-830-6, str. 545

⁹⁸ MCCARTHY, Linda a Denise WELDON-SIVIY, ed. *Bud' pánem svého prostoru: jak chránit sebe a své věci, když jste online*. 316 s. Praha: CZ.NIC, [2013]. ISBN 978-80-904248-6-9, str. 207

⁹⁹ KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. 178 s. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, str. 125

3.3.2 ONLINE IDENTITA VS. ANONYMITA

Identita je opakem anonymity. Je základem pro sociální interakci. V reálném světě si naši identitu dokážou lidé docela dobře ověřit. Na internetu se však mohou pouze domnívat, že ví, s kým komunikují. Ve virtuálním světě zcela chybí tělo, hlas, gesta, chování a další znaky, které signalizují společenské postavení, příslušnost k nějaké skupině, schopnosti a dovednosti daného člověka. V reálném světě se právě podle tohoto orientujeme, ale na síti nezbyvá nic jiného, než si vycvičit jiné smysly, které nám o dotyčné osobě něco řeknou, přičemž ani ty nemusejí být stoprocentní. Uživatel musí věnovat pozornost gramatice, provokaci, popuzování, vyvolávání hádek aj.¹⁰⁰

Někteří lidé s vidinou útěku od reality budují na internetu více než jednu identitu. Obvykle dvě. Jedna identita je tak zvané „dobré Já“, které je buď v roli pozorovatele, nebo se účastní intelektuálně náročnějších diskusí. Druhá identita je tak zvané „špatné Já“. Umožňuje uživateli vstupovat do diskusí bez ztráty image.¹⁰¹

Běžný uživatel internetu by se měl snažit zachovat si co největší míru anonymity. Údaje, které jsou na internet vypuštěny, totiž nelze smazat. Přestože se Evropská unie pomocí Obecného nařízení o ochraně osobních údajů (GDPR) snaží sbírání osobních údajů bez souhlasu uživatele zabránit, obecně platí, že jakmile se uživatel sítě někde zaregistruje, zanechává po sobě digitální stopu. Bohužel zadávání osobních údajů na internet je nutnost. Lidé už zcela běžně a automaticky odklikávají vyskakovací okna, která jim brání ve čtení obsahu stránky, aniž by skutečně věděli, s čím souhlasí. Dalším příkladem

¹⁰⁰ PAVLÍČEK, Antonín. *Nová média a sociální síť*. 181 s. Praha: Oeconomica, 2010. ISBN 978-80-245-1742-1, str. 27 - 29

¹⁰¹ PUMERA, Martin. Jsme skuteční?: Aneb Identita na Internetu. *PCWorld.cz: Novinky ze světa softwaru, hardwaru a internetu* [online]. © 2020 – 2021 Internet Info DG, 1. května 1999 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.pcworld.cz/clanky/jste-skutecne-skutecni-aneb-identita-na-internetu/>

může být archivování konverzací sociálních sítí. Tedy i přesto, že se uživatel ze sociální sítě smaže, jeho vytvořená identita se archivuje.¹⁰²

¹⁰² ALTMAN, Lukáš. Jak se “vymazat” z internetu a zabránit sledování?: Poradíme nástroje, které s tím pomůžou. *Svět Androida* [online]. © 2010 - 2021 SvetAndroida.cz, 25.07.2019 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.svetandroida.cz/jak-se-vymazat-z-internetu-a-zabranit-sledovani-poradime-nastroje-ktere-s-tim-pomuzou/>

4 VYSOKÁ ŠKOLA

Listina základních práv a svobod, jež je součástí ústavního pořádku České republiky říká, že „*občané mají právo na bezplatné vzdělání v základních a středních školách, podle schopností občana a možností společnosti též na vysokých školách.*“¹⁰³ Další podmínky upravuje zákon o vysokých školách, který říká, že základní podmínkou pro přijetí ke studiu bakalářského studijního programu je úplné dokončení střední školy a složení závěrečné maturitní zkoušky. Podmínkou přijetí ke studiu v navazujícím magisterském studijním programu je řádné ukončení studia bakalářského. Nedílnou součástí celého přijímacího procesu je včasné podání řádně vyplněné přihlášky a uhrazení administrativního poplatku spojeného s přijímacím řízením. Další podmínky přijímacího řízení, které mají za úkol prověřit znalosti a schopnosti uchazeče, případně ohodnotit jeho dosavadní studijní výsledky, praxi a další vzdělání, si stanovují vysoké školy nebo jejich fakulty samy.¹⁰⁴

Přístup k vysokoškolskému vzdělání mají zaručený také cizinci (podmínky určují konkrétní mezinárodní smlouvy a Evropská unie) i osoby se zdravotním znevýhodněním. Horní věková hranice pro studium není nijak stanovena, pouze uchazeči starší 26ti let mohou být vázáni různými poplatky nebo povinnými odvody, se kterými je před nástupem na vysokou školu nutné počítat.¹⁰⁵

V České republice rozlišujeme tři typy vysokých škol, a sice veřejné vysoké školy, státní vysoké školy a soukromé vysoké školy. **Veřejných vysokých škol** je na území republiky celkem 26 a patří mezi ně například Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Ostravská univerzita v Ostravě či Karlova Univerzita. **Státní**

¹⁰³ Usnesení č. 2/1993 Sb.: Usnesení předsednictva České národní rady o vyhlášení LISTINY ZÁKLADNÍCH PRÁV A SVOBOD jako součástí ústavního pořádku České republiky. *Zákony pro lidi: Sbírka zákonů ČR v aktuálním konsolidovaném znění* [online]. © AION CS, s.r.o. 2010-2021 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1993-2>

¹⁰⁴ ČERNÁ, Lucie. Podmínky studia na vysokých školách v České republice: Pro uchazeče na VŠ. *VysokeSkoly.cz: Soukromé a státní vysoké školy* [online]. © 1996–2021 EDUroute, 26.04.2010 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.vysokeskoly.cz/clanek/podminky-studia-na-vysokych-skolach-v-ceske-republice>

¹⁰⁵ Ibid.

vysoké školy jsou v České republice dvě, a to Policejní akademie České republiky v Praze a Univerzita obrany. **Soukromých vysokých škol** je celkem 33 a patří mezi ně například Vysoká škola AMBIS, a. s., ŠKODA AUTO Vysoká škola, o. p. s. či Univerzita Jana Amose Komenského Praha, s. r. o.¹⁰⁶

4.1 OSOBNOST VYSOKOŠKOLÁKA

Šance uspět na vysoké škole jsou ovlivňovány mnoha faktory. Patří sem kulturní a socioekonomické rozdíly, ale také osobnost studenta.¹⁰⁷

Aby bylo studium úspěšné, musí mít vysokoškolák určité předpoklady. Některé jsou člověku dány, jiné lze vytvořit či pěstovat. Níže jsou uvedeny některé všeobecné předpoklady. Nicméně tyto studijní předpoklady musí v určité míře a v závislosti na typu vzdělávání splňovat všechny věkové kategorie, ať už se jedná o žáky nebo studenty.¹⁰⁸

1. fyzické předpoklady

- stav těla často souvisí s nižší nebo vyšší výkonností v učení. Pokud nejsou uspokojeny fyzické potřeby jako hlad nebo spánek, může se tělo bránit bolestí, únavou.

2. psychické předpoklady

- osvojené vědomosti, dovednosti a návyky získané či vytvořené socializací
 - schopnosti jsou předpokladem pro další osvojování vědomostí. Na rozdíl od vědomostí jsou trvalejšího charakteru a jejich utváření je mnohem pomalejší.

¹⁰⁶ Přehled vysokých škol v ČR. *MŠMT ČR* [online]. © 2013 – 2021 MŠMT [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/prehled-vysokych-skol-v-cr-3>

¹⁰⁷ BASCO, Louis a Martina CICHÁ. Ze zahraničních zkušeností: Rozvoj osobnosti studenta na vysoké škole - francouzský model. *Pedagogická orientace: Vědecký časopis České pedagogické společnosti* [online]. 2006, 16(3), 12 [cit. 2021-02-17]. ISSN 1805-9511. Dostupné z: <https://journals.muni.cz/pedor/article/view/941/780>

¹⁰⁸ POSPÍŠIL, Radek. Vychovávaný jedinec. *Úvod do pedagogiky: Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity* [online]. Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity ve spolupráci s Fakultou informatiky Masarykovy univerzity, 2009 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: https://is.muni.cz/elportal/estud/pedf/ps09/uvod_ped/web/jedinec.html

Základem rozvoje schopností jsou vlohy, které jsou vrozené.

- dřívější výchovně vzdělávací styl, který působil na studenta, hraje při studiu na vysoké škole důležitou roli. S tím souvisí kognitivní a učební styl získaný v průběhu života. Každý jedinec má svůj vlastní, individuální styl, který vede k osvojování poznatků. Tento styl zahrnuje poznání, motivaci, emoce, sociální aspekty a autoregulaci, vnitřní a vnější podmínky.
- respekt nejen k sobě, ale také k ostatním studentům a vyučujícím
- inteligence, ať už se jedná o matematicko-logickou, jazykovou, prostorovou a zrakovou, fyzickou, muzikálně-rytmickou, interpersonální či intrapersonální.

3. sociální předpoklady

- významným faktorem při studiu je sociální situace studenta, prostředí, ze kterého pochází. Sociální vazby mohou vzdělávání motivovat pozitivně, ale úplně stejně mohou mít i negativní vliv.
 - na studiu vysokoškoláka se tak odráží problematika rodiny, zájmy, postoje a finanční zabezpečení.
- vzdělávání je příznivé za předpokladu, že je dosažena určitá míra vědomostí, dovedností, návyků i postojů a zájmů, které jsou žádoucí v rámci dalšího výchovně vzdělávacího procesu.¹⁰⁹

Lze tedy říci, že jedinec, který se rozhodně studovat vysokou školu, je připraven pracovat se vším, co škola nabízí. Je dostatečně motivován k přijímání nových informací, absolvování zkoušek, počítá s časovou zátěží i možným stresem. Velkým předpokladem pro zdárné zvládnutí studia je rodinné zázemí, které v ideálním případě pomáhá utvářet psychickou a sociální pohodu, což jsou zásadní činitele ovlivňující psychiku vysokoškoláka.

¹⁰⁹ POSPÍŠIL, Radek. Vychováváný jedinec. *Úvod do pedagogiky: Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity* [online]. Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity ve spolupráci s Fakultou informatiky Masarykovy univerzity, 2009 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: https://is.muni.cz/elportal/estud/pdf/ps09/uvod_ped/web/jedinec.html (všechny tři body)

4.2 ŽIVOT VYSOKOŠKOLÁKA

Stresové situace jsou součástí života a nevyhýbají se ani tomu vysokoškolskému. V životě vysokoškoláka se odehrávají situace, se kterými si musí student umět poradit. Každý student se během doby studia zcela jistě setkal s kolísavou motivací, prokrastinací či prekrastinací nebo s uplatňováním multitaskingu. K vypořádání se s uvedenými situacemi pomáhá studentům duševní hygiena a sebereflexe, které vedou k duševní pohodě. Všechny tyto situace jsou níže rozebrány.

4.2.1 ZÁTĚŽOVÉ SITUACE

Jistě se shodneme na tom, že v dnešní uspěchané době je stres každodenní záležitostí. Nikdo nemůže říct, že se mu vyhýbá. Stres je mezi námi od nepaměti, avšak díky této uspěchané době bývá umocněn.

Během života se člověk adaptuje na určité životní prostředí a podmínky, ve kterých se pohybuje, žije. Na situace vzniklé v tomto prostředí reaguje naučeně a automaticky. Při utváření návyků a zvyků, které získává díky opakujícím se situacím v daném prostředí, dochází k tomu, že se psychika této životní praxi přizpůsobuje, a proto jsou všechny zde vzniklé situace chápány jako **běžná zátěž**. S každým novým zážitkem a s novou situací přichází nová interakce, se kterou se jedinec vyrovnává a učí se na ni reagovat – novým, nikoliv běžným způsobem. Jedinec je nucen hledat nové cesty, které vedou k řešení. Musí se adaptovat na nové prostředí, kde čelí neobvyklému. To je **zvýšená zátěž**. Zvýšenou zátěž lze řešit bez jakýchkoliv negativních důsledků na psychiku, avšak čím jsou nové podmínky na interakci s prostředím neobvyklejší a méně podobné těm zažitým situacím, může dojít k **hraniční zátěži**. Hraniční zátěž se může podepsat na psychice, ale i emocionálním stavu jedince. Pokud jedinec

není schopen vzniklé situace efektivně řešit, stávají se pro něj neřešitelnými a **zátěž je extrémní**. Jedinec plně podléhá tlaku situace.¹¹⁰

Náročné životní situace lze rozdělit do pěti kategorií:

- **nepřiměřené úkoly:** požadavky vyplývající z dané situace jsou vyšší, než je kapacita jedince
- **problémové situace:** jedinec je částečně vybaven schopnostmi a dovednostmi, které vzniklá situace k řešení vyžaduje
- **konflikty:** podstatami jsou spory
- **frustrace:** překážky nebo zábrany k uskutečnění něčeho, k dosažení cíle
- **deprivace:** dlouhodobé neuspokojení potřeb člověka¹¹¹

Někdy mohou být zátěžové situace chápány jako žádoucí. V určitých případech mobilizují organismus, podněcují člověka k učení nebo hledání nových cest, vedou jej k vyšším výkonům. Při nepřiměřeném stupňování, tedy ve chvíli, kdy se jedinec nestihá adaptovat, může zátěž přecházet ve stres – stres je tedy o kvantitě zátěžových situací.¹¹²

4.2.2 STRES A STRESORY

Podle pedagogického slovníku stres vzniká: „*vzájemným působením vnějších zátěžových vlivů (očekávání jisté události, hrozba, extrémní zatížení po fyzické nebo psychické stránce, duševní trauma, nemoc) a schopností člověka odolat této zátěži.*“¹¹³ Výsledkem stresu je vnitřní stav člověka, který buď

¹¹⁰ MIKŠÍK, Oldřich. *Člověk a svízelné situace*. 1. vydání. Praha: Naše vojsko, 1969, 371 s. Obzor (Naše vojsko), str. 21 - 23

¹¹¹ SIGMUND, Martin, Jana KVINTOVÁ a Michal ŠAFÁŘ. *Vybrané kapitoly z manažerské psychologie* [online]. Univerzita Palackého v Olomouci, 2014 [cit. 2021-02-18]. ISBN 978-80-244-4372-0. Dostupné z: <https://publi.cz/books/171/Cover.html>, kapitola 7

¹¹² SIGMUND, Martin, Jana KVINTOVÁ a Michal ŠAFÁŘ. *Vybrané kapitoly z manažerské psychologie* [online]. Univerzita Palackého v Olomouci, 2014 [cit. 2021-02-18]. ISBN 978-80-244-4372-0. Dostupné z: <https://publi.cz/books/171/Cover.html>, kapitola 7

¹¹³ PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 1. vydání. Praha: Portál, 1995, 292 s. ISBN 80-717-8029-4, str. 214

ohrožení očekává, je ohrožován, anebo se domnívá, že jeho obrana proti neobvyklé situaci není dostatečná.¹¹⁴

Stres je tedy možné chápat jako nescifickou odpověď organismu na jakýkoliv požadavek nebo zátěž, který je na něj kladen. Důležité je si říci, že stres se netýká jen lidí, ale běžně se vyskytuje i u zvířat. Zde se projevuje prakticky souběžně s pudem sebezáchovy. Potká-li myš kočku, vyvolá to u ní prudkou reakci. Srdce začne bít rychleji, přivede tlak do svalů a myš získá energii na útěk, tudíž šanci přežít. Myš ve svém úkrytu uklidní tělo, nažere se a spotřebovanou energii doplní. Kdyby k této stresové situaci nedošlo, nemělo by zvíře šanci na přežití. Ovšem pokud by myš ve stavu stresového napětí zůstala, přišlo by vyčerpání a ona by nebyla schopna účinně reagovat. Toto jednoduché zobrazení znázorňuje skutečnost, že stres má správně působit tak, aby umožnil vyvinout fyziologické, emocionální nebo psychologické reakce potřebné k akci, avšak je nutné udržovat rovnováhu.¹¹⁵

U zátěžových situací, potažmo stresu, rozlišujeme **čtyři fáze**. **První fáze** je reakce šokem. Člověk se může cítit jako omráčený. Poté tělo vyvolává další obranné mechanismy a snaží se na situaci adaptovat. Stoupá krevní tlak, prou se svaly, zvyšuje se ostražitost, zvyšuje se schopnost zapamatovat si. **Druhá fáze** přichází ve chvíli, kdy je člověk stresovým faktorům vystaven dlouho. Organismus přetrvává ve stavu pohotovosti, čili se nachází v jakémsi trvalém napětí. **Třetí fáze** nastává, když už organismus nemá prostředky na to, aby se adaptoval. Tělo i mysl jsou unavené. Pokud má navíc člověk nízkou schopnost adaptace, může být mrzutý, mohou se u něj projevovat zažívací potíže nebo bolesti hlavy. **Poslední fáze** je vyčerpání, pocit chronické únavy, o které si

¹¹⁴ PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 1. vydání. Praha: Portál, 1995, 292 s. ISBN 80-717-8029-4, str. 214

¹¹⁵ CUNGI, Charly. *Jak zvládat stres*. 1. vydání. Praha: Portál, 2001, 208 s. ISBN 80-7178-465-6, str. 11 - 15

člověk myslí, že ji nedokáže překonat. Ve skutečně těžkých případech se kromě vysokého tlaku nebo cholesterolu objevují úzkosti a deprese.¹¹⁶

Příznaky stresového stavu můžeme rozdělit do několika kategorií. Ty jsou blíže popsány i s uvedením příkladů níže:

A) změny v chování a jednání

- nerozhodnost, nejistota, dlouhé zvažování, nářky a bědování
- změna denního rytmu, problémy se spánkem, pocity únavy
- ztráta chuti k jídlu nebo naopak zvýšení příjmu potravy, případně zvýšení množství vykouřených cigaret, zvýšené množství příjmu alkoholu
- nepozornost, vyhýbání se práci a úkolům, odmítání zodpovědnosti
- zhoršení kvality odvedené práce nebo studijních výsledků

B) změny v psychice

- prudké změny nálad, podrážděnost a popudlivost
- úzkosti, trápení se, emoční zamrzlost
- starosti o vlastní zdravotní stav, vzhled
- omezování kontaktu s druhými, nadměrné snění

C) fyziologické příznaky

- bušení srdce, úporné bolesti hlavy, migrény
- svírání za hrudní kostí, zvýšené svalové napětí
- nechutenství, bolesti břicha, vyrážky, nepříjemné pocity v krku
- změny menstruačního cyklu
- neschopnost soustředit se očima na jeden bod¹¹⁷

¹¹⁶ CUNGI, Charly. *Jak zvládat stres*. 1. vydání. Praha: Portál, 2001, 208 s. ISBN 80-7178-465-6, str. 16 - 18

¹¹⁷ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Sestra a stres: příručka pro duševní pohodu*. 1. vydání. Praha: Grada, 2010, 119 s. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3149-0, str. 22 – 24 (všechny tři kategorie)

Stresorem rozumíme podnět, okolnost nebo situaci, která má na člověka negativní vliv. Můžeme je rozdělit na stresory vnitřní a vnější:

- **vnitřní vycházejí z našeho těla:** může se jednat o tělesné problémy spojené s fyzickou frustrací, například dlouhodobé bolesti nebo únava, anebo psychické, kam řadíme strachy, úzkosti.
- **vnější:** může se jednat o fyzikální, kdy člověk bojuje s přetrvávajícím chladem, teplem nebo hlukem, anebo sociální, kam řadíme závažné životní situace, jako jsou úmrtí v rodině, rozvod nebo sociální izolace.¹¹⁸

Tyto stresory jsou definovány obecně, pokud bychom se měli vydat do **školního prostředí**, řadili bychom mezi stresory strach ze zkoušek a písemek, obtížnost a množství učiva, hluk ve třídě, nedisciplinovanost vlastní nebo spolužáků, problémy učitel vs. spolužáci nebo naopak. Charakteristika školních stresorů není jednotná. Vzhledem k počtu individualit se může stát stresorem prakticky libovolný podnět, který v interakci s dalšími faktory získá subjektivní význam pro daného jedince.¹¹⁹

4.2.3 STRESORY VE ŠKOLNÍM PROSTŘEDÍ

Běžným stresovým obdobím jsou pro studenty zkoušky a hodnocení jejich práce, ať už v průběhu semestru nebo na konci. Neobvyklé nejsou ani situace, kdy je pro studenta stresující přítomnost pedagoga nebo přednášejícího. Pro někoho může být stresující autoritativní, důsledný a málo empatický vyučující, pro jiného naopak uvolněný až kamarádsky přistupující. Dalším stresorem paradoxně bývá rodinné zázemí. Rodina tlačící na výkon a prospěch studenta si toto ale nemusí uvědomovat. Stresující může být také pocit nedostatku času. Studenti se v úkolech ztratí a nedokáží si efektivně zorganizovat svoji práci.

¹¹⁸ ZACHAROVÁ, Eva. *Zdravotnická psychologie: teorie a praktická cvičení*. 2., aktualizované a doplněné vydání. Praha: Grada Publishing, 2017, 264 s. Sestra (Grada). ISBN 978-80-271-0155-9, str. 62 (oba body)

¹¹⁹ URBANOVSKÁ, Eva. *Škola, stres a adolescenti*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta, 2010, 159 s. ISBN 978-80-244-2561-0, str. 23

Z boje s časem se potýkají s prokrastinací nebo se naopak snaží o multitasking. Důležitá je prevence udržováním duševní hygieny a zdravého životního stylu.¹²⁰

Na základě typu ohrožení rozlišujeme: **potřebu někam patřit** (stresor v případě přehlížení, sociální izolace), **potřebu být v něčem kompetentní** (stresor v případě negativní zpětné vazby, neúspěchu), **potřebu autonomie** (stresor v případě omezování, nátlaku nebo donucování či manipulace).¹²¹

Ve vztahu osobnosti jedince a studia mohou být chápány jako stresové a zátěžové situace takové, které vyplývají z toho, že jedinec není srovnán sám se sebou. Řeč je o formování vlastní identity a sebepojetí, získávání sociálních dovedností a zodpovědnosti, budování vlastní autonomie, vývoji charakteru a hodnotového systému. Tyto situace mohou být zvláště stresující pro studenty, kteří ještě nepřeklenuli období pozdní adolescence (18 a více) a dospělosti. Zpravidla se jedná o ty studenty, kteří plynule přecházejí ze střední školy na školu vysokou.¹²² Dosahování dospělosti a přechod z jednoho typu studia na druhý, často spojený se stěhováním a bydlením na privátu nebo kolejích, tak může být organismem vyhodnocováno jako velmi stresující.

Zvláště stresující může být **zkouškové období** pro ty studenty vysokých škol, kteří mu čelí poprvé. Studenti, jež přicházejí na vysokou školu ze střední, se musí velmi rychle přizpůsobit novému školnímu systému a je pravděpodobné, že změní i učební styl. Důvodem je nutnost zpracovat velké množství informací v relativně krátkém časovém úseku. Některým studentům to může vyhovovat, ale jsou takoví, kteří tuto skutečnost cítí jako zátěž. Je velmi důležité, aby každý student věděl, jaký je studijní typ. Pokud to ví, může lépe rozložit své síly a připravovat se na zkouškové období v lepší psychické pohodě. Podstatné je také prostředí. Někomu se lépe učí v tichém a uklizeném pokoji, jiný potřebuje

¹²⁰ URBANOVSKÁ, Eva. *Škola, stres a adolescenti*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta, 2010, 159 s. ISBN 978-80-244-2561-0, str. 15 - 23

¹²¹ URBANOVSKÁ, Eva. *Škola, stres a adolescenti*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta, 2010, 159 s. ISBN 978-80-244-2561-0, str. 17

¹²² URBANOVSKÁ, Eva. *Škola, stres a adolescenti*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta, 2010, 159 s. ISBN 978-80-244-2561-0, str. 24

hudbu linoucí se z rádia. Individuální je i doba učení, která se liší u „skřivanů a sov“. Při učení je důležitým faktorem komunikace se spolužáky. Někteří studenti vyhledávají studijní skupiny, jiní se zcela izolují, protože nesnesou srovnávání s ostatními. Ze všeho uvedeného tedy vyplývá, že student musí dobře znát sám sebe a podle toho si musí přizpůsobit své síly.¹²³

4.2.4 PANDEMIE JAKO STRESOR

Současná doba je příliš nová na to, aby bylo možné dohledat odborné publikace nebo články k tématu. Většinou se tématem zabývají lokální deníky, zpravodajské internetové servery, televizní vysílání. V případě, že se dá na internetu dohledat odborný článek, je zaměřený především na zvládání celkové situace, vyrovnávání se s úmrtím v rodině, apod. V učitelských skupinách na sociálních sítích se množí články s radami jak učit, jak vychytat distanční výuku nebo kolik domácích úkolů je příliš. Jen málo článků se zabývá působením současné situace na žáky či studenty v souvislosti s digitálními technologiemi a internetem.

Základní školy

Největší dopad má současná situace na výuku. Učivo je povahou distančního vzdělávání redukováno. V běžném školním režimu by dítě získávalo autonomii postupně, kdežto v domácím prostředí jí díky nutnosti samostudia bývá vyžadováno více. Pomoc rodiče je v mnoha případech zcela nezbytná, rodič se navíc stává dozorcem pro disciplínu a kontrolorem pro kvalitu práce.¹²⁴

¹²³ POVOLNÝ, David. Jak nepodlehout stresu ve zkuškovém období. *Magazín M: Zprávy z MUNI* [online]. Masarykova univerzita, 2005–2021, 29.01.2007 [cit. 2021-02-18]. ISSN 1801-0814. Dostupné z: <https://www.em.muni.cz/student/611-jak-nepodlehout-stresu-ve-zkouskovem-obdobi>

¹²⁴ ČERMÁKOVÁ, Barbora, Štěpán KLEMENT a Karel GARGULÁK. *Dopady uzavření škol kvůli pandemii koronaviru: logický model: Otevřený analytický vstup* [online]. In: EDUIN: INFORMAČNÍ CENTRUM O VZDĚLÁVÁNÍ. Praha: EDUin, o. p. s., Pražské kreativní centrum, 2020, 14.08.2020 [cit. 2021-02-18].

V době vládních opatření musí děti zůstat doma, přicházejí tak o prostředí, které je ke vzdělávání uzpůsobeno. Prostor hraje nejen ve vzdělávání, ale především ve vývoji velkou roli. Děti jsou izolovány od svých vrstevníků a společnost hledají na internetu. I když díky sociálním sítím zcela o kontakt neprijdou, musí se mít rodiče na pozoru před možnou kyberšikanou.¹²⁵

Mezi možné dopady na zdraví dětí a jejich duševní pohodu patří:

- omezení pohybu, sociálních interakcí (automaticky se předpokládá, že se část socializace přesune do virtuálního světa, kde ale není zajištěn bezpečný prostor pro zdravou socializaci osobnosti)
- u rodin s nižším socioekonomickým statusem může dojít ke zhoršení kvality stravování
- může docházet k výraznému zhoršení rodinných vztahů, anebo naopak k posílení vztahů rodič vs. dítě
- ohrožení rozvoje základních gramotností*
- přerušení typických školních aktivit, kterými by si měl každý projít, např. absolvování dnů otevřených dveří v rámci výběru střední školy¹²⁶

Vysoké školy

Na jaře 2020 organizoval Sociologický ústav Akademie věd České republiky ve spolupráci s Fakultou sociálních věd Univerzity Karlovy průzkum u studentů vysokých škol, jehož cílem bylo zjistit, jak pandemie ovlivnila psychiku vysokoškoláků, jak se studentům podařilo vypořádat se se zavedenými

Dostupné z: https://www.eduin.cz/wp-content/uploads/2020/08/Dopady_uzavreni_skol_pandemie_koronaviru.pdf, str. 3

¹²⁵ ČERMÁKOVÁ, Barbora, Štěpán KLEMENT a Karel GARGULÁK. *Dopady uzavření škol kvůli pandemii koronaviru: logický model: Otevřený analytický vstup* [online]. In: EDUIN: INFORMAČNÍ CENTRUM O VZDĚLÁVÁNÍ. Praha: EDUin, o. p. s., Pražské kreativní centrum, 2020, 14.08.2020 [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: https://www.eduin.cz/wp-content/uploads/2020/08/Dopady_uzavreni_skol_pandemie_koronaviru.pdf, str. 3

¹²⁶ ČERMÁKOVÁ, Barbora, Štěpán KLEMENT a Karel GARGULÁK. *Dopady uzavření škol kvůli pandemii koronaviru: logický model: Otevřený analytický vstup* [online]. In: EDUIN: INFORMAČNÍ CENTRUM O VZDĚLÁVÁNÍ. Praha: EDUin, o. p. s., Pražské kreativní centrum, 2020, 14.08.2020 [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: https://www.eduin.cz/wp-content/uploads/2020/08/Dopady_uzavreni_skol_pandemie_koronaviru.pdf, str. 6 - 7

opatřeními a zda omezení výuky zasáhlo do jejich životů. Sběr dat probíhal online od 28. dubna do 19. května 2020 a zapojilo se do něj sedm univerzit (Česká zemědělská univerzita v Praze, Masarykova univerzita, Univerzita Hradec Králové, Univerzita Karlova, Univerzita Palackého Olomouc, Univerzita Tomáše Bati a Vysoká škola ekonomická). Bylo získáno 6497 dotazníků.¹²⁷

Průzkum byl rozdělen do několika oblastí, které jsou popsány níže:

- **student a fyzické zdraví:** z šetření vyplynulo, že alespoň jednou zdravotní obtíží, která je uváděna jako rizikový faktor při onemocnění COVID-19, např. obezita, plicní onemocnění, oslabená imunita, aj., trpělo 15,5 % respondentů.
- **student a psychické zdraví:** studenti v první vlně omezeného fungování škol vykazovali více příznaků deprese, než vykazovala obecná populace v období před pandemií. Zároveň se 37,5 % studentů cítilo osaměle.
- **studenti a finanční situace:** z průzkumu vyplynulo, že se zvýšil počet studentů s finančními problémy z původních 4,2 % na 14,8 %, přičemž 32 % studentů bylo nuceno přestěhovat se z kolejí nebo privátů zpět k rodině.
- **studijní zátěž a stres:** prezenční výuka se přesunula ze škol do virtuálního světa a domovů studentů. Nejen mezi zúčastněnými univerzitami, ale také samotnými fakultami panoval značný rozdíl v přístupu k řešení nemožnosti prezenční výuky. V závislosti na tom se projevovala míra studijního zatížení a stresu u studentů. V případě, že se výpadek prezenční výuky kompenzoval prudkým nárůstem samostudia, byla studijní zátěž a míra stresu vysoká. V průměru se samostudium navýšilo o 7,8 hodin týdně. Fakulty, které dokázaly výpadek kompenzovat online výukou a výrazně nenavyšovaly nutnost

¹²⁷ Sociologický ústav AV ČR a FSV UK. Vysokoškolští studenti během první vlny pandemie koronaviru, tisková zpráva [online]. 7 str. Praha, 24. září 2020. [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: https://www.soc.cas.cz/sites/default/files/soubory/tz_20200924_vysokoskolsti_studenti_behem_prvni_vlny_pandemie_koronaviru.pdf

samostudia, bylo zatížení a stres studentů výrazně nižší, než v opačném případě.¹²⁸

Srovnání

Pokud u žáků základních škol a studentů vysokých škol porovnáme výše uvedené stresory a indikátory ohrožení, zjistíme, že obě skupiny se potýkají prakticky se stejnými obtížemi. Velmi pravděpodobně by to tak bylo i při zahrnutí studentů středních škol.

Níže uvedená tabulka vznikla na základě indikátorů, které jsou ve vztahu k jednotlivým skupinám výše rozebírány.

Tabulka č. 1: Srovnání stresorů žáků ZŠ a studentů VŠ

Stresor, ohrožení	Žáci základních škol	Studenti vysokých škol
Omezení pohybu	ANO, protože nezletilé děti jsou více závislé na rodičích	ANO, nicméně díky plnoletosti mají možnost více se pohybovat alespoň v rámci nákupů případně brigád, práce
Omezení sociálních interakcí, pocit osamění	ANO, virtuální svět reálný kontakt nenahradí	ANO, virtuální svět reálný kontakt nenahradí
Finanční problémy	ANO, nicméně dítě je plně finančně závislé na rodině	ANO s rozdílem, že studenti většinou nejsou zcela finančně závislí na rodině

¹²⁸ Sociologický ústav AV ČR a FSV UK. Vysokoškolští studenti během první vlny pandemie koronaviru, tisková zpráva [online]. 7 str. Praha, 24. září 2020. [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: https://www.soc.cas.cz/sites/default/files/soubory/tz_20200924_vysokoskolsti_studenti_behem_prvni_vlny_pandemie_koronaviru.pdf (všechny 4 body)

Ovlivnění rodinných vztahů	ANO, žák žije s rodinou	SPÍŠE ANO, podle průzkumu se 32 % studentů vrátilo z kolejí a privatů ke svým rodinám, ale někteří z domova zatím neodešli, jiní naopak zůstali bydlet v pronájmech
Ohrožení rozvoje základní gramotnosti	ANO, týká se především prvních až třetích tříd (dle vzdělávacího programu), kdy děti zrovna přeskochí do počítačové a internetové gramotnosti	NE
Přerušení typických školních aktivit	ANO, děti přijdou o vítání prvňáků, akademie, předávání vysvědčení, školní výlety...	ANO, neprobíhají imatrikulace, Majáles, nefungují studijní skupiny...
Studijní zátěž, stres ze studia	ANO, u dětí se vyžaduje větší míra samostatnosti, než by byla vyžadována při prezenční výuce, samostudium, nutnost zorientovat se ve virtuálním světě... ANO, při připojování k výuce a samostudiu je nutná pomoc rodinných příslušníků	ANO, totéž s tím rozdílem, že u studentů se automaticky se samostatností počítá NEPRAVDĚPODOBNÉ, s pomocí rodinných příslušníků vzhledem ke studiu se spíše nepočítá = menší míra zatížení rodiny

Zdroj: autor práce, 2021 (vlastní šetření)

4.2.5 ZVLÁDÁNÍ STRESU

Se zátěžovými situacemi se setkáváme téměř každý den. Mnoho lidí za ně považuje i svátky nebo přípravu na dovolenou. Stresová se může stát v podstatě každá životní situace. Různí autoři se s tématem vypořádávají různě. Knihovny a internet jsou plné článků, příruček a rad, jak se stresu vyhnout, jak s ním bojovat. Níže jsou uvedena některá doporučení.

Lektorka a koučka Radka Loja vede přednášky na téma jak více využívat mozek, jak pracovat s časem, emocemi i jak zpracovávat stres. Podle jejích slov se stres nejlépe vybíjí přes tělo, protože člověk historicky buď bojoval, nebo utíkal. Zásadní je proto pohyb, sport, sex. Autorka uvádí sedm doporučení pro fyzické uvolnění a sedm doporučení pro psychické uvolnění, které jsou uvedeny níže:¹²⁹

- **sedmero fyzického uvolnění:** protistresové dýchání; zvolnění tempa pohybů a řeči; uvolnění obličeje pomocí masáží, hlazením uší nebo omytím vodou; tělesná cvičení pro uvolnění tenze v oblasti ramen a šíje; jógové cviky; procházka nebo jiná fyzická aktivita; protistresové masáže zaměřené na šíji, lýtka a chodidla
- **sedmero psychického uvolnění:** zklidnění pomocí mindfulness přepnutím do přítomného okamžiku; soustředění se na jiné myšlenky; relaxační hudba; představování si spokojenosti; vmlouvání si zvládnutí stresové situace; meditace nebo jiná myšlenková relaxace; kontakt s blízkou osobou, které se mohu svěřit¹³⁰

¹²⁹ LOJA, Radka. Jak být lepší: Pracujte se stresem. 14 tipů, jak ho ovládnout a využít ve svůj prospěch. *Forbes* [online]. © 2021 MediaRey, SE, 19.03.2018 [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <https://forbes.cz/pracujte-se-stresem-14-tipu-jak-ho-ovladnout-a-vyuzit-ve-svuj-prospech/>

¹³⁰ LOJA, Radka. Jak být lepší: Pracujte se stresem. 14 tipů, jak ho ovládnout a využít ve svůj prospěch. *Forbes* [online]. © 2021 MediaRey, SE, 19.03.2018 [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <https://forbes.cz/pracujte-se-stresem-14-tipu-jak-ho-ovladnout-a-vyuzit-ve-svuj-prospech/> (obě odrážky)

Pan doktor Karel Kostka, ředitel soukromé střední školy Kostka ve Vsetíně, rozděluje individuální protistresové techniky do tří skupin. Jedná se o techniky uplatňované obecně, techniky uplatňované ve volném čase a techniky vhodné pro pracovní činnost a její aktivizaci. Tyto tři oblasti jsou uvedeny níže:¹³¹

- **techniky uplatňované obecně:** sem patří cílená představivost a meditace. **Cílenou představivostí** rozumíme každodenní rituály spojené s představováním si toho, jak dosahuji svých cílů. Jedná se o vnitřní projekci, která má velký vliv na osobní pohodu. Pro meditaci je nutné najít si klidné místo a dostatek času. Cílem **meditace** je uvolnit mysl a dosáhnout pocitu prázdna. Zátěží zasažené osoby mohou provádět i kratší, chvilkovou meditaci. Ta může být nahodilá, jejím základem je soustředění se na vlastní dýchání, vypuzení zneklidňujících myšlenek, představování si něčeho příjemného.
- **techniky pro volný čas a soukromí:** zde můžeme zařadit literární tvorbu, výtvarnou tvorbu a sportovní aktivity.
- **techniky pro pracovní činnosti a její aktivizaci:** tyto techniky nelze paušalizovat. Odvíjejí se od konkrétního typu osobnosti, její citlivosti a dané situace. Dotyčná osoba si může vystačit s připuštěním toho, že neúspěch není katastrofa; s myšlenkou, že negativní emoce se nepřipouštějí, avšak v případě komplexnější zátěže je vždy lepší konzultace.¹³²

Psycholog a profesor Jaro Křivohlavý ve své publikaci *Sestra a stres* definuje několik strategií zvládnání stresu, který je možné v případě nutnosti použít, avšak zároveň upozorňuje, že kromě uvedených strategií existují další,

¹³¹ KOSTKA, Karel. *Techniky zvládnání stresu* [online]. Olomouc: Ústav pedagogiky a sociálních studií, PdF Univerzity Palackého v Olomouci, 13 s. [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <http://www.kostka-skola.cz/archiv/soubor/KOSTKA-72798-techniky-zvladani-stresu.pdf>

¹³² KOSTKA, Karel. *Techniky zvládnání stresu* [online]. Olomouc: Ústav pedagogiky a sociálních studií, PdF Univerzity Palackého v Olomouci, 13 s. [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <http://www.kostka-skola.cz/archiv/soubor/KOSTKA-72798-techniky-zvladani-stresu.pdf>, str. 5 – 10 (všechny tři odrážky)

velmi konkrétní techniky zvládnání stresových situací, jako například už zmíněné relaxace, meditace či imaginace.¹³³

Mezi **osm doporučených postupů** pro zvládnání stresu patří: plánování a hledání řešení daného problému; zklidňování rozrušených emocí; konfrontace tváří v tvář stresové situaci; zachování chladné hlavy; hledání pozitivních stránek na situaci; vyhledání pomoci přátel a rodiny; akceptování osobní odpovědnosti za vznik situace; opuštění stresové situace.¹³⁴

Tři uvedené přístupy nejsou natolik rozdílné, všechny kladou důraz na práci s konkrétní situací a fyzickou i duševní hygienu. A právě duševní hygiena je nejlepší prevencí proti stresu.

4.2.6 DUŠEVNÍ HYGIENA

Psychohygienou neboli duševní hygienou se rozumí souhrn takových činností, které vedou k upevnění a posílení duševního zdraví. Dodržování zásad duševní hygieny navíc pomáhá vzdorovat nemocem. Při stanovení cílů u konkrétní osoby se klade důraz na sebevýchovu, zrání osobnosti a duševní klid, nicméně není opomíjena ani sociální interakce či úpravy životního a pracovního prostředí, je dbáno na životosprávu.¹³⁵

Znakem duševní normality člověka jsou schopnost vidět nezkreslenou realitu, schopnost správně či reálně hodnotit sám sebe, být odolný vůči stresu, být schopen sociální adaptace, být schopen změny, tolerovat úzkosti, mít pocit vlastní identity, mít schopnost seberealizace a nezávislost.¹³⁶

¹³³ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Sestra a stres: příručka pro duševní pohodu*. 1. vydání. Praha: Grada, 2010, 119 s. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3149-0, str. 22 – 24, str. 27 - 28

¹³⁴ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Sestra a stres: příručka pro duševní pohodu*. 1. vydání. Praha: Grada, 2010, 119 s. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3149-0, str. 22 – 24, str. 27

¹³⁵ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2003, 279 s. ISBN 80-717-8774-4, str. 144

¹³⁶ KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2003, 279 s. ISBN 80-717-8774-4, str. 145

Doporučení prevence stresu a duševní hygieny se týkají jednotlivců, ale i zaměstnavatelů:

- **jednotlivci (děti, mládež, dospělí):** udržování kvalitních mezilidských vztahů, práce s podstatnými informacemi, zvládnání všech potřebných studijních nebo pracovních dovedností, reálné nároky a stanovování dosažitelných cílů, podpora a rozvíjení hobby, zájmů a zálib, projevení emocí a humoru, zvládnání relaxačních technik, kladný postoj k sobě samému a další.
- **zaměstnavatelé:** analýza stresových faktorů, podpora odborných kontaktů, stanovování přiměřené míry odpovědnosti a pravomocí zaměstnance, morální ohodnocení a další.¹³⁷

Dodržování zásad duševní hygieny přináší mnoho dobrého, utužuje rodinné vztahy, jde ruku v ruce s dobrou výchovou, duševní životosprávou, odbourává konfliktní situace, minimalizuje únavu a především je prevencí proti duševním a jiným nemocem.¹³⁸

4.2.7 PROKRASTINACE

Původ slova prokrastinace pochází z latinských slov ‚cras‘, tedy zítra a ‚crastinus‘ neboli náležející zítřejšímu dni. Termín prokrastinovat se v angličtině poprvé objevil v roce 1588 a doslova znamená ‚nechat na zítřek‘. Řeč je o věcech, které není nutné dělat dnes, ale i o činnostech, které je až nezbytné vykonat. Následky mohou být různé. Často se nestane téměř nic, ale v horších případech přicházejí lidé kvůli svým špatným manýrům i o přátele.¹³⁹

¹³⁷ HERMAN, Erik a Pavel DOUBEK. *Deprese a stres: vliv nepříznivé životní události na rozvoj psychické poruchy*. Praha: Maxdorf, c2008, 94 s. Jessenius. ISBN 978-80-7345-157-8, str. 48

¹³⁸ ČERNÝ, Jan. *Duševní hygiena školáka*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, n. p., 1960, 129 s., str. 7

¹³⁹ PASSIG, Kathrin a Sascha LOBO. *Odložím to na zítra: jak si zorganizovat život bez zbytečného organizování*. 1. vydání. Praha: Portál, 2010, 192 s. ISBN 978-80-7367-666-7, str. 11

Prokrastinace je považována za chorobné, až chronické odkládání věcí na později. Místo toho, aby člověk plnil své školní nebo pracovní povinnosti, ba dokonce místo toho, aby rozvíjel koníčky, dívá se na seriály, sleduje sociální sítě, zírání se do zdi. Pokud se u takového člověka projeví výčitky svědomí, pocit bezmoci nebo frustrace z nic nedělání, pak skutečně prokrastinuje. U líného člověka by tento efekt nenastal, protože je spokojený s tím, že nic nedělá a často ani nic dělat nechce. Prokrastinaci nelze zaměňovat ani za odpočinek. Při odpočívání jsou síly regenerovány, ale u prokrastinace jsou nevhodně utráceny.¹⁴⁰

Dobrovolný souhlas s odložením činnosti není jedinou podmínkou. Obvykle se ještě udává nelogičnost a nerozumnost tohoto počínání. Toto na oko lhostejné chování je propojeno s myšlenkami i emocemi. Rozhodnutí něco odložit přichází na úrovni myšlenky, avšak pocit naděje nebo úlevy s tím spojený už je emoce. Příjemné pocity z odkládání člověku dovolují své rozhodnutí příště zopakovat, a proto je prokrastinace velmi komplexní problém.¹⁴¹

Podle míry můžeme rozlišovat tři úrovně prokrastinace, a sice žádnou nebo jen minimální; situační prokrastinaci, která je spojená jen s odkládáním konkrétních úkonů; chronickou prokrastinaci, která se vyznačuje pravidelným odkládáním úkolů.¹⁴²

I když se může zdát, že je prokrastinace novým fenoménem, rozvoj digitálních technologií a internetu jej pouze rozšířil a zvětšil možnosti lelkování. Lidé, kteří věci odkládají, na světě vždy byli a budou. Svědčí o tom i známá rčení jako: ‚Práce není zajíc, neuteče.‘ nebo ‚Ráno moudřejší večera.‘¹⁴³

¹⁴⁰ LUDWIG, Petr. *Konec prokrastinace: [jak přestat odkládat a začít žít naplno]*. 1. vydání. V Brně: Jan Melvil, 2013, 271 s. Briquet. ISBN 978-80-87270-51-6, str. 18

¹⁴¹ SLIVIAKOVÁ, Andrea. *Příště se do toho pustím dříve!: Malá příručka pro prokrastinující*. Stať vznikla s finanční podporou Grantového fondu děkana Filozofické fakulty MU pro rok 2010. © Andrea Sliviaková, 2010, 31 s. Dostupné také z: https://is.muni.cz/el/1441/podzim2015/SP4MK_S4a2/um/59331821/SLIVIAKOVA__A._Prirucka_pro_prokrastinujici__2010_.pdf, str. 2 - 3

¹⁴² Ibid, str. 4

¹⁴³ Ibid, str. 5

Studenti běžně odkládají své povinnosti tak dlouho, až se ocitnou před termínem odevzdání seminární práce, prezentace nebo datem zkoušky. Z prokrastinace se tak lehko stane stres. Díky internetu a popularizaci prokrastinace se navíc často stává, že se tím sami chlubí na sociálních sítích a trumfují se, kdo prokrastinoval více.

Akademická půda si je této problematiky vědoma, a protože se jedná o skutečný problém, se kterým se studenti potýkají, nabízejí univerzity svým studentům pomoc. Za zmínku stojí Online adiktologická poradna Kliniky adiktologie 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.¹⁴⁴ Koučování a poradenství v oblasti prokrastinace nabízí facebooková stránka Prokrastinační Pohotovost¹⁴⁵.

4.2.8 PREKRASTINACE

Termín prekrastinace se poprvé objevil v roce 2014 a je označován za sestřenici prokrastinace. Jako první jej použil profesor psychologie z Pensylvánské státní univerzity David Rosenbaum. Prekrastinaci definoval jako tendenci plnit, anebo začínat plnit úkoly co nejdříve, a to i za cenu toho, že dojde ke zvýšenému fyzickému úsilí. Rosenbaum experimentoval se svými studenty a své závěry sepsal a zveřejnil v odborném žurnálu *Psychological Science*.¹⁴⁶

Důvodem tohoto zbrklého chování je pravděpodobně **snaha uvolnit operační paměť mozku předčasným puzením k aktivitě**.¹⁴⁷ Problém dokončování úkolů v předstihu často znamená, že je činnost hotová bezmyšlenkovitě, nedbale. Lidé, kteří mají sklony k prekrastinaci, věnují příliš velké úsilí k dokončení své práce, takže sebemenší vyrušení pro ně znamená

¹⁴⁴ Odkaz na online poradnu: <https://poradna.adiktologie.cz/zavislosti/z-ostatni-zavislosti/>

¹⁴⁵ Odkaz na facebookovou stránku: <https://www.facebook.com/prokrastinacnipohotovost/>

¹⁴⁶ TŘEŠŇÁK, Petr. Zjevení prekrastinace: Psychologové zjistili, že známá pracovní neřest má svou sestřenici. *Respekt*. 2019. Praha: R-Press, 01.04.2019, **30**(14), 1 [cit. 2021-02-19]. ISSN 0862-6545.

¹⁴⁷ TŘEŠŇÁK, Petr. Zjevení prekrastinace: Psychologové zjistili, že známá pracovní neřest má svou sestřenici. *Respekt*. 2019. Praha: R-Press, 01.04.2019, **30**(14), 1 [cit. 2021-02-19]. ISSN 0862-6545.

obrovský stres. Pokud v průběhu činnosti zazvoní prekrastinátorovi telefon, nebude se po jeho zvednutí na práci soustředit stejně silně, což znamená okamžité snížení výkonu, chybování.¹⁴⁸

Ani jedna ze strategií, prokrastinace a prekrastinace, nejsou pro studenta z dlouhodobého hlediska výhodné. Ideální je začít řešit úkoly včas, zapracovávat postupně poznatky a odevzdat včas.¹⁴⁹

4.2.9 MULTITASKING

Multitasking se snaží studenti uplatňovat ve chvíli, kdy jim připadá, že nemají dostatek času, nestíhají. Vyřizování více věcí najednou může dobře fungovat pouze při automatizovaných činnostech, například povídání při procházce, přemýšlení při řízení auta. Toto schéma ale nefunguje v případě, že člověk vykonává dvě a více náročných činností. Mozek je nucen mezi nimi přepínat¹⁵⁰ a to odpovídá známému lidovému rčení: ‚Sedět na dvou židlích.‘

Multitaskingem rozumíme víceúlohovost. Je to způsob jednání, při kterém se úkonům nebo činnostem přidělují různé priority.¹⁵¹ Lidský mozek totiž na rozdíl od počítače **není schopen bezchybně a souběžně pracovat** na více úkonech. Přepínání mozku mezi úkoly nakonec většinou zabere více času, než jejich postupné vyřizování. Trpí tím kvalita práce i organismus. Takto prováděný multitasking přináší stres, vyvolává zhoršení krátkodobé paměti a v důsledku způsobuje nedbalost, hromadění chyb, nízkou výkonnost. Cílené rozdělování

¹⁴⁸ Proč je prekrastinátor ve vás horší než zahaleč. *Kanceláře.cz: Pronájem a prodej kanceláří, bytů a domů* [online]. 2021 © KANCELARE.CZ [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <https://www.kancelare.cz/novinky/proc-je-prekrastinator-ve-vas-horsi-nez-zahalec>

¹⁴⁹ Proč je prekrastinátor ve vás horší než zahaleč. *Kanceláře.cz: Pronájem a prodej kanceláří, bytů a domů* [online]. 2021 © KANCELARE.CZ [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <https://www.kancelare.cz/novinky/proc-je-prekrastinator-ve-vas-horsi-nez-zahalec>

¹⁵⁰ MICHALSEN, Andreas. *Léčení silou přírody*. Brno: Kazda, 2018, 299 s. ISBN 978-80-907197-3-6, str. 192

¹⁵¹ *Zemědělská ekonomika: Vědecký časopis*. Praha: Československá akademie zemědělských věd, 1974, 20(6), 140. ISSN 0139-570X. Ústav zemědělských a potravinářských informací, str. 68

pozornosti je navíc nebezpečné u řidičů, dispečerů a dalších manuálních pracovníků.¹⁵²

Je tedy zřejmé, že multitasking pomůže šetřit čas jen v případě, že se jedná skutečně o rutinní činnosti. Jinak hrozí, že mozek v sebeobraně před přetížením začne vypínat nová nervová spojení a projeví se únava. Je rovněž možné kombinovat dva relativně složité úkoly, pokud se vzájemně nepodobají. Klavírista například dokáže hrát na klavír a přitom vyslovovat, co slyší. U těchto dvou činností se aktivují různá mozková centra, informaci pro obě činnosti navíc dostává různými kanály, zrakem a sluchem.¹⁵³ Stejně tak funguje i zapisování poznámek na přednášce.

Aby se člověk vyhnul obavám, depresím a neustálému přerušování myšlenek, musí se rozhodnout, jakou činnost chce vykonávat. Znamená to vzdát se jedné a více činností, což někdy nemusí být snadné, avšak pro lidský organismus je to zcela jistě výhodné.¹⁵⁴

Závěrem této podkapitoly zmíníme v souvislosti s multitaskingem tak zvanou Generaci Y. Generací Y rozumíme tu část populace, která se narodila po roce 1980 a je považována za schopnou práce s informačními a komunikačními technologiemi. Představitelé Generace Y jsou zpravidla toho názoru, že multitasking zvládají výborně. To je v souladu s jejich přáním mít flexibilní a různorodou práci realizovatelnou v pružné pracovní době. Tato mladá generace multitasking nechápe jako vykonávání více činností najednou, ale jako cestu, jak uspokojit potřebu interakce s ostatními, obvykle ve virtuálním světě

¹⁵² BALCAR, Jiří a Stanislav KNOB. *Rozvoj měkkých kompetencí na základních, středních a vysokých školách*. Ostrava: Vysoká škola báňská - Technická univerzita Ostrava, Ekonomická fakulta, 2016, 135 s. ISBN 978-80-248-3928-8, str. 99

¹⁵³ BALCAR, Jiří a Stanislav KNOB. *Rozvoj měkkých kompetencí na základních, středních a vysokých školách*. Ostrava: Vysoká škola báňská - Technická univerzita Ostrava, Ekonomická fakulta, 2016, 135 s. ISBN 978-80-248-3928-8, str. 99 - 100

¹⁵⁴ MICHALSEN, Andreas. *Léčení silou přírody*. Brno: Kazda, 2018, 299 s. ISBN 978-80-907197-3-6, str. 193

souběžným propojením lidí, technologií a dat, myšlenek. Silné partnerství této generace s internetem a moderními technologiemi ale může znamenat vybudování si závislosti na internetu, ale i postupné přetížení organismu.¹⁵⁵

¹⁵⁵ ŠUCHA, Matúš, Jaroslava KUBÁTOVÁ a Klára BENDOVIÁ. Workoholismus a technofilie - nemoc nebo životní styl? *Psychologie pro praxi*. Praha: Karolinum, 2011, **XLVI**(3-4), 10. ISSN 1803-8670, str. 74 - 75

5 VZDĚLÁVÁNÍ PŘES INTERNET

Vzdělávání prostřednictvím médií má dlouhou tradici. Z historie víme, že kromě informační funkce mají média za úkol vychovávat publikum, vzdělávat a vytvářet sociální hodnoty nebo politický názor. V závislosti na režimu toho kterého státu je pak možné více nebo méně zaznamenat prvoplánovitost. Český mediální zákon však přímo ukládá nezařazovat do vysílání takové pořady, které by mohly fyzicky, psychicky nebo mravně narušit vývoj dětí a mladistvých. Ve vztahu k výchově a vzdělávání mají česká média jediný důležitý závazek, a to nenarušovat výchovu v oblastech, ve kterých existuje alespoň základní společenská shoda.¹⁵⁶

Dnes více, než jakékoliv jiné médium, je ve vzdělávání nápomocný internet. Současná doba navíc dokazuje, že školství už se bez internetu neobejde.

5.1 KOŘENY DISTANČNÍ VÝUKY

Kořeny dálkového vzdělávání najdeme už v první polovině devatenáctého století. V roce 1837 představil britský fonograf sir Isaac Pitman svůj těsnopisný systém. Jeho zkratkový systém psaní značně zjednodušil práci soudcům, ale ovlivnil i novinový průmysl, který se v té době značně rozšiřoval. Za část popularity mohli Pitmanovi bratři Benn, který systém šířil ve Spojených státech a Jacob, který těsnopis propagoval v Austrálii. Hlavní podíl na popularitě ale měla skutečnost, že se jednalo o první předmět vyučovaný korespondenčním kurzem.¹⁵⁷

Ve druhé polovině 19. století docházelo v souvislosti s rozvojem poštovních služeb ke vzniku korespondenčních škol v Německu a Rakousko-Uhersku. Tyto školy se specializovaly na výuku jazyků a obchodní disciplíny. Myšlenka

¹⁵⁶ MUSIL, Josef. *Úvod do sociální a masové komunikace*. Vyd. 2. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-44-0, str. 54 - 55

¹⁵⁷ Isaac Pitman. *New World Encyclopedia* [online]. [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: https://www.newworldencyclopedia.org/entry/Isaac_Pitman

korespondenčních škol se šířila celou Evropou, příznivou odezvu měla i ve Spojených státech.¹⁵⁸

Významným zlomem v rozvoji dálkové výuky byl rozvoj kinematografie a rozhlasového vysílání. V roce 1926 byly do vysílání rádia Luxembourg zařazeny první vzdělávací pořady, o rok později zahájil vysílání těchto programů Radiofonický institut v Paříži. Význam rádia v souvislosti s rozvojem vzdělávání rostl především v oblastech s řídkým osídlením, například v Kanadě, Austrálii nebo ve skandinávských zemích.¹⁵⁹

V roce 1938 byl ve snaze institucionalizovat distanční výuku založen Mezinárodní svaz pro korespondenční vzdělávání a hned o rok později Národní centrum distančního vzdělávání ve Francii. Cílem bylo uznat dálkové vzdělávání za formu vzdělávání rovnocennou dennímu studiu. V roce 1946 se první univerzitou, která nabídla distanční vysokoškolský program, stala Jihoafrická univerzita v Pretorii. Distanční výuka v České republice dostává zelenou až v roce 1991, po celoevropské konferenci, která se konala v Praze.¹⁶⁰

O modernizaci světového vzdělávání hovoříme v souvislosti s rozvojem výpočetní techniky a internetu. Dálkové studium přes internet umožňuje vzdělávání lidí bez ohledu na místo a čas. Dostává se tak k širšímu publiku studentů a zároveň snižuje vzdělávacím institucím náklady na výuku. Rozvoj vzdělávání přes internet v České republice začal přibližně v roce 2000, a to díky realizaci evropského projektu eEuropa a elektronizaci státní sféry. Ve stejném období bylo založeno několik projektů vzdělávání na dálku. Nejznámějším byl projekt „Virtuální univerzity“, který realizovala Ekonomická fakulta Vysoké školy báňské – Technické univerzity Ostrava, Přírodovědecké fakulty Ostravské univerzity v Ostravě a Obchodně-podnikatelské fakulty Slezské univerzity

¹⁵⁸ PALÁN, Zdeněk. Dějiny distančního vzdělávání. *Andromedia.cz: Databanka dalšího vzdělávání* [online]. Provozovatelem databanky je Asociace institucí vzdělávání dospělých ČR, o.s. [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <http://www.andromedia.cz/andragogicky-slovník/dejiny-distančního-vzdělávání>

¹⁵⁹ Ibid.

¹⁶⁰ Ibid.

v Karviné. Cílem projektu bylo vytvořit takovou formu kombinovaného studia, která by v sobě měla prvky prezenční i distanční formy výuky.¹⁶¹

5.2 FORMY DISTANČNÍ VÝUKY

Distanční forma výuky nevyžaduje fyzickou přítomnost žáka nebo studenta ve vzdělávací instituci. Jedná se o formu výuky, kdy se vyučující a vyučovaný nemusejí reálně setkat. Tato forma výuky je opakem prezenční formy. Pro distanční výuku je typický nepřímý kontakt s vyučujícím. Navíc u této formy vzdělávání je kladen důraz na sebekontrolu, tedy hlavní odpovědnost za celý proces i výsledky vzdělávání nese samotný studující.¹⁶²

Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem vydané Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy v září 2020 počítá se dvěma typy distanční výuky, a sice s online a off-line (někdy také offline) formou.¹⁶³ Existuje ale ještě e-learningové vzdělávání (někdy také elearningové). Celkem tedy rozlišujeme tři typy distanční výuky, které jsou níže rozebrány.

5.2.1 E-LEARNING

Ustálené slovní spojení přejaté z anglického jazyka nemá v českém jazyce ekvivalent, nicméně jej můžeme přeložit jako „elektronické učení“. Vymezení e-learningu není jednotné v české ani zahraniční literatuře. Každý autor, který se

¹⁶¹ Co je to e-learning a jaká je jeho historie. *BOZP.CZ: Školení BOZP, školení PO* [online]. © 2021 CRDR spol. s r.o., 4. 4. 2016 [cit. 2021-02-14]. Dostupné z: <https://www.skolenibozp.cz/aktuality/co-je-to-elearning-a-jaka-je-jeho-historie/>

¹⁶² ČERNÝ, Michal, Dagmar CHYTKOVÁ, Pavlína MAZÁČOVÁ a Gabriela ŠIMKOVÁ. *Distanční vzdělávání pro učitele*. 1. vydání. Brno: Flow, 2015. ISBN 978-80-905480-7-7.

¹⁶³ *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem* [online]. Praha, 23. 9. 2020: MŠMT, 24 s. Dostupné z: [www.msmt.cz › file. Metodika_DZV__23_09_final.pdf](http://www.msmt.cz/file/Methodika_DZV__23_09_final.pdf), str. 8

pokouší e-learning definovat, zaměřuje pozornost na jiný aspekt – didaktiku, pedagogiku, technologii.¹⁶⁴

Ludvík Eger definuje e-learning jako vzdělávání, které se neobejde bez použití počítače s příslušným softwarem a prohlížečem, který uživateli umožní pracovat s internetem, přičemž nezbytným prostředkem je také multimediální platforma na CD nebo DVD. Hlavní prioritou je užívání počítače a internetu, vizuálního a interaktivního prostředí se zaměřením na vzdělávací cíle.¹⁶⁵

Michael Allen chápe e-learning jako strukturované a účelné využívání elektronických systémů nebo počítačů k podpoře vzdělávání.¹⁶⁶

Jiří Zounek definuje e-learning jako jakýkoliv vzdělávací proces směřující k jakémukoliv cíli, ve které jsou používány informační a komunikační technologie, jež pracují s daty v elektronické podobě, přičemž způsob využívání těchto technologií je závislý na vzdělávacích cílech, obsahu a charakteru edukačního prostředí, dále na potřebách a možnostech všech aktérů, kteří jsou zapojeni do vzdělávacího procesu.¹⁶⁷

Je jisté, že učení podporované počítačem se neustále mění a rozvíjí, protože odráží rozvoj technologií. Dnes mohou být místo počítače používány i tablety a mobilní telefony. Z výše uvedeného vyplývá, že e-learning může probíhat online připojením k síti nebo offline přehráváním programu z disku. V obou případech se jedná o určitý způsob interakce vyučovaného a programu spuštěného prostřednictvím moderní technologie.

¹⁶⁴ EGER, Ludvík. *Komunikace vzdělávacích organizací s veřejností na internetu: Edice „Česká a slovenská andragogika“*, sv. 5. Praha: Česká andragogická společnost, 2010. Česká a slovenská andragogika. ISBN 978-80-87306-07-9, str. 83

¹⁶⁵ EGER, Ludvík. *Komunikace vzdělávacích organizací s veřejností na internetu: Edice „Česká a slovenská andragogika“*, sv. 5. Praha: Česká andragogická společnost, 2010. Česká a slovenská andragogika. ISBN 978-80-87306-07-9, str. 83

¹⁶⁶ EGER, Ludvík. *Komunikace vzdělávacích organizací s veřejností na internetu: Edice „Česká a slovenská andragogika“*, sv. 5. Praha: Česká andragogická společnost, 2010. Česká a slovenská andragogika. ISBN 978-80-87306-07-9, str. 84

¹⁶⁷ ZOUNEK, Jiří. E-learning a vzdělávání: Několik pohledů na problematiku e-learningu. *Pedagogika* [online]. 2006, LVI, 13 [cit. 2021-02-14]. ISSN 2336-2189. Dostupné z: https://pages.pedf.cuni.cz/pedagogika/?attachment_id=1629&edmc=1629, str. 339 - 340

V praxi probíhá e-learning prostřednictvím aplikace nebo softwarového programu. Účastník e-learningu absolvuje školení, kurz nebo vzdělávací program za pomoci programu v počítači, telefonu nebo v internetovém prohlížeči. Zpravidla je dána možnost otestovat své znalosti např. vyplněním testu nebo kvízu.¹⁶⁸

Příprava výukového programu či kurzu zaměřeného na danou problematiku vyžaduje, aby lektor svůj obor velmi dobře ovládal. Navíc musí mít znalost počítačových dovedností. E-learningový program klade důraz na schopnost žáka nebo studenta ovládat samostudium. Velkými výhodami e-learningu je možnost pouštět si program neustále dokola, dokud jeho účastník není schopen splnit závěrečné podmínky ověřením znalostí. Nevýhodou je nutnost vnitřní motivace studujícího, disciplína.¹⁶⁹

5.2.2 ONLINE VÝUKA

Online výukou rozumíme takový způsob vzdělávání na dálku, který zpravidla probíhá za pomoci digitálních technologií a prostřednictvím internetu. Online výuku dělíme na synchronní a asynchronní výuku.¹⁷⁰

Při synchronní výuce se vyučující setkává ve stejný čas s vyučovanými na předem domluvené videohovorové platformě, např. Skype, ZOOM, MsTeams. Tato výuka je náročná na technické i softwarové vybavení obou stran. Vyučující navíc musí myslet na to, že kombinace časového rozsahu, věku a tempa účastníků souvisí s jejich schopností udržet pozornost, nehledě na to, že

¹⁶⁸ Co je to e-learning a jaká je jeho historie. *BOZP.CZ: Školení BOZP, školení PO* [online]. © 2021 CRDR spol. s r.o., 4. 4. 2016 [cit. 2021-02-14]. Dostupné z: <https://www.skolenibozp.cz/aktuality/co-je-to-elearning-a-jaka-je-jeho-historie/>

¹⁶⁹ Co je e-learning. *@Studovna.cz: e-learningové prostředí - estudovna* [online]. [cit. 2021-02-14]. Dostupné z: <http://www.estudovna.cz/cz/co-je-e-learning.html>

¹⁷⁰ *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem* [online]. Praha, 23. 9. 2020: MŠMT, 24 s. Dostupné z: [www.msmt.cz > file. Metodika_DZV__23_09_final.pdf](http://www.msmt.cz/file/Metodika_DZV__23_09_final.pdf), str. 8

dlouhodobá práce s počítačem má své negativní důsledky už jen tím, že vyučovaný dlouhodobě sleduje monitor mnohdy v nevhodné poloze.¹⁷¹

Při asynchronní výuce pracují žáci a studenti na úkolech, které jsou jim zadány, a to vlastním tempem a v čase, který si sami zvolí. Vyučující a vyučovaný se v online prostoru přímo nesetkávají, dbá se ale na poskytování zpětné vazby. U této formy studia se klade důraz na samostudium z knih a učebnic, na plnění úkolů zaměřených na rozvoj kompetencí žáků a studentů.¹⁷²

Z praxe školských zařízení pro zájmové vzdělávání víme, že online asynchronní výuka bývá účastníkům zájmového vzdělávání distribuována prostřednictvím sociální sítě YouTube, elektronickou korespondencí nebo vnitřními intranety. Pedagogové volného času zpracovávají výuková videa na různá témata, připravují taneční nebo sportovní video lekce, vyrábějí pracovní listy, vytvářejí návody k rukodělným činnostem. Takto zasláný materiál si žáci a studenti samostudiem osvojují, a to skutečně ve svém vlastním tempu, dle časových možností a nálady. Dobrým příkladem z praxe je YouTube kanál Domu dětí a mládeže ASTRA Zlín¹⁷³ nebo celorepublikový portál Mitkamjit, kam své příspěvky pro podporu volného času a rozvoj koníčků z prostředí domova přidávají všechna střediska volného času a domy dětí a mládeže z celé republiky.¹⁷⁴

5.2.3 OFFLINE VÝUKA

Offline výukou rozumíme takový typ výuky, který neprobíhá přes internet a účastník ke vzdělávání prakticky nepotřebuje digitální technologie. Může se tak jednat o samostudium z knih a učebnic, vyplňování pracovních listů a pracovních sešitů, plnění praktických úkolů doma a vlastním tempem.

¹⁷¹ *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem* [online]. Praha, 23. 9. 2020: MŠMT, 24 s. Dostupné z: www.msmt.cz/file/Methodika_DZV_23_09_final.pdf, str. 8 - 9

¹⁷² *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem* [online]. Praha, 23. 9. 2020: MŠMT, 24 s. Dostupné z: www.msmt.cz/file/Methodika_DZV_23_09_final.pdf, str. 9

¹⁷³ Odkaz na YouTube kanál volnočasového zařízení:
https://www.YouTube.com/channel/UCNYUxmntaW_1A5fsS1EhQiA

¹⁷⁴ Odkaz na portál Mitkamjit: <https://mitkamjit.cz/>

Praktickými úkoly jsou myšleny kreativní nebo řemeslné práce, projekty zaměřené na rozvoj kompetencí žáků a studentů. Úkoly mohou být zadávány písemně, telefonicky nebo osobně.¹⁷⁵

K offline výuce se váže termín ‚offline děti‘, který vznikl na jaře 2020 v první vlně koronakrizy. Pojem označuje děti, které při distanční výuce vypadávají ze systému, a to z nejrůznějších důvodů. Zpravidla je řeč o dětech, které nemají technické vybavení ani přístup k internetu, ale plní vzdělávání z domu alespoň offline formou a o dětech, které nemají technické vybavení ani přístup k internetu, nejsou v kontaktu se školou a s učivem si ve formě offline neporadí. Mnohdy se jedná o rodiny, které řeší složité existenční problémy, a i když škola poskytne techniku, výuka vázne na úrovni rodiče jako vzdělávajícího.¹⁷⁶

Distanční výuka je pojem nadřazený všem výše uvedeným. Jedná se o formu výuky, kdy se žák nebo student fyzicky nenacházejí v prostředí školy. Distanční výuka je složená z e-learningu, online výuky a offline výuky.

Pakliže budeme chápat **e-learning** jako výukový program zaměřený na konkrétní téma a vyžadující určitou míru samostudia nebo program k procvičování znalostí nějaké problematiky, je jasné, že **online** výukou budeme rozumět takový typ výuky, pro který je nezbytné internetové připojení a počítač. Zpravidla se jedná o výuku, při které dochází k přímé interakci lektora a žáka či studenta prostřednictvím nějaké platformy uzpůsobené pro videokonference nebo videohovory, např. Zoom, nicméně se může jednat také o předpřipravené materiály v online prostředí, které si žák či student plní svým tempem. **Offline** výukou pak rozumíme takový typ výuky, který je bez nároku na technické vybavení a digitální kompetence účastníků.

¹⁷⁵ *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem* [online]. Praha, 23. 9. 2020: MŠMT, 24 s. Dostupné z: [www.msmt.cz > file. Metodika_DZV_23_09_final.pdf](http://www.msmt.cz/file/Methodika_DZV_23_09_final.pdf), str. 9 - 10

¹⁷⁶ *Offline žáci v distanční výuce. APIV | NPI ČR: Podpora společného vzdělávání v pedagogické praxi* [online]. Praha: Národní pedagogický institut České republiky, 20. října 2020 [cit. 2021-02-15]. Dostupné z: <http://www.inkluzevpraxi.cz/kategorie-reditel/2083-offline-zaci-v-distanzni-vyuce>

PRAKTICKÁ ČÁST

6 METODIKA VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

Kapitola šest se zabývá metodikou k výzkumnému šetření. Za účelem zpracování diplomové práce jsme formulovali výzkumný problém, výzkumné otázky, hypotézy a cíl výzkumu. Dále jsme stanovili druh výzkumu a charakterizovali výzkumný soubor. Jednotlivé části výzkumu jsou popsány v následujících podkapitolách.

6.1 PŘÍPRAVNÁ FÁZE

Realizaci výzkumného šetření předcházela přípravná fáze výzkumu, která zahrnovala diskusi s odbornými pracovníky z oborů pedagogika, informatika a statistika, prostudování odborné literatury a internetových zdrojů. Na základě zjištěných poznatků byla vytvořena koncepce praktické části diplomové práce. Zároveň byla stanovena metoda sběru dat, která se jevila jako nejvhodnější pro naplnění výzkumných cílů. Při zpracovávání výzkumu jsme vycházeli z metod pedagogického výzkumu, které definuje Miroslav Chráska.

6.2 VÝZKUMNÉ TÉMA A VÝZKUMNÝ PROBLÉM

Základním rámcem diplomové práce je internet a jeho všudypřítomnost. Výzkumným tématem je vliv internetu na studium vysokoškoláků. V souladu s tímto tématem byl zvolen výzkumný problém, a tím je otázka: „Jakou roli hraje internet v životě vysokoškoláka?“

6.3 VÝZKUMNÉ CÍLE, OTÁZKY A HYPOTÉZY

Cílem diplomové práce je zjistit způsoby využívání internetu a sociálních sítí v rámci studijního života vysokoškolských studentů. Práce v první řadě zjišťuje, jak vysokoškoláci vnímají internet. Dále je zjišťováno, zda jsou studenti v rámci svého studia zasíťováni, jaké komunikační kanály pro potřeby studia využívají a jak vnímají distanční výuku.

K získání odpovědí na stanovené cíle byly sestaveny čtyři výzkumné otázky (VO) a k nim hypotézy (H):

VO1: Jak účastníci výzkumu vnímají internet?

H1.1: Většina studentů, kteří považují internet za součást svého života, ho zároveň považují za bezpečný ve sdílení obecných informací.

H1.2: Ženy považují internet za bezpečnější ve sdílení obecných informací, než muži.

H1.3.: Studenti, kteří se cítí být závislí na internetu, na něm tráví 4 a více hodin za účelem jiným, než studijním, oproti studentům, kteří se necítí být závislími.

VO2: Jak se projevuje užívání internetu v rámci vysokoškolského studia?

H2.1: Studenti bez rozdílu věku si nedokážou studium bez použití internetu představit.

H2.2: Počet studentů vyhledávajících informace na internetu během pandemie vzrostl oproti době před pandemií.

H2.3: Studenti, kteří si informace na internetu dále neověřují, jsou na neověřenou informaci častěji upozorněni vyučujícími, než studenti, kteří si informace na internetu dále prověřují.

VO3: Jak jsou v rámci studia nastavovány komunikační kanály?

H3.1: Studenti do 26 let mají komunikační kanály zřízeny nezávisle na vysokoškolském studiu, kdežto studenti nad 26 let je zřizují právě kvůli studiu.

H3.2: Studenti, kteří se necítí zasíťování (ne, spíše ne) preferují osobní komunikaci oproti studentům, kteří se zasíťování cítí (ano, zcela a spíše ano).

H3.3: Studenti, kteří se cítí být zasíťování, používají více komunikačních kanálů než ti, kteří se necítí být zasíťování.

VO4: Jak vnímají studenti distanční výuku?

H4.1: Studentům, které distanční výuka stresuje, se často stává, že nevěnují vyučujícímu plnou pozornost.

H4.2: Studenti, kteří hodnotí distanční výuku za 1, se necítí být ve stresu oproti studentům, kteří hodnotí distanční výuku za 5.

H4.3: Studenti, u kterých se neprojevuje prokrastinace, provádí duševní hygienu více, než studenti, u kterých se prokrastinace projevuje.

H4.4: Studenti neuplatňující multitasking se častěji připojují k online výuce v klidném prostředí domova nebo koleje oproti studentům, kteří multitasking uplatňují.

6.4 DRUH VÝZKUMU, METODA SBĚRU DAT A VÝZKUMNÝ VZOREK

Za účelem úspěšné realizace výzkumu jsme zvolili kvantitativní výzkum. Vzhledem k rozsáhlosti tématu jsme jako vhodnou metodu sběru dat stanovili dotazník.

Dotazník se skládá celkem z pěti částí, které dohromady obsahují 52 otázek. Povinných otázek je 51, nepovinná je 1 otázka, přičemž uzavřených otázek s možností výběru odpovědi je 49, otevřené otázky jsou 3. Poslední otázku dotazníku do celkového součtu vůbec nezahrnujeme, protože se jednalo spíše o schránku, která sbírala poznatky respondentů a jejich komentáře k tématu.

1. Informace o respondentech (7 otázek)

- tyto otázky jsou obecné, zjišťují pohlaví a věk respondentů, nejvyšší dosažené vzdělání, formu studia a studijní obor aj.

2. Internet obecně (10 otázek)

- tyto otázky zjišťují v kolika letech respondenti poprvé použili internet a co je k tomu vedlo, dotazují se na bezpečnost virtuálního světa, riziko vzniku závislosti aj.

3. Internet a studium (13 otázek)

- tyto otázky jsou přímo zaměřené na školní prostředí, řeší vyhledávání informací na internetu, ověřování získaných informací, čas strávený na internetu aj.

4. Komunikace přes internet (7 otázek)

- tyto otázky se zabývají komunikačními kanály, řeší, jak má student nastaveny komunikační kanály v rámci svého studia, prostřednictvím čeho komunikuje se spolužáky i učiteli aj.

5. Distanční výuka (15 otázek)

- tyto otázky řeší odkud se studenti k výuce připojují, zda považují distanční výuku za hodnotnou, jestli pečují o svůj duševní stav, zda se cítí ve stresu aj.

Otázky v dotazníku, který je součástí přílohy diplomové práce č. 1 jsou pokládány co nejjednodušeji tak, aby jim dotazovaný mohl dobře porozumět a byl schopen jednoznačně odpovědět. Všichni respondenti jsou vedeni anonymně, pouze pod pořadovým číslem #1, #2, #3 atd.

Dotazníkové šetření bylo vzhledem k přetrvávající epidemiologické situaci realizováno elektronicky přes internetovou stránku Vyplňto.cz, která nabízí jednoduché uživatelské prostředí určené k sestavení dotazníku a jeho distribuci prostřednictvím webového odkazu. Sběr dat probíhal v období od 7. do 21. ledna 2021.

Výzkumný vzorek tvořili studenti, kteří byli v době sběru dat zapsáni na některé veřejné nebo soukromé vysoké školy v České republice, a to bez ohledu na věk, formu studia či obor. Za účelem sběru dat bylo elektronicky osloveno 59 veřejných a soukromých vysokých škol v republice dle seznamu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, přičemž 11 škol tento výzkum podpořilo a dotazník rozeslalo svým studentům. Studenti tedy byli oslovováni těmito komunikačními kanály:

- **elektronickou poštou:** za podpory oslovených vysokých škol byly dotazníky distribuovány elektronickou poštou do schránek studentů.
 - celkem 11 vysokých škol
- **sociálními sítěmi:** studenti byli oslovováni prostřednictvím sociálních sítí, především Facebooku. Dotazník byl umístován do studijních skupin, třídních skupin, školních skupin a skupin určených přímo k tomuto účelu.
 - celkem 12 skupin
- **s pomocí jednotlivců:** lidé, kteří odkaz na dotazník sdíleli na svých soukromých profilech i s výzvou k vyplnění.
 - dotazník sdílelo 7 osob

V příloze jsou pro přehlednost uvedeny tabulky s názvy Příloha 2 a Příloha 3, které znázorňují dohledatelnou¹⁷⁷ distribuci dotazníku mezi studenty.

¹⁷⁷ Pozn.: nastavení soukromí profilu na sociální síti znemožňuje vidět kolikrát byl dotazník předán nebo kolik lidí ho mohlo vidět.

7 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

Tato kapitola se zabývá analýzou a interpretací dat získaných z výzkumu, který probíhal v lednu 2021. Pro dotazníkové šetření byli osloveni studující vysokoškoláci. Získali jsme celkem 2666 vyplněných dotazníků, což představuje necelé 1 % z celkového počtu vysokoškolských studentů v České republice k 31. prosinci 2020 dle údajů Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy.¹⁷⁸

Návratnost vyplněných dotazníků byla 72 %, přičemž respondenti, kteří dotazník opustili, tak nejčastěji učinili u otevřené otázky č. 38, která byla nepovinná. Dotazovala se na chápání pojmů distanční výuka, online výuka a e-learning. Tato data nám poskytla služba Vyplňto ihned po ukončení dotazníkového šetření.

I přesto, že část respondentů vyplňování dotazníku u otevřené otázky předčasně ukončila, považujeme tyto otázky v dotazníku za nezbytné, a to proto, že v konečném důsledku byly přínosem. Respondenti měli možnost vyjádřit se, podělit se o myšlenku, nápad nebo emoci. Ačkoliv nebylo o aktuálnosti tématu pochyb, byli jsme překvapeni tím, jak moc dotazník účastníky výzkumu zasáhl a oslovil. Získané informace byly roztříděny a seřazeny do skupin k dokreslení zjištěných skutečností z výzkumu. Mnoho zajímavých informací bylo získáno i z poslední otázky, kde se mohli respondenti k tématu svobodně vyjádřit. Získaná data jsou analyzována popisnou statistikou.

¹⁷⁸ ODBOR STATISTIKY, ANALÝZ A ROZVOJE EEDUCATION. *Výkonové ukazatele: F11: Souhrn VŠ*. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. © 2013 – 2021 MŠMT. Dostupné také z: https://dsia.msmt.cz/vystupy/vu_vs_f1.html

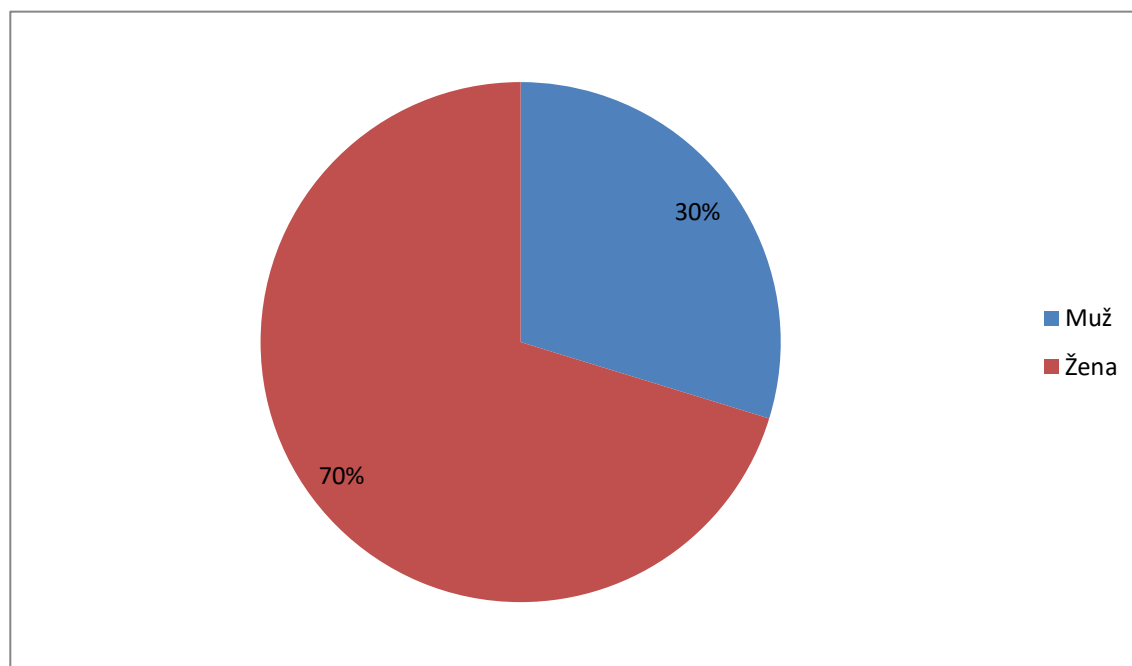
7.1 OBLAST - OBECNÉ INFORMACE

První část dotazníku byla zaměřená na sbírání obecných dat o respondentech. Jednalo se celkem o sedm uzavřených otázek s čísly 1 až 7.

OTÁZKA Č. 1: POHLAVÍ

Zcela vyplněný dotazník odeslalo celkem 2666 respondentů, z toho 70 % žen (1873) a 30 % mužů (793).

Graf č. 1: Pohlaví respondentů

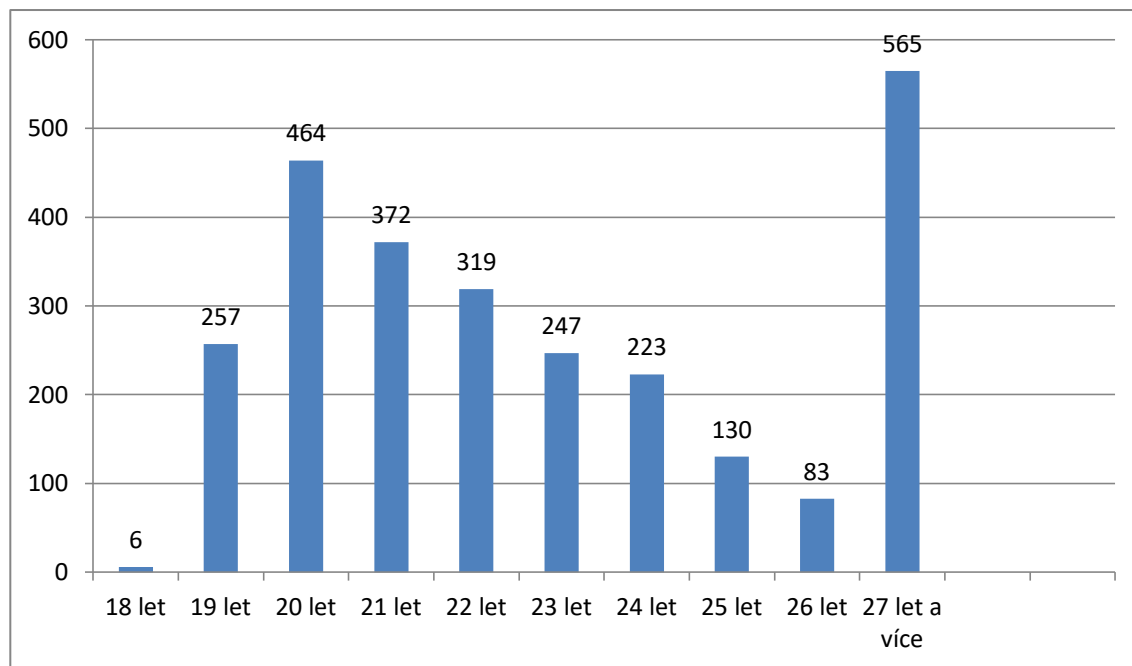


Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 2: VĚK

Graf č. 2 zobrazený níže představuje věkové složení respondentů. Nejvíce respondentů tvoří skupina studentů starších 28 let. Průměrný věk respondentů činí 25 let, přičemž nejstarší respondentkou byla žena ve věku 69 let.

Graf č. 2: Věková struktura respondentů

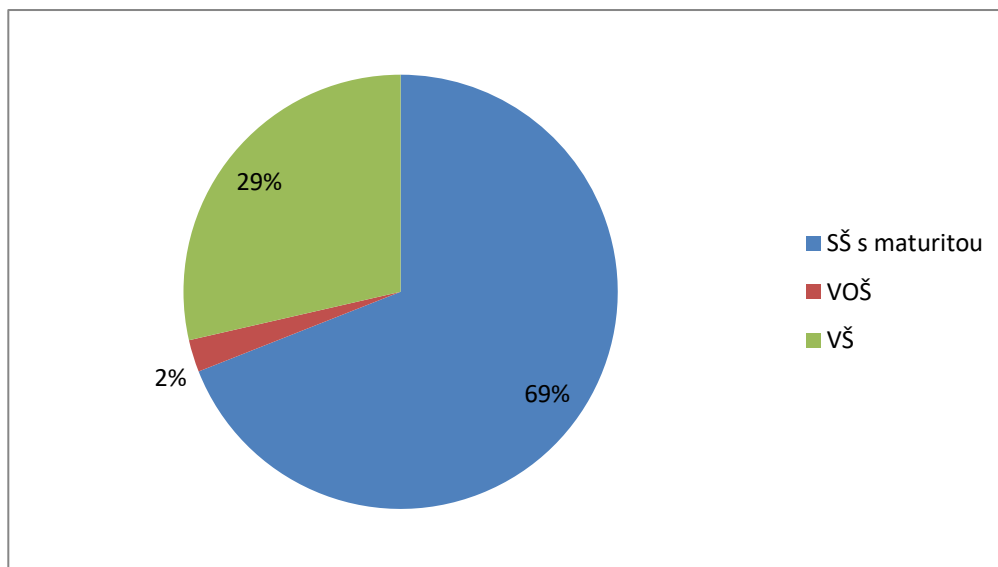


Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 3: JAKÉ JE VYŠE NEJVYŠŠÍ DOSAŽENÉ VZDĚLÁNÍ?

Celkem 1840 dotazovaných uvedlo jako nevyšší dosažené vzdělání střední školu s maturitou, 762 respondentů už vysokoškolský titul mělo, 64 respondentů uvedlo vyšší odborné vzdělání.

Graf č. 3: Nejvyšší dosažené vzdělání

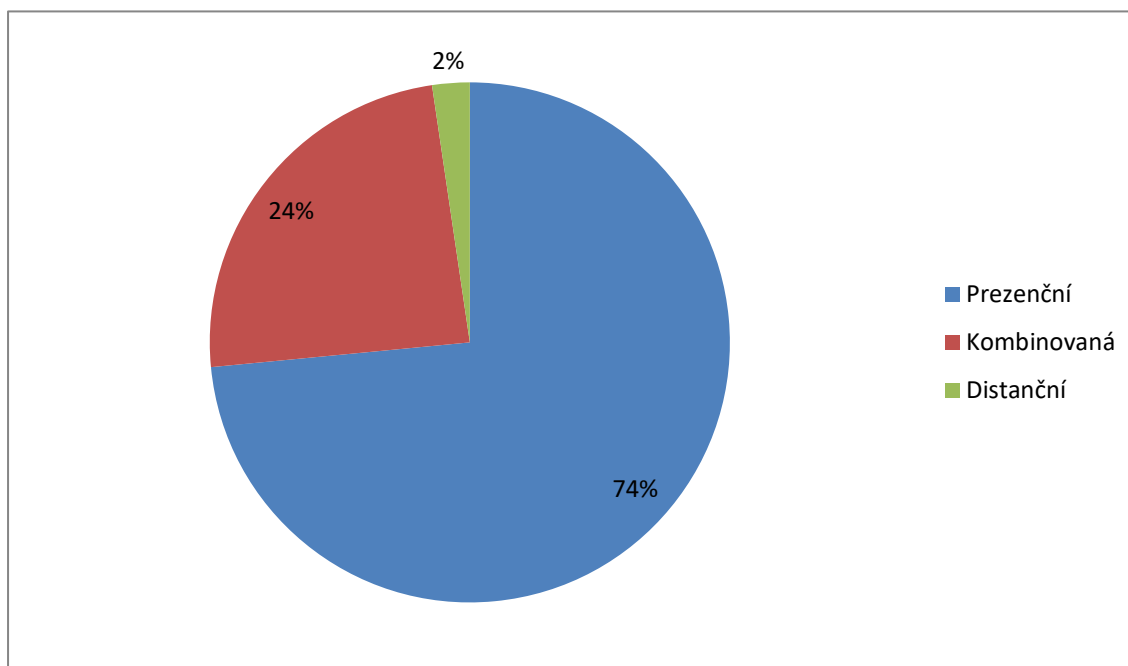


Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 4: DO JAKÉ FORMY STUDIA JSTE ZAPSÁNI NEHLEDĚ NA AKTUÁLNÍ SITUACI S PANDEMIÍ.

Celkem 1959 respondentů bylo v době sběru dat zapsáno v prezenční formě studia, 645 respondentů v kombinované formě studia a 62 respondentů uvedlo dálkovou formu studia.

Graf č. 4: Forma studia



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 5: JMENUJTE FAKULTU, NA KTERÉ JSTE ZAPSÁNI.

OTÁZKA Č. 6: JMENUJTE OBOR, KTERÝ STUDUJETE.

Otázky číslo pět a šest zjišťují, na jakých fakultách jsou studenti zapsáni a jaké obory studují. Množství fakult a rozmanitých oborů bylo roztříděno a seřazeno do přehledných tabulek, které jsou součástí příloh č. 4 a 5.

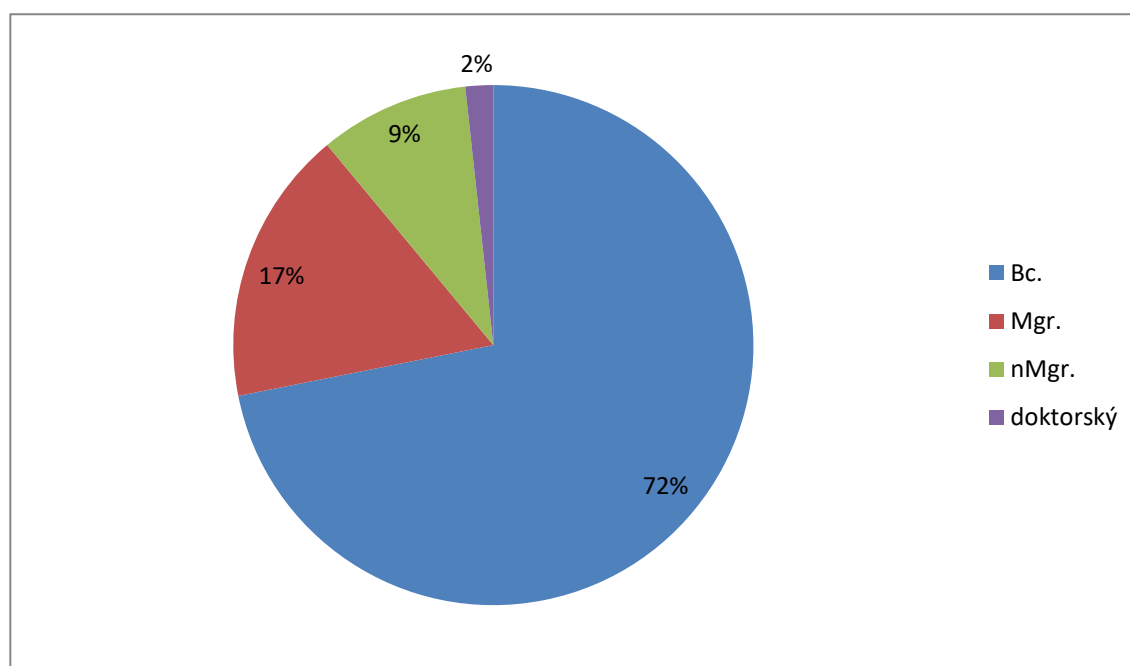
Z fakult byla nejvíce zastoupená Fakulta pedagogická (530 respondentů), dále Fakulta sociálně ekonomická (274 r.), Fakulta lékařská (228 r.) a Fakulta filozofická (216 r.). Co se týče oborů, nejvíce byly zastoupeny zdravotnické obory (347 r.), obory pedagogické (328 r.), obory ekonomické (257 r.) či obory sociální (227 r.).

Rozmanitost výzkumného vzorku zajišťuje, že výzkum nebude ovlivněn přístupem jedné vysoké školy k využívání internetu při studiu nebo vlastním pojetím distanční výuky.

OTÁZKA Č. 7: TYP STUDIJNÍHO PROGRAMU

Poslední otázka této části dotazníku se zaměřila na typ studijního programu. Nejvíce respondentů uvedlo, že studuje v bakalářském studijním programu, a to celkem 1916 respondentů. V magisterském 456 respondentů, v navazujícím magisterském 248 respondentů a v doktorském studijním programu celkem 46 respondentů. Hodnoty zobrazuje níže uvedený graf.

Graf č. 5: Studijní programy



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

SHRNUTÍ

Největší zastoupení v rozložení respondentů mají ženy, kterých odpovědělo 70 % z celkového počtu 2666 respondentů. Průměrný věk dotazovaných je 25 let. Dotazníkového šetření se účastnili studenti z různých fakult a oborů napříč celou Českou republikou, přičemž nejvíce dotazovaných studuje v prezenční formě studia.

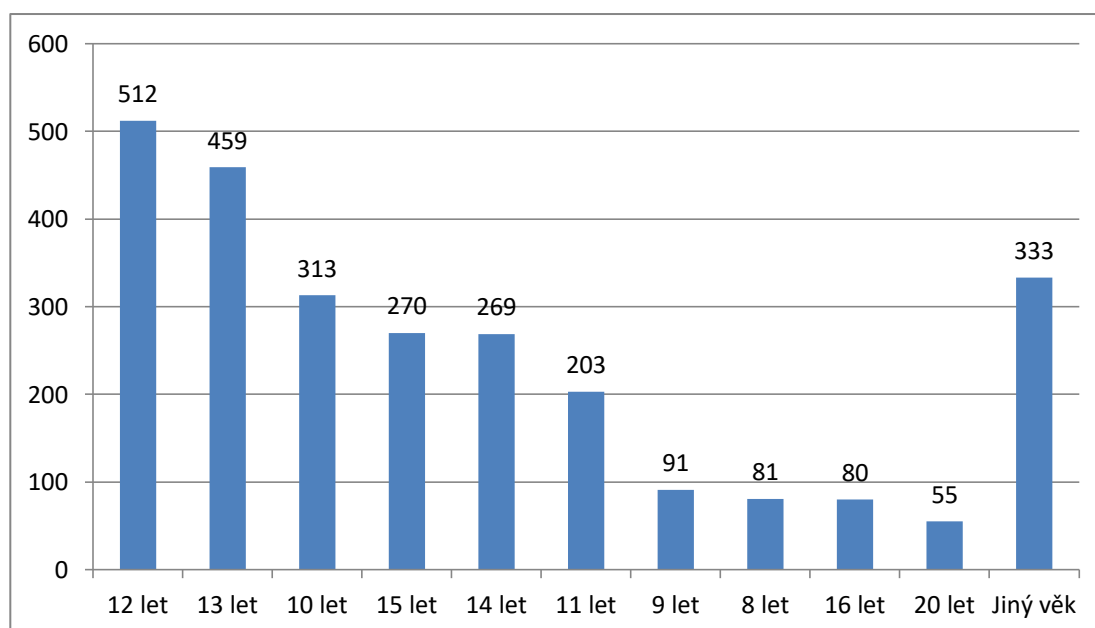
7.2 OBLAST - INTERNET OBECNĚ

Druhá část dotazníku je věnována otázkám, které se dotazují na vztah respondentů k internetu. Zahrnujeme sem otázky č. 8 až 18, přičemž odpovědi na tyto otázky nám odpoví na výzkumnou otázku VO1: Jak účastníci výzkumu vnímají internet?

OTÁZKA Č. 8: V KOLIKA LETECH JSTE ZAČALI AKTIVNĚ POUŽÍVAT INTERNET?

Nejvíce studentů začalo internet aktivně používat ve 12ti letech, celkem 512 dotazovaných. Další hodnoty jsou zobrazeny v grafu níže, přičemž do sloupce jiný věk zahrnujeme takové věkové kategorie, které uvedlo méně, než 55 respondentů, např. aktivní užívání internetu ve čtyřech letech uvedli tři respondenti.

Graf č. 6: V kolika letech jste začali aktivně používat internet?



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 9: CO VÁS VEDLO K TOMU, ŽE JSTE POPRVÉ POUŽILI INTERNET?

U deváté otázky mohli respondenti vybírat ze sedmi předdefinovaných odpovědí, ale mohli napsat také svoji vlastní. Celkem se objevilo dvanáct kategorií, které studenti označili za důvod pro první použití internetu.

Vzhledem k tomu, že u předchozí otázky byl průměrný věk prvního setkání s internetem 13,6 let, dalo se předpokládat, že na prvním místě u této otázky bude kategorie zábava a vzdělávací instituce.

Tabulka č. 2: Pohnutky k prvnímu použití internetu

Pořadí	Důvody prvního použití internetu	Počet respondentů
1.	Zábava, koníčky, hobby	1224
2.	Škola a školní družina	561
3.	Kontakt s lidmi, komunikace	454
4.	Hledání informací	220
5.	Práce	97
6.	Rodina, rodiče	48
7.	Dětský tábor, kroužek	29
8.	Zvědavost, vzrušení z nepoznaného	11
9.	Bez odpovědi	11
10.	Přirozený vývoj, působení okolního prostředí	5
11.	Sociální sítě, email, seznamka	2
12.	Pornografie	2
Celkem:		2666

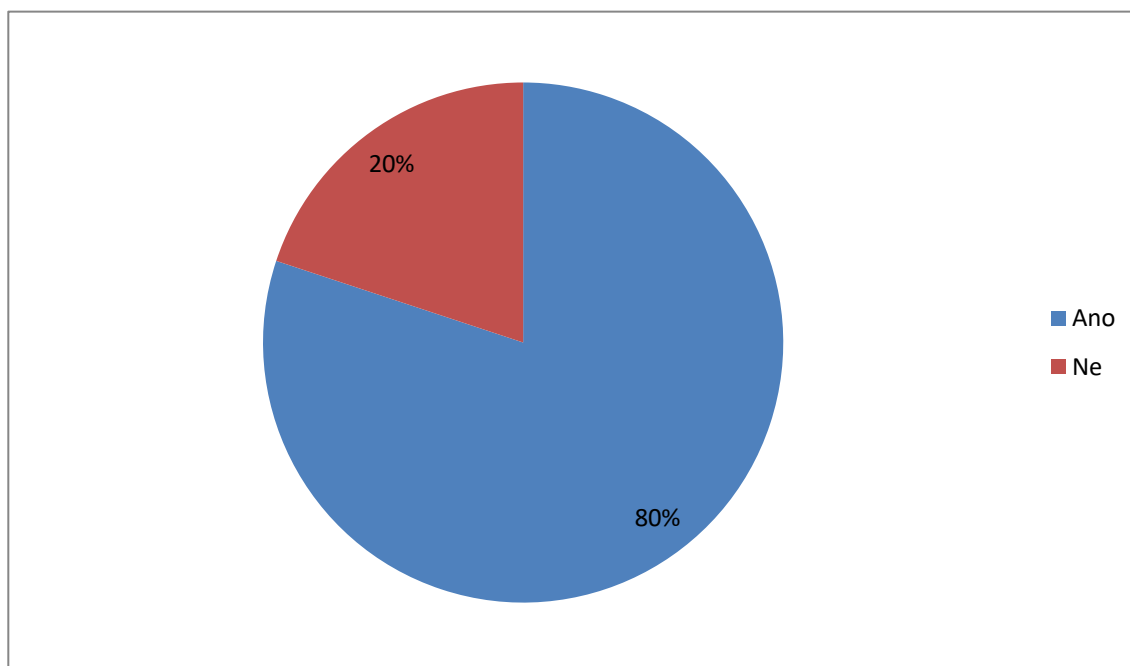
Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 10: DOMNÍVÁTE SE, ŽE JE INTERNET BEZPEČNÝM PROSTŘEDÍM PRO SDÍLENÍ OBECNÝCH INFORMACÍ?

Pro účely dotazníku se za obecné informace považuje sdílení recenzí na hotel či restauraci, komentování příspěvků, sdílení hudby. Myšleny jsou takové informace, které nejsou nijak intimní, neodkazují na bydliště atd.

Celkem 2135 dotazovaných se domnívá, že je internet pro sdílení tohoto typu informací bezpečný, jen 531 studentů se domnívá opak.

Graf č. 7: Bezpečnost ve sdílení obecných informací



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

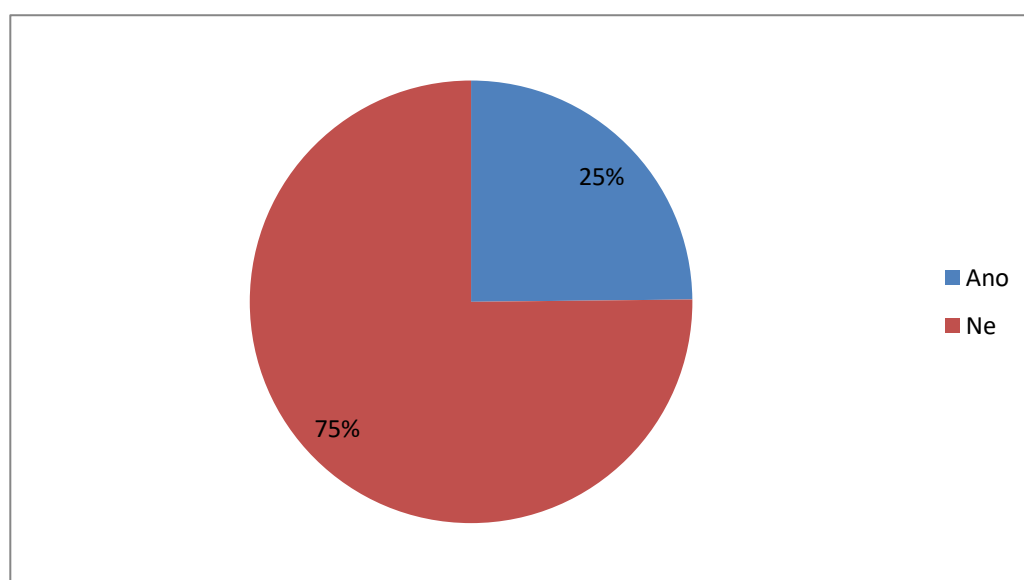
OTÁZKA Č. 11: DOMNÍVÁTE SE, ŽE JE INTERNET BEZPEČNÝM PROSTŘEDÍM PRO SDÍLENÍ SOUKROMÝCH INFORMACÍ?

Pro účely dotazníku se za soukromé informace považuje vkládání rodinných fotografií na internet či využívání internetového bankovníctví. Myšleny jsou

takové informace, které by mohly studenta ohrozit například krádeží identity, vykradením domácnosti, zneužitím platební karty atd.

Celkem 662 studentů považuje sdílení soukromých informací na internetu za bezpečné a 2004 studentů se domnívá, že sdílení těchto informací bezpečné není.

Graf č. 8: Bezpečnost ve sdílení soukromých informací



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Někteří studenti považují internetové bankovníctví a placení telefonem místo platební karty dokonce za velmi bezpečné, soudě dle výpovědí, které nám někteří studenti nechali na konci dotazníku.

Respondent #289 uvádí: *„Internet je super věc, myslím si že bez ní by půlka věcí, institucí, firem a lidí ani nefungovala. V případě, že dobře heslujeme, používáme doporučení, jak dobře vytvořit heslo ke svým účtům, tak se podle mě nemáme čeho bát. V případě, že dobrovolně se souhlasem nahráváme fotky na Fb, Instáč a google cloud to je pak náš problém a naše chyba.“*

U problematiky bezpečnosti na internetu hraje velkou roli osvěta. Jak je uvedeno v teoretické části, data nahraná na internet už nikdy nelze zcela smazat a mohou být vůči autorovi zneužitelná.

OTÁZKA Č. 12: POVAŽUJETE INTERNET ZA SOUČÁST SVÉHO ŽIVOTA?

Z celkového počtu respondentů odpovědělo jen 188 studentů, což představuje 7 %, že internet **nepovažují** za součást svého života. Všichni ostatní respondenti internet za součást svého života považují.

Výsledek této otázky podpoří tvrzení respondentky #2590, která píše: *„Internet je rozhodně součástí našeho života, a tím myslím nás všech! Nejen, že ho používáme k osobnímu užití, ale vždyť už vlastně všechno je řízené přes internet! Bez internetu jsme dnes celkem bezmocní. Dokonce bych řekla, že jsme na něm všichni závislí. Tato závislost se neprojevuje asi žádnými extrémně chronickými znaky, ale prostě jednoduše jsme závislí.“* Podobný názor má i respondent #2548: *„Internet je nedílnou součástí našich životů a dá se předpokládat, že bude po zbytek našich životů. Cílem není bojovat proti němu, chodit do školy, zrušit wifi, ale aktivně se učit ho používat. Naučit se rychle vyhledávat data, správně ověřovat. Bohužel tohle je tenký led jelikož učitelé z 80 % vědí míň o internetu než žáci/studenti.“*

Víme, že internet ovlivnil všechny sféry lidského života. Přes internet si můžeme zajistit dovoz potravin, objednat se k lékaři nebo chatovat s přáteli. Stejně tak se bez internetu nepřihlásíme na vysokou školu a ani neodevzdáme hotovou kvalifikační práci. Pokud ale většina studentů internet za součást svého života považuje, nesmí zapomínat na bezpečnost a rozvíjení moderních gramotností tak, aby internet zůstal vždy jen dobrým sluhou.

OTÁZKA Č. 13: KOLIK ČASU DENNĚ TRÁVÍTE NA INTERNETU ZA JINÝM ÚČELEM, NEŽ STUDIJNÍM?

Nejvíce studentů uvádí, že na internetu mimo své studijní povinnosti tráví 1 až 2 hodiny denně. Všechny odpovědi jsou zaznamenány v tabulce níže.

Tabulka č. 3: Čas strávený na internetu mimo studium

Pořadí	Čas strávený na internetu za jiným účelem, než studijním	Počet respondentů
1.	1 – 2 hodiny	960
2.	3 – 4 hodiny	882
3.	4 a více hodin	629
4.	Méně než hodinu	195
Celkem		2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Přidá-li se studentům, kteří tráví na internetu více, než 4 hodiny denně ještě online výuka, může vzniknout riziko plynoucí z nadměrného trávení času s digitálními technologiemi, potažmo s internetem. V těchto případech hrozí únava fyzická i psychická, v krajních případech až vzniknutí závislosti. Je nutné dbát na tělesnou i duševní hygienu, která organismu pomůže vyrovnat se s touto formou zátěže.

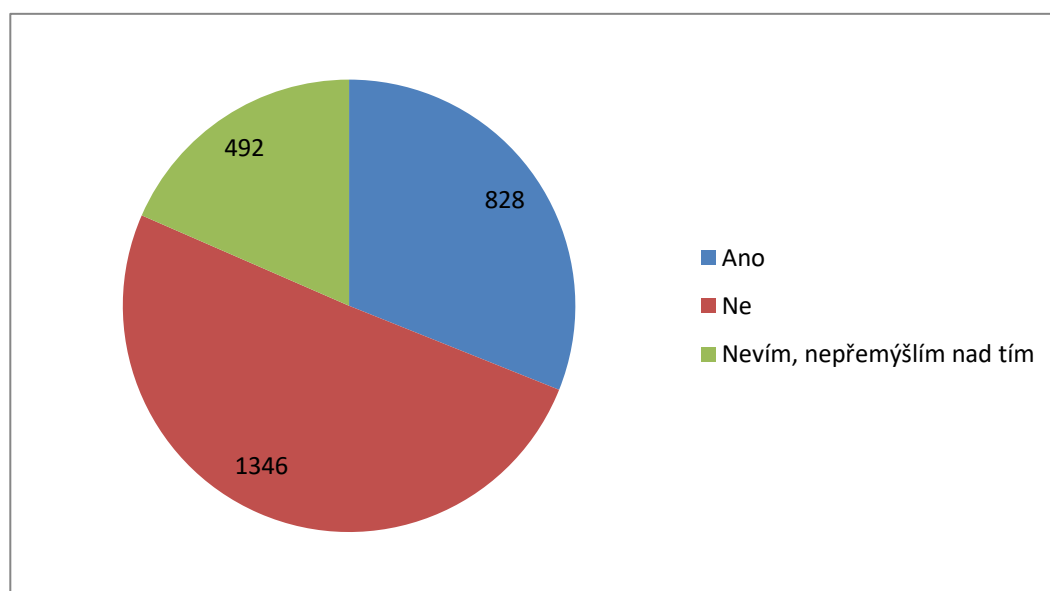
OTÁZKA Č. 14: UVĚDOMUJETE SI MOŽNÉ RIZIKO VZNIKU ZÁVISLOSTI NA INTERNETU?

Celkem 93 % studentů, což představuje 2484 respondentů, si možné riziko vzniku závislosti na internetu uvědomuje, zbylých 7 % studentů ne.

OTÁZKA Č. 15: MYSLÍTE SI, ŽE JSTE NA INTERNETU ZÁVISLÝ/Á?

Celkem 31 % studentů se domnívá, že už jsou na internetu závislí, 51 % studentů odpovídá ne a zbylých 18 % nad touto problematikou nepřemýšlí.

Graf č. 9: Myslíte si, že jste na internetu závislý/á?



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Výše uvedené informace vypovídají o informovanosti respondentů a jejich sebereflexi, zda si uvědomují vlastní ohrožení. Skutečnost, že si respondenti riziko vzniku závislosti na internetu uvědomují, potvrdili ve svých výpovědích na konci dotazníku.

Respondentka #2498 uvádí: „Co se týká Internetu a závislosti na něm, myslím si, že ano jsem závislá, ale spíš co do hledání informací, užívání GPS, komunikace s kamarády, užívání sociálních sítí a emailu. Nemyslím si však, že bych vykazovala nějaké znaky závislého, nemám žádné tiky, nejsem na internetu víc jak 5h denně v případě, že není výuka, to jsem tam určitě i 8-9h, ale uvědomuji si, že i to je dost.“

Podobně se vyjadřuje i respondent #284, který si nedokáže život bez internetu představit: „Co se týká internetu tak bez něj si nedokážu představit život. Asi jsem závislejší. Uvědomuju si, že internet potřebuju takřka ke všemu, od nákupu, po rezervaci v restauraci (která je teď teda zavřená), až po gps, komunikaci, vyhledávání informací do školy. Vždyť bez školního emailu se dneska nikdo neobejde.“

Celkem 51 % studentů si myslí, že závislostí na internetu netrpí a 18 % studentů uvádí, že nad touto problematikou nepřemýšlí.

Respondent #1446 je přesvědčený o tom, že nic jako závislost na internetu neexistuje, protože internet je každodenní součástí našich životů. Respondentku #1470 otázky týkající se závislosti na internetu zaskočily. Nedomnívá se, že by mohl internet škodit: „Trochu mě překvapily otázky, které působily dojmem, že internet a sociální sítě jsou něco co škodí. Mám pocit, že dnešní svět je bez internetu a sociálních sítí nemyslitelný a pokud bude čím dál tím víc lidí umět využívat internet hlavně ke svému prospěchu a lidé budou umět rozlišovat fake news, hoaxy, apod. tak je internet skvělou platformou jak se vzdělávat, a vůbec posouvat své hranice.“

OTÁZKA Č. 16: VYBERTE AKTIVITU, KTERÁ VÁM DENNĚ ZABERE VÍČ ČASU, NEŽ ČAS STRÁVENÝ NA INTERNETU.

Respondenti u této otázky vybírali z předdefinovaných devíti oblastí činností, ale mohli také připsat svou vlastní odpověď, přičemž bylo možné označit jednu a více odpovědí. Ty jsou uvedeny níže v tabulce.

Tabulka č. 4: Aktivity, které studenti denně vykonávají mimo internet

Pořadí	Aktivita	Počet respondentů
1.	Práce, brigáda	1448
2.	Rodina (partner, péče o děti...)	1358
3.	Koníčky (sport, tanec, procházky, malování...)	1285
4.	Domácí práce (úklid, vaření...)	1196
5.	Návštěva přátel	739
6.	Příprava do školy bez použití internetu	746
7.	Sledování televize	418
8.	Návštěva restaurací a kaváren	309
9.	Žádná	156
10.	Spánek	31
11.	Domácí mazlíček, péče o zvířata	14
12.	Nerelevantní odpověď	10
13.	Kombinace všeho	5

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 17: STÁVÁ SE, ŽE VÁS PŘI PROHLÍŽENÍ STRÁNKY NĚCO VYRUŠÍ?

Dotazovali jsme se respondentů, jestli se jim při práci s internetem stává, že je v průběhu činnosti vyruší reklama, kampaň nebo nabídka internetového

obchodu, která odvede jejich pozornost pryč. Odpověď ano uvádí 1639 respondentů, což představuje 61 % dotazovaných, zbylých 1027 respondent odpovídá ne.

V teoretické části práce uvádíme, že reklamy jsou mnohdy velmi agresivní, protože jiný cíl, než připoutat pozornost uživatele internetu na sebe, nemají. Respondentka #1800 vystihuje situaci takto: *„Někdy pozornost odvede právě internet – reklama na nějaký e-shop, zajímavý článek.“*

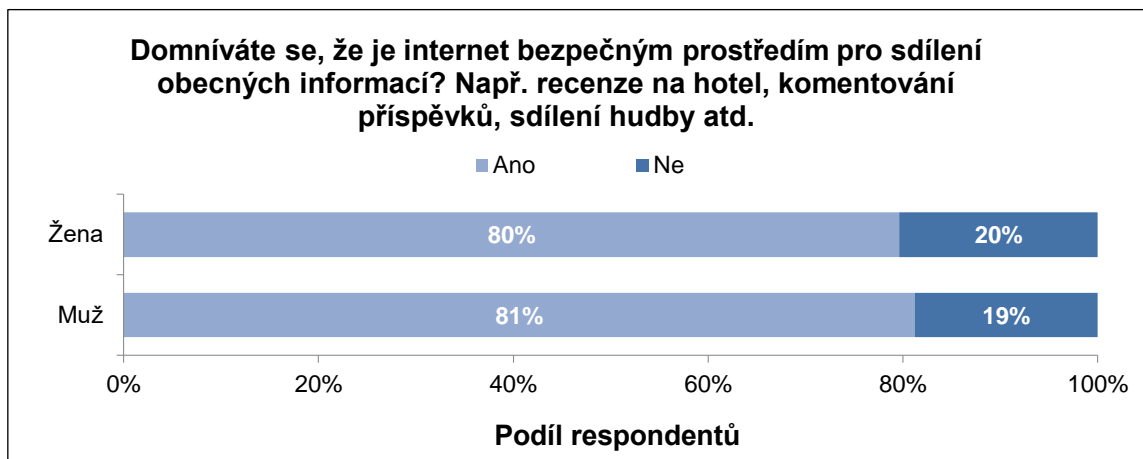
7.2.1 VÝZKUMNÁ OTÁZKA A HYPOTÉZY

Výzkumná otázka VO1 pro oblast dotazníku ‚Internet obecně‘ zní: Jak účastníci výzkumu vnímají internet? Analýza dat a odpovědi na hypotézy k této výzkumné otázce jsou uvedeny níže.

H1.1: Většina studentů, kteří považují internet za součást svého života, ho zároveň považují za bezpečný ve sdílení obecných informací.

Na základě analýzy dat byla hypotéza H1.1. potvrzena. Graf č. 10 na další straně ukazuje, že respondenti, kteří považují internet za součást svého života, ho zároveň považují za bezpečný ve sdílení obecných informací.

Graf č. 10: Podíl respondentů k hypotéze H1.1

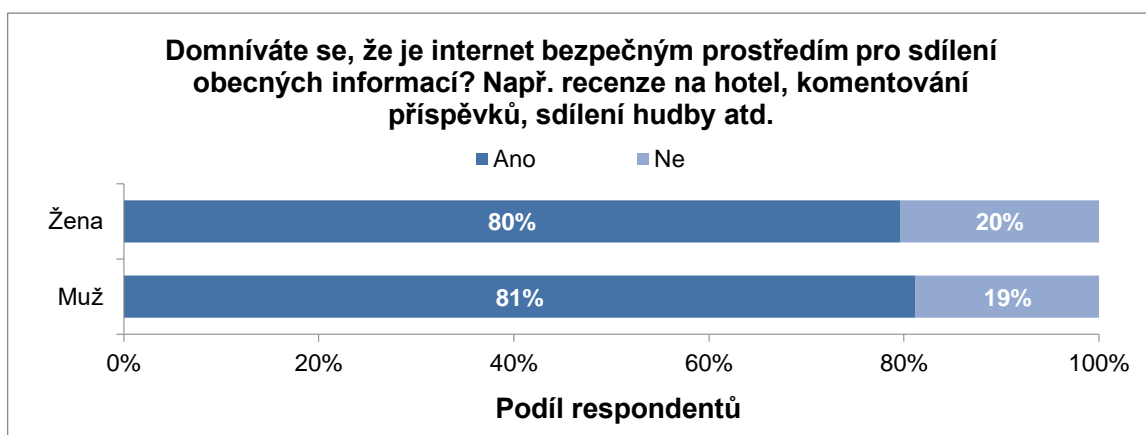


Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

H1.2: Ženy považují internet za bezpečnější ve sdílení obecných informací, než muži.

Srovnání vychází z otázek č. 1 a 10. Hypotéza H1.2 nebyla potvrzena, protože muži považují internet za přibližně stejně bezpečný ve sdílení obecných informací, jako ženy. Rozdíl činí pouhý jeden procentní bod.

Graf č. 11: Podíl respondentů k hypotéze H1.2



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

H1.3.: Studenti, kteří se cítí být závislí na internetu, na něm tráví 4 a více hodin za účelem jiným, než studijním, oproti studentům, kteří se necítí být závislími.

Srovnání vychází z otázek č. 13 a 15. Hypotéza H1.3 se potvrdila. Celkem 828 studentů se cítí být na internetu závislí, a z toho 34 % dotazovaných uvádí, že na internetu tráví denně více jak 4 hodiny za jiným účelem, než studijním. Ostatních 1346 respondentů uvádí, že se necítí být závislí na internetu a 492 studentů nad tímto tématem nepřemýšlí.

7.2.2 SHRNUÍ

Hypotézy H1.1 a H1.3 se potvrdily, kdežto hypotéza H1.2 potvrzena nebyla.

Druhá část dotazníku zjišťuje obecné informace týkající se vztahu studentů k internetu. Zjistili jsme, že nejvíce studentů začalo internet aktivně používat už ve 12ti letech, přičemž nejčastěji to bylo z důvodu hledání zábavy. Z celkového počtu respondentů považuje internet za součást svého života 93 % dotazovaných a stejně tak si 93 % studentů uvědomuje možné riziko vzniku závislosti na internetu. Většina respondentů si myslí, že na internetu závislá není.

Respondenti vnímají internet jako bezpečné místo pro sdílení obecných informací, ale už ne za sdílení soukromých informací. Reklamy a kampaně už někdy vyrušily 61 % dotazovaných.

Za jiným, než studijním účelem, tráví nejvíce respondentů na internetu 1 – 2 hodiny denně, přičemž nejčastější aktivitou, která jim zabere více času, než brouzdání po internetu, jsou povinnosti – práce, brigáda. Tak odpovědělo 1448 dotazovaných.

Z toho plyne, že studenti vnímají internet jako součást svého života, chápou ho jako relativně bezpečný pro některé typy činností a uvědomují si riziko

vzniku závislosti na internetu. Zároveň udávají, že na něm tráví také svůj volný čas.

7.3 OBLAST – INTERNET A STUDIUM

Třetí část dotazníku je věnována otázkám, které se zabývají využitím internetu při vysokoškolském studiu. Zahrnujeme sem otázky č. 18 až 30, přičemž odpovědi na tyto otázky nám odpoví na výzkumnou otázku VO2: Jak se projevuje užívání internetu v rámci vysokoškolského studia?

OTÁZKA Č. 18: KOLIK ZNÁTE SPOLUŽÁKŮ, KTEŘÍ NEMAJÍ MOŽNOST PŘIPOJIT SE LIBOVOLNĚ PŘIPOJIT K INTERNETU?

Ze získaných odpovědí vyplývá, že celkem 273 studentů zná jednoho (124 respondentů) a více (149 respondentů) spolužáků, kteří nemají možnost připojit se libovolně k internetu. Zbýlých 2393 studentů nikoho takového nezná.

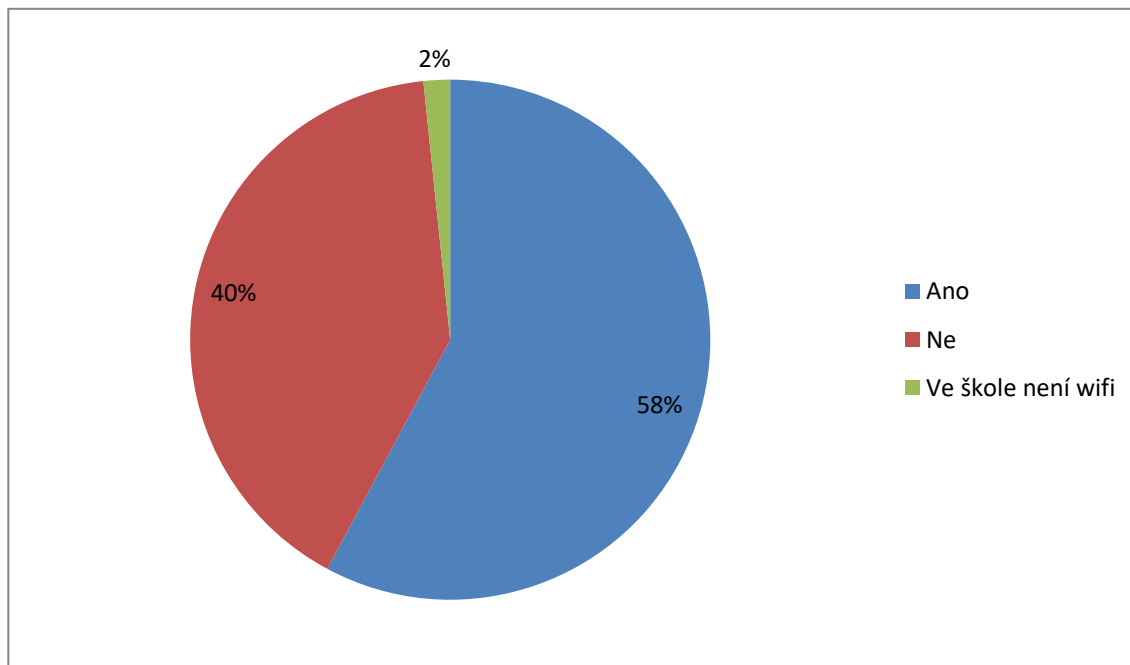
OTÁZKA Č. 19: KOLIK ZNÁTE SPOLUŽÁKŮ, KTEŘÍ NEUMĚJÍ PRACOVAT S INTERNETEM?

Celkem 368 studentů uvádí, že zná jednoho (124 respondentů) nebo více spolužáků (229 respondentů), kteří neumí pracovat s internetem, nenajdou si na něm potřebné informace nebo neumí používat sociální síť.

OTÁZKA Č. 20: PŘIPOJUJETE SE PRAVIDELNĚ K WIFI SÍTI VE ŠKOLE?

Z celkového počtu dotazovaných se k wifi síti v prostorách vysoké školy připojuje 1542 studentů a 44 studentů uvádí, že škola, na které studují, internet studentům neposkytuje.

Graf č. 12: Připojujete se pravidelně k wifi síti ve škole?

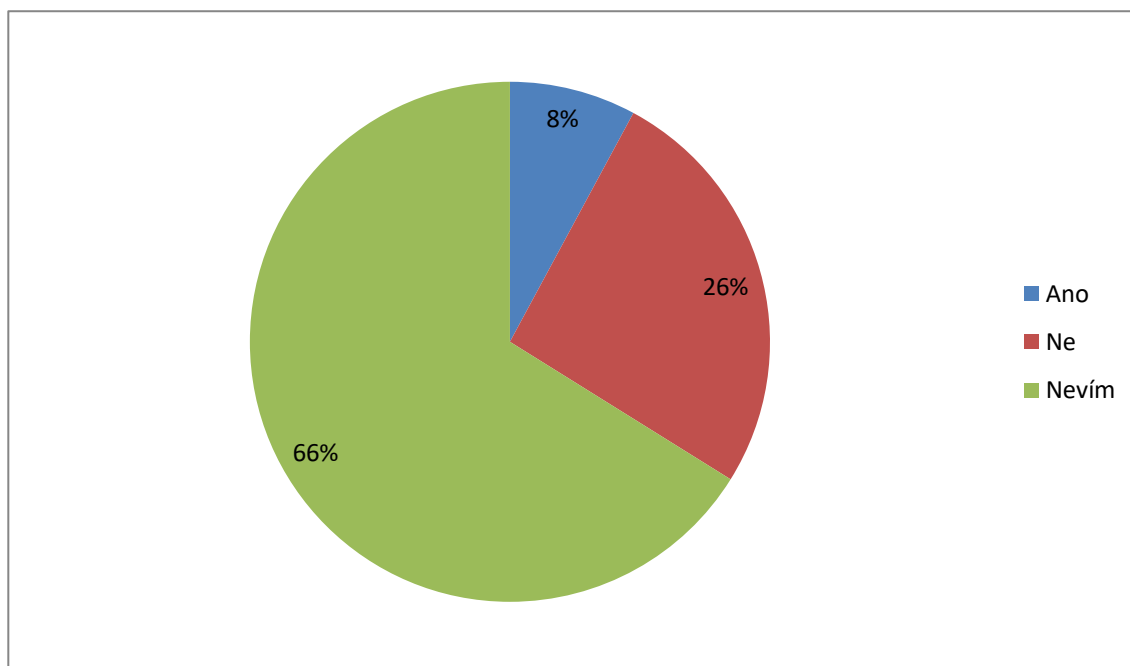


Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 21: FILTRUJE VAŠE VYSOKÁ ŠKOLA OBSAH, KTERÝ SMÍTE NA ŠKOLNÍ WIFI NAVŠTÍVIT ČI SLEDOVAT?

Na některých školách, ale i pracovištích, jsou cíleně blokovány stránky nebo internetový obsah, který může uživatel internetu navštívit. Ve školním prostředí se může jednat o sociální sítě. Z odpovědí dotazovaných vyplynulo, že 66 % respondentů, což představuje 1763 studentů, neví, zda vysoká škola, na které studují, omezuje přístup na konkrétní webové stránky.

Graf č. 13: Filtruje Vaše vysoká škola obsah, který smíte na školní wifi navštívit či sledovat?

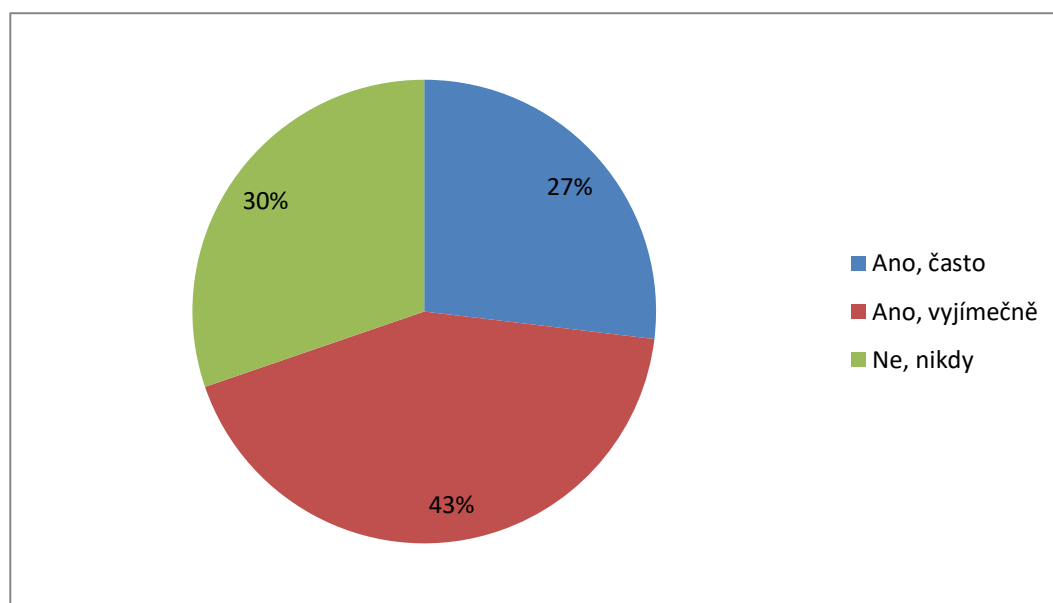


Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 22: ZANEDBALI JSTE NĚKDY KVŮLI MIMOŠKOLNÍM AKTIVITÁM NA INTERNETU SVÉ STUDIJNÍ POVINNOSTI?

Dotazovali jsme se studentů, jestli někdy kvůli internetovým hrám, nakupování v e-shopech nebo trávení času na sociálních sítích zanedbali své studijní povinnosti. Celkem 70 % studentů přiznalo, že už v minulosti školu kvůli mimoškolním internetovým aktivitám zanedbalo.

Graf č. 14: Zanedbali jste někdy kvůli mimoškolním aktivitám na internetu své studijní povinnosti?



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 23: KDE JTE PRIMÁRNĚ VYHLEDÁVALI INFORMACE POTŘEBNÉ KE STUDIU PŘED PANDEMIÍ COVID?

OTÁZKA Č. 24: KDE PRIMÁRNĚ VYHLEDÁVÁTE INFORMACE POTŘEBNÉ KE STUDIU BĚHEM PANDEMIE COVID?

V otázkách č. 23 a 24 jste se dotazovali, odkud studenti čerpají informace potřebné pro zpracovávání seminárních prací, prezentací a dalších úkolů. Zaměřili jsme se na porovnání před a během pandemie covid, získaná data interpretuje tabulka č. 5., která získané údaje zároveň porovnává.

Tabulka č. 5: Zdroje informací potřebné ke studiu

Odkud studenti čerpaní informace	Před pandemií	Během pandemie	Srovnání
Na internetu	1380	1643	nárůst u 263 studentů
V knihovnách	542	91	pokles u 451 studentů
V online knihovnách a databázích	259	472	nárůst u 213 studentů
Od vyučujících	246	120	pokles u 126 studentů
Od spolužáků	135	81	pokles u 54 studentů
Kombinace všech uvedených	32	226	nárůst u 194 studentů
Z odborných časopisů, článků a magazínů	45	21	pokles u 24 studentů
Bez odpovědi	20	8	x
Vlastní vybavená knihovna	4	4	stejně
Školní disk	3	0	pokles u 3 studentů
Celkem	2666	2666	X

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Z tabulky vyplývá, že co se týče hlavního zdroje informací, nezměnilo se vůbec nic, ba naopak, díky pandemii se o 263 studentů více obrátilo právě na internet. Zároveň narostl počet uživatelů online knihoven a databází, a to o 213 studentů. Největší pokles uživatelů zaznamenaly knihovny a pomoc od vyučujících, což je logické vzhledem k vládním opatřením.

OTÁZKA Č. 25: NAJDETE NA INTERNETU VŽDY VŠECHNY INFORMACE, KTERÉ KE STUDIU POTŘEBUJETE?

Dotazovali jsme se studentů, zda se jim na internetu vždy podaří najít všechny informace, které potřebují ke studiu, zpracování seminárních prací

aj. Přestože z předešlých otázek víme, že 61 % studentů aktuálně vyhledává informace na internetu, tak v otázce č. 25 zjišťujeme, že 64 % studentů na internetu ne vždy najde všechny informace, které potřebuje. Zbýlých 36 % informace na síti najít dokáže. Toto zjištění může odkazovat na zvládání moderních gramotností.

OTÁZKA Č. 26: OVĚŘUJETE SI DŮVĚRYHODNOST INTERNETOVÉ STRÁNKY PŘED TÍM, NEŽ S NÍ V RÁMCI STUDIA DÁLE PRACUJETE?

OTÁZKA Č. 27: INFORMACE ZÍSKANÉ Z INTERNETOVÉHO ZDROJE SI NA INTERNETU DÁLE OVĚŘUJI PROSTŘEDNICTVÍM

OTÁZKA Č. 28: POUŽILI JSTE NĚKDY NEOVĚŘENOU INFORMACI Z INTERNETU A NÁSLEDNĚ JSTE NA TO BYLI UPOZORNĚNÍ VYUČUJÍCÍM?

Na otázku, zda si studenti ověřují důvěryhodnost internetové stránky před tím, než s ní v rámci studia dále pracují, odpovědělo 77 % dotazovaných ano (2062 respondentů) a 23 % dotazovaných ne (604 respondentů).

Neověřenou informaci z internetu při výuce použilo celkem 415 respondentů, což je 16 % dotazovaných, ostatních 84 % uvedlo, že se v této situaci nikdy neocitlo.

Nejvíce studentů si informace získané na internetu ověřuje srovnáváním více internetových zdrojů (1948 studentů). U této otázky mohli studenti vybírat více odpovědí nebo připsat vlastní, a proto jsme pro přehlednost vytvořili níže uvedenou tabulku.

Tabulka č. 6: Ověřování internetových zdrojů

Pořadí	Způsoby ověřování dat na internetu	Počet odpovědí
1.	Srovnáváním informací z více internetových zdrojů	1948
2.	Hledáním původu autora	810
3.	Na stránkách státních institucí (statistický úřad, ministerstva...)	732
4.	Ověřuji jinde než na internetu	484
5.	Ve skupinách (na fóru, na sociálních sítích)	390
6.	V dostupných online zákonech	385
7.	Konzultuji emailem se spolužáky	324
8.	Neověřuji	311
9.	Konzultuji emailem s učiteli	228
10.	Nerelevantní odpověď	11

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

OTÁZKA Č. 29: DOVEDETE SI PŘEDSTAVIT STUDIUM BEZ POUŽITÍ INTERNETU?

Naprostá většina studentů, celkem 84 %, což představuje 2233 respondentů, si už studium bez internetu nedokáže představit.

Pro dokreslení připojujeme výpovědi některých respondentů. Například respondentka #323 uvádí: „Co se týče internetu, tak bez něj to už nepůjde studovat.“ Více vyhraněný názor uvádí respondentka #1922: „Vzhľadom na požiadavky niektorých vyučujúcich (napr. pri písaní seminárok) si neviem predstaviť nemať internet. Väčšinu času by som strávila v knižnici a bila sa o tých pár kníh s ostatnými z univerzity.“

Respondentka #2652 konstatuje, že bez internetu se na vysokou školu už ani nepřihlásíme: „Internet je všemocný a nedokážu si představit že by bez něj šlo žít. Jsme na něj všichni už tak navázaní. Nejen že na něm hledáme informace, ale utváříme na něm vlastní osobnosti a virtuální životy. Studium bez internetu by asi jistě šlo ale v době "kamenné" ne teď! Teď se bez internetu na školu ani nepřihlásím. Obávám se, že ať chceme nebo ne jsme na něm závislí a může za to jen doba ve které žijeme. Není to naše chyba.“

Opačný názor má respondentka #310, která si studium bez internetu představit dokáže, protože už tuto situaci zažila: „Jsem starší studentkou, studuji čtvrtý obor. Doufám, že i při distanční výuce dojdeme zdárně do cíle. Dva obory jsem zažila ještě bez internetu, první dokonce bez mobilního telefonu a vše se v pohodě zvládalo. Dnes v době internetu bych řekla, že je vše jednodušší a rychlejší. V něčem je to ve prospěch, v něčem ke škodě.“

OTÁZKA Č. 30: KOLIK HODIN DENNĚ V PRŮMĚRU TRÁVÍTE NA INTERNETU V SOUVISLOSTI SE VŠEMI ŠKOLNÍMI POVINNOSTMI?

Školními povinnostmi máme na mysli sledování školního portálu, vypracovávání úkolů, komunikaci se spolužáky skrz výuku, hledání informací aj. Celkem 1029 vysokoškoláků uvedlo, že tyto činnosti jim nezaberou více než jednu až dvě hodiny.

Tabulka č. 7: Čas strávený na internetu skrz studijní povinnosti

Pořadí	Čas strávený na internetu v rámci studia	Počet respondentů
1.	1 – 2 hodiny	1029
2.	3 – 4 hodiny	746
3.	Více než 4 hodiny	623
4.	Méně než hodinu	268
Celkem		2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

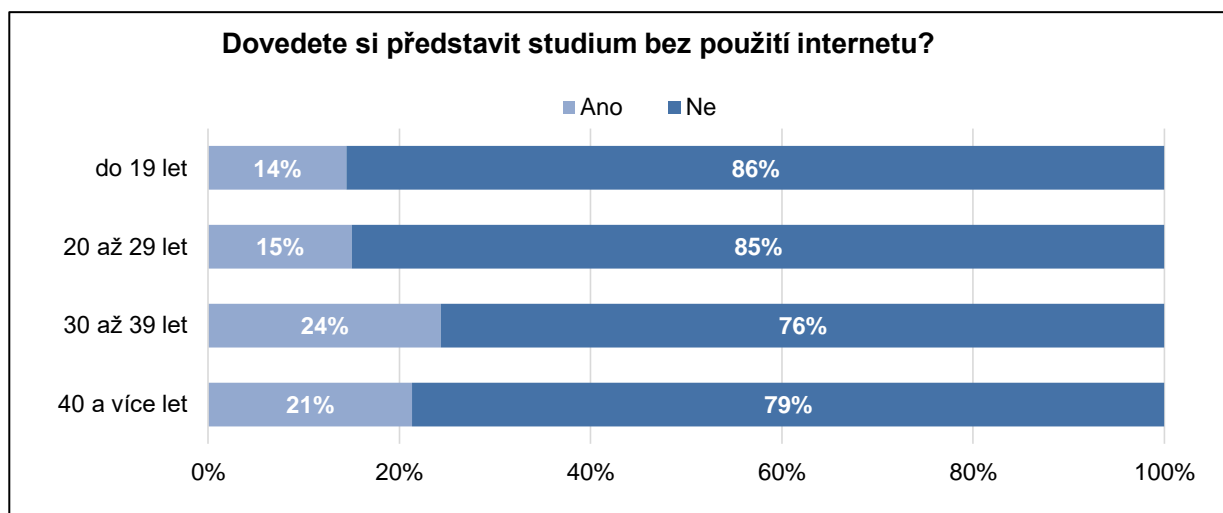
7.3.1 VÝZKUMNÁ OTÁZKA A HYPOTÉZY

Výzkumná otázka VO2 pro oblast dotazníku ‚Internet a studium‘ zní: Jak se projevuje užívání internetu v rámci vysokoškolského studia? Analýza dat a odpovědi na hypotézy k této výzkumné otázce jsou uvedeny níže.

H2.1: Studenti bez rozdílu věku si nedokáží studium bez použití internetu představit.

Srovnání vychází z otázek č. 2 a 29. Hypotéza H2.1 je potvrzena, studenti různých věkových kategorií si studium bez použití internetu neumí představit.

Graf č. 15: Podíl respondentů k hypotéze H2.1



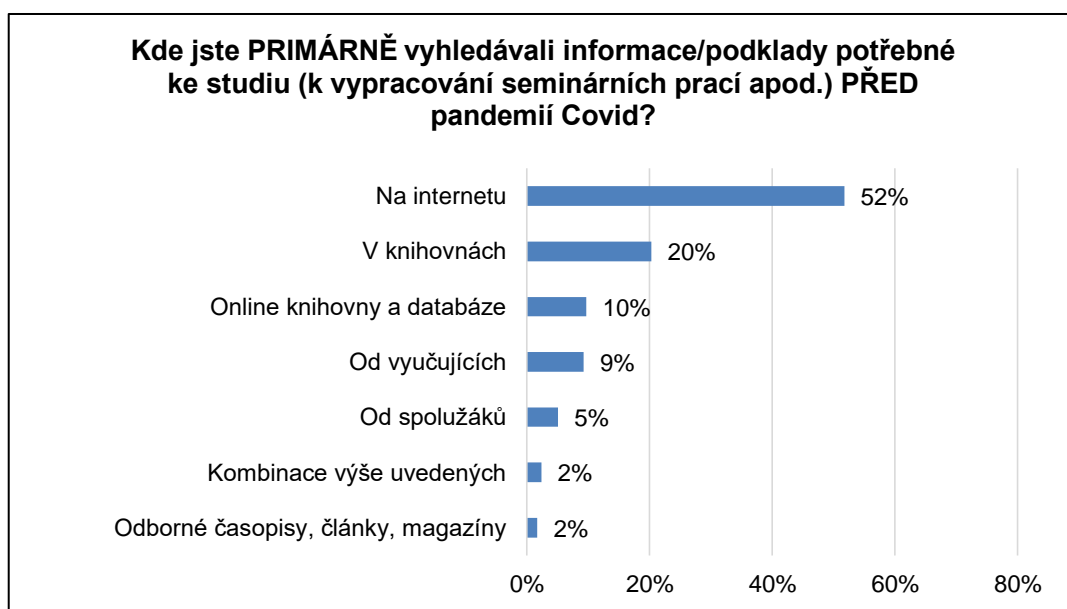
Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

H2.2: Počet studentů vyhledávající informace na internetu během pandemie vzrostl oproti době před pandemií.

Odpověď na tuto hypotézu vychází z porovnání otázek č. 23 a 24. Níže uvedené grafy zobrazují, kde primárně vyhledávali respondenti informace ke

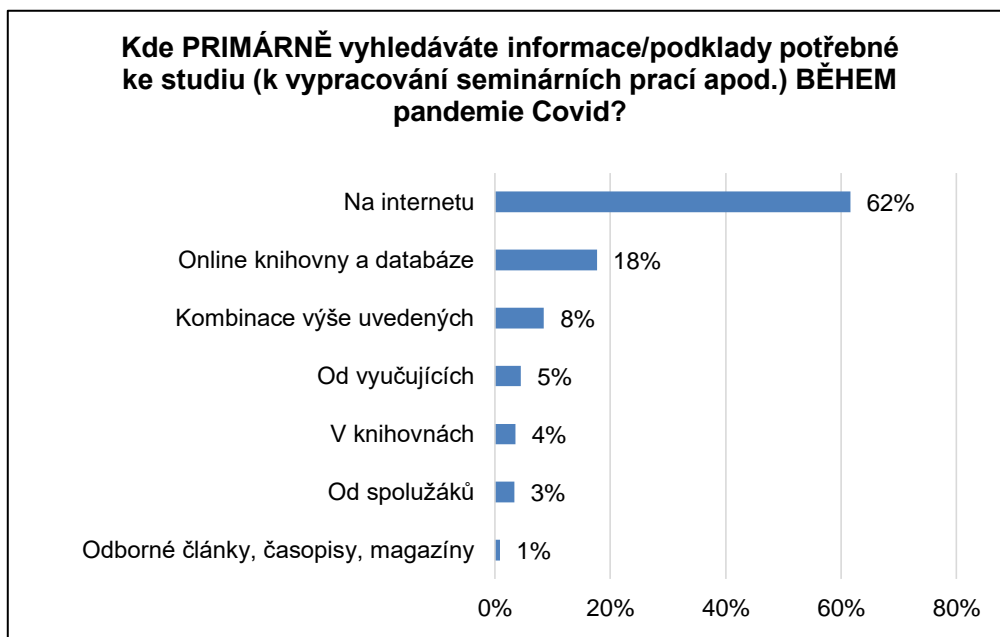
studiu před pandemií a během ní. Před pandemií vyhledávalo na internetu informace 52 % studentů, během pandemie vzrostl počet studentů vyhledávajících informace na internetu o 10 procentních bodů. Hypotéza H2.2 je potvrzena.

Graf č. 16: Podíl respondentů k hypotéze H2.2 (před pandemií)



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Graf č. 17: Podíl respondentů k hypotéze H2.2 (během pandemie)

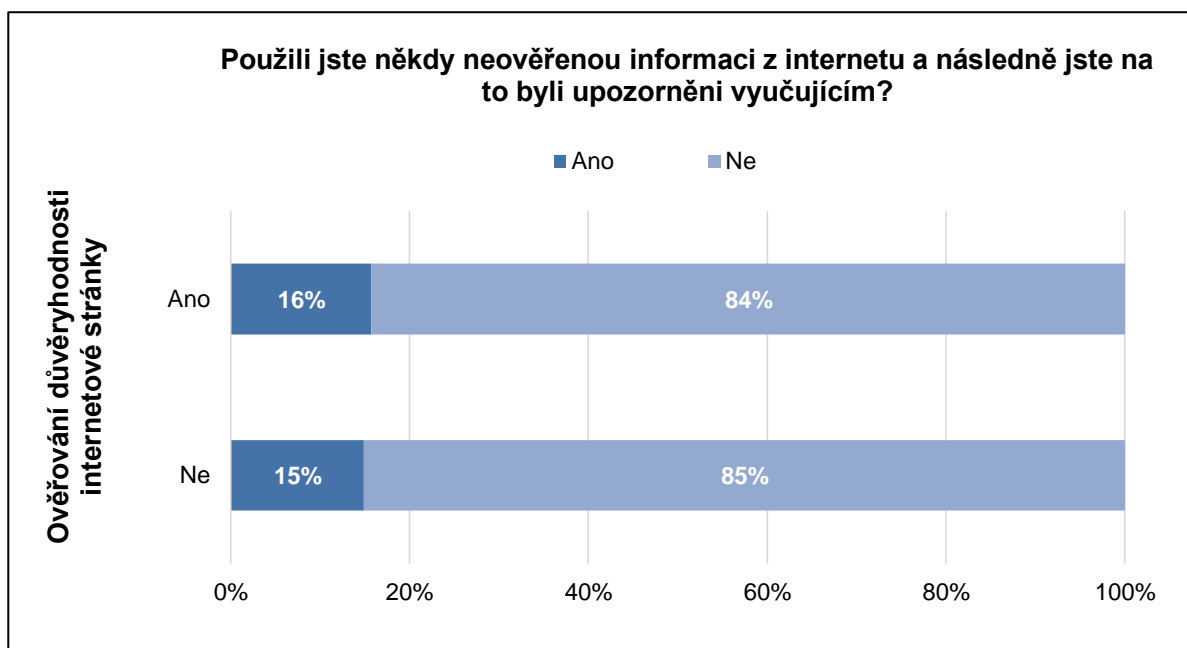


Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

H2.3: Studenti, kteří si informace na internetu dále neověřují, jsou na neověřenou informaci častěji upozorněni vyučujícím, než studenti, kteří si informace na internetu dále prověřují.

Odpověď vychází z porovnání otázek č. 26 a 28, dle grafického zobrazení můžeme hypotézu H2.3. vyvrátit.

Graf č. 18: Podíl respondentů k hypotéze H2.3



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotéza H2.3. neplatí, protože respondenti, kteří si informace získané z internetu na něm dále neověřují, nejsou na neověřenou informaci častěji upozorňováni vyučujícím než ti, kteří si je ověřují. Rozdíl tvoří jeden procentní bod.

7.3.2 SHRNU TÍ

Hypotézy H2.1, H2.2. byly potvrzeny, hypotéza H2.3 potvrzena nebyla.

Třetí část dotazníku se věnuje používání internetu v rámci vysokoškolského studia. Z odpovědí studentů vyplývá, že z celkového počtu 2666 dotazovaných jen 273 studentů má ve svém okolí nějakého spolužáka, který nemá možnost připojit se libovolně k internetu a zároveň 368 dotazovaných uvádí, že zná jednoho nebo více spolužáků, kteří s internetem neumí pracovat. Ke školní wifi

se pravidelně připojuje 58 % studentů, přičemž 66 % z dotazovaných neví, zda vysoká škola filtruje webové stránky, které smí studenti navštívit. Dále bylo zjištěno, že celkem 70 % respondentů se už v minulosti stalo, že z důvodu mimoškolních aktivit na internetu zanedbali své studijní povinnosti, přičemž 27 % dotazovaných se toto děje pravidelně.

Více než polovina studentů vyhledává informace potřebné ke studiu primárně na internetu. Pandemie covid způsobila pouze nárůst, protože se na internet začali obracet také ti studenti, kteří upřednostňovali získávání materiálů z knihoven, od vyučujících nebo spolužáků. Přestože víme, že 61 % dotazovaných studentů aktuálně vyhledává informace na internetu, až 64 % studentů se stává, že na internetu nenajdou všechny informace, které potřebují. Musejí tak kombinovat různé zdroje.

Celkem 77 % respondentů si ověřuje informace získané na internetu, a to především formou srovnávání více internetových zdrojů nebo hledáním původu autora. Neověřenou informaci v rámci svého studia někdy použilo 16 % dotazovaných, kteří na tuto skutečnost byli zároveň upozorněni vyučujícím.

Studenti dále uvádějí, že v souvislosti se studijními povinnostmi tráví na internetu denně 1 až 2 hodiny.

Z toho plyne, že užívání internetu u vysokoškoláků se projevuje pravidelným připojováním studentů ke školní síti, vyhledáváním a následným ověřováním informací potřebných ke studiu. Zároveň není vyloučeno, že se používání internetu ve volném čase může projevit v zanedbávání školních povinností.

7.4 OBLAST – KOMUNIKACE PŘES INTERNET

Čtvrtá část dotazníku zvaná ‚Komunikace přes internet‘ zjišťuje, jak jsou v rámci studia nastavovány komunikační kanály. Zajímá nás, prostřednictvím jakých komunikačních kanálů mezi sebou komunikují studenti a zda se liší od

těch, které používají pro komunikaci s vyučujícími. Jaký způsob komunikace preferují sami studenti?

Oblast komunikace zahrnuje otázky č. 31 až 37.

Za účelem sestavení dotazníku jsme rozdělili komunikační kanály závislé na internetu do několika kategorií dle uživatelského rozhraní nebo primárního účelu využití:

- Za **komunitní sociální sítě** považujeme takové, na kterých zakládáme své osobní profily a utváříme na nich vlastní obsah, například vkládáme fotky, zakládáme skupiny, zveřejňujeme statusy. Jedná se například o Facebook či Instagram.
- **Sociální sítě na bázi chatu** jsou určeny především k rychlé komunikaci mezi uživateli, ke které dochází v soukromých nebo skupinových chatech. Máme na mysli Messenger, WhatsApp či Viber.
- **Videohovorovými komunikačními kanály** rozumíme v této práci takové komunikátory, které jsou uzpůsobeny pro videohovory. Například se jedná o Skype, MS Teams nebo ZOOM.
- Do **elektronické pošty** zahrnujeme všechny zřízené emaily, ať už přes outlook, seznam nebo jiné poskytovatele.

OTÁZKA Č. 31: PŘED NÁSTUPEM NA VYSOKOU ŠKOLU JSEM BĚŽNĚ KE KOMUNIKACI NA INTERNETU POUŽÍVAL/A

Víme, sociální sítě jsou do určité míry trend. Abychom zjistili, kolik sociálních sítí studenti před nástupem na vysokou školu využívali, mohli zvolit více, než jednu odpověď nebo dopsat vlastní. Výsledky jsou zobrazeny v tabulce níže.

Tabulka č. 8: Internetové komunikační kanály, které studenti využívali před nástupem na vysokou školu

Pořadí	Internetový komunikační kanál	Počet respondentů	%
1.	Komunitní sociální síť, např. Facebook, Instagram	2259	84,7
2.	Elektronická pošta, např. email, outlook	1699	63,7
3.	Sociální síť na bázi chatu, např. WhatsApp, Viber	1485	55,7
4.	Videohovorové komunikační kanály, např. Skype, MS Teams, ZOOM	440	16,5
5.	Nepoužíval/a jsem nic	25	0,93
6.	Sociální sítě pro gaming a počítačové hry	15	0,56
7.	Nerelevantní odpověď	5	0,18

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Komunitní sociální sítě využívalo před nástupem na vysokou školu téměř 85 % studentů. Další nejčastější odpovědí byla elektronická pošta s 63,7 % a sociální sítě na bázi chatu s 55,7 %. Pouze 25 respondentů uvedlo, že před nástupem na vysokou školu žádný internetový komunikační kanál nepoužívali.

OTÁZKA Č. 32: PO NÁSTUPU NA VYSOKOU ŠKOLU MĚ OKOLNOSTI DOVEDLY K ZALOŽENÍ PROFILU NEBO SCHRÁNKY NA NĚKTERÉM Z UVEDENÝCH MÉDIÍ.

Dotazovali jsme se studentů, jestli si po nástupu na vysokou školu museli za studijním účelem zakládat profil, chat nebo elektronickou schránku navíc k těm, které už měli. Opět bylo možné zvolit více než jednu odpověď.

Tabulka č. 9: Internetové komunikační kanály, které studenti založili až na vysoké škole v souvislosti se studiem

Pořadí	Internetový komunikační kanál	Počet respondentů	%
1.	Videohovorové komunikační kanály, např. Discord, Big Blue Button	1337	50,1
2.	Nezakládal/a jsem, měl/a jsem	901	33,7
3.	Elektronická pošta, např. email, outlook	763	28,6
4.	Komunitní sociální síť, např. Facebook, Instagram	501	18,7
5.	Sociální síť na bázi chatu, např. WhatsApp, Viber	344	12,9
6.	Nerelevantní odpověď	12	0,45
7.	Registrance na odborných stránkách s články	3	0,11
8.	Ostatní, neznáme, nedohledatelné	3	0,11

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Je zřejmé, že nejvíce respondentů si po nástupu na vysokou školu muselo zřizovat videohovorové komunikační kanály. Jedná o 50,1 % dotazovaných studentů, dále si studenti nejčastěji zakládali emaily. Pravděpodobně se jedná o školní emaily, které univerzity svým studentům zakládají pro lepší komunikaci

automaticky. Studium na vysoké škole z tohoto hlediska neovlivnilo 901 respondentů, což představuje 33,7 % studentů.

OTÁZKA Č. 33: VYBERTE KOMUNIKAČNÍ KANÁLY, NA KTERÝCH AKTIVNĚ KOMUNIKUJETE SE SPOLUŽÁKY.

Respondenti vybírali ty internetové komunikační kanály, na kterých komunikují se svými spolužáky. Zvolit mohli jednu i více odpovědí, případně dopsat další.

Do kategorie ‚ostatní komunikační kanály‘ jsou zařazeny ty platformy, které se v odpovědích objevily méně, než 10x.

Tabulka č. 10: Komunikační kanály - spolužáci

Pořadí	Komunikační kanály používané mezi spolužáky	Počet respondentů
1.	Facebook a Messenger	2469
2.	Soukromý email	855
3.	WhatsApp	803
4.	Instagram	749
5.	Školní email	727
6.	MS Teams	629
7.	ZOOM	217
8.	Skype	190
9.	Discord	97
10.	Viber	35
11.	Ostatní komunikační kanály	32
12.	Se spolužáky nekomunikují	20
13.	Google Meet	17
14.	Nerelevantní odpověď	11

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Studenti mezi sebou nejčastěji komunikují prostřednictvím Facebooku a Messengeru, a to oproti ostatním komunikačním kanálům velmi výrazně.

OTÁZKA Č. 34: VYBERTE KOMUNIKAČNÍ KANÁLY, NA KTERÝCH AKTIVNĚ KOMUNIKUJETE S VYUČUJÍCÍMI.

Respondenti vybírali ty internetové komunikační kanály, na kterých komunikují se svými učiteli, přednášejícími. Zvolit mohli jednu i více odpovědí, případně dopsat další.

Do kategorie ‚ostatní komunikační kanály‘ jsou zařazeny ty platformy, které se v odpovědích objevily méně, než 15x.

Tabulka č. 11: Komunikační kanály - učitelé

Pořadí	Komunikační kanály používané mezi studenty a učiteli	Počet respondentů
1.	Školní email	1941
2.	Soukromý email	1564
3.	MS Teams	1140
4.	ZOOM	501
5.	Skype	234
6.	Facebook a Messenger	195
7.	WhatsApp	111
8.	Big Blue Button	102
9.	Google Meet, Classroom, Google disk	45
10.	Ostatní	34
11.	Discord	27
12.	Informační systém školy, Moodle	24
13.	Student s vyučujícími nekomunikuje	6
14.	Nerelevantní odpověď	6

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Komunikace mezi studenty a učiteli nejčastěji probíhá prostřednictvím elektronické korespondence, dále pak přes videohovorové platformy, na kterých probíhá výuka.

Studenti mezi sebou častěji používají neformální komunikaci, ke které se sociální sítě dobře hodí. Jsou vhodné pro zasílání zpráv, souborů, obrázků, zvukových nahrávek a neočekává se zde formální vystupování. Naopak s učiteli studenti nejčastěji komunikují prostřednictvím emailových schránek. Email je považován za mnohem oficiálnější komunikační kanál, který může být v případě důležité komunikace mezi studenty a školou navíc obohacen o elektronický podpis, který nahrazuje vlastnoruční podpis a hodí se k zasílání důležitých zpráv.

Množství komunikačních kanálů, které studenti pro komunikaci mezi sebou, ale i učiteli používají, může u některých jedinců vytvářet obavy. Nejenže je z hlediska času i pozornosti náročné obsáhnout všechny komunikační kanály, ale může být problém zapamatovat si, na jaké platformě a s kým student komunikuje, nehledě na nejistoty spojené s doručení zprávy adresátovi. Respondent #1005 k této problematice uvádí: „*Občas se bojím, že se mailová komunikace nějak pokazí a můj mail nedorazí anebo, že ho třeba ten vyučující omylem smaže.*“ Dále respondent #807 uvádí, že by ocenil sjednocení užívaných platforem, protože je skrz studium náročné kontrolovat pět platforem.

OTÁZKA Č. 35: VYBRTE KOMUNIKAČNÍ KANÁLY, NA KTERÝCH SE AKTIVNĚ PREZENTUJE A VYTVÁŘÍ OBSAH VAŠE ŠKOLA

Respondenti vybírali komunikační kanály, na kterých se aktivně prezentuje a vytváří obsah jejich alma mater. Zaměřili jsme se především na hledisko prezentace vysoké školy a poskytování informací studentům. Respondenti mohli vybírat jednu a více odpovědí nebo dopsat vlastní.

Do kategorie ‚ostatní komunikační kanály‘ byly zahrnuty takové platformy, které se v odpovědích objevily méně, než 10x.

Tabulka č. 12: Komunikační kanály - škola

Pořadí	Komunikační kanály využívané vysokou školou k prezentaci a poskytování informací	Počet respondentů
1.	Webové stránky vysoké školy	2282
2.	Email, newslettery	1271
3.	Facebook	1091
4.	Instagram	630
5.	Školní informační systémy (ISYS, STAG...)	621
6.	TS Teams	567
7.	ZOOM	171
8.	Big Blue Button	84
9.	Moodle	77
10.	Skype	59
11.	Google	27
12.	Ostatní	20
13.	Nevím	16
14.	WhatsApp	12
15.	Žádný	8
16.	Nerelevantní odpověď	2

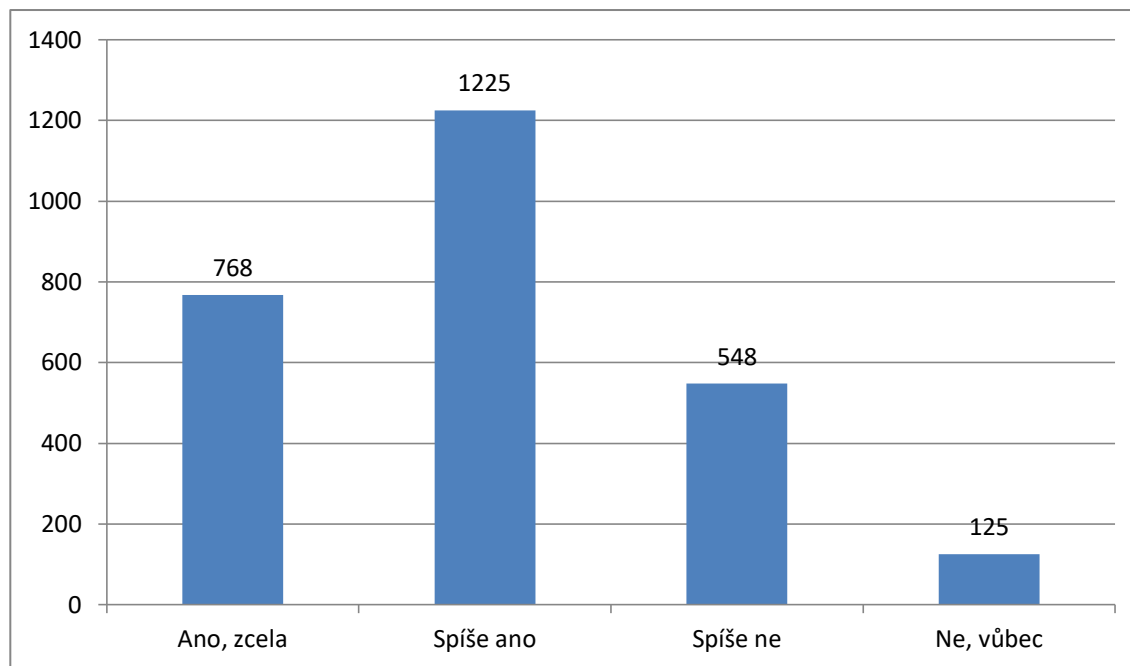
Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Celkem 2282 respondentů uvádí, že se jejich vysoká škola nejvíce reprezentuje a vytváří obsah na webových stránkách, dále uvádějí emailové newslettery (1271 respondentů) nebo Facebook (1091 respondentů).

OTÁZKA Č. 36: CÍTÍTE SE BÝT ZASÍŤOVANÝ?

Dotazovali jsme se respondentů, zda se cítí být zasíťovaní. Zasíťováním rozumíme zapojení se do života na sociálních sítích, členství ve skupinách, sledování různých účtů, vytváření vlastního obsahu.

Graf č. 19: Cítíte se být zasíťovaný?



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Celkem 1993 studentů, tj. 1225 studentů odpovídajících ‚spíše ano‘ (45,9 %) a 768 studentů odpovídajících ‚ano, zcela‘ (28,8 %) uvádí, že se nějakým způsobem cítí být zasíťovaní. Jedná o více než polovinu studentů z celkového počtu 2666 respondentů.

OTÁZKA Č. 37: JAKÝ ZPŮSOB KOMUNIKACE PREFERUJETE VY?

Tato otázka se zaměřovala na způsoby komunikace, které vzhledem ke svému studiu preferuje student. Respondenti mohli vybírat jednu a více odpovědí nebo připsat vlastní, pokud ji nenašli v předdefinovaných možnostech.

Tabulka č. 13: Komunikační kanály – preference studenta

Pořadí	Preferovaný způsob komunikace	Počet respondentů
1.	Osobní komunikace	1918
2.	Elektronická korespondence (email školní, email soukromý, outlook)	1359
3.	Sociální sítě na bázi chatu (WhatsApp, Viber...)	675
4.	Telefonická komunikace (SMS a hovor)	431
5.	Komunitní sociální sítě (Facebook, Instagram)	220
6.	Videohovorové komunikační kanály (MS Teams, Skype, ZOOM...)	43
7.	Nerelevantní odpověď	17
8.	Student nemá preferovaný způsob komunikace	14
9.	Písemná komunikace	8

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Nejvíce respondentů jako svůj preferovaný způsob komunikace uvádí osobní komunikaci. Jedná se celkem o 1918 studentů. Druhým nejpreferovanějším způsobem je elektronická pošta.

Výsledky této otázky souhlasí i s tvrzeními, která nám respondenti nechali na konci dotazníku. Respondent #1023 uvádí: *„Internet je dobrá a asi nevyhnutelná věc, ale nikdy to dle mého názoru nenahradí osobní kontakt s ostatními lidmi.“* Podobně se vyjádřila i respondentka #2637: *„Internet je obrovským pomocníkem, ale myslím, že osobní přístup nenahradí.“*

7.4.1 VÝZKUMNÁ OTÁZKA A HYPOTÉZY

Výzkumná otázka VO3 pro oblast dotazníku ‚Komunikace přes internet‘ zní: Jak jsou v rámci studia nastavovány komunikační kanály? Analýza dat a odpovědi na hypotézy k této výzkumné otázce jsou uvedeny níže.

H3.1: Studenti do 26 let mají komunikační kanály zřízeny nezávisle na vysokoškolském studiu, kdežto studenti nad 26 let je zřizují právě kvůli studiu.

Odpověď na tuto hypotézu vychází z porovnání otázek č. 2 a 32.

Tabulka č. 14: Podíl respondentů k hypotéze H3.1

Věková skupina	Počet respondentů	Podíl respondentů které po nástupu na VŠ okolnosti nedovedly k založení nového komunikačního kanálu, profilu, schránky...
do 26 let	2 101	32 %
27 let a více	565	36 %
Celkem	2 666	33 %

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotézu H3.1 nemůžeme na základě ověření dat potvrdit, je neplatná. Z 2101 respondentů, kteří jsou ve věku do 26ti let odpovídá 32 %, že je vysokoškolské studium nepřivedlo k založení nějakého komunikačního kanálu. Z respondentů starších 26ti let, kterých odpovídá 565 uvádí 36 %, že vysokoškolské je vysokoškolské studium nepřivedlo k založení nového komunikačního kanálu z důvodu studia na vysoké škole. Z celkového počtu respondentů nemuselo nový komunikační kanál zakládat 33 % studentů.

H3.2: Studenti, kteří se necítí zasíťování (ne, spíše ne) preferují osobní komunikaci oproti studentům, kteří se zasíťování cítí (ano, zcela a spíše ano).

Odpověď na hypotézu získáme srovnáním otázek č. 36 a 37. U otázky č. 36 jsme se dotazovali na zasíťování studentů. Celkem 1993 studentů odpovídá, že se nějakým způsobem cítí být zasíťování. Z odpovědí na otázku č. 37 vyplynulo, že 1918 studentů preferuje osobní komunikaci.

Tabulka č. 15: Podíl respondentů k hypotéze H3.2

Pocit zasíťování	Počet respondentů	Podíl respondentů preferujících osobní komunikaci
Ano, zcela	768	71 %
Spíše ano	1225	72 %
Spíše ne	548	72 %
Ne, vůbec	125	70 %
Celkem	2666	72 %

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotézu H3.2 nemůžeme potvrdit, protože bez ohledu na pocit zasíťování preferuje osobní komunikaci většina respondentů, což je 72 % vysokoškoláků.

H3.3: Studenti, kteří se cítí být zasíťování, používají více komunikačních kanálů než ti, kteří se necítí být zasíťování.

Odpověď na tuto hypotézu získáme srovnáním otázky č. 33, která se dotazuje na komunikační kanály využívané mezi spolužáky; otázky č. 34, která se dotazuje na komunikační kanály využívané pro komunikaci studentů a učitelů; otázky č. 36, která se ptá na pocity zasíťování studentů.

Tabulka č. 16: Podíl respondentů k hypotéze H3.3

Pocit zasíťování	Průměrný počet komunikačních kanálů – spolužáci	Průměrný počet komunikačních kanálů – vyučující	Počet respondentů
Ano, zcela	2,8	2,4	768
Spíše ano	2,5	2,2	1225
Spíše ne	2,4	2,0	548
Ne, vůbec	1,9	1,9	125
Celkem	2,6	2,2	2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotéza H3.3. je potvrzena. Respondenti, kteří se cítí být zasíťováni, používají více komunikačních kanálů než ti, kteří se necítí být zasíťováni.

7.4.2 SHRNU TÍ

Hypotézy H3.1 a H3.2 nebyly potvrzeny, hypotéza H3.3 potvrzena byla.

Cílem této části dotazníku bylo zmapovat nastavení komunikačních kanálů studentů vysokých škol s ohledem na studium. Zasíťováno se do určité míry cítí být téměř 75 % vysokoškolských studentů. Jednoznačně nejoblíbenějším komunikačním kanálem pro komunikaci soukromou i komunikaci se spolužáky je sociální síť Facebook a Messenger. Naopak pro komunikaci s vyučujícími tento komunikační kanál využívá jen 195 respondentů, nejvíce používaná je v tomto případě elektronická korespondence, čili emailování, které volí 1941 respondentů z celkových 2666. Dále bylo zjištěno, že studenti mezi sebou komunikují v průměru na 2,6ti komunikačních platformách. Studenti a učitelé mezi sebou komunikují v průměru na 2,2 komunikačních platformách. Nejpreferovanějším způsobem komunikace ovšem zůstává komunikace osobní, kterou upřednostňuje 1918 respondentů bez ohledu na pocit zasíťování.

Dále bylo zjištěno, že kvůli studiu (tedy především kvůli současné situaci) si více jak polovina z celkového množství respondentů zakládala účty nebo profily na videohovorových platformách. Jedná se o 1337 respondentů.

Jednoznačně nejvíce používají vysoké školy ke své propagaci a sdělování informací studentům své webové stránky, dále emailovou rozesílku a sociální sítě Facebook i Instagram. Tuto skutečnost jsme měli možnost ověřit při zajišťování respondentů pro tento výzkum.

V rámci studia na vysoké škole jsou tedy nastavovány různé komunikační kanály. Některé z nich si studenti regulují sami, jiné jsou pod kontrolou školy.

7.5 OBLAST – DISTANČNÍ VÝUKA

Pátá část dotazníku zvaná ‚Distanční výuka‘ zjišťuje, jak studenti vnímají distanční výuku. Zajímá nás, zda už se s ní v rámci svého studia někdy setkali (mimo pandemii), odkud se k online výuce nejčastěji připojují, jestli bývají vyrušováni a zda se cítí být ve stresu.

Oblast distanční výuky pokrývají otázky č. 38 až 52.

OTÁZKA Č. 38. POPIŠTE, CO SI PŘEDSTAVUJETE POD POJMY DISTANČNÍ VÝUKA, ONLINE VÝUKA A E-LEARNING.

Respondenti měli svými slovy popsat nebo na příkladech ukázat, co si představují pod pojmy distanční výuka, online výuka a e-learning. Tato otázka nebyla povinná. Přesto podle údajů služby Vyplňto.cz ukončilo nejvíce lidí vyplňování dotazníku právě u této otázky.

I když bylo znění otázky jasné, respondenti ji pojali velmi individuálně. Všechny odpovědi v této otázce byly rozděleny do kategorií, které znázorňuje tabulka níže.

Tabulka č. 17: Distanční výuka, online výuka, e-learning

Pořadí	Odpovědi respondentů	Počet respondentů
1.	Respondent uvádí svoji definici pojmů	893
2.	Bez odpovědi	646
3.	Respondent chápe uvedené pojmy jako nekontaktní výuku, např. z domova, přes internet	542
4.	Respondent projevuje svůj názor související s pojmy a současnou situací	201
5.	Respondent uvádí konkrétní příklad, např. výuka přes Moodle	110
6.	Respondent uvádí pocit (např. zoufalství), či stav (např. bolest hlavy)	86
7.	Respondent chápe uvedené pojmy jako „nutnost být online“	74
8.	Respondent chápe uvedené pojmy jako samostudium, samostatné zpracovávání zadaných úkolů	62
9.	Respondent považuje uvedené pojmy za synonyma	25
10.	Nerelevantní odpověď	16
11.	Respondent uvádí „nevím“	11
Celkem		2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Z celkového počtu 2666 respondentů se pouze 34 % studentů pokusilo svými slovy definovat uvedené pojmy. Na otázku neodpovědělo 24 % studentů a zbývajících 42 % studentů odpovídalo jednoslovně nebo nerespektovalo znění otázky. Do dokreslení připojujeme některé výpovědi respondentů.

Respondentka #81 uvedené pojmy chápe jako výuku přes internet. Respondentka #743 se však domnívá, že internet při distanční výuce není nezbytný: *„Během distanční výuky není internet nezbytný, učitel může žákům zadávat práci např. jednou týdně a následně kontrolovat. Jako online výuku si představuji to, že probíhají vyučovací hodiny v rámci rozvrhu a je možná aktivní komunikace s žáky přes kameru a mikrofon. E-learning je platforma pro plnění*

zadaných úkolů, které se zde nachází.“ Respondentka #177 si pojmy vysvětluje takto: „Distanční výuka - samostatná výuka, kdy se student (většinou dospělý, pracující) učí sám z domu a závisí na něm celá zodpovědnost za studium. E learning - asi každá výuka, cokoliv, co probíhá přes mobil, tablet, PC. Online výuka - jede se podle rozvrhu a schůzky s vyučujícím jsou pravidelně online přes Skype, Teams, atd.“ Respondent #324 se domnívá, že se jedná o výuku, která je bez osobního kontaktu a např. respondent #747 si pod pojmy představuje: „Možnost lepšího rozložení práce dle časové preference.“

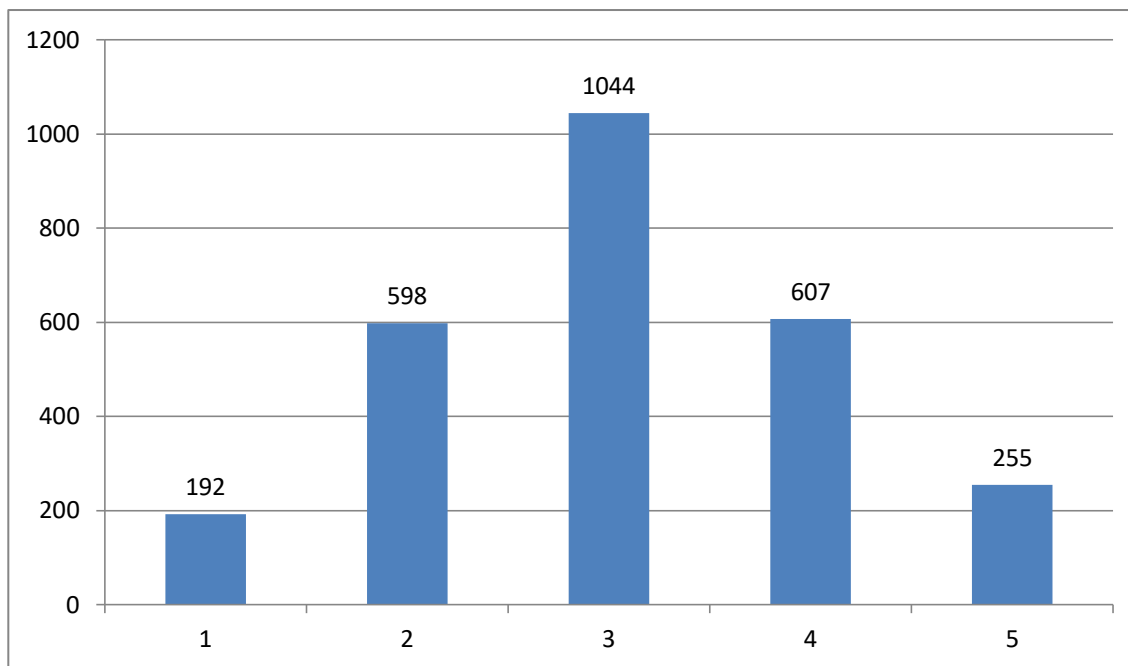
OTÁZKA Č. 39: SETKALI JSTE SE V RÁMCI VAŠEHO STUDIA PŘED PANDEMIÍ S NĚJAKOU FORMOU VÝUKY, KTERÁ NEZAHRNOVALA OSOBNÍ PŘÍTOMNOST STUDENTA VE ŠKOLE?

U této otázky volili respondenti odpověď ano nebo ne. Celkem 760 respondentů (28,5 %) odpovídá, že se s distanční výukou setkali už před pandemií. Zbýlých 1906 respondentů se s distanční výukou setkalo až nyní.

OTÁZKA Č. 40: JAK HODNOTÍTE DISTANČNÍ VÝUKU? OZNÁMKUJTE JI JAKO VE ŠKOLE.

V této otázce respondenti hodnotí distanční výuku, tedy aktuální stav, ve kterém se daný student nachází, a to dle výpovědí zahrnuje nejen přínos, ale i emoční, duševní a fyzické rozpoložení respondentů.

Graf č. 20: Jak studenti hodnotí distanční výuku?



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Nejvíce respondentů hodnotí distanční výuku známkou 3 (1044), dále známkou 4 (607), známkou 2 (598), známkou 5 (255) a známkou 1 (192). Průměrná známka je 3. Aby bylo možné pochopit hodnocení studentů, přikládáme některé výpovědi respondentů, které zanechali na konci dotazníku.

Respondentka #793 píše: *„Distanční výuka mě demotivuje a studium mě přestalo zcela bavit (předtím mě bavilo strašně moc).“*

Respondentka #71 uvádí: *Rozhodně se mi distanční výuka podepsala na zdraví (bolest zad, hlavy), celý den mít přednášky a semináře není ideální, při prezenční výuce jsem se měla alespoň možnost více hýbat.“*

Respondentka #240 konstatuje: *„Distanční výuka je dle mého neefektivní.“*

Respondentka #2659 konstatuje: *„Internet je pro studium vysokoškoláků rozhodně důležitý, nicméně distanční výuka není ideální.“*

Respondentka #824 je z distanční výuky nadšená, uvádí: „MILUJU JI :D vážně, díky za to, nevím, zda to autorku tohoto kvízu zajímá, nicméně já si tohle přála celý život. Samozřejmě ne aby lidé byli nemocní a trpěli, nejsem blázen a nikomu nepřeju nic zlého, ale to, že budeme ne ve škole, ale doma, byl vždy můj sen <3 na škole mě nejvíc stresuje to být fyzicky přítomna. Nejsem žádný asociál, ale preferuju prostředí domova. Dala bych to on-line klidně ještě v letňáku...“

Respondentka #1210: „Podle mého by se dala distanční výuka zařadit do běžného režimu. Některé předměty by se daly zvládat tímto způsobem a učitelům i studentům by to ušetřilo hodně času, práce i nervů.“

Výpovědi respondentů jsou skutečně velmi individuální. Všechno má své klady a zápory.

OTÁZKA Č. 41: K ONLINE VÝUCE SE PŘIPOJUJI NEJČASTĚJI.

Respondenti vybírali celkem z pěti předdefinovaných odpovědí, ale mohli vyplnit i vlastní. Zajímalo nás, odkud se vysokoškoláci nejčastěji připojují k online výuce. Odpovědi respondentů jsou uspořádány v tabulce níže.

Tabulka č. 18: Připojování k online výuce

Pořadí	Odpovědi respondentů	Počet respondentů
1.	V klidném prostředí z domova nebo koleje	1958
2.	Kombinace předdefinovaných odpovědí (1. – 5.)	413
3.	Při domácích povinnostech, vaření, úklid, péče o rodinu	137
4.	Při práci	90
5.	Při vykonávání hobby	23
6.	Nepřipojuje se, nechce se připojit, nebo na škole online výuka neprobíhá	16

7.	V rušivém prostředí	15
8.	Nerelevantní odpověď	9
9.	Z přírody, ze zahrady, při procházce, z auta, na cestě domů	5
Celkem		2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Nejvíce respondentů se k online výuce připojuje z klidného prostředí domova nebo koleje. Jedná se o 1958 studentů, což představuje 73 % dotazovaných z celkového počtu 2666. Ostatní respondenti volí jako prostředí k online výuce různá místa. Někteří se připojují při vykonávání pracovních povinností, jiní při vykonávání hobby.

Tady je potřeba vzít v potaz efektivitu, viz. kapitola 4.2.9. Multitasking. Dá se předpokládat, že pokud studenti při online výuce vykonávají další činnosti, snižuje se jejich výkonnost v důsledku přeskokování pozornosti mezi jednotlivými činnostmi, a tím pádem se zvyšuje únava. Nicméně z výpovědí některých respondentů víme, že ani připojení se z domova nebo koleje vždy nezaručí ideální prostředí pro online výuku.

Respondent #284 uvádí: *„Snažím se připojovat z klidného prostředí, ale někdy to prostě není možné.“* Respondentka #735 dále uvádí, že se připojuje doma, avšak o klidu se nedá hovořit: *„Doma, kde ale nemám klid, není mi umožněno se plně soustředit na studium a celkově vzdělání, proto bych raději co nejdříve jezdila do školy prosím, je to psychicky náročné.“* Respondentka #1693, uvádí, že se jí těžko připojuje k online výuce, protože má doma 5 dětí, kterým také probíhá online výuka.

OTÁZKA Č. 42: STÁVÁ SE VÁM, ŽE V PRŮBĚHU ONLINE VÝUKY NEVĚNUJETE VYUČUJÍCÍMU PLNOU POZORNOST?

OTÁZKA Č. 43: POKUD ANO, DOKÁŽETE ŘÍCT, PROČ? CO VÁS ROZPTÝLÍ?

Celkem 1464 respondentů uvádí, že mají během výuky často problém udržet plnou pozornost. Jedná o 55 % dotazovaných. Výjimečně neudrží pozornost 1041 respondentů, což představuje 39 %. Pouhých šest procent dotazovaných, což je 161 respondentů uvádí, že pozornost dokáží udržet vždy.

Tabulka č. 19: Rušivé elementy při online výuce

Pořadí	Rušivé elementy při výuce	Počet respondentů
1.	Respondenta vyruší člen rodiny, mazlíček, spolubydlící, kamarád	446
2.	Respondent uvedl svůj názor, myšlenku nebo hodnotí situaci	378
3.	Respondenta vyruší domácí povinnosti	349
4.	Nic konkrétního	362
5.	Respondenta vyrušují mobil, sociální sítě, televize, surfování po internetu a hraní her	322
6.	Respondenta rozptýlí problém se soustředěním, nedostatek pozornosti, chybí motivace a koncentrace (vlastní myšlenky)	214
7.	Respondenta vyruší působení okolního prostředí, pohled z okna, cizí komunikace, hluk, teplo/zima v místnosti	169
8.	Respondenta vyruší fyziologické potřeby, hlad, toaleta, spánek, únava, pálení očí, bolest hlavy	149
9.	Respondenta rozptýlí cokoliv, všechno, multitasking	156
10.	Respondenta rozptýlí distance, chybí osobní kontakt a prostředí školy	139
11.	Respondent uvedl svůj pocit, emoci, stav, např. nebaví mě to, nudím se, jsem frustrován, prokrastinace	134

12.	Respondenta vyruší pracovní povinnosti	90
13.	Respondenta rozptýlí jiné povinnosti, jiné aktivity	76
14.	Respondenta vyruší technické a jiné nedostatky výuky, např. špatné připojení k internetu, nedostatečná kvalita spojení, šum, signál, sekání obrazu	69
15.	Nerelevantní odpověď	68
16.	Respondent uznává, že nevěnuje výuce 100 % pozornost ani při prezenční výuce	53
17.	Respondenta vyruší hobby, koníčky, zájmy, poslech hudby, kreslení	35
18.	Respondenta vyruší dohledávání informací, protože něčemu nerozumí	32
19.	Respondenta vyruší spolužáci, jejich dotazy, vstupy do výkladu, zprávy od nich	27
20.	Bez odpovědi	25

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Jistě se studentům zcela běžně stává i během prezenční výuky, že vyučujícímu z nějakého důvodu nevěnují plnou pozornost. Nejčastějšími rušivými elementy při online výuce jsou rodinní příslušníci, domácí mazlíčci, spolubydlíci či kamarádi. Takto odpovídá 446 dotazovaných.

Vytvořit vhodné podmínky pro studium mimo školu je náročné. Zvláště, pokud se z pokoje nebo bytové jednotky připojuje k online výuce více studujících. Navíc plnit své povinnosti v místnosti, která má sloužit k odpočinku nebo hobby, a v mnoha případech z ní celý den neodejít, je z hlediska psychiky náročné. Nicméně jsme přesvědčeni o tom, že pokud student ví, kdy bude jeho online výuka probíhat, měl by být schopen minimalizovat všechny činitele, kteří by jej mohli v průběhu výuky vyrušit. Máme na mysli fyziologické potřeby (potřeba toalety nebo hlad), zvonění mobilního telefonu a sociální sítě, případně souběžné vykonávání hobby. Toto všechno jsou činnosti, které by měl mít

student při online výuce zorganizované, protože při prezenční výuce by tomu tak nejspíš bylo.

Respondentka #1 uvádí: *„Není to zkrátka ono. Byť se snažím, pozornost udržet nedokážu. Mám pocit, že dívat se na učitele prostřednictvím počítače není poutavé ani to nemá váhu.“* Podobně to vidí respondent #582: *„Rozptyluje mě nedostatek blízkých, přímých a hmatatelných podnětů, chybějící nuance prostředí, absence prostoru, nemožnost vnímat situaci celistvě.“*

Respondentka #2423 píše: *„Celkově je dlouhodobé soustředění na obrazovku počítače náročnější, také je výuka často přerušována technickými problémy z mojí strany nebo strany vyučujícího.“* Dlouhé soustředění se na obrazovku uvádí i respondentka #19: *„Vlastní myšlenky při nekonečném hledění do obrazovky.“*

Respondentka #202 uvádí: *„Často mě rozptylují povinnosti, které doma musím splnit např. vařit oběd, úklid, umytí nádobí, telefonát...“* Velmi podobně to píše respondent #266: *„Manželka nebo děti něco potřebují, doma je doma a tady mám i jiné povinnosti než jen školu.“*

OTÁZKA Č. 44: STRESUJE VÁS DISTANČNÍ VÝUKA? JAK SE TO PROJEVUJE?

Zátěžové situace jsou součástí našich životů. Setkáváme se s nimi každý den, přičemž to, jak je zvládáme, se odráží na naší osobnosti. Aktuální situace s pandemií Covid zasáhla nejen vysokoškolské studenty. Ke změně formy vzdělávání musely přistoupit základní i střední školy, vyšší odborné školy, ale také střediska volného času a domy dětí a mládeže. Zkrátka všechny vzdělávací instituce.

Zajímalo nás, jestli studenti vysokých škol chápou distanční formu výuky za stresující a jak ji prožívají.

Na otázku: „Stresuje Vás distanční výuka?“ odpověděli respondenti takto:

- Ano, výuka mě stresuje: 1411 respondentů, 53 %
- Ne, výuka mě nestresuje: 1172 respondentů, 44 %
- Bez odpovědi: 83 respondentů, 3 %

Projevy stresu, které respondenti uváděli, jsme rozdělili do kategorií a zpracovali do tabulky níže.

Tabulka č. 20: Projevy stresu v důsledku distanční výuky

Pořadí	Rušivé elementy při výuce	Počet respondentů
1.	Ano, je stresující (bez uvedení konkrétních projevů)	230
2.	Chybí osobní kontakt, sociální kontakt	211
3.	Chaos v informacích, chybí interakce, absence komunikace, zpětná vazba	181
4.	Nejistota, panika, nervozita, psychická únava, náladovost, úzkost, vztek	136
5.	Technické nedostatky výuky, ostych používat mikrofon, strach hovořit online přes video i strach, že respondenty někdo sleduje	135
6.	Distanční výuka nenaučí tolik jako prezenční, strach z nepřípravenosti na praktické využití, absence praxe	75
7.	Odkládání školních povinností na poslední chvíli, chybí motivace se učit, prokrastinace, multitasking	73
8.	Fyziologické potíže - nespavost, migrény, bolest břicha, kousání nehtů, třas, pálení očí, nadměrné stravování	70
9.	Strach ze zkoušek či státnic, zhoršení studijních výsledků	69
10.	Rušivé okolní prostředí, nesoustředěnost, nevnímavost	51
11.	Množství školních úkolů a zadání, ztráta orientace v úkolech, strach z přehlédnutí úkolu	47
12.	Nedostatek sebekázně, chybí režim	35
13.	Stres ze samostudia, dohledávání informací	34

14.	Pocit, že se nic nestíhá	29
15.	Nejednotnost užívaných platforem online výuky	21
16.	Odložení studia, studium ukončeno zimním semestrem	14
Celkem		1411

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Nejčastěji respondenti uváděli absenci osobního kontaktu, nejednotnost informací, ale i emoční obtíže. Respondentka #15 uvádí: *„Ano. Nejvíce mne stresuje absence komunikace ze strany školy, nedostatek informací potřebných ke studiu, a nebo poskytování informací na poslední chvíli. Stres se projevuje na kvalitě mého spánku, nemám chuť k jídlu a jsem bez nálady.“* Respondentka #33 píše: *„Ano - mám pocit, že mě distanční výuka nenaučí tolik, jako kdybychom byli ve škole. Mám pocit, že nebudu dobře připravená na zkoušky, ale ani na své budoucí povolání. Mám pocit, že ztrácím motivaci. Teorii se sice nejspíš naučit lze, ale co praxe? Laboratoř nebo záchrannou službu si doma nepostavím....“*

Někteří respondenti uvádějí obavy ohledně používání techniky, např. respondent #186: *„Nejistota ohledně technických aspektů – internetu nemusí fungovat, počítač může hlásit problémy apod.“* Další bojují se sebekázní, např. respondentka #1080 uvádí: *„Prokrastinuji, chodím pozdě spát, cítím se provinile, když odevzdávám práce den před termínem, objednávám věci z internetu (znáte to).“*

OTÁZKA Č. 45: DOMNÍVÁTE SE, ŽE JE PREZENČNÍ VÝUKA STEJNĚ HODNOTNÁ, JAKO PREZENČNÍ?

Na otázku: „Domníváte se, že je prezenční výuka stejně hodnotná, jako prezenční?“ odpověděli respondenti takto:

- Distanční výuka je hodnotnější: 52 respondentů, tj. 2 %
- Distanční výuka je stejně hodnotná, jako prezenční výuka: 413 respondentů, tj. 15 %
- Prezenční výuka je hodnotnější: 2201 respondentů, tj. 83 %

Z poznámek a argumentů respondentů na konci dotazníku, jež se vztahují k tomuto tématu, můžeme uvést například respondentku #960: *„Distanční i prezenční výuka je pro mě stejně hodnotná za předpokladu, že výuka je jasná, srozumitelná a hbitá. Učitele s námi komunikují a včas nás informují.“* Dalším příkladem může být tvrzení respondentky #2213: *„Já oceňuji možnost technologií, ale smysl vysoké školy vidím spíš v kontaktu lidí z různých prostředí a formování názorů. Proto distanční výuka plnohodnotná forma výuky být nemůže.“* Poslední uvádíme příklad respondentky #2428, která se snaží dívat na problematiku z hlediska vlivu na společnost: *„Super volba tématu, doufám, že už někdo prokáže, že distanční výuka se ani zdaleka nedá srovnat s prezenčním studiem a po roce v tomto životním "stylu" začnou vznikat velké rozdíly ve vědomostech u lidí, co měli možnost plnohodnotného, kvalitního studia a mezi mými vrstevníky.“*

OTÁZKA Č. 46: NAJDE SE PŘEDMĚT, KTERÝ BYSTE SE RADĚJI UČILI DISTANČNĚ? POKUD ANO, JAKÝ.

Celkem 1374 respondentů (52 %) odpovídá kladně. Záporně odpovídá 844 respondentů (32 %) a nevím uvádí 448 respondentů (17 %).

Respondenti, kteří odpovídají ano, nejčastěji uvádějí takové předměty, u kterých není nutné využívat pomůcky, tedy spíše teoretické, např. dějiny, literatura, jazyky.

OTÁZKA Č. 47: NAJDE SE PŘEDMĚT, KTERÝ BYSTE SE RADĚJI UČILI OSOBNĚ VE ŠKOLE?

Celkem 2339 respondentů (88 %) odpovídá kladně. Záporně odpovídá 189 respondentů (7 %) a nevím uvádí 138 respondentů (5 %).

Respondenti, kteří odpovídají ano, nejčastěji jmenují praktické předměty, jako jsou anatomie, programování, simulace, ale uvádějí také možnost vykonávat odborné praxe.

OTÁZKA Č. 48: CO VÁM VYHOVUJE VÍCE?

Dotazovali jsme se respondentů, jaká forma výuky jim více vyhovuje. Prezenční výuku upřednostňuje 1907 respondentů (72 %) a distanční výuku upřednostňuje 759 respondentů, což je 28 % dotazovaných.

Studenti, kteří upřednostňují distanční, jsou např. respondentka #1918, která o distanční výuce uvedla: *„Naprosto mi vyhovuje.“* A respondent #2283: *„Distanční výuka mi nadmíru vyhovuje.“*

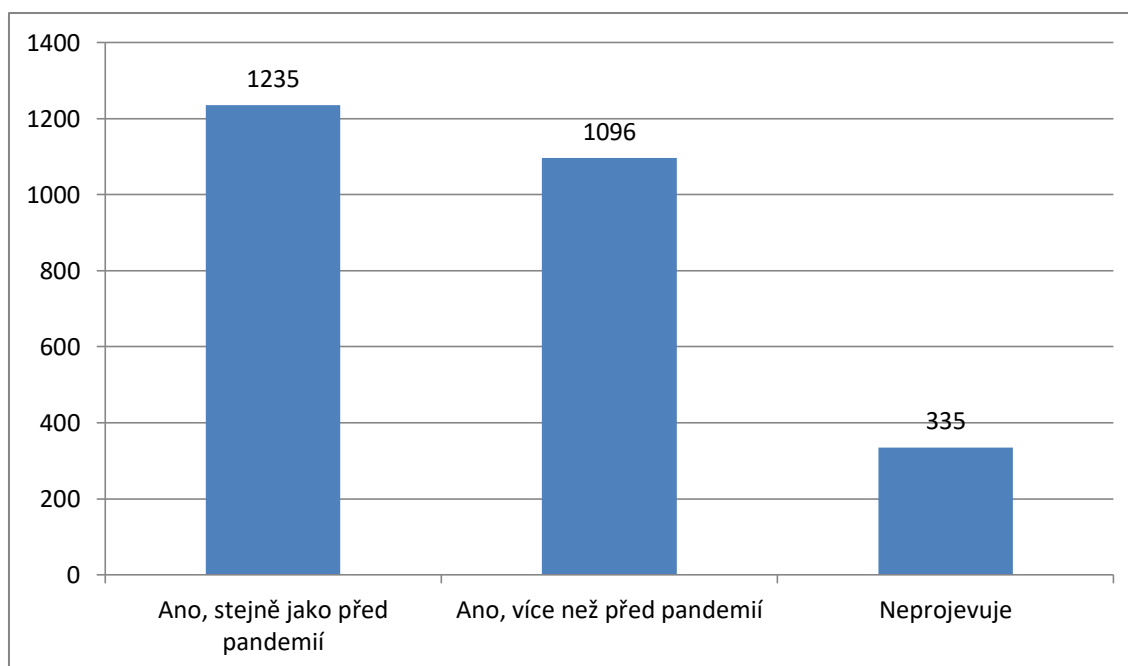
Studenti, kteří upřednostňují prezenční výuku, jsou např. respondentka #326, která uvádí: *„Distanční výuka mi rozhodně nevyhovuje. Jak už jsem psala doma se nedokážu, tak soustředit a sedět jen u počítače mě opravdu nebaví. Navíc často také dochází během hodin k přehlcení sítě a vyučující se na obrazovce seká, nejde mu rozumět nebo mi to celé spadne a musím se připojit úplně znovu. Přijde mi, že toho vím a umím daleko míň, než kdybych chodila do školy normálně.“* A respondentka #2335: *„Doufám, že distanční výuka se v*

budoucnu nestane běžnou na jakémkoliv stupni našeho školství. Není nad osobní kontakt jak s vyučujícím tak se spolužáky.“

OTÁZKA Č. 49: PROJEVUJE SE U VÁS PROKRASTINACE?

Prokrastinace, neboli chorobné odkládání věcí na později, je mezi studenty zcela běžným jevem. Dotazovali jsme se, zda se frekvence tohoto jevu nějak změnila v důsledku pandemie. Odpovědi jsou zobrazeny v grafu č. 20.

Graf č. 21: Projevuje se u Vás prokrastinace?



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Většina respondentů uvádí, že prokrastinuje stejně, jako před pandemií. Konkrétně se jedná o 1235 studentů, což je 46 % dotazovaných. Více, než před pandemií prokrastinuje 41 % respondentů. Pouze 13 % respondentů udává, že prokrastinací netrpí.

OTÁZKA Č. 50: UPLATŇUJETE MULTITASKING?

Dotazovali jsme se studentů, zda uplatňují multitasking, tedy jestli vykonávají více činností najednou. Celkem 2063 respondentů (77 %) uvádí, že ano a 603 respondentů (23 %) uvádí, že ne.

Uplatňování multitaskingu je respondenty zmiňováno už u otázky č. 43, která se zaměřovala na faktory rozptýlení při online výuce. Respondenti uvádějí, že v průběhu online výuky vykonávají i jiné činnosti, například plní domácí a pracovní povinnosti, záliby, hrají hry, surfují na internetu a tak dále. Když pomíneme skutečnost, že toto chování je vůči přednášejícímu neuctivé, musíme podotknout, že o skutečný multitasking se nejedná. Víme, že multitasking lze efektivně uplatňovat jen v případech automatizovaných činností. Nemůžeme tedy za multitasking považovat to, co studenti při online výuce dělají – žehlí a skládají prádlo, vaří nebo si hrají s domácím mazlíčkem.

OTÁZKA Č. 51: PROVÁDÍTE DUŠEVNÍ HYGIENU V RÁMCI VYSOKOŠKOLSKÉHO STUDIA?

Dotazovali jsme se studentů, zda provádějí duševní hygienu, kterou bylo pro účely dotazníku považováno např. dodržování denního režimu, dostatek spánku, přestávky mezi učením, pohyb, pěstování hobby aj.

Celkem 1650 respondentů (62 %) odpovídá, že duševní hygienu provádí. Ostatních 1016 respondentů (38 %) ji neprovádí.

Respondent #1817 se na konci dotazníku k duševní hygieně vrací: *„Ad duševní hygiena - ne vždycky se mi to daří, ale jestli pandemie něco ukázala, tak je to nutnost se na duševní hygienu zaměřit cíleně. Pokud člověk ztratí klasický rytmus daný už tím, že ráno musí v nějaký čas vstát a někam jít, je extrémně snadné propadnout se do spirály vyznačující se absencí oddělení studijního, pracovního a osobního života, stejně jako odpojení se od*

cirkadiánního rytmu ústící v pravidelné usínání po druhé hodině ranní, horší spánek, náladu, zdraví, odolnost atd atd.“

OTÁZKA Č. 52: MÁTE VE SVÉM OKOLÍ NĚKOHO, KDO V PRŮBĚHU PANDEMIE ZVAŽOVAL ODCHOD Z VYSOKÉ ŠKOLY V DŮSLEDKU DISTANČNÍ VÝUKY?

Dotazovali jsme se studentů, zda znají někoho, kdo chtěl z důvodu distanční výuky ukončit studium. Na tuto otázku odpovědělo ano celkem 1537 respondentů (58 %). Záporně odpovědělo 1129 respondentů, což představuje 42 % všem dotazovaných.

Je pozoruhodné, že více než polovina studentů zná někoho, kdo v průběhu pandemie zvažoval odchod z vysoké školy. Někteří respondenti na konci dotazníku dokonce uvedli, že oni sami o odchodu zvažovali nebo studium ukončí zimním semestrem.

Respondentka #2194 uvádí: *„Sama zvažuji odchod z VŠ kvůli distanční výuce, protože mi přijde že mi škola nic nedala, nebaví mě to a stresuje mě to více než je zdrávo.“* Dále respondent #799 konstatuje: *„I já sám v důsledku distanční výuky zvažoval ukončení, nebo přerušení studia. Myslím, že to ovlivnilo velký počet lidí. Zvláště v prvním ročníku.“*

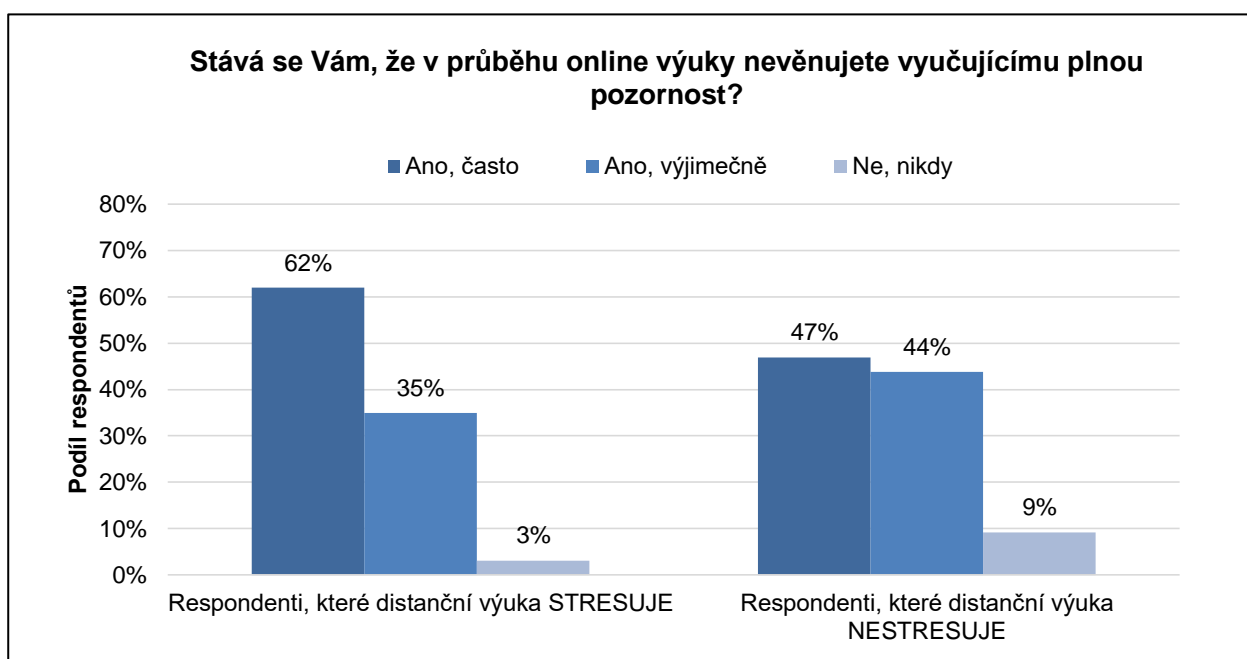
7.5.1 VÝZKUMNÁ OTÁZKA A HYPOTÉZY

Výzkumná otázka VO4 pro oblast dotazníku ‚Distanční výuka‘ zní: Jak vnímají studenti distanční výuku? Analýza dat a odpovědi na hypotézy k této výzkumné otázce jsou uvedeny níže.

H4.1: Studentům, které distanční výuka stresuje, se často stává, že nevěnují vyučujícímu plnou pozornost.

Odpověď na tuto hypotézu získáme srovnáním otázek č. 41 a 42, výsledky jsou zobrazeny v grafu níže.

Graf č. 22: Podíl respondentů k hypotéze H4.1



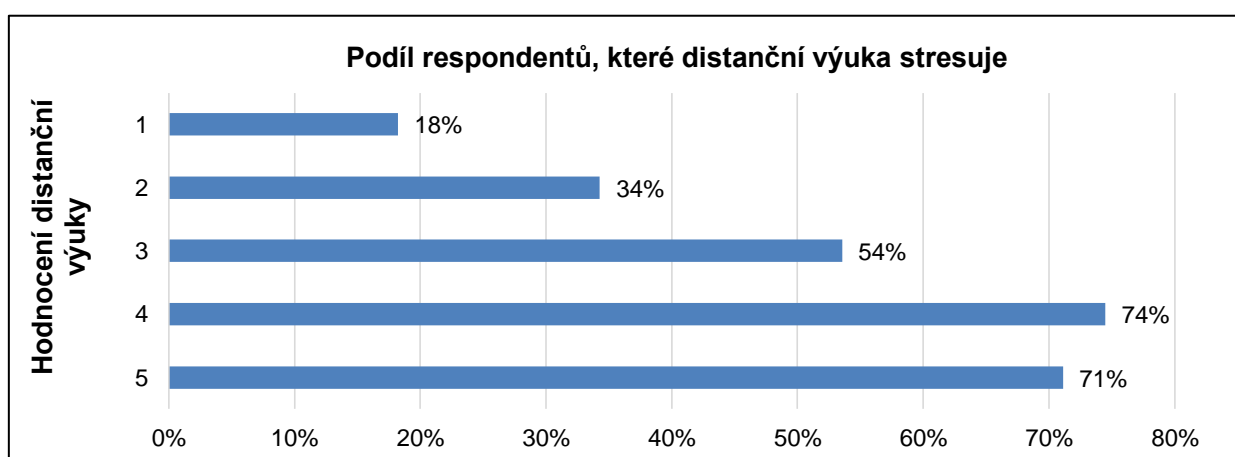
Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotéza H4.1 je potvrzena, protože respondentům, které distanční výuka stresuje, se častěji stává, že nevěnují vyučujícímu plnou pozornost (často 62 %, výjimečně 35 %) než respondentům, které distanční výuka nestresuje.

H4.2: Studenti, kteří hodnotí distanční výuku za 1, se necítí být ve stresu oproti studentům, kteří hodnotí distanční výuku za 5.

Odpověď na tuto hypotézu poskytne srovnání otázek č. 40 a 44. Výsledek je interpretován v grafu uvedeném níže.

Graf č. 23: Podíl respondentů k hypotéze H4.2



Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotéza H4.2 se potvrdila. Z počtu respondentů, kteří hodnotí distanční výuku známkou 1, se cítí být v důsledku distanční výuky ve stresu 18 % dotazovaných, kdežto z respondentů, kteří hodnotí distanční výuku známkou 5, se cítí být ve stresu 71 % dotazovaných.

H4.3: Studenti, u kterých se neprojevuje prokrastinace, provádí duševní hygienu více, než studenti, u kterých se prokrastinace projevuje.

Odpověď na tuto hypotézu získáme srovnáním otázek č. 49 a 51. Výsledky jsou interpretovány v tabulce níže.

Tabulka č. 21: Podíl respondentů k hypotéze H4.3

Projevuje se u Vás prokrastinace?	Počet respondentů	Podíl respondentů provádějících duševní hygienu
Ano, stejně jako před pandemií	1235	66 %
Ano, více než před pandemií	1096	53 %
Neprojevuje	335	79 %
Celkem	2666	62 %

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotéza H4.3 je potvrzena. Z respondentů, u kterých se prokrastinace neprojevuje (celkem 335), provádí duševní hygienu 79 % dotazovaných. Respondenti, u kterých se prokrastinace projevuje, provádí duševní hygienu mnohem méně.

H4.4: Studenti neuplatňující multitasking se častěji připojují k online výuce v klidném prostředí domova nebo koleje oproti studentům, kteří multitasking uplatňují.

Odpověď na tuto hypotézu získáme srovnáním otázek č. 41 a 50. Výsledky jsou interpretovány v grafu níže.

Tabulka č. 22: Podíl respondentů k hypotéze H4.4

Uplatňujete multitasking?	Počet respondentů	Podíl respondentů připojujících se k distanční výuce z klidného prostředí domova nebo koleje
Ano	2063	70 %
Ne	603	83 %
Celkem	2666	73 %

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Hypotéza H4.4 je potvrzena. Z 603 respondentů, kteří neuplatňují multitasking, se 83 % připojuje k online výuce z klidného prostředí domova nebo koleje. Z respondentů, kteří multitasking uplatňují (2063) se k online výuce z klidného prostředí domova nebo koleje připojuje 70 % dotazovaných.

7.5.2 SHRNUÍ

Hypotézy H4.1, H4.2, H4.3 a H4.4 byly potvrzeny.

Pátá část dotazníku se zabývá problematikou distanční výuky. Respondenti odpovídali na otázku, co si představují pod pojmy distanční výuka, e-learning a online výuka. Většina respondentů se pojmy pokusila popsat či definovat vlastními slovy, někteří respondenti neakceptovali znění otázky a projevovali své myšlenky a názory související s touto formou studia.

Celkem 71 % studentů se během svého studia až do této chvíle nesetkala s žádnou formou distanční výuky.

Respondenti průměrně hodnotí distanční výuku známkou 3, přičemž 58 % studentů uvádí, že má ve svém okolí někoho (včetně sebe), kdo v důsledku distanční výuky zvažoval ukončení studia.

Téměř všem respondentům (2505) se někdy stalo, že nevěnovali online výuce plnou pozornost, přičemž nejčastějším rušivým elementem jsou rodinní příslušníci, kamarádi, spolubydlíci nebo domácí mazlíčci. Současně více jak polovina respondentů uvádí, že je distanční výuka stresuje. Jako stresory respondenti uvádějí problémy s distancí od spolužáků a učitelů, nedostatek sociálního kontaktu, chaos v informacích aj. Tento stres se u studentů projevuje nejistotou, panikou, strachem či fyziologickými potížemi.

Ze získaných odpovědí je zřejmé, že vysokoškolákům spíše vyhovuje prezenční výuka, pro kterou je 72 % dotazovaných. Většina respondentů (2201) se dále domnívá, že je prezenční výuka hodnotnější, než distanční. I přesto 51 % dotazovaných uvádí, že by se našel předmět, který by se raději učili

distančně. Distančně by se vysokoškoláci nejraději učili teoretické předměty, prezenčně pak praktické, např. anatomii, programování aj.

U více než tisícovky respondentů se projevuje prokrastinace bez ohledu na působení pandemie. Celkem 71 % dotazovaných uvádí, že provozuje multitasking, přičemž 62 % dotazovaných uvádí, že v rámci studia pravidelně provádí duševní hygienu.

Studenti současnou formu výuky chápou jako nutnost, kterou by si většina z dotazovaných nevybrala. Distanční výuka je chápána jako stresující a méně hodnotná.

7.6 ZAMYŠLENÍ RESPONDENTŮ NAD TÉMATEM

Na samotném konci dotazníku byl ponechán prostor respondentům pro případné podněty, poznámky, myšlenky. Možnost podělit se o svůj názor a myšlenku využilo celkem 346 respondentů. Někteří respondenti nechali krátký vzkaz, jiní v rámci svého vlastního utřídění myšlenek psali spíše krátké články. Data byla roztříděna a zpracována do přehledné tabulky uvedené níže.

Tabulka č. 23: Zamyšlení respondentů nad tématem

Pořadí	Rozdělení odpovědí do kategorií	Počet respondentů
1.	Bez odpovědi	2320
2.	Respondenti projevili svůj názor nebo dali doporučení pro praxi	74
3.	Respondenti s distanční výukou nemají problém, vyhovuje jim	50
4.	Respondenti, kteří vyzdvihují prezenční výuku nad distanční	35
5.	Respondenti, kteří popřáli hodně štěstí v psaní diplomové práce a při státnicích	34
6.	Respondenti, kteří za dotazník poděkovali nebo projevili sympatie	26

7.	Respondenti ocenili téma dotazníku, utřídili si myšlenky	26
8.	Respondenti, kteří považují internet za nezbytný a nutný nástroj dnešní doby	20
9.	Respondenti, kteří jsou z aktuální situace nešťastní, jsou v ní nespokojení a z ní demotivovaní	17
10.	Respondenti, kteří upozorňují na nutnost sociálního kontaktu a společenského vyžití	17
11.	Respondenti považující distanční výuku za špatnou	11
12.	Respondenti, kteří zvažují odchod z VŠ nebo dokonce ukončují studium zimním semestrem	11
13.	Respondenti, kteří distanční výuku nezvládají, jsou z ní ve stresu, cítí se v depresi a jsou frustrováni	10
14.	Respondenti, kteří považují za problém gramotnost učitelů i studentů	6
15.	Respondenti, kteří upozorňují na nutnost duševní hygieny a dodržování režimu dne	3
16.	Respondenti zajímající se o výsledek práce	3
17.	Respondenti, kteří situaci chápou jako možnost poučit se z ní	2
18.	Respondenti, kteří mají v důsledku distanční výuky zdravotní problémy	1
Celkem		2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

ZÁVĚR

Víme, že pro utváření osobnosti člověka je nutná interakce především s primární skupinou osob, mezi nimiž se jedinec pohybuje, se společností a kulturou, ve které žije. Stejně tak už ale víme, že dnes má na utváření osobnosti člověka vliv i působení internetu a jeho rozpínavost do všech koutů našich životů.

Používání internetu je v naší moderní době běžnou záležitostí a jeho užití je stále více umocňováno s rostoucím množstvím sociálních sítí, webů, e-shopů, herních portálů a jiných internetových produktů, které se na síti nacházejí. Každá činnost, kterou lze na internetu vykonávat, zasahuje v menší či větší míře do běhu našich pracovních, osobních i studijních životů.

Internet nabízí mnohé možnosti využití a vyžití, dokonce se stává řešením mnoha současných problémů, avšak je nutné si uvědomit, že ne vždy to, co se stává součástí našich životů, je zcela bezpečné a záleží pouze na nás, jak toto masové médium uchopíme a naučíme se s ním pracovat a správně jej používat. To souvisí nejen s naší bezpečností při pohybu na internetu, s heslováním, skrýváním obsahu jen pro sebe nebo přátele, ale také s bezpečností a hodnotou informací, které na internetu vyhledáváme. Pokud uživatel internetu dokáže informace hledat, správně je ověřit a použít, má proti ostatním uživatelům velký náskok.

Potvrdilo se, že lidé na internet v mnoha ohledech spoléhají více, než je zdrávo. Díky tomu nenápadně mizí základní dovednosti a znalosti, které z nás dělají bytosti chytré a samostatné. Zároveň se zdá, že našim hlavám stále více ulevujeme a zdánlivě méně důležité informace vypouštíme, protože když budeme potřebovat „najdeme je přece na internetu“. Například dnes už jen málo z nás hledá cestu na neznámé místo v mapě. Spíše použije GPS. Fotky, které bychom ještě před pár lety nechali vyvolat a vytvořili fotoalbum, nevyvoláváme, ale uchováváme je na síťovém úložišti zvaném Cloud či na Instagramu, kde vytváříme virtuální složky plné vzpomínek z životů jedinců.

Často si ani neuvědomujeme, že tak ochuzujeme sami sebe. Nejen o naučení se nových činností, dovedností, získání nových návyků a informací, ale také o zážitky a emoce, čas strávený s blízkými nad prohlížením fotoalba.

Díky všudypřítomnému wifi připojení a nutnosti používat internet skoro při všech činnostech denního dění, roste u stále více jedinců hrozba z ohrožení závislostí na internetu. Ta může značně ovlivnit vývoj člověka v mnoha aspektech. Nadměrné užívání internetu totiž může nejen ohrozit reálné vnímání života, ale může mít také fyzické a psychické dopady na zdraví jedince. Nejvíce ohroženou skupinou jsou osoby ve věku 16 – 29 let, do které z většiny spadají i naši respondenti.

Pravděpodobně díky současné situaci potřeba po kontaktu a osobních vztazích roste. To potvrdil ne jeden účastník výzkumu. Respondenti často psali o tom, že právě chybějící kontakt a distanc je přivádí do stresových situací, přináší nepříjemné pocity. Celkem 71% respondentů uvedlo osobní komunikaci jako preferovaný způsob komunikace, a tak se můžeme domnívat, že po překonání situace spojené s pandemií Covid, si začnou lidé více vážit osobních sociálních vztahů. Těch, vztahů, které jsou tvořeny reálným setkáním, osobní schůzkou, užívání si přítomnosti jeden druhého. Toto virtuální realita nemůže nahradit.

Výzkumná část byla realizována na základě dotazníkového šetření a je detailně popsána v kapitole č. 6 a 7. Dotazník byl mezi studenty šířen v lednu 2021, a to elektronicky, prostřednictvím emailové korespondence a sociálních sítí. Výzkum, jehož se zúčastnilo 2666 respondentů, přinesl zajímavé výsledky, které jsou podrobně analyzovány a zaneseny do přehledných tabulek a grafů. Výsledky výzkumu byly také doplněny o citace respondentů, které dobře dokreslily celkové vyznění výzkumu. Je třeba podotknout, že téměř všechny hypotézy, jež jsme na začátku výzkumného šetření stanovili, byly na základě dotazníkového šetření následně potvrzeny.

Několik myšlenek práce se potvrdilo, především ta, že studenti internet považují za nedílnou součást vysokoškolského studia a většina studentů si dokonce studium bez použití internetu ani nedokáže představit.

Dále z šetření vyplynulo, že si studenti možné riziko vzniku závislosti na internetu uvědomují. Dokonce se celkem 31 % dotazovaných domnívá, že už na internetu závislí jsou, avšak nepřikládají tomu velkou váhu. Tyto pocity považují za běžný jev, protože se domnívají, že dnes už je pravidelné užívání internetu běžné a bez něj by nic nefungovalo. Většina studentů považuje internet za zdroj informací užitečných ke studiu, a často na něm hledají informace ke splnění studijních povinností, např. zpracování seminární práce. Někteří studenti přiznávají, že informace získané na internetu dále neověřují, ovšem pokud ověřují, tak nejčastěji srovnáváním dalších internetových zdrojů, případně hledají na stránkách státních institucí a ministerstev.

Překvapivým zjištěním bylo, že ne všichni studenti mají zajištěný libovolný přístup k internetu, tedy se nemohou připojit dle libosti. Takových spolužáků zná celkem 273 respondentů z celkového počtu 2666 dotazovaných.

Nejoblíbenějšími a nejvíce využívanými komunikačními kanály jsou mezi studenty komunitní a chatové sociální sítě, které někteří studenti využívají i pro komunikaci s učiteli. Vysoké školy se současným trendům nevyhýbají a vytvářejí obsah směrem k veřejnosti a studentům nejčastěji na Facebooku a Instagramu, což se sociálních sítí týče. Standardně jako svůj hlavní komunikační kanál využívají webové stránky, školní weby a emailové rozesílky.

Za důležité informace, využitelné pro praxi, považujeme především informace týkající se distanční výuky. Studenti chápou distanční výuku jako nezbytnou pro zajištění alespoň nějaké výuky, avšak většina z nich by ji před prezenční výukou nikdy neupřednostnila. Jako největší problém považují studenti nutnost připojovat se k výuce z domu, koleje, práce... zkrátka jakéhokoliv místa, které není pro výuku přizpůsobeno. Tato mimoškolní prostředí jsou zpravidla rušivá, a díky tomu se mnoho studentů potýká s problémem soustředění, anebo při online výuce vykonává další činnosti.

Při hodnocení distanční výuky označkovalo nejvíce studentů výuku známkou za tři tedy jako „dobrý“, a zároveň nejvíce studentů uvedlo, že považují prezenční výuku za hodnotnější než distanční, přičemž si ale někteří z dotazovaných dokážou představit, že by se některé předměty učili pouze distančně. Obvykle respondenti jmenovali teoretické předměty, např. dějiny nebo literaturu.

Do oblastí, které mohou být v životě vysokoškolského studenta považovány za problémové, řadíme stres, prokrastinaci a multitasking. V průběhu studia se studenti setkávají s několika **zátěžovými situacemi**, které jsou pro každého jinak stresující. Studenti se vyjadřovali ke stresu z distanční výuky, nejčastěji uváděli pocity úzkosti, náladovost, strach, demotivaci, pocit distance aj. Tyto pocity spojovali se strachy z nepochopení studia, s obavami z technických výpadků, z nemožnosti konzultovat učivo ve studijních skupinách a tak dále. S **prokrastinací**, neboli chorobným odkládáním úkolů na později, se potýká 87 % respondentů. Někteří respondenti dokonce uvádějí, že prokrastinují více, než tomu bylo před pandemií. Třetím zátěžovým činitelem je **multitasking**. Ve snaze stihnout co nejrychleji maximální množství úkolů si mnoho studentů způsobí další zdržení. Mnoho vysokoškoláků vykonává při online výuce další povinnosti, například domácí práce, anebo cvičí či si hraje se svým domácím mazlíčkem. V těchto případech však dochází ke snížení výkonu studentů, protože mozek přeskakuje pozornost mezi jednotlivými činnostmi, a nakonec se to začne odrážet v únavě organismu. Multitasking se může lehce sklouznout k prokrastinaci, a ta zpětně vyvolává stresovou reakci.

Znepokojivým zjištěním bylo, že se mezi respondenty našli i jedinci, kteří zvažují odchod z vysoké školy, nebo studium právě ukončili, vzhledem k nespokojenosti s aktuální situací a nastavenou distanční výukou.

V rámci dalšího zkoumání této problematiky by mohlo být přínosné zabývat se tím, co studenty vede k tomu, že online výuku nevnímají. Zda-li je to kvůli tomu, že je učitel nevidí a neslyší, tudíž se necítí být pod kontrolou, anebo se jedná o takové studenty, kteří by výuce nevěnovali pozornost ani při prezenční

výuce? Chybí těmto studentům respekt k učiteli, pracovní morálka nebo je celková nepozornost skutečně způsobena změnou prostředí?

Přínosným tématem by mohlo být i další zkoumání stresorů. Pociťují studenti skutečně tres kvůli distanční formě studia, anebo svoji roli hraje i celková skutečnost, že s tím nemohou nic udělat?

Závěrem bychom s úctou ke všem respondentům rádi nabídli ještě jednu problematiku k dalšímu zkoumání, která z šetření vyplynula. Jedná se o celkový slovní projev uživatelů internetu, v tomto případě vysokoškolských studentů. Některé výpovědi respondentů byly zcela neadekvátní k věku a úrovni studia, ve kterém jsou zapsáni. Při zpracovávání získaných dat jsme se potýkali s vulgarismy, překlepy, neznámými zkratkami, slangy i gramatickými chybami. Tuto skutečnost přikládáme dvěma skutečnostem. Výzkum probíhal v období, kdy jsou sociální sítě přirozeně zahlceny požadavky různých studentů na vyplnění dotazníků, avšak je velmi pravděpodobné, že toto způsobila distribuce přes sociální sítě, které jsou obecně známé tím, že úroveň vyjadřování je zde neformální, heslovitá. Mohlo by tedy být zajímavé zkoumat, jestli v psaném projevu studentů hraje nějakou roli distribuce dotazníku.

Nepoužívat internet v dnešní době už asi ani není možné, věříme však, že společnost, v níž žijeme, jde postupně naproti internetové gramotnosti.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

- BALCAR, Jiří a Stanislav KNOB. *Rozvoj měkkých kompetencí na základních, středních a vysokých školách*. Ostrava: Vysoká škola báňská - Technická univerzita Ostrava, Ekonomická fakulta, 2016, 135 s. ISBN 978-80-248-3928-8.
- BURDOVÁ, Eva a Jan TRAXLER. *Bezpečně na internetu*. Praha: Středočeský kraj ve spolupráci se Vzdělávacím institutem Středočeského kraje (VISK), 2014, 44 s. ISBN 978-80-904864-9-2.
- ČAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2012, 288 s. Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4033-1.
- CUNGI, Charly. *Jak zvládat stres*. 1. vydání. Praha: Portál, 2001, 208 s. ISBN 80-7178-465-6.
- ČERNÝ, Jan. *Duševní hygiena školáka*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, n. p., 1960, 129 s.
- ČERNÝ, Michal, Dagmar CHYTKOVÁ, Pavlína MAZÁČOVÁ a Gabriela ŠIMKOVÁ. *Distanční vzdělávání pro učitele*. 1. vydání. Brno: Flow, 2015. ISBN 978-80-905480-7-7.
- EGER, Ludvík. *Komunikace vzdělávacích organizací s veřejností na internetu: Edice „Česká a slovenská andragogika“, sv. 5*. Praha: Česká andragogická společnost, 2010. Česká a slovenská andragogika. ISBN 978-80-87306-07-9.
- FRANCOVÁ, Marta. *Zahájení školní docházky*. 176 s. Praha: Grada Publishing, a. s., 2013. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4463-6
- GREGOR, Miloš a Petra VEJVODOVÁ. *Nejlepší kniha o fake news, dezinformacích a manipulacích!!!*. 1. vydání. Brno: CPress ve společnosti Albatros media, 2018. ISBN 978-80-264-1805-4.
- HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. 4. vydání. Praha: Portál, 2010, 800 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

- ILOWIECKI, Maciej a Petr ŽANTOVSKÝ. *Manipulace v médiích*. 1. vydání. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2008. ISBN 978-80-86723-50-1.
- JIROVSKÝ, Václav. *Kybernetická kriminalita: nejen o hackingu, crackingu, virech a trojských koních bez tajemství*. 1. vydání. Praha: Grada, 2007, 284 s. ISBN 978-80-247-1561-2.
- KOLEKTIV AUTORŮ. *Jak vypracovat bakalářskou a diplomovou práci*. 6., aktualiz. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2015, 80 s. ISBN 978-80-7452-106-5.
- KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. 178 s. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2003, 279 s. ISBN 80-717-8774-4.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Sestra a stres: příručka pro duševní pohodu*. 1. vydání. Praha: Grada, 2010, 119 s. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3149-0.
- LUDWIG, Petr. *Konec prokrastinace: [jak přestat odkládat a začít žít naplno]*. 1. vydání. V Brně: Jan Melvil, 2013, 271 s. Briquet. ISBN 978-80-87270-51-6,
- MCCARTHY, Linda a Denise WELDON-SIVIY, ed. *Bud' pánem svého prostoru: jak chránit sebe a své věci, když jste online*. 316 s. Praha: CZ.NIC, [2013]. ISBN 978-80-904248-6-9.
- MICHALSEN, Andreas. *Léčení silou přírody*. Brno: Kazda, 2018, 299 s. ISBN 978-80-907197-3-6.
- MIKŠÍK, Oldřich. *Člověk a svízelné situace*. 1. vydání. Praha: Naše vojsko, 1969, 371 s. Obzor (Naše vojsko)
- MUSIL, Josef. *Komunikace v informační společnosti*. 1. vydání. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2007. ISBN 978-80-86723-39-6.
- MUSIL, Josef. *Sociální a mediální komunikace*. 1. vydání. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-7452-002-0.
- MUSIL, Josef. *Úvod do sociální a masové komunikace*. Vyd. 2. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-44-0.

- NAKONEČNÝ, Milan. *Motivace chování*. 3., přeprac. vyd. V Praze: Triton, 2014. ISBN 978-80-7387-830-6
- PASSIG, Kathrin a Sascha LOBO. *Odložím to na zítra: jak si zorganizovat život bez zbytečného organizování*. 1. vydání. Praha: Portál, 2010, 192 s. ISBN 978-80-7367-666-7,
- PAVLÍČEK, Antonín. *Nová média a sociální sítě*. 181 s. Praha: Oeconomica, 2010. ISBN 978-80-245-1742-1.
- PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 1. vydání. Praha: Portál, 1995, 292 s. ISBN 80-717-8029-4.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. 6., rev. a dopl. vyd., V Grada Publishing 2. Praha: Grada, 2010. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3133-9.
- SAK, Petr a Karolína SAKOVÁ. *Mládež na křižovatce: sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. 1. vydání. Praha: Svoboda Servis, 2004. ISBN 80-863-2033-2.
- SIGMUND, Martin, Jana KVINTOVÁ a Michal ŠAFÁŘ. *Vybrané kapitoly z manažerské psychologie* [online]. Univerzita Palackého v Olomouci, 2014 [cit. 2021-02-18]. ISBN 978-80-244-4372-0. Dostupné z: <https://publi.cz/books/171/Cover.html>
- SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL, 2002, 517 s. ISBN 80-859-4780-3.
- SPITZER, Manfred. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014, 341 s. ISBN 978-80-7294-872-7.
- STAŠOVÁ, Leona, Gabriela SLANINOVÁ a Iva JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015, 212 s. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-567-7.
- STUHLÍK, Petr a Martin DVOŘÁČEK. *Reklama na Internetu*. 1. vydání. Praha: Grada, 2002, 228 s. Manažer. ISBN 80-247-0201-0.

- ŠKAŘUPOVÁ, Kateřina. Online závislosti: Příspěvek ke zmírnění paniky. *Psychiatrie pro praxi*. Olomouc: Solen, 2017, 18(2), 1. ISSN 1213-0508.
- ŠUCHA, Matúš, Jaroslava KUBÁTOVÁ a Klára BENDOVI. Workoholismus a technofilie - nemoc nebo životní styl? *Psychologie pro praxi*. Praha: Karolinum, 2011, XLVI(3-4), 10. ISSN 1803-8670.
- TŘEŠŇÁK, Petr. Zjevení prekrastinace: Psychologové zjistili, že známá pracovní neřest má svou sestřenicí. *Respekt*. 2019. Praha: R-Press, 01.04.2019, 30(14), 1 [cit. 2021-02-19]. ISSN 0862-6545.
- URBANOVSKÁ, Eva. *Škola, stres a adolescenti*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta, 2010, 159 s. ISBN 978-80-244-2561-0.
- VLADÍKOVÁ, Petra. *Život bez sociálních sítí*. Zlín, 2019. Bakalářská práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Ústav pedagogických věd. Vedoucí práce PhDr. Zuzana Hrnčířková, PhD.
- ZACHAROVÁ, Eva. *Zdravotnická psychologie: teorie a praktická cvičení*. 2., aktualizované a doplněné vydání. Praha: Grada Publishing, 2017, 264 s. Sestra (Grada). ISBN 978-80-271-0155-9.
- *Zemědělská ekonomika: Vědecký časopis*. Praha: Československá akademie zemědělských věd, 1974, 20(6), 140. ISSN 0139-570X. Ústav zemědělských a potravinářských informací.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

- ALLCOTT, Hunt, Luca BRAGHIERI, Sarah EICHMEYER a Matthew GENTZKOW. The Welfare Effects of Social Media. In: *Stanford University Website* [online]. ©Copyright Stanford University. Stanford, California 94305., November 8, 2019, s. 121 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <http://web.stanford.edu/~gentzkow/research/facebook.pdf>
- HARDEY, Mariann a Rowland ATKINSON. Disconnected: Non-Users of Information Communication Technologies. *SAGE Journals: Your gateway to world-class research journals* [online]. Copyright © 2021 by SAGE

- Publications and the British Sociological Association, 01.04.2018 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1360780418764736>
- Isaac Pitman. *New World Encyclopedia* [online]. [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: https://www.newworldencyclopedia.org/entry/Isaac_Pitman
 - John S.Hutton, MD, MS. *Cincinnati Children's Hospital Medical Center* [online]. © 1999-2021 CINCINNATI CHILDREN'S HOSPITAL MEDICAL CENTER [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://www.cincinnatichildrens.org/bio/h/john-s-hutton>
 - WAGHORN, Mark. Children who spend hours in front of a screen may suffer 'structural brain damage'. *The Mirror: The Heart of Britain* [online]. © 2021 MGN Limited, 4. listopadu 2019, 16.00 hod [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://www.mirror.co.uk/tech/children-who-spend-hours-front-20808390>
 - What is the Internet of Things? WIRED explains | *WIRED UK. WIRED UK - Future Science, Culture & Technology News and Reviews* [online]. Copyright © Cond [cit. 07.02.2021]. Dostupné z: <https://www.wired.co.uk/article/internet-of-things-what-is-explained-iot>

Seznam použitých internetových zdrojů

- 6. Komunikace na internetu: Textové shrnutí_1_12_AH. *Český statistický úřad | ČSÚ* [online]. [cit. 2021-02-14]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/90577057/06200419k06.pdf>
- ALTMAN, Lukáš. Jak se “vymazat” z internetu a zabránit sledování?: Poradíme nástroje, které s tím pomůžou. *Svět Androida* [online]. © 2010 - 2021 SvetAndroida.cz, 25.07.2019 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.svetandroida.cz/jak-se-vymazat-z-internetu-a-zabranit-sledovani-poradime-nastroje-ktere-s-tim-pomuzou/>
- BAJEROVÁ, Jarmila. Děti rizika netolismu znají, přesto u počítače tráví hodiny, zjistil výzkum Společnosti Podané ruce. *Společnost Podané ruce* [online]. © 2021 - Podané ruce, 24.4.2018 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://podaneruce.cz/vyzkum-netolismus/>

- BASCO, Louis a Martina CICHÁ. Ze zahraničních zkušeností: Rozvoj osobnosti studenta na vysoké škole - francouzský model. *Pedagogická orientace: Vědecký časopis České pedagogické společnosti* [online]. 2006, **16**(3), 12 [cit. 2021-02-17]. ISSN 1805-9511. Dostupné z: <https://journals.muni.cz/pedor/article/view/941/780>
- Co je e-learning. @Studovna.cz: *e-learningové prostředí - estudovna* [online]. [cit. 2021-02-14]. Dostupné z: <http://www.estudovna.cz/cz/co-je-e-learning.html> Co je to e-learning a jaká je jeho historie. *BOZP.CZ: Školení BOZP, školení PO* [online]. © 2021 CRDR spol. s r.o., 4. 4. 2016 [cit. 2021-02-14]. Dostupné z: <https://www.skolenibozp.cz/aktuality/co-je-to-elearning-a-jaka-je-jeho-historie/>
- ČERMÁKOVÁ, Barbora, Štěpán KLEMENT a Karel GARGULÁK. *Dopady uzavření škol kvůli pandemii koronaviru: logický model: Otevřený analytický vstup* [online]. In: EDUIN: INFORMAČNÍ CENTRUM O VZDĚLÁVÁNÍ. Praha: EDUin, o. p. s., Pražské kreativní centrum, 2020, 14.08.2020 [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: https://www.eduin.cz/wp-content/uploads/2020/08/Dopady_uzavreni_skol_pandemie_koronaviru.pdf
- ČERNÁ, Lucie. Podmínky studia na vysokých školách v České republice: Pro uchazeče na VŠ. *VysokeSkoly.cz: Soukromé a státní vysoké školy* [online]. © 1996–2021 EDUroute, 26.04.2010 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.vysokeskoly.cz/clanek/podminky-studia-na-vysokych-skolach-v-ceske-republice>
- Češi online 2020 | SPIR. *Úvodní stránka | SPIR* [online]. Copyright © 2016 SPIR z. s. p. o. Všechna práva vyhrazena. Vytvořeno v Macron Software, publikováno 30. března 2020. [cit. 07.02.2021]. Dostupné z: <https://www.netmonitor.cz/cesi-online-2020>
- DOBEŠ, Martin. Gramotnost: rozdíl mezi dneškem a zítřkem. *European Commission: EPALE | Elektronická platforma pro vzdělávání dospělých v Evropě* [online]. 28. srpna 2017 [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://epale.ec.europa.eu/cs/blog/literacy-skills-difference-between-now-and-then>

- HOLZMAN, Ondřej. Google Chrome začíná nativně blokovat obtěžující a rušivé reklamy. *Web o businessu a technologiích, který ještě nezakázali: Tyinternety.cz* [online]. 15.02.2018 [cit. 2021-02-12]. Dostupné z: <https://tyinternety.cz/fastnews/google-chrome-zacina-nativne-blokovat-obtezujici-rusive-reklamy/>
- Informační gramotnost: Co je informační gramotnost. *Sociální síť pro business - ManagementMania.com* [online]. 31.10.2016 [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/informacni-gramotnost>
- Informační společnost. *Masarykova univerzita: Fakulta informatiky Masarykovy univerzity* [online]. [cit. 2021-02-08]. Dostupné z: <https://www.fi.muni.cz/~smid/INFPOL99.htm>
- Internet věcí - IoT. *Alza.cz: Nakupujte bezpečně z pohodlí domova* [online]. © 1994 - 2021 Alza.cz [cit. 2021-02-07]. Dostupné z: <https://www.alza.cz/internet-veci-iot/18858762.htm# cud=1>
- Internetová gramotnost: Co je internetová gramotnost. *Sociální síť pro business - ManagementMania.com* [online]. 07.09.2015 [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/internetova-gramotnost>
- Internetový marketing ve zkratce. *Tvorba webových stránek, e-shopů, online marketing | eBRÁNA* [online]. © 2021, eBRÁNA [cit. 2021-02-11]. Dostupné z: <https://ebrana.cz/blog/co-je-internetovy-marketing>
- Jak je závislostní chování na internetu časté? *Adiktologická ambulance* [online]. © 2021 Klinika adiktologie, 28.11.2010 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/jak-je-zavislostni-chovani-na-internetu-caste/>
- Jak závislost na internetu vypadá? *Adiktologická ambulance* [online]. © 2021 Klinika adiktologie, 28.11.2010 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/jak-zavislost-na-internetu-vypada/>
- KOSTKA, Karel. *Techniky zvládání stresu* [online]. Olomouc: Ústav pedagogiky a sociálních studií, PdF Univerzity Palackého v Olomouci, 13 s. [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <http://www.kostka-skola.cz/archiv/soubor/KOSTKA-72798-techniky-zvladani-stresu.pdf>

- KRUTILEK, Ondřej. Počet uživatelů internetu v Česku letos prolomil hranici sedmi milionů. *iDnes.cz - s námi víte víc* [online]. © 1999–2021 MAFRA, 26. listopadu 2019, 11:07 hod [cit. 2021-02-07]. Dostupné z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/internet-uzivatele-cesko-sedm-milionu.A191126_094547_domaci_onkr
- LOJA, Radka. Jak být lepší: Pracujte se stresem. 14 tipů, jak ho ovládnout a využít ve svůj prospěch. *Forbes* [online]. © 2021 MediaRey, SE, 19.03.2018 [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <https://forbes.cz/pracujte-se-stresem-14-tipu-jak-ho-ovladnout-a-vyuzit-ve-svuj-prospech/>
- MACEK, Jakub. Kyberprostor (Cyberspace): Časopis pro kritickou reflexi médií. *Revue pro média: Časopis pro kritickou reflexi médií* [online]. Katedra mediálních studií a žurnalistky, FSS MU. Brno: Spolek přátel pro vydávání časopisu HOST, (RPM 5) [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <http://rpm.fss.muni.cz/Revue/Heslar/kyberprostor.htm>
- *Metodické doporučení pro vzdělávání distančním způsobem* [online]. Praha, 23. 9. 2020: MŠMT, 24 s. Dostupné z: [www.msmt.cz > file. Methodika_DZV__23_09_final.pdf](http://www.msmt.cz/file/Methodika_DZV__23_09_final.pdf)
- MIČKE, David. Dostali jste někdy od „kamaráda“ na Facebooku či Whatsappu zprávu ke stažení apky, co pak zpomalila vaše zařízení? Poznat falešný profil není snadné.: Jak poznat fake účet? *Bud' safe online: Zjistí, jak být na internetu v klidu a v bezpečí* [online]. 1988 - 2021 Copyright Avast Software, 10. 6. 2019 [cit. 2021-02-11]. Dostupné z: <https://www.avast.com/cz/besafeonline/blog/dejte-si-bacha-na-falesne-profily>
- NAKONEČNÝ, Milan. Osobnost (MSgS). *Sociologická encyklopedie: Sociologický ústav AV ČR* [online]. Zdeněk R. Nešpor (hlavní editor). editováno 10. listopadu 2018, 19:18 hod [cit. 2021-02-15]. Dostupné z: [https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Osobnost_\(MSgS\)](https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Osobnost_(MSgS))
- NAVRÁTIL, Pavel. Jak by vypadal náš život bez sociálních sítí? *Zprávy Globe24.cz* [online]. © 2021 INCORP a.s. © ČTK., 07.02.2019, 18:21 hod [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://globe24.cz/technika/65981-jak-by-vypadal-zivot-bez-socialnich-siti-nova-studie-vedce-prekvapila>

- NOVOSAD, Adam. V čem se liší lidé, kteří nepoužívají sociální sítě? Vědci zkoumali, co s nimi udělala internetová abstinence. *REFRESHER - Hlas moderní generace: Sociální sítě dokáží formovat náš život* [online]. © 2011-2021 REFRESHER.cz, 01.10.2018, 20:44 hod [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://refresher.cz/58706-V-cem-se-lisi-lide-kteri-nepouzivaji-socialni-site-Vedci-zkoumali-co-s-nimi-udelala-internetova-abstinence>
- ODBOR STATISTIKY, ANALÝZ A ROZVOJE EEDUCATION. *Výkonové ukazatele: F11: Souhrn VŠ*. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. © 2013 – 2021 MŠMT. Dostupné také z: https://dsia.msmt.cz/vystupy/vu_vs_f1.html
- Offline žáci v distanční výuce. *APIV | NPI ČR: Podpora společného vzdělávání v pedagogické praxi* [online]. Praha: Národní pedagogický institut České republiky, 20. října 2020 [cit. 2021-02-15]. Dostupné z: <http://www.inkluzevpraxi.cz/kategorie-reditel/2083-offline-zaci-v-distanzni-vyuce>
- PALÁN, Zdeněk. Dějiny distančního vzdělávání. *Andromedia.cz: Databanka dalšího vzdělávání* [online]. Provozovatelem databanky je Asociace institucí vzdělávání dospělých ČR, o.s. [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <http://www.andromedia.cz/andragogicky-slovník/dejiny-distančního-vzdelavani>
- Počítačová gramotnost (Computer Literacy): Co je počítačová gramotnost (Computer Literacy). *Sociální síť pro business - ManagementMania.com* [online]. 03.08.2016 [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/pocitacova-gramotnost>
- POSPÍŠIL, Radek. Vychovávaný jedinec. *Úvod do pedagogiky: Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity* [online]. Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity ve spolupráci s Fakultou informatiky Masarykovy univerzity, 2009 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: https://is.muni.cz/elportal/estud/pedf/ps09/uvod_ped/web/jedinec.html
- POVOLNÝ, David. Jak nepodlehout stresu ve zkuškovém období. *Magazín M: Zprávy z MUNI* [online]. Masarykova univerzita, 2005–2021, 29.01.2007 [cit. 2021-02-18]. ISSN 1801-0814. Dostupné z:

<https://www.em.muni.cz/student/611-jak-nepodlehnut-stresu-ve-zkouskovem-obdobi>

- Proč je prekrastinátor ve vás horší než zahaleč. *Kanceláře.cz: Pronájem a prodej kanceláří, bytů a domů* [online]. 2021 © KANCELARE.CZ [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: <https://www.kancelare.cz/novinky/proc-je-prekrastinator-ve-vas-horsi-nez-zahalec>
- Přehled vysokých škol v ČR. *MŠMT ČR* [online]. © 2013 – 2021 MŠMT [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/vysoke-skolstvi/prehled-vysokych-skol-v-cr-3>
- PUMERA, Martin. Jsme skuteční?: Aneb Identita na Internetu. *PCWorld.cz: Novinky ze světa softwaru, hardwaru a internetu* [online]. © 2020 – 2021 Internet Info DG, 1. května 1999 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.pcworld.cz/clanky/jste-skutecne-skutecni-aneb-identita-na-internetu/>
- Reklama na internetu. *CZ.NIC* [online]. © 2021 CZ.NIC, z. s. p. o., projekt v letech 2012 - 2014 [cit. 2021-02-12]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1745/reklama-na-internetu/>
- *Rizika sociálních sítí a co by děti měly vědět: Metodický materiál* [online]. I-Bezpečná škola. Národní centrum bezpečnějšího internetu ve spolupráci s Vysočina Education v rámci projektu i-Bezpečná škola. 2014, 12 s. [cit. 2021-02-11]. reg. číslo: CZ.1.07/1.3.50/01.0014. Dostupné z: <https://www.ncbi.cz/odborna-knihovna/category/6-metodiky-ucebni-materialy.html?download=85:metodika-rizika-socialnich-siti-a-co-by-mely-deti-vedet>
- SCHNEEWEISSOVÁ, Barbora. Nebezpečí na internetu. *Policie České republiky: KŘP Středočeského kraje* [online]. © 2020 Policie ČR [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/uzemni-odbor-praha-venkov-zapad-zpravodajstvi-nebezpeci-na-internetu.aspx>
- SLAVÍKOVÁ, Ivana. Pojetí osobnosti v psychologii. *E-learningová podpora mezioborové integrace výuky tématu vědomí na UP Olomouc: CZ.1.07/2.2.00/15.0334* [online]. Univerzita Palackého Olomouc, 2012, 10.07.2012 [cit. 2021-02-15]. Dostupné z: <http://pfyziolmysl.upol.cz/?p=2426>

- SLIVIAKOVÁ, Andrea. *Příště se do toho pustím dříve!: Malá příručka pro prokrastinující*. Stať vznikla s finanční podporou Grantového fondu děkana Filozofické fakulty MU pro rok 2010. © Andrea Sliviaková, 2010, 31 s. Dostupné také z: https://is.muni.cz/el/1441/podzim2015/SP4MK_S4a2/um/59331821/SLIVIAKOVA__A._Prirucka_pro_prokrastinujici__2010_.pdf
- Sociologický ústav AV ČR a FSV UK. Vysokoškolští studenti během první vlny pandemie koronaviru, tisková zpráva [online]. 7 str. Praha, 24. září 2020. [cit. 2021-02-19]. Dostupné z: https://www.soc.cas.cz/sites/default/files/soubory/tz_20200924_vysokoskolski_studenti_behem_prvni_vlny_pandemie_koronaviru.pdf
- Usnesení č. 2/1993 Sb.: Usnesení předsednictva České národní rady o vyhlášení LISTINY ZÁKLADNÍCH PRÁV A SVOBOD jako součástí ústavního pořádku České republiky. *Zákony pro lidi: Sbírka zákonů ČR v aktuálním konsolidovaném znění* [online]. © AION CS, s.r.o. 2010-2021 [cit. 2021-02-17]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1993-2>
- VAL. Dejte si půst od Facebooku, budete se cítit lépe, potvrdil univerzitní experiment. *StartupJobs* [online]. © 2012 – 2021 StartupJobs.com, 23.02.2019 [cit. 2021-02-13]. Dostupné z: <https://www.startupjobs.cz/newsroom/Dejte-si-pust-od-Facebooku-budete-se-citit-lepe-potvrdil-univerzitni-experiment>
- Veselý, A. Společnost vědění jako teoretický koncept. *Sociologický časopis / Czech Sociological Review*, 2004, vol. 40, iss. 4, p. 433-446.
- VÍTEK, Radek. Nová média a kyberkultura: Kyberkultura. *DocPlayer.cz* [online]. 2021 © DocPlayer.cz, 2017 [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://docplayer.cz/18345156-Nova-media-a-kyberkultura-tema-kyberkultura-klicova-slova-kyberkultura-kyberpunk-hacker-globalni-intelligence.html>
- ZOUNEK, Jiří. E-learning a vzdělávání: Několik pohledů na problematiku e-learningu. *Pedagogika* [online]. 2006, **LVI**, 13 [cit. 2021-02-14]. ISSN 2336-2189. Dostupné z: https://pages.pedf.cuni.cz/pedagogika/?attachment_id=1629&edmc=1629

- ZPRACOVÁNO PRO MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ (MPSV). *Digitální gramotnost: Zpráva o stavu a výuce digitální gramotnosti a komparace se zahraničím* [online]. Desk research, MEDIAN, s. r. o. květen 2017, 36 s. [cit. 2021-02-09]. Dostupné z: https://www.mpsv.cz/documents/20142/225517/Digitalni_gramotnost_-_Zprava_o_stavu_a_vyuce_digitalni_gramotnosti_a_komparace_se_zahrani cim.pdf/f633dd0f-e5df-c19f-7cfa-38291b31ceb4

SEZNAM TABULEK A GRAFŮ

Seznam tabulek

Tabulka č. 1: Srovnání stresorů žáků ZŠ a studentů VŠ.....	s 57
Tabulka č. 2: Pohnutky k prvnímu použití internetu.....	s 88
Tabulka č. 3: Čas strávený na internetu mimo studium.....	s 92
Tabulka č. 4: Aktivity, které studenti denně vykonávají mimo internet.....	s 95
Tabulka č. 5: Zdroje informací potřebné ke studiu.....	s 103
Tabulka č. 6: Ověřování internetových zdrojů	s 105
Tabulka č. 7: Čas strávený na internetu skrz studijní povinnosti.....	s 106
Tabulka č. 8: Internetové komunikační kanály, které studenti využívali před nástupem na vysokou školu	s 113
Tabulka č. 9: Internetové komunikační kanály, které studenti založili až na vysoké škole v souvislosti se studiem	s 114
Tabulka č. 10: Komunikační kanály – spolužáci.....	s 115
Tabulka č. 11: Komunikační kanály – učitelé.....	s 116
Tabulka č. 12: Komunikační kanály – škola.....	s 118
Tabulka č. 13: Komunikační kanály – preference studenta.....	s 120
Tabulka č. 14: Podíl respondentů k hypotéze H3.1.....	s 121
Tabulka č. 15: Podíl respondentů k hypotéze H3.2.....	s 122
Tabulka č. 16: Podíl respondentů k hypotéze H3.3.....	s 123
Tabulka č. 17: Distanční výuka, online výuka, e-learning.....	s 125
Tabulka č. 18: Připojování k online výuce.....	s 128

Tabulka č. 19: Rušivé elementy při online výuce.....	s 130
Tabulka č. 20: Projevy stresu v důsledku distanční výuky	s 133
Tabulka č. 21: Podíl respondentů k hypotéze H4.3.....	s 142
Tabulka č. 22: Podíl respondentů k hypotéze H4.4.....	s 142
Tabulka č. 23: Zamyšlení respondentů nad tématem	s 144

Seznam grafů

Graf č. 1: Pohlaví respondentů.....	s 82
Graf č. 2: Věková struktura respondentů.....	s 83
Graf č. 3: Nejvyšší dosažené vzdělání	s 84
Graf č. 4: Forma studia	s 85
Graf č. 5: Studijní programy.....	s 86
Graf č. 6: V kolika letech jste začali aktivně používat internet	s 87
Graf č. 7: Bezpečnost ve sdílení obecných informací.....	s 89
Graf č. 8: Bezpečnost ve sdílení soukromých informací.....	s 90
Graf č. 9: Myslíte si, že jste na internetu závislí/á	s 93
Graf č. 10: Podíl respondentů k hypotéze H1.1	s 97
Graf č. 11: Podíl respondentů k hypotéze H1.2	s 97
Graf č. 12: Připojujete se pravidelně k wifi síti ve škole	s 100
Graf č. 13: Filtruje Vaše vysoká škola obsah, který smíte na školní wifi navštívit či sledovat.....	s 101

Graf č. 14: Zanedbali jste někdy kvůli mimoškolním aktivitám na internetu své studijní povinnosti.....	s 102
Graf č. 15: Podíl respondentů k hypotéze H2.1	s 107
Graf č. 16: Podíl respondentů k hypotéze H2.2 (před pandemií)	s 108
Graf č. 17: Podíl respondentů k hypotéze H2.2 (během pandemie)	s 109
Graf č. 18: Podíl respondentů k hypotéze H2.3	s 110
Graf č. 19: Cítíte se být zasíťovaný	s 119
Graf č. 20: Jak studenti hodnotí distanční výuku	s 127
Graf č. 21: Projevuje se u Vás prokrastinace	s 137
Graf č. 22: Podíl respondentů k hypotéze H4.1	s 140
Graf č. 23: Podíl respondentů k hypotéze H4.2	s 141

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Dotazník

Příloha č. 2: Seznam vysokých škol, které podpořily výzkum

Příloha č. 3: Seznam skupin na sociálních sítích

Příloha č. 4: Rozložení fakult

Příloha č. 5: Rozložení studijních oborů

Příloha č. 1: Dotazník

OBECNÉ INFORMACE

1. Pohlaví:
 - a. Muž
 - b. Žena
2. Věk:
3. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
 - a. Střední škola zakončena maturitou
 - b. VOŠ
 - c. VŠ
4. Do jaké formy studia jste zapsáni nehledě na aktuální situaci s pandemií:
 - a. Prezenční
 - b. Kombinovaná
 - c. Distanční
5. Jmenujte fakultu, na které jste zapsáni (např. Fakulta humanitních studií):
6. Jmenujte obor, který studujete:
7. Typ studijního programu:
 - a. Bakalářský
 - b. Magisterský
 - c. Navazující magisterský
 - d. Doktorský

A) INTERNET OBEZNĚ

8. V kolika letech jste začali aktivně používat internet:
9. Co Vás vedlo k tomu, že jste **POPRVÉ** použili internet:
 - a. Škola
 - b. Práce
 - c. Kontakt s lidmi (komunikace)

- d. Vyhledávání informací
- e. Zábava
- f. Dětský tábor
- g. Rodina
- h. Vlastní odpověď:

10. Domníváte se, že je internet bezpečným prostředím pro sdílení obecných informací? Např. recenze na hotel, komentování příspěvků, sdílení hudby atd.:

- a. Ano
- b. Ne

11. Domníváte se, že je internet bezpečným prostředím pro sdílení soukromých informací? Např. vkládání rodinných fotografií, využívání internetového bankovníctví atd.:

- a. Ano
- b. Ne

12. Považujete internet za součást svého života?

- a. Ano
- b. Ne

13. Kolik času denně trávíte na internetu za JINÝM účelem, než studijním?

- a. Méně než hodinu
- b. 1h – 2h
- c. 3h – 4h
- d. Více než 4h

14. Uvědomujete si možné riziko vzniku závislosti na internetu?

- a. Ano
- b. Ne

15. Myslíte si, že jste na internetu závislý/á?

- a. Ano
- b. Ne
- c. Nevím, nepřemýšlím nad tím

16. Vyberte ze seznamu aktivitu, která Vám denně zabere více času, než čas strávený na internetu (můžete vybrat více možností):

- a. Příprava do školy bez použití internetu
- b. Sledování televize
- c. Domácí práce (úklid, vaření...)
- d. Koníčky (sport, tanec, procházky, malování...)
- e. Práce, brigáda
- f. Návštěva přátel
- g. Návštěva restaurací a kaváren
- h. Rodina (partner, péče o děti, atd)
- i. Žádná
- j. Vlastní odpověď:

17. Stává se, že Vás při prohlížení stránky vyruší reklama, kampaň či nabídka eshopu, která odvede Vaši pozornost od činnosti?

- a. Ano
- b. Ne

B) INTERNET A STUDIUM

18. Kolik znáte spolužáků, kteří nemají možnost se libovolně připojit k internetu:

- a. Žádného
- b. Jednoho
- c. Více než jednoho

19. Kolik znáte spolužáků, kteří neumí pracovat s internetem (např. neumí na něm hledat informace, neumí používat sociální sítě atd):

- a. Žádného
- b. Jednoho

c. Více než jednoho

20. Připojujete se pravidelně k wifi síti ve škole?

- a. Ano
- b. Ne
- c. Ve škole není wifi

21. Filtruje Vaše vysoká škola obsah, který smíte na školní wifi navštívit či sledovat?

(např. na školní wifi vám nefungují sociální sítě apod)

- a. Ano
- b. Ne
- c. Nevím

22. Zanedbali jste někdy kvůli mimoškolním aktivitám na internetu (hry, sociální sítě, nakupování atd.) své studijní povinnosti:

- a. Ano, často
- b. Ano, výjimečně
- c. Ne, nikdy

23. Kde jste PRIMÁRNĚ vyhledávali informace/podklady potřebné ke studiu (k vypracování seminárních prací apod.) PŘED pandemií Covid?

- a. V knihovnách
- b. Od vyučujících
- c. Od spolužáků
- d. Na internetu
- e. Online knihovny a databáze
- f. Odborné časopisy, články, magazíny
- g. Vlastní odpověď:

24. Kde PRIMÁRNĚ vyhledáváte informace/podklady potřebné ke studiu (k vypracování seminárních prací apod.) BĚHEM pandemie Covid?

- a. V knihovnách

- b. Od vyučujících
- c. Od spolužáků
- d. Na internetu
- e. Online knihovny a databáze
- f. Odborné časopisy, články, magazíny
- g. Vlastní odpověď:

25. Najdete na internetu vždy všechny informace, které ke studiu potřebujete? Např. k vypracování seminárních prací apod.

- a. Ano
- b. Ne

26. Ověřujete si důvěryhodnost internetové stránky před tím, než s ní v rámci studia dále pracujete?

- a. Ano
- b. Ne

27. Informace získané z internetového zdroje si na internetu dále ověřuji prostřednictvím:

- a. Na stránkách státních institucí (statistický úřad, ministerstva...)
- b. V dostupných online zákonech
- c. Srovnáváním informací z více internetových zdrojů
- d. Ve skupinách (na fóru, na sociálních sítích)
- e. Hledáním původu autora
- f. Konzultuji emailem s učiteli
- g. Konzultuji emailem se spolužáky
- h. Ověřuji jinde než na internetu
- i. Neověřuji

28. Použili jste někdy neověřenou informaci z internetu a následně jste na to byli upozorněni vyučujícím?

- a. Ano
- b. Ne

29. Dovedete si představit studium bez použití internetu?

- a. Ano
- b. Ne

30. Kolik hodin denně v průměru trávíte na internetu v souvislosti se všemi školními povinnostmi (sledování školního portálu, vypracovávání úkolů, komunikace se spolužáky, hledání informací):

- a. Méně než hodinu
- b. 1h – 2h
- c. 3h – 4h
- d. Více než 4h

C) KOMUNIKACE PŘES INTERNET

31. Před nástupem na vysokou školu jsem běžně ke komunikaci na internetu používal/a (můžete vybrat více možností):

- a. Email, outlook, resp. elektronická pošta
- b. Komunitní sociální síť, např. Facebook, Instagram
- c. Sociální síť na bázi chatu, např. WhatsApp, Viber
- d. Videohovorové komunikační kanály, např. Skype, MS Teams, Zoom
- e. Nepoužíval/a žádné
- f. Vlastní odpověď:

32. Po nástupu na vysokou školu mě okolnosti dovedly k založení profilu nebo schránky na některém z níže uvedených médií pro studijní účely (můžete vybrat více možností):

- a. Email, outlook, resp. elektronická pošta
- b. Komunitní sociální síť, např. Facebook, Instagram
- c. Sociální síť na bázi chatu, např. WhatsApp, Viber
- d. Videohovorové komunikační kanály, např. Skype, MS Teams, Zoom
- e. Nepoužíval/a žádné
- f. Vlastní odpověď:

33. Vyberte komunikační kanály, na kterých aktivně komunikujete se spolužáky (můžete vybrat více):

- a. Email školní
- b. Email soukromý
- c. Facebook a Messenger
- d. Instagram
- e. WhatsApp
- f. Viber
- g. MS Teams
- h. Skype
- i. Zoom
- j. Vlastní odpověď:

34. Vyberte komunikační kanály, na kterých aktivně komunikujete s vyučujícími (můžete vybrat více):

- a. Email školní
- b. Email soukromý
- c. Facebook a Messenger
- d. Instagram
- e. WhatsApp
- f. Viber
- g. MS Teams
- h. Skype
- i. Zoom
- j. Vlastní odpověď:

35. Vyberte komunikační kanály, na kterých se aktivně prezentuje a vytváří obsah Vaše škola z hlediska její prezentace a poskytnutí informací studentům:

- a. Email školní
- b. Email soukromý
- c. Facebook a Messenger
- d. Instagram
- e. WhatsApp

- f. Viber
- g. MS Teams
- h. Skype
- i. Zoom
- j. Vlastní odpověď:

36. Cítíte se být zasíťovaný? (= zapojený do života na sociální síti, člen skupin):

- a. Ano zcela
- b. Spíše ano
- c. Spíše ne
- d. Ne vůbec

37. Jaký způsob komunikace preferujete Vy? Vzhledem ke studiu.:

- a. Osobní komunikace
- b. Telefonická komunikace (sms, hovor)
- c. Emailová komunikace
- d. Messengery a chaty
- e. Sociální sítě
- f. Vlastní odpověď:

D) DISTANČNÍ VÝUKA

38. Popište, co si představujete pod pojmy: distanční výuka, online výuka, e-learning, můžete uvést na příkladech. Pokud nechcete odpovědět, napište křížek x.
(Nepovinná otázka)

39. Setkali jste se v rámci vašeho studia před pandemií s nějakou formou výuky, která nezahrnovala osobní přítomnost studenta ve škole?

- a. Ano
- b. Ne

40. Jak hodnotíte distanční výuku? Označte ji jako ve škole:

1 2 3 4 5

41. K online výuce se připojuji nejčastěji:

- a. V klidném prostředí domova nebo koleje
- b. Při práci
- c. Při domácích povinnostech
- d. Při vykonávání hobby
- e. Kombinace výše uvedených
- f. Vlastní odpověď:

42. Stává se Vám, že v průběhu online výuky nevěnujete vyučujícímu plnou pozornost?

- a. Ano, často
- b. Ano, výjimečně
- c. Ne, nikdy

43. Pokud ano, dokážete říct, proč? Co Vás rozptýlí? (pokud ne napište "ne"):

44. Stresuje Vás distanční výuka? Jak se to projevuje (rozepište):

45. Domníváte se, že je distanční výuka stejně hodnotná, jako prezenční?

- a. Ano, distanční výuka je stejně hodnotná jako prezenční
- b. Distanční výuka je hodnotnější
- c. Prezenční výuka je hodnotnější

46. Najde se předmět, který byste se raději učili distančně?

- a. Ano
- b. Ne
- c. Vlastní odpověď:

47. Najde se předmět, který byste se raději učili osobně ve škole?

- a. Ano
- b. Ne
- c. Vlastní odpověď:

48. Co Vám vyhovuje více?

- a. Distanční výuka
- b. Prezenční výuka

49. Projevuje se u Vás prokrastinace (= odkládání úkolů a povinností)?

- a. Ano, stejně jako před pandemií
- b. Ano, více než před pandemií
- c. Neprojevuje

50. Uplatňujete multitasking? (= vykonávání více věcí najednou)?

- a. Ano
- b. Ne

51. Provádíte duševní hygienu v rámci vysokoškolského studia? Duševní hygienou rozumíme dodržování režimu, dostatek spánku, přestávky, pohyb, pěstování hobby...)

- a. Ano
- b. Ne

52. Máte ve svém okolí někoho, kdo v průběhu pandemie zvažoval odchod z vysoké školy v důsledku distanční výuky?

- a. Ano
- b. Ne

53. Tato otázka je poslední a nepovinná. Pouze pokud nám chcete dát nějaký tip, nebo máte připomínku k celému tématu, napište nám.

(Nepovinná otázka)

Příloha č. 2: Seznam vysokých škol, které podpořily výzkum

č.	Název instituce	Veřejná, soukromá	Způsob zveřejnění
1.	Akademie muzických umění v Praze – Divadelní fakulta	veřejná	rozesláno na studenty
2.	1. Soukromá vysoká škola uměleckého, výtvarného zaměření v České republice - ADI.cz	soukromá	rozesláno na studenty
3.	Academia Rerum Civilium - Vysoká škola politických a společenských věd, s.r.o.	soukromá	zveřejněno pro studenty
4.	Filmová akademie Miroslava Ondříčka v Písku, o.p.s.	soukromá	rozesláno na studenty
5.	Janáčkova akademie múzických umění v Brně	veřejná	rozesláno na fakulty
6.	Ostravská univerzita - Lékařská fakulta	veřejná	rozesláno na studenty
7.	Pražská vysoká škola psychosociálních studí, s.r.o.	soukromá	rozesláno na magisterské komunitní emaily
8.	ŠKODA AUTO Vysoká škola o.p.s.	soukromá	zveřejněno pro studenty
9.	Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem	veřejná	rozesláno na studenty
10.	Vysoká škola uměleckoprůmyslová v Praze (UMPRUM)	veřejná	rozesláno na studenty
11.	Vysoká škola zdravotnická	soukromá	rozesláno na studenty

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Příloha č. 3: Seznam skupin a stránek na sociálních sítích

č.	Název	Sociální síť	Počet členů/sledujících	Způsob zveřejnění
1.	Dotazníky k vyplnění	Facebooková skupina	4 200	příspěvek ve skupině
2.	Dotazníky k diplomkám... aneb potřebuji respondenty	Facebooková skupina	2 500	příspěvek ve skupině
3.	Studenti studentům	Facebooková skupina	13 800	příspěvek ve skupině
4.	Studenti UHK	Facebooková skupina	1 500	příspěvek ve skupině
5.	VŠB-TUO FEI kombinování Bc. 2020-2023	Facebooková skupina	98	příspěvek ve skupině
6.	UTB - Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně	Facebooková skupina	5 200	příspěvek ve skupině
7.	Masaryk University	Facebooková skupina	10 200	příspěvek ve skupině
8.	Západočeská univerzita v Plzni	Facebooková stránka	9 137	příspěvek na stránce
9.	Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích	Facebooková skupina	11 800	příspěvek ve skupině
10.	IMS Magistři 2020	Facebooková skupina	74	příspěvek ve skupině
11.	VUT - Kariéra pro studenty 2020	Facebooková skupina	1 600	příspěvek ve skupině
12.	Fakulta stavební VUT v Brně (FAST)	Facebooková skupina	4900	příspěvek ve skupině

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Příloha č. 4: Rozložení fakult

č.	Název fakulty	Počet respondentů
1.	Fakulta pedagogická	530
2.	Fakulta sociálně ekonomická	274
3.	Fakulta lékařská	228
4.	Fakulta filozofická	216
5.	Fakulta přírodovědecká	207
6.	Fakulta zdravotnických studií	166
7.	Fakulta strojní	159
8.	Respondent neuvedl fakultu	139
9.	Fakulta umění a designu	91
10.	Fakulta filmová a televizní	66
11.	Fakulta humanitních studií	64
12.	Fakulta životního prostředí	58
13.	Fakulta uměleckoprůmyslová	51
14.	Fakulta strojního inženýrství	50
15.	Fakulta managementu a ekonomiky	30
16.	Fakulta biomedicínského inženýrství	29
17.	Fakulta stavební	25
18.	Fakulta ekonomická	24
19.	Fakulta multimediálních komunikací	16
20.	Ostatní (dopravní, divadelní, právnická, zemědělská...)	243
	Celkem	2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

Příloha č. 5: Rozložení studijních oborů

č.	Název oboru	Počet respondentů
1.	Obory zdravotní (všeobecná zdravotní sestra, laborant, ošetrovatelství, záchranář, fyziologie, fyzioterapie, porodní asistence, ergoterapie...)	347
2.	Obory pedagogické (učitelství, předškolní pedagogika, andragogika, speciální pedagogika...)	328
3.	Obory ekonomické (ekonomika, ekonomika cestovního ruchu, management, marketing, řízení provozu)	257
4.	Obory sociální (sociální pedagogika, sociální práce, sociální politika...)	227
5.	Obory strojírenské (strojírenství, strojní konstrukce, strojní technologie, strojírenský inženýr...)	131
6.	Obory kombinované (dvou obory)	126
7.	Obory zabývající se historií (archivnictví, spisová služba, dokumentace památek...)	104
8.	Obory umělecko - tvořivé (design, užité umění, kresba, grafický design...)	93
9.	Obory matematické, chemické, fyzikální	88
10.	Obory informatiky (informační systémy, management informatiky, informatika...)	87
11.	Obory hospodářské a právní (regionální rozvoj, veřejná správa, kurátorství ...)	76
12.	Obory sportovní (tělesná výchova a sport, kondiční specialista ...)	64
13.	Obory přírodních věd a biologie (biomateriály, biomedicína...)	63
14.	Obory psychologie (adiktologie, toxikologie...)	54
15.	Ochrana životního prostředí, revitalizace krajiny, agroekologie	49
16.	Obory lékařské (všeobecné lékařství, chirurgie...)	49
17.	Neuvedeno, nebo uvedeno chybně	46
18.	Obor geografie	36
19.	Obor fotografie (aplikovaná a reklamní fotografie...)	30
20.	Obor energetika a energetické materiály	29
21.	Obor nutriční terapeut, diagnostika ve výživě	29
22.	Obory dopravní (letecká doprava, dopravní strojírenství, systémy a technika...)	28
23.	Ostatní obory (kamera a režie, architektura, dramaturgie, jazyky, filozofie, hudba...)	325
Celkem		2666

Zdroj: autor práce, 2021(vlastní šetření)

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Petra Vladíková

Obor: Andragogika

Forma studia: Kombinovaná

Název práce: Vliv internetu na studium vysokoškoláků

Rok: 2021

Počet stran textu bez příloh: 141 stran

Celkový počet stran příloh: 14 stran

Počet titulů českých použitých zdrojů: 41

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 6

Počet internetových zdrojů: 47

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Alena Svobodová, CSc.