

Univerzita Pardubice

Filozofická fakulta

Vlivy sociálních sítí na partnerské vztahy ve 21. století

Bakalářská práce

Univerzita Pardubice
Fakulta filozofická
Akademický rok: 2019/2020

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE (projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Simona Janeková**
Osobní číslo: **H18136**
Studijní program: **B6107 Humanitní studia**
Studijní obor: **Humanitní studia**
Téma práce: **Vlivy sociálních sítí na partnerské vztahy ve 21. století**
Zadávající katedra: **Katedra věd o výchově**

Zásady pro vypracování

Bakalářská práce pojednává o vlivech sociálních sítí na partnerský život v dnešním světě technologií. Teoretická část popisuje základní terminologii týkající se virtuálního světa a partnerství. Dále se práce věnuje problematice nadměrného užívání sítí, komunikaci na internetu, emocím, sebepojetí nebo žárlivosti online. Praktická část je tvořena kvalitativním šetřením. Toto šetření je provedeno za pomoci rozhovorů. Cílem výzkumu je zjistit do jaké míry ovlivňují sítě partnerský život a jaký má vliv čas strávený na sítích na kvalitu vztahu.

Rozsah pracovní zprávy:

Rozsah grafických prací:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché. ISBN 80-247-1284-9.

PONĚŠICKÝ, Jan. *Fenomén ženství a mužství: psychologie ženy a muže, rozdíly a vztahy*. Praha: Triton, 2003. Psychologická setkávání, sv. 5. ISBN 80-7254-350-4.

ŠMAHEL, David. *Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Triton, 2003. Psychologická setkávání, sv. 6. ISBN 80-7254-360-1.

VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché. ISBN 978-80-247-1428-8.

ZIMBARDO, Philip G. a Nikita D. COULOMBE. *Odpojený muž: jak technologie připravuje muže o mužství a co s tím*. Přeložil Libuše ČÍŽKOVÁ, přeložil Kateřina KLABANOVÁ. Praha: Grada Publishing, 2017. ISBN 978-80-247-5797-1.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Lucie Hájková

Katedra věd o výchově

Datum zadání bakalářské práce:

31. března 2020

Termín odevzdání bakalářské práce:

31. března 2021

doc. Mgr. Jiří Kubeš, Ph.D.

děkan

Ing. Jaroslav Myslivec, Ph.D.

vedoucí katedry

V Pardubicích dne 30. listopadu 2019

Prohlašuji:

Práci s názvem Vlivy sociálních sítí na partnerské vztahy ve 21. století jsem vypracoval samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využil, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byl jsem seznámen s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Beru na vědomí, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů, a směrnicí Univerzity Pardubice č. 7/2019 Pravidla pro odevzdávání, zveřejňování a formální úpravu závěrečných prací, ve znění pozdějších dodatků, bude práce zveřejněna prostřednictvím Digitální knihovny Univerzity Pardubice.

V Pardubicích dne 29.05. 2021

Simona Janeková v.r.

PODĚKOVÁNÍ

V první řadě velmi děkuji vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Lucii Hájkové za kvalitní vedení, užitečné rady i poznámky a za její drahocenný čas, který se mnou strávila při konzultacích. Dále mé poděkování patří všem informantům, kteří mi věnovali svůj čas, poskytli mi své názory a sdělili pocity k danému tématu.

V neposlední řadě patří dík okruhu mých nejbližších, za trpělivost a podporu během psaní bakalářské práce.

NÁZEV

Vlivy sociálních sítí na partnerské vztahy ve 21. století

ANOTACE

Bakalářská práce pojednává o vlivech sociálních sítí na partnerský život v dnešním světě technologií. Teoretická část popisuje základní terminologii týkající se virtuálního světa a partnerství. Dále se práce věnuje problematice nadměrného užívání sítí, komunikaci na internetu, emocím, sebepojetí nebo žárlivosti online. Praktická část je tvořena kvalitativním šetřením. Toto šetření je provedeno za pomoci rozhovorů. Cílem výzkumu je zjistit do jaké míry ovlivňují sítě partnerský život a jaký má vliv čas strávený na sítích na kvalitu vztahu.

KLÍČOVÁ SLOVA

partnerské vztahy, láska, sociální sítě, Instagram, Facebook, žárlivost

TITLE

Influences of social networks on relationships in the 21st century

ANNOTATION

The bachelor thesis deals with the effects of social networks on partner life in today's world of technology. The theoretical part describes the basic terminology related to the virtual world and partnerships. Furthermore, the work deals with the issue of excessive use of networks, communication on the Internet, emotions, self-concept or jealousy online. The practical part consists of a qualitative survey. This survey is conducted through interviews. The aim of the research is to find out to what extent networks influence partner life and how the time spent on networks affects the quality of the relationship.

KEYWORDSRS

relationships, love, social networks, Instagram, Facebook, jealousy

OBSAH

ÚVOD.....	10
TEORETICKÁ ČÁST	11
1 SOCIÁLNÍ SÍTĚ	11
1.1 První sociální síť	11
1.2 Češi a síť	13
1.3 Současné sociální síť.....	13
1.3.1 Facebook.....	13
1.3.2 Instagram	16
1.4 Další funkce sociálních sítí	18
1.4.1 Blokování uživatelů	19
1.4.2 Skryté příspěvky	19
1.4.3 Falešné profily	19
1.4.4 Mazání zpráv.....	19
1.4.5 Sledování partnerů na sociálních sítích	19
1.5 Nadměrné užívání sítí	20
1.5.1 Netolismus	20
1.5.2 Syndrom FOMO	21
2 LÁSKA	23
2.1 Definice	23
3 PARTNERSKÉ VZTAHY	25
3.1 Vztah a jeho komponenty.....	25
3.1.1 Intimita.....	26
3.1.2 Vášněň	26
3.1.3 Závazek.....	26
3.2 Atraktivita	27
3.2.1 Interpersonální atraktivita na internetu	29

4	SEBEPREZENTACE	31
4.1	Sebeprezentace na sociálních sítích	31
4.2	Formy sebeprezentace	31
4.3	Selfie	33
4.4	Filtry aneb digitální masky.....	33
4.5	Hodnocení obsahu.....	34
5	KOMUNIKACE	35
5.1	Motivace ke komunikaci	35
5.2	Komunikace online	35
5.2.1	Rozdělení online komunikace a její jevy	36
5.2.2	Specifické prostředky komunikace ve virtuálním prostředí	36
5.3	Jevy ve virtuální komunikaci	37
5.3.1	Disinhibice	37
5.3.2	Kontextové modality.....	38
5.3.3	Neverbální složka komunikace.....	39
6	PROMĚNY VZTAHŮ V NOVÉM STOLETÍ.....	41
	PRAKTICKÁ ČÁST	44
7	METODOLOGIE	44
7.1	Cíl výzkumu a výzkumné otázky.....	44
7.2	Kvalitativní šetření	44
7.3	Případová studie	45
7.4	Rozhovor.....	45
7.5	Výzkumný vzorek	45
8	VÝSLEDKY KVALITATIVNÍHO ŠETŘENÍ	50
8.1	Doba strávená na sítích a důvody používání.....	50
8.2	Facebook omezen.....	57
8.3	Výlety a dovolené na Instagramu.....	59

8.4	„Polož už ten telefon“	60
8.5	Komunikace s lidmi přes sociální sítě a partnerská žárlivost	62
8.6	Další možné důvody žárlení partnera.....	66
8.7	Kontrola partnera a odcizení partnerova mobilního zařízení.....	69
8.8	Síla přidávání příspěvků s partnerem na Instagram	70
8.9	Prozření a změna pohledu na sítě.....	71
8.10	Mobil, nebo televize?	75
9	SHRNUTÍ VÝZKUMU	77
	ZÁVĚR	80
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ:	81
	PŘÍLOHY:	87
	Příloha A: Otázky k rozhovorům.....	87

ÚVOD

Sociální sítě se staly novodobým světovým trendem 21. století a zázračným způsobem si vydobily vážené místo i v našich uspěchaných životech.

Přesto, že moderní technologie jsou v naší historii velmi krátkou dobu, mnozí odborníci, vědci i spisovatelé se již otázkou vlivu sítí na lidský život i na jeho aspekty zabývají. Bylo by vhodné se těmito oblastem věnovat ve větší míře a podrobněji studovat vliv těchto médií na lidské chápání, vnímání a chování. Také je třeba si uvědomit, že na každou životní etapu ve vývoji člověka mají sítě různý vliv. Jinak bude působit používání internetu a sociálních sítí na dítě předškolního věku, adolescenta a jinak na zralého člověka. I partnerské vztahy díky těmto vymoženostem fungují podstatně jinak, než tomu bylo dříve. V současné době jsou totiž sítě prvkem, který se v nich před pár desítkami let vůbec nevyskytoval a láska se z tohoto důvodu projevovala podstatně jinak. I když milostná láska stojí od nepaměti na porozumění, toleranci, důvěře a respektování individuálních potřeb druhého, dnes do každého mileneckého příběhu vstupují právě sítě, které mění a nastavují pravidla.

Jaké ale mohou mít sociální sítě vliv na zmíněné partnerství a projevování lásky dvou jedinců? Jak se ovlivňují tyto dva, zcela odlišné, ale pro mnohé nepostradatelné prvky života-láska a sociální sítě?

Přesto, že práce je zaměřena pouze na dospělé jedince, není potřeba se obávat nedostatečných teoretických základů nebo malého množství souvisejících jevů s tématem.

Teoretická část vymezuje pojmy spojené se sociálními sítěmi, jejich funkcemi a dále popisuje lásku a partnerství. V mnohých kapitolách se tato dvě odlišná, přesto k sobě patřící, témata setkávají a dotváří obraz o tom, jak působí využívání sítí v běžném životě na jedince, jak na partnerství a jaké výhody a nevýhody přináší.

Praktická část slouží k objasnění výzkumných otázek, které si kladou za cíl zjistit, jaký vliv mají sociální sítě na partnerské soužití. Výzkumné šetření bylo provedeno za pomoci případové studie, kterou využívá kvalitativní výzkum. Prostředkem pro získání potřebných informací byly rozhovory. Zvolení této metody bylo záměrné. Šlo o zjištění konkrétních, nápadných, potažmo originálních případů, které mohou mít pro výzkum této oblasti nepostradatelný význam. Informanti byli dospělí lidé, užívající sociální sítě Facebook a Instagram v běžném životě. Zároveň se jednalo o jedince, kteří jsou v partnerském vztahu, soužití či manželství různě dlouhou dobu.

TEORETICKÁ ČÁST

1 SOCIÁLNÍ SÍŤ

Oblast sociologie definuje sociální síť jako „*propojenou skupinu lidí, kteří se navzájem ovlivňují, přičemž mohou (ale nemusí) být příbuzní.*“ Sociální síť je dále tvořena, pokud mají jedinci společné koníčky, nebo na základě jiných pragmatických důvodů, jako jsou stejné kulturní či politické zájmy.¹

Pojem sociální síť byl však používán mnohem dříve v jiném spojení. Objevuje se dokonce dříve než internet sám. V roce 1954 jej používá sociolog J. A. Barnes, jako popis sociálních struktur, které jsou propojeny na základě sblížení, společných zájmů nebo politické preference či náboženského vyznání. V takové síti dochází k obohacování nejen jedince, ale celé skupiny. Skupinová příslušnost doprovází člověka po celý život a má vliv na jeho myšlenky, citění a chování, celkově na jeho socializaci.²

Sociální síť ale s technologickým pokrokem nabývá nového významu-vznikají sociální sítě internetové. Slouží k udržování a propojování kontaktů, známých či přátel. Díky nim je možné být v kontaktu s lidmi, kteří nejsou v danou chvíli v naší přítomnosti. Také se mezi sociální sítě dají zařadit systémy, ve kterých není vytváření nových přátelství prioritou. Fungují tak, že si každý z uživatelů vydefinuje svůj profil, své charakteristiky a vlastnosti, které je pak možné dohledat jinými uživateli. Lidé se tak vzájemně vyhledávají a tvoří své vlastní komunity přátel. Mezi další vlastnosti sítí patří zveřejňování informací, sdílení fotografií a tvoření deníků.³

Sociální sítě se staly pro mnohé součástí každodenního života. Umožňují shromažďování, komunikaci a vzájemnou spolupráci mezi jednotlivci i komunitami.

1.1 První sociální síť

Roku 1995 vznikla první opravdová sociální síť s názvem Classmates. Založil ji Randy Conrads. Měla sloužit pro hledání a komunikaci s bývalými spolužáky a také členy pracovních týmů.⁴ Obdobný internetový komunitní server fungoval i v České republice. Spolužáci.cz od roku 1999 sdružovali bývalé, tehdy i současné, spolužáky z celé republiky. Kvůli nízké

¹ PAVLÍČEK, Antonín a Fakulta informatiky a statistiky. *Nová média a sociální sítě*. Praha: Oeconomica, 2010. s. 125. ISBN 978-80-245-1742-1. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:2cd8e9c6-cafc-458e-9521-3b9810c63de9>

² Tamtéž, str. 126-127.

³ Tamtéž, str. 127.

⁴ Classmates.com. *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2021 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: <https://en.wikipedia.org/wiki/Classmates.com>

návštěvnosti a Obecnému nařízení o ochraně osobních údajů byla české verze v roce 2018 ukončena.⁵

Další sociální síť byla Sixdegrees.com, která spatřila světlo světa v roce 1997.⁶ Byla to první síť, kde registrované osoby mohly vytvářet svůj obsah. Síť byla založena na myšlence Frigyse Karinthyma o šesti stupních odloučení, kdy každé dvě osoby mohou být propojeny řetězcem maximálně šesti navzájem známých kontaktů.⁷ Uživatelé zde mohli posílat zprávy a zveřejňovat příspěvky na virtuálních nástěnkách druhých.⁸

V roce 2003 byla spuštěna síť Myspace. Popularitu si získala především díky celebritám a kapelám, které si zde vytvářely své profily a spojovaly se se svými fanoušky. O rok později, v roce 2004, dochází ke spuštění sítě Facebook. V roce 2006 se dostává také do popředí Twitter.⁹

Je třeba také zmínit některé ryze české sociální sítě, které si získaly u svých uživatelů oblibu. Jednou z prvních byl Xchat.cz, který byl původně zamýšlen jako seznamka. Později se stal spíše zdrojem zábavy a komunikace mezi lidmi bez záměru navazovat romantické vztahy.¹⁰ Další sociální sítě jako Lidé.cz a Spolužáci.cz byly pod správou webu Seznam.cz. Lidé.cz sloužila do roku 2020 jako seznamka a komunikační platforma. Vznikla v roce 1997 původně jako emailový seznam, ale v roce 2014 začala být oficiálně pokládána za seznamku.¹¹

⁵ KASÍK, Pavel. Končí Spolužáci.cz. V době sociálních sítí a GDPR služba nemohla přežít. *IDnes.cz* [online]. 2018, 4. dubna 2018 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.idnes.cz/technet/internet/sluzba-spoluzaci-cz-konci-2018.A180404_125301_sw_internet_pka

⁶ BOYD, danah m. a Nicole B. ELLISON, Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship, *Journal of Computer: Mediated Communication* [online]. 2007, 13(1), 210-230 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

⁷ Šest stupňů odloučení. *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2021 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%A0est_stup%C5%88%C5%AF_odlou%C4%8Den%C3%AD

⁸ Classmates.com. *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2021 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: <https://en.wikipedia.org/wiki/Classmates.com>

⁹ PAVLÍČEK, Antonín a Fakulta informatiky a statistiky. Nová média a sociální sítě. Praha: Oeconomica, 2010. s. 134. ISBN 978-80-245-1742-1. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:8cd84634-e3d1-424b-b8d0-c7efc2f1d924s>

¹⁰ CENDRA, Zdeněk. Pavel Francírek: Za Xchat.cz po nás chtělo NetCentrum 13 miliónů. *30minut.cz* [online]. 2008, 23.12.2008 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <http://www.30minut.cz/pavel-francirek-za-xchatcz-po-po-nas-chtelo-netcentrum-13-milionu/>

¹¹ KAPUCIÁLNOVÁ, Aneta. Seznam.cz zavře v polovině prosince svou službu Lidé.cz. *Blog.seznam.cz* [online]. 2021, 18. 11. 2020 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://blog.seznam.cz/2020/11/seznam-cz-zavre-v-polovine-prosince-svou-sluzbu-lide-cz/>

1.2 Češi a sítě

V České republice byly první údaje o používání sociálních sítí, podle Českého statistického úřadu, pořízeny v roce 2009. Tehdy se sociálního online života účastnilo 5 % populace. Nejnovější data z roku 2019 ukazují, že sociální sítě, jako Facebook a Instagram, užívá více než 4,7 milionů osob starších šestnácti let. Nejvíce uživatelů je mezi mladými, kteří spadají do věkové kategorie 16-24 let. Těch používá alespoň jednu síť 96 % z nich. Přestože starší generace navštěvují sítě v menší míře i tak je jejich účast vysoká. Ve skupině 45-54 let je jich 56 %.¹² Ať už si to připouštíme nebo ne, sociální sítě tvoří nedílnou součást životů nejen mladších generací. Přestože první sítě vznikaly na konci minulého století, je zřejmé, že zaostávají svými funkcemi za těmi nynějšími.

1.3 Současné sociální sítě

Následující odstavce popisují vybrané sociální sítě, které jsou v současné době pro online komunikaci a sebe prezentaci na českém území nejčastěji využívané. Dokládají to nejen zmíněné statistiky, ale také odpovědi respondentů. Proto jsou popsány právě sítě Facebook a Instagram.

1.3.1 Facebook

Facebook je používán již od roku 2003, kdy sloužil zprvu pouze studujícím na University of Harvard. Tehdy ještě pod doménou *thefacebook* měl usnadnit komunikaci a seznamování příslušníků univerzitní obce. Časem se tato, tehdy novodobá síť, začala rozmáhat nejen na dalších univerzitách, ale také mezi přáteli a rodinnými příslušníky studentů. Prakticky dodnes staví na komunikaci mezi okruhem přátel, na vztazích blízkých i na těch plytkých.¹³

O jeho globální velikosti nelze pochybovat. Je nejpoužívanější sítí ve většině světových regionech s výjimkou Ruska a ruskymluvivých zemí, kde převládá síť *VKONTAKTE*. Tuto skutečnost ovlivňuje zásadně rozdílnost jazyku. Sociální síť Facebook má nejrozšířenější uživatelskou základnu také v České republice, již od roku 2008.¹⁴

¹² Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci - 2019: Sociální sítě. Český statistický úřad [online]. 2019, 26.11.2019 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/90577057/06200419k07.pdf/342e9572-24ee-4661-88b6-c86e63dbb7f4?version=1.1>

¹³ POSPÍŠILOVÁ, Marie. *Facebooková (ne)závislost: identita, interakce a uživatelská kariéra na Facebooku*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. s. 11. ISBN 978-80-246-3306-0.

¹⁴ vincos.it. World Map of Social Networks. *Vincos.it: World map of social networks* [online]. 2020, 2008-2020 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://vincos.it/world-map-of-social--networks/>

Přesto, že Facebook si za svou existenci vybudoval jméno nejvýznamnější sociální sítě, jeho popularita nyní začíná klesat. Do popředí, především u mladších generací, se dostávají další média, jako Instagram, Twitter či Snapchat. Jak ukazují statistiky, v roce 2019 se na českém území Facebook stal zajímavým především pro kategorii uživatelů ve věku 35 až 44 let.¹⁵

Funkce Facebooku

Způsobů vyjádření sebe sama v tomto rozhraní je hned několik. Prvním z nich je vlastní tvorba příspěvků na své hlavní stránce. Forma příspěvku je volitelná. Vyskakovací okno pro přidání textu nabízí uživateli několik možností, jakými lze příspěvek obohatit. Možné je změnit pozadí příspěvku, přidat fotky a videa, přidat odkaz na externí webovou stránku, označit své přátele nebo svou polohu, ale i vyjádřit své pocity či aktivity pomocí přednastaveného seznamu. Pocitů i aktivit je zde opravdu mnoho. Nalezneme zde celou škálu pocitů od zamilování po žal či smutek. Všechny tyto přednastavené možnosti mají své vlastní emotikony. Ke komunikaci sloužilo dříve okénko Chatu. To bylo později nahrazeno rozhraním s názvem Messenger. Tato funkce má na mobilních zařízeních vlastní oddělenou aplikaci, ve které probíhá veškerá komunikace mezi uživateli.

Můj příběh

Další možností pro přidávání obsahu uživatelem je funkce s názvem Můj příběh. Tento způsob sdílení je velice omezený. Fotky, popřípadě videa, jsou ve formátu na výšku a jsou primárně určeny pro vytváření tohoto druhu příspěvku na mobilním zařízení. Příspěvky tohoto typu mají omezenou trvanlivost 24 hodin. Po uplynutí této lhůty příspěvek mizí a žádný z ostatních uživatelů již nemá možnost si tento příběh zobrazit. Tato funkce je primárně určena ke sdílení aktuálních momentů ze života uživatele.

Živý přenos

Nejrychlejším vyjádřením je funkce živého vysílání. Uživatel jednoduše vybere možnost živého vysílání v záložce *Watch* a po nastavení celého přenosu začne okamžitě vysílat své vlastní živé vysílání. Přátelům tohoto uživatele přijde upozornění s výzvou o připojení a sledování přenosu. Vysílající má možnost dostávat okamžitou zpětnou vazbu od sledujících pomocí živého komentování ostatních uživatelů.

¹⁵ ZEMANOVÁ, Milada. Důležité statistiky sociálních sítí pro rok 2019. *Focus-age.cz* [online]. Praha: PR a digitální agentura Focus Agency, 2021, 2019 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.focus-age.cz/m-journal/aktuality/dulezite-statistiky-socialnich-siti-pro-rok-2019_s288x14670.html

Možnosti spojení

Přátele

Pro spojení s ostatními lidmi lze využít hned několik funkcí. První z nich je možnost si přidávat ostatní uživatele do svého seznamu přátel. Tato akce umožní vidět příspěvky druhého uživatele, jednodušeji ho kontaktovat zprávou, či dostávat upozornění na jeho aktivitu. Jednou z výhod této sociální sítě je připomínání narozenin přátel. Uživatel tím pádem nemusí řešit kdy má kdo narozeniny, ale vše si může přehledně zobrazit v seznamu. Pokud ovšem datum narození jeho přátelé mají veřejně přístupné.

Skupiny

Druhou je možnost vytvářet skupiny ze svých přátel. Ti mohou poté přidávat své přátele a tím rozšířit komunitu dané skupiny. Na této platformě je nepřehledné množství nejrůznějších, již existujících, skupin-skupiny fanoušků kapel, milovníků psů, poradny, bazary, či skupiny ze zaměstnání a škol. Skupiny mají své vlastní nastavení zabezpečení. Mohou být volně vyhledatelné, soukromé či skryté. Do některé skupiny je uživatel schopen se připojit bez jakékoliv kontroly a do jiné už musí být pozván nebo zodpovědět kontrolní otázku.

Stránky

Další možností uživatele, jak vytvářet komunity, jsou stránky. Stránky jsou, obecně řečeno, neuzivatelský profil spravovaný alespoň jedním uživatelem. V dnešní době převládají stránky vytvářené marketingovými týmy společností a firem.

Události

Události může vytvářet jak uživatel, tak i stránka. Jedná se o formu kalendářního upozornění za předpokladu, že uživatel reagoval na událost buď tlačítkem „zajímá mě to“, nebo „zúčastním se“. Události mohou být jak reálné, tak virtuální. Pořadatelé mohou lákat účastníky na své koncerty, filmová představení, výstavy, ale i online prezentace a výukové semináře.

Místnosti online

Nově přidanou funkcí jsou online místnosti. Uživatel vytvoří místnost v jeho zvoleném čase, nastaví jméno místnosti a pozve své přátele. V těchto místnostech mohou uživatelé komunikovat přes videohovor a spojit se tak na dálku. Počet účastníků a doba trvání místnosti není omezena.

Marketplace

Další přidanou funkcí je záložka Marketplace. Zde může uživatel inzerovat nejen své vlastní zboží, ale také nakupovat od ostatních uživatelů.

Facebook Dating

Aby aplikace byly aktuální a pro uživatele zajímavé, musí se stále rozvíjet a tvůrci musí přinášet nové aktualizace. V roce 2020 Facebook spouští novou funkci, kterou je *Facebook Dating* (*Facebook randění*). Kate Orseth, produktová manažerka aplikace, uvádí, že umožňují uživatelům najít touto cestou smysluplné vztahy na základě společných zájmů, skupin či událostí jednotlivců. Seznamka má nabízet jakousi autentičtější formu prezentace a usnadňovat utváření vašeho skutečného já.¹⁶ Do jaké formy tyto prezentované profily budou reálné a skutečné, záleží na každém jednotlivci. Facebook Dating se tak stává první výraznou seznamkou nacházející se na již stálé platformě. Zatím není jisté, co přinese takové spojení sociální sítě a zároveň seznamky.

1.3.2 Instagram

Jednou z nejvíce používaných sítí je Instagram, volně dostupná sociální síť, která staví na přidávání fotografií a následné interakci mezi uživateli. Přesněji je to bezplatná aplikace, sloužící ke sdílení fotografií a videí, jak uvádí sami tvůrci. Tato zveřejněná média potom mohou okruhy sledujících prohlížet, komentovat a označovat tlačítkem ve tvaru srdce, které představuje „to se mi líbí“. Oficiálně je Instagram určen pro uživatele starší třinácti let. Stačí se tedy jen zaregistrovat emailovou adresou a nastavit si jakékoliv dostupné uživatelské jméno, které se dá v průběhu času volně měnit.¹⁷ Od roku 2010 ji mohou uživatelé ovládat ze svých mobilních zařízení, chytrých telefonů. Ovšem od roku 2013 je možné se přihlásit k Instagramu i z webového prohlížeče, kde ale není dostupná možnost nahrávání nových příspěvků. Instagram s masivním růstem a novými vylepšeními přitahuje stále další uživatele. Ať už se jedná o aktualizace v rámci nových možností úpravy fotek, přidávání hudby k fotografiím, sdílení polohy a podobně. Statistiky dokazují, že Instagram láká stále nové mladé uživatele.

¹⁶ ORSETH, Kate. Facebook Dating Expands to Europe. *Facebook* [online]. 2020, October 21, 2020 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://about.fb.com/news/2020/10/facebook-dating-expands-to-europe/>

¹⁷ Co je to Instagram? *Facebook: Instagram* [online]. © 2021 INSTAGRAM, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: https://www.facebook.com/help/instagram/424737657584573?helpref=hc_fnav

V roce 2019 se stal nejzábavnější sítí pro věkovou kategorii 16 až 24 let a nejméně zajímavou pro uživatele ve věku 35 až 44 let.¹⁸

Funkce Instagramu

Na Instagramu je možné mít svůj profil soukromý či veřejný. Soukromý, jak název vypovídá, slouží ke sdílení obsahu pouze pro uživatele, které si sami zvolíte, aby jej viděli. Veřejný profil potom může vidět kdokoliv. V aplikaci je také možnost posílání zpráv mezi uživateli přes Instagram Direct. Je možné si přes něj zasílat nejen textové či multimediální zprávy, ale také obsah jiných uživatelů Instagramu.

Aplikaci lze také spojit s dalšími aplikacemi na úpravu fotografií a videí. Layout nabízí předpřipravené rozvržení koláží z fotografií, Boomerang umožňuje tvorbu krátkého, stále se opakujícího, videa a pomocí Hyperlapse se jednoduše vytváří časoběrná videa. Všechny tyto aplikace nabízí přímé sdílení na síť Instagram včetně funkcí, které má Instagram sám. Některé jsou již obsaženy v základních funkcích Instagramu.

Instastory

Jednou z průlomových funkcí byla *Instastory*, kterou je možné používat od roku 2016. Jedná se o dočasné příspěvky, které po 24 hodinách zmizí.¹⁹ Je možné do nich vkládat nejen fotografie a videa z mobilního zařízení, ale také k nim lze přidat polohu, GIF či emotikony, ankety, otázky, hudbu a označovat jiné uživatele. Efekty na úpravu vzhledu samozřejmě nejsou výjimkou. Na tuto formu příspěvků lze reagovat soukromou zprávou. Tato funkce se stala pro mnohé důležitou kvůli tomu, že zde mohou dokumentovat svůj běžný život. S touto funkcí přichází i změna v přístupu ke sdílení. Zatímco dříve šlo o publikování té nejlepší fotografie na profil, nyní se vás touto funkcí snaží aplikace přinutit k zachycení životních okamžiků, malých radostí, za přítomnosti publika. Také o častější sdílení a navštěvování aplikace. Znepokojivé je, že se tato činnost, sdílení detailů z osobního života, stala běžným vzorem chování. Jeden ze zakladatelů, Kevin Systrom, v rozhovoru pro *techcrunch.com* uvádí, že toto je negativní pohled na věc, že existuje množství pozitivního užívání této funkce. "*Chtěli bychom říct, že díky*

¹⁸ ZEMANOVÁ, Milada. Důležité statistiky sociálních sítí pro rok 2019. *Focus-age* [online]. 2019, 21.11.2019 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.focus-age.cz/m-journal/aktuality/dulezite-statistiky-socialnich-siti-pro-rok-2019_s288x14670.html

¹⁹ CONSTINE, Josh. Instagram launches "Stories," a Snapchatty feature for imperfect sharing. *Techcrunch.com* [online]. 2016, August 2, 2016 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://techcrunch.com/2016/08/02/instagram-stories/?guccounter=1>

Instagramu se svět cítí současně velký, v tom smyslu, že se můžete spojit s kýmkoli, a velmi malý v tom smyslu, že jste právě s nimi přímo tam."²⁰

Video

Další možností používání Instagramu je například IGTV, kde jsou publikována videa delší než jedna minuta. Je možné nahrát až šedesáti minutové video ve formátu MP4. Oproti tomu stojí Reels, nový způsob tvorby a prohlížení krátkých videí dlouhých maximálně patnáct sekund. Sami tvůrci uvádí, že slouží k vytváření a sdílení zábavných či zajímavých videí a umožňují oslovit nové publikum v globálním měřítku.²¹

Obchod

Záložka Obchod nabízí rozšířené možnosti nakupování, umožňuje prodejčům prezentaci a prodej zboží. Je možné procházet obchody a značky, které dotyčný sleduje a může si nastavit zobrazení nejrelevantnějších položek, u nichž lze zobrazit popis, jejich cenu i prodejce. Obchod nabízí možnost ukládat potenciální zboží do soukromého seznamu přání. V případě zájmu o nákup vybraného produktu je možné přejít na stránky prodejce a nakupovat.²²

Following

Instagram nabízel sekci Following (Sledování), ve které bylo možné v reálném čase sledovat, co se líbí a na co reagují uživatelé, které sledujete. Sloužila hlavně k objevování nových příspěvků a lidí. Někteří ji však využívali ke stalkingu svých blízkých, ke sledování. Tato funkce byla během roku 2019 odstraněna, jako příliš kontroverzní.²³

1.4 Další funkce sociálních sítí

S příchodem sociálních sítí a jejich postupným rozvojem přichází řada funkcí, které jsou v reálném světě nemožné. Funkce, které mají ve své podstatě neutrální charakter, začali lidé využívat špatným způsobem. Stává se z nich, v mnohých případech, negativní nástroj, sloužící

²⁰ CONSTINE, Josh. Instagram CEO on Stories: Snapchat deserves all the credit. *Techcrunch.com* [online]. 2016, August 2, 2016 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://techcrunch.com/2016/08/02/silicon-copy/?_ga=2.22324795.106029536.1604221788-1444854934.1604221788

²¹ Introducing Instagram Reels. *Instagram: About Instagram* [online]. © 2021 INSTAGRAM, 2021, AUG 5, 2020 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://about.instagram.com/blog/announcements/introducing-instagram-reels-announcement>

²² Jak fungují obchody na Instagramu? *Instagram* [online]. © 2021 INSTAGRAM, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://help.instagram.com/240116693975803>

²³ SWINGLE, Joshua. Instagram's removing one of its most controversial features. *PhoneArena.com* [online]. New York: PhoneArena.com., 2021, OCT 07, 2019 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: https://www.phonearena.com/news/Instagram-removes-ability-see-peoples-comments-likes-follows_id119488

k podvodům i nevěře. Některé z nich jsou zde zmíněné právě proto, že jsou často používány v partnerských vztazích.

1.4.1 Blokování uživatelů

Tato funkce slouží k úplnému skrytí druhého uživatele. Příspěvky a zprávy od něj, tedy celková snaha o interakci s vámi, je pro něj zakázána zablokováním.

Instagram tuto funkci definuje tak, že pokud někoho zablokujete, nemůže:

- Zobrazit příspěvky z vašeho profilu.
- Označit vás v příspěvcích, komentářích a na fotkách.
- Pozvat vás na událost a do skupiny.
- Začít s vámi konverzaci.
- Přidat vás mezi přátele.²⁴

1.4.2 Skryté příspěvky

Funkce, která se může jevit jako problematická, je například skrývání a omezování viditelnosti příspěvků, které uživatel přidává. Tuto možnost nastavení nalézáme napříč sociálními sítěmi běžně. Uživatel může jednomu okruhu přátel ukazovat příspěvky a ostatním ne. Nemusí se jednat jen o určitý okruh, ale pouze o jednotlivce. Tak dokážou uživatelé skrýt příspěvek před svými rodiči i před svým partnerem.

1.4.3 Falešné profily

Někteří lidé si vytvoří na sociální síti falešný profil, kde se vydávají za někoho jiného či za fiktivní postavu. Z tohoto profilu mohou sledovat například svoje bývalé partnery, partnerky nebo jim psát anonymní zprávy.

1.4.4 Mazání zpráv

Co se týká samotné komunikace přes sociální síť, nabízí většina z nich možnosti mazání jednotlivých zpráv, které již byly poslány, a dokonce i přes to, že na ně v minulosti již bylo odpovězeno.

1.4.5 Sledování partnerů na sociálních sítích

Se zmíněnými funkcemi, jež přináší sociální síť, je provázán, v závislosti na partnerské vztahy, jeden zásadní jev. Totiž online sledování partnerů. Je to nejnadanější možnost, jak se dostat

²⁴ Odebrání uživatele z přátel nebo zablokování. *Facebook* [online]. Facebook ©, 2021 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.facebook.com/help/1000976436606344?helpref=hc_global_nav

k soukromým informacím. Ať už se jedná o sledování činnosti partnera na sítích přes vlastní profil-co sleduje, či příspěvky se mu líbí a kdo obdivuje jeho příspěvky, nebo odcizením mobilního telefonu partnera-přístup k soukromým zprávám.

Robert S. Tokunaga²⁵ uvádí, že lidé stále častěji používají sociální sítě právě k monitorování druhých. Zjištění dokazují, že dohled je ovlivněn věkem, časem stráveným na profilech partnera a internetovou efektivitou. Dohled je pro mnohé výhodou, jelikož se jedná o zcela anonymní akt. Beukeboom²⁶ zjistil, že sledování partnera prostřednictvím Facebooku je „téměř“ společensky přijatelný způsob kontroly partnera.

1.5 Nadměrné užívání sítí

Přesto, že závislost na sociálních sítích není hlavní náplní této práce, v souvislosti se sociálními sítěmi a jejich užíváním, je potřebné upozornit na skutečnost, že jsou považovány za formu nelátkové drogy. Pro spoustu lidí je v dnešní době těžké si představit den bez návštěvy svojí oblíbené sítě. Jsou využívány nejen ke komunikaci, ale také zde uživatelé zahání nudu a utíkají od reality. Pro některé se bohužel stala tato rutina pastí, ze které není úniku.

1.5.1 Netolismus

Mezi nelátkové závislosti se řadí netolismus, tedy závislost na takzvaných virtuálních drogách. Ministerstvo zdravotnictví České republiky²⁷ popisuje netolismus, jako chorobnou závislost na internetu a dalších jeho službách. Obdobně, jako tomu je u jiných závislostí, nutkavé až patologické chování obtěžuje člověka a narušuje jeho fungování v běžném životě. Může mít mnoho podob: závislost na virtuální sexualitě, závislost na virtuálních vztazích, internetová kompulze, závislost na zařízení (mobilním telefonu) a také nadměrné vyhledávání informací.

²⁵ TOKUNAGA, Robert S. Social networking site or social surveillance site? Understanding the use of interpersonal electronic surveillance in romantic relationships. *Computers in Human Behavior* [online]. 2011, March 2011, 27(2), 705-713 [cit. 2021-01-01]. ISSN 07475632. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/223527465_Social_Networking_Site_or_Social_Surveillance_Site_Understanding_the_Use_of_Interpersonal_Electronic_Surveillance_in_Romantic_Relationships/citations

²⁶ UTZ, Sonja a Camiel J. BEUKEBOOM. The Role of Social Network Sites in Romantic Relationships: Effects on Jealousy and Relationship Happiness. *Journal of Computer-Mediated Communication* [online]. © 2011 International Communication Association, July 2011, 05 July 2011, 16(4), 511-527 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: doi:<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2011.01552.x>

²⁷ Netolismus: závislost na tzv. virtuálních drogách. *Národní zdravotnický informační portál* [online]. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR a Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/259-netolismus>

Definice Světové zdravotní organizace o závislosti na návykových látkách, přesněji syndromu závislosti, uvádí, že by se měla definitivní diagnóza stanovit na základě výskytu alespoň tří a více níže zmíněných jevů během jednoho roku:

- a) *silná touha nebo pocit puzení užívat látku,*
- b) *potíže se sebekontrolou při užívání, pokud jde o začátek i ukončení nebo o množství látky,*
- c) *tělesný odvykací stav: užívání příbuzných, či jiných látek, aby bylo docíleno zbavení se abstinčních příznaků,*
- d) *průkazná tolerance, tedy potřeba zvyšování množství látek, k dosažení účinků původně vyvolaných nižším množstvím,*
- e) *vzrůstající zanedbávání jiných potěšení a aktivit v zájmu užívání psychoaktivní látky a zvýšené množství času pro potřebu získat nebo užívat látky,*
- f) *pokračování v užívání i přes očividné důkazy škodlivých následků.²⁸*

Autoři spojují závislost na sociálních sítích především s jevem přílišného trávení času na nich, kdy toto chování ovlivňuje běžný život, jako tomu je u drog látkových (Kuss, Griffiths). Youngová dodává, že tato nadbytečná konzumace má nepříznivý vliv na spánkový režim, denní rutinu, pracovní nasazení i sociální život. Psychologičtí teoretikové a také média se věnují této problematice. Tak můžeme najít množství termínů, které popisují specifické druhy závislosti. Můžeme se v literatuře již setkat s konkrétními termíny, jako *facebooková závislost (Facebook addiction disorder, FED)* či *Závislost na sociálních sítích (Social networking sites addiction disorder, SNSAD)*. Mezi konkrétní znaky závislého patří např. důležitost, kterou má pro konzumenta droga, změny nálad, které jsou spojené s užíváním, abstinční příznaky a recidiva.²⁹

1.5.2 Syndrom FOMO

Dalším, hojně vyskytujícím se termínem, je *syndrom FOMO*. Pochází z anglického Fear Of Missing Out, strach z toho, že nám něco unikne.³⁰ V souvislosti se sociálními sítěmi se může jednat o zajímavé události, o nové příspěvky toho, co jiní lidé dělají a přidávají na své sociální

²⁸ NEŠPOR, Karel. Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby. Praha: Portál, 2011. s. 10. ISBN 978-80-7367-908-8. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:f2efed80-e21c-11e5-afd2-5ef3fc9ae867>

²⁹ POSPÍŠILOVÁ, Marie. *Facebooková (ne)závislost: identita, interakce a uživatelská kariéra na Facebooku*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. str. 52. ISBN 978-80-246-3306-0.

³⁰ FOMO. *Dictionary.cambridge.org* [online]. © Cambridge University Press [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/fomo?q=FOMO>

sítě. Mezi příznaky patří nervozita, netrpělivost, zhoršení nálady, úzkostné stavy, či zvýšení tepu při nepoužívání a nekontrolování mobilního zařízení. Projevuje se pocitem toho, že nám vše utíká, když nejsme na internetu a postrádáme smysl života. Dalšími projevy může být prokrastinace, nerozvážnost a nepozornost.³¹

³¹ KOPECKÝ, Kamil. Co je syndrom FoMO. E-Bezpečí, 2(1), s. 14-16. Olomouc: Univerzita Palackého, 2017. ISSN 2571-1679. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=1229>

2 LÁSKA

„Co je podstatné, to je pro oči neviditelné.“

- Antoine de Saint-Exupéry

S láskou v jakékoliv formě se setkal snad každý. Pokud zrovna nenacházíme lásku k ostatním, můžeme ji najít ve vztahu k činnosti nebo sám k sobě. Přestože slovo *láska*, používá každý na mnoho způsobů, máme vůbec možnost se shodnout co láska je, jak ji cítíme a co pro nás znamená?

2.1 Definice

Sociologická encyklopedie³² definuje lásku, jako způsob prožívání pozitivního vztahu s vysokou intenzitou na konkrétní či abstraktní objekt. V souvislosti s mezilidskými vztahy je to tedy označení vztahu dvou lidí, převážně muže a ženy. Je to silný interpersonální vztah, který se spojuje s prožíváním radosti a uspokojením, důvěrou, respektováním, oporou a také souzněním.

Dallaire³³ lásku popisuje jako intenzivní citové hnutí zaměřené na druhou osobu, jako energii v pohybu. Neměla by podle něj být zaměňována s vášní, která v průběhu budování vztahu ustoupí. Pro naplnění takového citu je potřeba tří složek: obdivu, snění a sexuality. Oba partneři by se měli vzájemně obdivovat a také by měli tento obdiv pociťovat od svého protějšku. Navzájem se musí respektovat a uznávat toho druhého, jako sobě rovnocennou lidskou bytost. Snění nad společnou budoucností je klíčovým aspektem lásky. To, že jeden z páru má vlastní cíle a sny, nutně nemusí ovlivnit společné soužití. Autor však upozorňuje na snění o jiném partnerovi, které většinou vede pomalu, ale jistě ke konečné fázi vztahu. Třetí složkou je sexualita. Fyzická přitažlivost tvoří neodmyslitelnou součást našeho života a je potřebná nejen pro poznávání, sblížování, ale i pro trvalý vztah.

Erich Fromm³⁴ chápe lásku, jako umění se znalostí a vyvíjeným úsilím. Láska pro něj není pouhým vztahem k objektu, ale jakýmsi celkovým postojem, který udává spřízněnost se světem samotným.

³² MOŽNÝ, Ivo. Láska. *Sociologická encyklopedie* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 10. 12. 2017, 2. 2. 2018 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/L%C3%A1ska>

³³ DALLAIRE, Yvon. Láska a sexualita v trvalém vztahu. Praha: Portál, 2009. s. 23. ISBN 978-80-7367-523-3. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:b9c91a70-f265-11e3-a012-005056825209>

³⁴ FROMM, Erich. *Umění milovat*. Přeložil Jan VINAR. [Praha]: Nakladatelství Josefa Šimona, Český klub. 1996. str. 49-50. ISBN 80-85637-26-x.

Rozlišuje mezilidskou lásku na základě předmětu, ke kterému se vztahuje, a to na lásku bratrskou, mateřskou, erotickou, sebelásku a lásku k bohu. Abychom mohli lépe pochopit lásku erotickou, týkající se vztahů muže a ženy, musíme objasnit náležitosti lásky bratrské a mateřské. Podle autora je nejzákladnějším typem láska bratrská. Je to láska mezi sobě rovnými, kde je důležitá péče, odpovědnost, úcta a poznání každého odlišného člověka. Mateřskou lásku potom popisuje jako nepodmíněnou a nezbytně nutnou podporu dítěte a jeho potřeb, kde si objekty nejsou rovny. Oproti těmto typům stojí láska erotická, taková, kde oba jedinci touží po splynutí, jako by byli jeden. Lidé často překonávají fyzické odloučení sexuálním spojením. Pokud v tomto splynutí nenachází jedinci prvky bratrské lásky, jejich spojení je pouze iluzí bez lásky, jako takové. Erotická láska má ale jeden předpoklad, totiž naprostou oddanost druhému. Milovat z podstaty svého bytí a prožívat druhého v této podstatě.³⁵

„Milovat někoho není jen silný cit – je to rozhodnutí, je to soud, je to slib. Kdyby láska byla jen cit, nebylo by základu pro slib věčné lásky.“³⁶

Slaměník³⁷ zdůrazňuje, že pro romantickou lásku je typické chování spojené s citovou vazbou, projevující se nutkavou potřebou být s druhým člověkem, doprovázenou sexuální touhou.

³⁵ Tamtéž, 49-58.

³⁶ Tamtéž, 58.

³⁷ VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). str. 263. ISBN 978-80-247-1428-8.

3 PARTNERSKÉ VZTAHY

Hlavní oblastí výzkumu je partnerské soužití. Partnerství je jednou z forem blízkých vztahů, vedle rodinných vztahů a vztahů přátelských.

Velký psychologický slovník popisuje slova *partnerský* a *vztah* zvlášť. *Partnerský* znamená sdružený společnými zájmy a sdílející společný život.³⁸ *Vztah* je potom působením mezi dvěma či více osobami, které je doprovázeno emocionální vazbou a odpovědností.³⁹

Partnerství je nejdůležitější formou intimního vztahu, kdy se jedinec vzdává, ze značné části, svojí identity. Individuální identitu přerůstá důležitější, párová identita. Takový vztah nabývá významnějších kvalit, než měly předchozí milostné zkušenosti nebo pouhá přátelství. Partnerský vztah je tak prostředkem nejen párového, ale i osobního rozvoje jedince. Přispívá k sebepoznání a jasnějšímu definování sebe sama. Partnerský vztah nejen spojuje a uspokojuje potřeby jedinců, také je do určité míry limituje. Nastavení vzájemných pravidel a hranic ve vztahu umožňuje tyto limity definovat.⁴⁰

Z partnerského vztahu se může vyvinout manželství, popřípadě registrované partnerství, nebo setrvá ve fázi silného vztahu mezi partnery, kteří zůstanou intimně či sexuálně spojeni. V mnohých případech může být ukončen partnerský vztah rozchodem.

3.1 Vztah a jeho komponenty

V partnerském vztahu se vyskytují určité složky zajišťující jeho fungování. Trojúhelníková, triangulární, teorie lásky (Triangular theory of love) publikována americkým psychologem Robertem J. Sternbergem v roce 1986, popisuje jako hlavní komponenty vztahu intimitu, vášeň a závazek. V některých případech jsou nazývány jako intimita, milostná touha a připoutání. Komponenty jsou vzájemně ovlivňovány, různě zastupovány a tvoří hlavní vrchy trojúhelníku.⁴¹

³⁸ HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena a NEPRAŠ, Karel. Velký psychologický slovník. Praha: Portál, 2010. s. 393. ISBN 978-80-7367-686-5. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:62939390-db55-11e5-9f76-5ef3fc9bb22f>

³⁹ HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena a NEPRAŠ, Karel. Velký psychologický slovník. Praha: Portál, 2010. s. 678. ISBN 978-80-7367-686-5. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:868897f0-db55-11e5-9f76-5ef3fc9bb22f>

⁴⁰ VÁGNEROVÁ, Marie a Univerzita Karlova. Vývojová psychologie II: dospělost a stáří. Praha: Karolinum, 2007. s. 65. ISBN 978-80-246-1318-5. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:0d370240-d053-11e5-964f-005056825209>

⁴¹ VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). Str. 258. ISBN 978-80-247-1428-8.

3.1.1 Intimita

Představuje pocit blízkosti, porozumění a vzájemné ohleduplnosti. Intimita je spojována se vzájemnou podporou a oceněním. Podstatou jsou emoce a prožívání. Při prožívání štěstí a lásky se nemusí nutně tyto pocity vyskytovat, ale je pravděpodobné, že se budou objevovat ve větší míře než u vztahů jiných.⁴²

Říčan⁴³ definuje intimitu jako hodnotný milostný vztah mezi mužem a ženou a z psychologického hlediska ji definuje v těchto bodech:

- Tělesná a duševní něha, která není brzděna ani ostychem, ani opatrností a strachem ze závislosti, ze zesměšnění, ani rozumovými důvody nebo společenskými konvencemi.
- Sebeotevření, přání dát se poznat ve svých silných i slabých stránkách, nemít tajemství.
- Důvěra bez výhrad.
- Vzájemná úcta, respekt.
- Pravdivé poznání partnera. Intimita znamená schopnost milovat ho i s jeho chybami.
- Pravdivé poznání vlastních citů k partnerovi.
- Společné dílo, záměry a plány, sdílená budoucnost.
- Hravost, tvořivost, smysl pro humor.
- Objevování, úžas, obdiv.
- Výlučnost: Intimita mezi mužem a ženou je možná jen ve dvou.

3.1.2 Vášeň

Je vyvolávána fyzickou atraktivitou a sexuální touhou. Autoři ji popisují jako zamilovanost, vzplanutí, jakousi nutnost naplnit sexuální potřebu. Vášeň nemusí být naplňována pouze sexuální touhou. Může jít o potřebu sebeoceny, výchovy, dominance nebo submise. Milostná touha se vyskytuje především u romantických vztahů, kde je velmi silnou složkou.⁴⁴

3.1.3 Závazek

U této složky se setkáváme s dvěma hledisky-dlouhodobým a krátkodobým. Krátkodobé hledisko spočívá v náležitosti a milování druhé osoby. Je to určitý druh rozhodnutí. Dlouhodobé hledisko je potom onen závazek o zachování lásky. Rozhodnutí a závazek nemusí být vždy nutně zastoupeny zároveň. To, že se rozhodneme někomu opětovat lásku, nutně nemusí

⁴² Tamtéž, str. 258.

⁴³ ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. str. 240-241. ISBN 80-7178-829-5.

⁴⁴ VÝROST, J., ref. 39, str. 258.

znamenat dlouhodobý závazek. Pokud se jedinec pro dlouhodobý závazek rozhodne, může být poté legalizován manželstvím, popřípadě registrovaným partnerstvím.⁴⁵

Všechny tři složky jsou pro lásku nepostradatelné, ale každá hraje větší či menší roli v různých fázích vztahu a času. Na základě jejich kombinací vznikají různé typy lásky. R. J. Sternberg⁴⁶ je definuje takto:

- **Vztah bez lásky**-Neobsahuje ani jednu ze tří složek.
- **Mít rád**-Je v něm obsažena intimita. Spíše je tento vztah typický pro přátelství.
- **Bláznivá láska**-Je pro ni typická vášeň. Bývá označována jako „láska na první pohled“.
- **Prázdňá láska**-Je láskou pouze závazkem jedince, často po dlouhodobém soužití partnerů.
- **Romantická láska**-Vyznačuje se intimitou a vášní. Milenci jsou spojeni emočně a prožívají výrazně pocit propojení.
- **Přátelská láska**-Autor ji popisuje jako typ dlouhodobého vztahu, ze kterého se vytratila vášeň. Často se vyskytuje v manželství.
- **Pošetilá láska**-Závazek je založen na prvotní vášni bez prvku intimity. Takové vztahy jsou rizikové z důvodu jejich trvání.
- **Úplná láska**-Obsahuje kompletní zastoupení všech tří složek. Druh lásky, o který mnozí v romantickém vztahu usilují. Je složité ho docílit a také ho zachovat.

Přesto, že potřeba člověka navazovat tělesné a dlouhodobé vztahy s ostatními je u každého jedince jinak významná, je podstatou člověka, jako sociální bytosti, aby takové vztahy navazoval. V utváření mezilidských vztahů je důležitá atraktivita a fyzická blízkost. Vztahy pozitivní jsou doprovázeny specifickým interpersonálním jevem, tedy láskou, vyznačující se pevnou citovou vazbou. Láska a partnerský život s sebou přináší mnohá úskalí, ale naplňují člověka a dávají mu pocit významnosti sebe sama.

3.2 Atraktivita

„Atraktivita se vztahuje k jedinci nebo skupině osob, jejichž nějaká vlastnost či vlastnosti jsou pro jiné jedince zdrojem odměn. Fyzické a osobní vlastnosti vyvolávají přímou nebo kognitivními procesy zprostředkovanou pozitivní emoční odezvu a nositelé těchto vlastností

⁴⁵ Tamtéž, str. 258.

⁴⁶ Tamtéž, str. 260-261.

*mohou uspokojovat nejrůznější potřeby těch, pro které jsou přitažliví.*⁴⁷ Tato definice jasně vysvětluje pojem atraktivita. V souvislosti se sociálními sítěmi však příliš nestačí. Rozdělení atraktivity a její podoba v internetovém prostředí má pro zkoumanou oblast zásadní vliv.

Atraktivita (z latinského *attractio* = přitahování) je rozlišována na fyzickou a osobní. Fyzická atraktivita je dána rysy tváře, proporcemi těla, výškou, váhou, držením těla, také barvou vlasů, kůže i barvou očí. Slaměník⁴⁸ navíc připomíná skutečnost, že každá doba, každá kultura či společenství má svůj vlastní ideál krásy, který zastává určitá část populace. Kromě toho má také každý jedinec svůj specifický obraz fyzické atraktivity. Vzhled člověka, ať už chceme nebo ne, je důležitý pro utvoření prvního dojmu a navazování blízkých vztahů. Osobní atraktivita má vliv také do určité míry na seznamování, ale především na přetrvávání vztahů. Zahrnuje vlastnosti, postoje, přesvědčení, hodnotový systém, zájmy, potřeby i životní styl. Fyzicky atraktivním lidem je společensky často připisována i osobní atraktivita. Ať už to jsou kladné vlastnosti, vysoké pracovní postavení, šťastné soužití s partnerem a další pozitivní atributy. Velké množství studií potvrzuje tak stereotyp, co je hezké, je i dobré.⁴⁹

Co se týká rozdílů v pohledu na atraktivitu protějšků u mužů a žen, pro přiblížení M. Argyle a M. Hendersonová (1985), jak zmiňuje Nakonečný⁵⁰, uvádějí přehled žádoucích vlastností partnerů:

⁴⁷ VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). Str. 252. ISBN 978-80-247-1428-8.

⁴⁸ Tamtéž, str. 252.

⁴⁹ Tamtéž, str. 252-255.

⁵⁰ NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2009. s. 361. ISBN 978-80-200-1679-9. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:6383b8c0-2944-11e5-8454-005056825209>

Žádoucí vlastnosti mužského partnera:

- *Úspěch*
- *Dominance*
- *Profesní kompetence*
- *Ekonomická kompetence*
- *Talent k zábavě*
- *Intelektuální schopnosti*
- *Pozornost*
- *Zdravý lidský rozum*
- *Sportovní talent*
- *Teoretické nadání*

Žádoucí vlastnosti ženského partnera:

- *Tělesná atraktivita*
- *Erotická obratnost*
- *Afektivní kompetence*
- *Sociální kompetence*
- *Schopnost pro domácnost*
- *Krejčovské schopnosti*
- *Chápání mezilidských vztahů*
- *Umělecká chápavost*
- *Morálně-duchovní chápání*
- *Umělecko-tvůrčí nadání*

Pro partnerský vztah je osobní atraktivita, a především shodnost v zájmech nejdůležitější. Také si podobní lidé vzájemně poskytují potvrzení sebe sama. Rozpory mají potom za následek negativní hodnocení a vedou k odmítavému chování.⁵¹

3.2.1 Interpersonální atraktivita na internetu

I na internetu má atraktivita svá určitá specifika. Tato oblast postrádá dojem z fyzického vzhledu druhých, který je zastupován náhražkou v podobě fotografií. Také informace, které o sobě jedinec uvádí, mohou být klamné. Výzkum autorů Šmahel a Veselá⁵² potvrzuje, že

⁵¹ VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. Sociální psychologie. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Str. 254. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.

⁵² Tamtéž, 254.

nejdůležitějším činitelem pro navazování a pokračování v komunikaci je podobnost v postojích, hodnotách a společných zájmech.

4 SEBEPREZENTACE

Pro uvedení této kapitoly je důležité zmínit uvědomění si vlastního já, které je u člověka přítomné při každém jeho jednání. Vlastní já umožňuje vnímat pocity jedinečnosti a neopakovatelnosti a potřeby někam patřit a někým být.⁵³ Prezence vlastního já může být vázána ke společenské roli, člověk o ni uvažuje v různých situacích, vztahových rámcích a souvislostech nebo je složité ji definovat a je určena pocity a citovým základem.⁵⁴

Prezentování sebe sama je často způsob, kterým se lidé snaží ovlivnit mínění ostatních. Například G. Wiswede⁵⁵ udává, že sebezprezentace je „*Cílově orientovaná konkrétní aktivita vůči partneru interakce nebo publiku, aby došlo k ovlivnění dojmu*“.

Dvě základní formy sebezprezentace jsou podle Mummendaye, asertivní sebezprezentace a defenzivní sebezprezentace. Asertivní probíhá za pomoci lichocení, zastrašování a předvádění se. Defenzivní je spíše sebeobránná taktika, kdy jedinec užívá omluvy, lítosti a snižuje svůj status.⁵⁶

4.1 Sebezprezentace na sociálních sítích

Sebezprezentace na sociálních sítích má mnoho podob. Lidé přidávají fotografie vlastní osoby (selfie) a osobní informace, fotografie z jejich života, sdílí oblíbenou hudbu, filmy a podobně. Také zde sdělují své názory a zážitky v podobě příspěvků či vzkazů. Touto formou se lidé snaží prezentovat více fyzicky a sociálně atraktivně.⁵⁷ Někteří autoři poukazují, že hlavním motivem je udržení stávajících kontaktů jako je rodina, přátelé a kolegové. Jde zkrátka o to, udržet si stále publikum.⁵⁸

4.2 Formy sebezprezentace

Rettberg⁵⁹ definuje tři formy sebezprezentace na sociálních sítích: vizuální, písemnou a kvantitativní. Toto rozdělení přesně definuje jednu z nejdůležitějších oblastí mého výzkumu,

⁵³ Tamtéž, 89.

⁵⁴ Tamtéž, 93.

⁵⁵ Wiswede, G. (2004). *Sozialpsychologie-Lexikon*, Berlin, Boston: De Gruyter. ISBN: 978-3-486-27514-8. Available From: De Gruyter <https://doi.org/10.1515/9783486815641> [Accessed 01 January 2021]

⁵⁶ NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Academia, 2009. Str. 11-12. ISBN 978-80-200-1679-9.

⁵⁷ BLINKA, Lukáš. *Online závislosti: jednání jako droga? online hry, sex a sociální sítě: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba*. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). Str. 186. ISBN 978-80-210-7975-5

⁵⁸ Tamtéž, str. 186.

⁵⁹ RETTBERG, Jill Walker. *Self-Representation in Social Media*. *The SAGE Handbook of Social Media* [online]. London. Sage Publications Ltd. 2017. Str. 9. ISBN: 978-1-4129-6229-2. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/305073320_Self-Representation_in_Social_Media

tedy vizuální sebe prezentaci. Autor poukazuje na fakt, že některé formy se překrývají, například fotografie s vloženým textem je vizuální i písemnou formou sebe prezentace a emotikony lze chápat jako součást psané komunikace i vizuální sebe prezentace.

Vizuální sebe prezentace

Fotografie, které se rozhodne uživatel zveřejnit, jsou nejlepším příkladem vizuální prezentace. Na sdílení obrázků a fotografií staví například Instagram, kde jsou tyto příspěvky hlavní náplní prezentace. Vizuální forma se nejvíce rozšířila s příchodem chytrých telefonů, které mají přední i zadní fotoaparát a kvalitní obrazovku. Autoportréty mohou být způsobem, jak komunikovat s ostatními, ale mohou také sloužit k představení nejlepšího sebe sama. Důležité je zmínit, že uživatel má možnost vidět sám sebe z jiného úhlu, nebo v tom „nejlepším světle“. Fotografie umožňuje také zaznamenat jakoukoliv vzpomínku. Je důležité si uvědomit, že nemusí sloužit jako obraz přesné reality.⁶⁰

Písemná sebe prezentace

Písemná sebe prezentace je jednou z nejstarších forem vyjadřování. Dříve se uskutečňovala formou psaných dopisů, deníků a vzkazů. S vývojem technologií přichází nové forma písemného projevu v podobě elektronické. První elektronické deníky se objevovaly v druhé polovině devadesátých let. Později se staly oblíbenou formou blogy a psané příspěvky a komentáře na internetových fórech a sociálních sítích.⁶¹

Kvantitativní sebe prezentace

Třetí forma je kvantifikovaná sebe prezentace. Jedná se o „reprezentaci sebe sama za pomoci čísel a grafů“. Tato forma je stále běžnější, jelikož mobilní telefony a samotné aplikace dávají uživateli tuto možnost. Sledování vlastních činností a analýza dat je velmi jednoduchá. Uživatel se během chvíle dozví, kdy je nejvíce aktivní, kolik hodin tráví na sociální síti, které z příspěvků se mu v poslední době líbily a na které reagoval. Může také zjistit, které z jeho příspěvků mají větší oblibu a které menší.⁶²

Sebe prezentace na sociálních sítích ukazuje pouze některé aspekty lidí a jejich životů. Uživatelé sdílí pouze to, co jim přijde vhodné. Není prakticky ani možné sdílet vše ze svého života. S postupem času se také mění společenská smlouva o tom, co je a co není vhodné fotografovat

⁶⁰ Tamtéž, str. 13,15.

⁶¹ Tamtéž, str. 9.

⁶² Tamtéž, str. 18.

a prezentovat. Jedinci, kteří jsou na sociálních sítích zaměřeni převážně na sdílení vizuálního obsahu, projektují mnohem častěji to, jak vidí sami sebe než to, kým doopravdy jsou.⁶³

4.3 Selfie

Fotografie je jednou z hlavních forem vizuální sebe prezentace na sociálních sítích. Slouží k zachycení vzpomínky a sdílení ji s přáteli. Lidé ale na svých profilech nechtějí pouze publikovat prožité zážitky, fotky navštívených přírodních scenérií a kulturních památek, ale především svoje vlastní já. Za pomoci nejrůznějších programů a nástrojů, umožňujících nakládat s realitou fotografie, je možné změnit vzhled, kompozici, přebytně umazat nebo naopak něco málo přidat. Jednou z nejčastějších forem fotografie, kterou se lidé v poslední době prezentují, je Selfie. Selfies jsou specifický druh snímku, kterým autor pořizuje obraz sám sebe. Nejčastěji je selfie pořizováno za pomoci mobilního zařízení nebo digitálního fotoaparátu s cílem publikace na sociální média.⁶⁴ Mobilní telefony mají fotoaparát nejen v zadní části zařízení, ale také vepředu-přední fotoaparát, díky němuž je pořizování selfie jednodušší. Selfie výrazně ovlivnilo dnešní kulturu. Miliony lidí pořizují portréty sebe sama a po následném selektování, v některých případech i vylepšení, přidávají ty nejlepší a nejvhodnější na sociální síť. Na pořizování selfie dnes již existuje pomůcka, tzv. selfie tyč, která drží telefon se zapnutým fotoaparátem dostatečně daleko, aby se do snímku vše lépe vešlo. Lidé se snaží za pomoci svých fotografií přesvědčit své přátele a ostatní sledující, že jejich prezentace na profilu sítě je reálná a nejlepší.

4.4 Filtry aneb digitální masky

Technologie nabízejí stále nové a vyspělejší funkce v oblasti fotografií. Zcela nové možnosti přinášejí filtry. Staly se běžně používanými především díky lehké aplikaci a různorodosti. Využívají rozšířené reality. AR, *augmented reality*, obohacuje reálné prostředí na fotografii pomocí počítačově vytvořených objektů. Dokážou tak měnit nejen okolní prostředí a pozadí fotografií, ale také deformovat obličej. Takový filtr vám upraví make-up, zvětší rty i vyhladí pleť. Tato funkce je natolik rozšířená, že sami uživatelé mohou tyto masky vytvářet.⁶⁵

⁶³ WINSTON, Johnny. Photography in the Age of Facebook. *Intersect: The Stanford Journal of Science, Technology, and Society* [online]. 2013, 6(2), 1-11 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <http://ojs.stanford.edu/ojs/index.php/intersect/article/view/517/449> str. 7.

⁶⁴ Selfie. *Cambridge Dictionary* [online]. Cambridge: © Cambridge University Press 2021, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/selfie>

⁶⁵ VIČAROVÁ, Barbora. *Instagram Stories nově přiblíží AR filtry běžnému uživateli. Focus-age* [online]. 16. 8. 2019 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.focus-age.cz/m-journal/aktuality/instagram-stories-nove-priblizi-ar-filtry-beznemu-uzivateli_s288x14654.html

Významnost těchto filtrů u běžných uživatelů dokládá novodobý pojem, který se objevil velmi nedávno. S filtry přichází první porucha. „*Snapchat dysmorphia*“ je jev, který popsali odborníci v souvislosti s užíváním filtrů na obličej. Jedná se o tělesnou dysmorfickou poruchu, což je dle klasifikace MKN10 hypochondrická porucha, kdy se pacient domnívá, že má jeden či více vzhledových defektů.⁶⁶ Jedinci chtějí vypadat přesně tak, jako po aplikaci filtrů na jejich selfie fotografií. Tyto úpravy zvyšují přesvědčení o tom, že tělo není dost dobré a přijatelné.

O vlivu efektů na vnímání tělesnosti již existují i studie. *International Journal of Eating Disorders* zveřejnil článek věnovaný vlivu upravování fotografií na vnímání sebe sama. Studií bylo zjištěno, že dívky, které sdílí svoje upravené fotografie, jsou výrazně méně spokojené se svým tělem.⁶⁷

Úpravu fotografií můžeme brát pouze jako novodobý trend nebo zábavu vyvinutou pro běžné uživatele. Někteří z nich také mohou stejně k filtrům přistupovat. Tím, že jsou tyto filtry v některých případech brány jako realita, nebo dokonce vzbuzují obdiv, může u lidí, kteří si tyto „masky nasazují“ vyvolávat nespokojenost. Nespokojenost s vlastní tváří, s vlastním tělem, s vlastním já.

4.5 Hodnocení obsahu

Hodnocení příspěvků je jednou ze základních funkcí aplikací, kterou si uživatelé ukazují vzájemný obdiv. Někdy je možné hodnotit pouze pozitivně, kliknutím na ikonu srdce, které symbolizuje ohlas, „lajk“. Toho využívá například Instagram. Facebook zvolil propracovanější systém, kdy je možné vybrat si ze sedmi přednastavených reakcí. Kromě *to se mi líbí* nalezneme ještě možnost *super*, *péče*, *haha*, *paráda*, *to mě mrzí*, *to mě štve*. Takové reagování se jeví pro mnohé jako velmi primitivní, proto je potřeba dodat, že je stále možné sdělit svůj názor vlastními výrazy a plnohodnotnými texty do komentářů pod příspěvkem.

⁶⁶ MKN-10: 10. revize *Mezinárodní klasifikace nemocí* [online]. 1. 1. 2020n. 1. [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F40-F48>

⁶⁷ Siân A. McLean BSc(Hons), Susan J. Paxton PhD, Jennifer Masters PhD a Eleanor H. Wertheim PhD. Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders* [online]. © Wiley Periodicals, 2015, 27 August 2015, 48(8), 1132–1140 [cit. 2021-01-01]. ISSN 1098-108X. Dostupné z: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/eat.22449?saml_referrer

5 KOMUNIKACE

Komunikaci není snadné přímo definovat. Původ slova pochází z latinského *communicatio*, *communicare*, tedy spojovat, oznamovat, informovat se, činit něco společným či společně něco sdílet.⁶⁸ Je to jakýkoliv přenos informací. Janoušek⁶⁹ ji popisuje přesněji jako spojení mezi lidmi ve formě předávání a přijímání významů v souvislosti s jejich kooperací, vzájemným působením a vztahovou vazbou.

Komunikaci je možné rozdělit na verbální a neverbální. Při verbální komunikaci užívá člověk prostředků verbálních, a to nejenom mluvených výrazů, ale také psaných. Do neverbální komunikace je možné zařadit všechny mimoslovní prostředky.⁷⁰

Jelikož se práce zabývá pouze monogamním partnerským vztahům, byl zvolen pouze popis komunikování mezi dvěma jedinci. Sociální sítě totiž nabízí možnost skupinových chatovacích skupin, kterým se práce nevěnuje.

5.1 Motivace ke komunikaci

Motivace ke komunikaci je rozvinutá u každého jedince. Záleží však na mnoha proměnných: na našem současném rozpoložení, na sympatiích, na prvním dojmu a také například na našich schopnostech ovládnání jazyka. Na základě toho má i komunikace určité kvality. Podle Vybírala⁷¹ to může být motivace kognitivní, to je vlastní potřeba se vyjádřit a něco sdílet. Motivace zjišťováním, kdy se chceme v druhém lépe vyznat. Další důležitou motivací je pro člověka potřeba se družít a potřeba sebepotvrzující, kdy prohlubujeme, rozvíjíme a potvrzujeme svoji identitu. Dále uvádí motivaci adaptační, kdy zastáváme určité, pro nás důležité, sociální role a postoje.

5.2 Komunikace online

Používání internetu velice změnilo komunikační návyky a jen těžko si bez posílání zpráv dokážou lidé představit život. Ať už jde o emailovou komunikaci formou elektronických dopisů, chaty (z angl. Chat=pokecat si), diskusní skupiny a blogy, formu osobních zápisů či deníků. Zrychlení komunikace a změny v její formě mají nepochybně dopad na lidskou

⁶⁸ VYBÍRAL, Zbyněk. Psychologie komunikace. Praha: Portál, 2009. s. 25. ISBN 978-80-7367-387-1. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:ae7958d0-ff33-11e3-a680-5ef3fc9bb22f>

⁶⁹ VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie. 2.*, přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. str. 217. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.

⁷⁰ Tamtéž, str. 219-220.

⁷¹ VYBÍRAL, Z., ref. 66, str. 32-35.

psychiku. Některé výzkumy dokazují, že uživatelé, kteří komunikují více online se cítí osaměleji a depresivněji než ti, kteří internet ke komunikaci nepoužívají v takové míře.⁷²

5.2.1 Rozdělení online komunikace a její jevy

Online komunikaci můžeme rozdělit podle toho, kterou odesílatel zvolí formu komunikace a které smysly při tom adresát využívá:

- **Textová podoba**-chaty, email atd.
- **Obraz**-posílání obrázků a fotek,
- **Zvuk**-zvukové nahrávky, hlasové zprávy, hovor,
- **Multimédia**-kombinování textu obrazu a zvuku. Videohovor, obrázky s textem.⁷³

Online komunikaci můžeme také dělit na synchronní a asynchronní. Při komunikaci synchronní spolu uživatelé komunikují ve stejnou dobu a potřebují připojení k internetu. Zpráva sdělující strany se okamžitě, tedy v reálném čase, objeví na protější straně. Komunikace asynchronní je potom taková, kdy si uživatelé zprávu přečtou a vyzvednou až po tom, co se k internetu připojí. Při takové komunikaci není vyžadována stálá přítomnost u počítače, telefonu či jiného zařízení. Toto rozdělení však není pevné, jelikož většinu komunikací jde zařadit do obou forem na základě možností dopisovatelů.⁷⁴

5.2.2 Specifické prostředky komunikace ve virtuálním prostředí

Při komunikaci ve virtuálním prostředí uživatel využívá řadu prostředků, které jsou pro toto prostředí specifické. Uživatel si na ně již zvykl. Mnohé z nich přináší možnosti, které běžná komunikace nepřináší. Je možné jejich použitím komunikování urychlit a mohou být také humorným i milým zpestřením komunikování.

Emotikony

Emotikony nahrazují ve virtuálním prostředí, do jisté míry, prožívané emoce a neverbální komunikaci. Hovorově se jim říká *smajlíci*, z anglického „smile“, úsměv. Pisatel je vytváří za pomoci písmen a různých znaků tak, že graficky připomínají obličej.⁷⁵ V současné době se dostává těmto symbolům takové obliby, že jsou v chytrých telefonech předem předinstalované

⁷² VYBÍRAL, Zbyněk. Psychologie komunikace. Praha: Portál, 2009. s. 272. ISBN 978-80-7367-387-1. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:bb38e590-ff33-11e3-a680-5ef3fc9bb22f>

⁷³ ŠMAHEL, David. Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi. Praha: Triton, 2003. Str. 101. ISBN 80-7254-360-1.

⁷⁴ ŠMAHEL, D. ref. 71, str. 102-103.

⁷⁵ DIVÍNOVÁ, Radana. *Cybersex: forma internetové komunikace*. Praha: Triton, 2005. str. 24. ISBN 80-7254-636-8.

v klávesnici telefonu. Dokonce samotné aplikace nabízejí vlastní pole, ze kterého je možné zasílat další a další různorodé emotikony. Když je řeč o jejich pestrosti, nenacházíme v nich jen vyjádření emocí. Mnohé symbolizují potraviny, flóru a faunu, kancelářské předměty či dopravní prostředky. Sdělování informací se tak dá výrazně urychlit jejich používáním.

Videohovor

Jedná se o způsob komunikace mezi lidmi přes mobilní zařízení přenosem video signálu v reálném čase. Součástí videohovoru je samozřejmě i zvukový signál.

Hlasová zpráva

Hlasová zpráva je druh zprávy, obsahující audio záznam. Nejčastěji to je lidský hlas. Slouží k urychlení komunikace a rychlejšímu sdělení informace nežli v psané podobě. Hlasová zpráva je také více spontánní a zahrnuje neverbální složky komunikace. Jedná se také například o vyjadřování emocí, sarkasmu a podobně.

GIF

Graphics Interchange Format neboli GIF, je obrazový formát, kde je v jednom souboru více obrazů, které jsou při puštění zobrazovány po sobě. Byl vyvinut v roce 1987 a oblibu si získal především na sociálních sítích, kde je lidé využívají v průběhu komunikace.⁷⁶

5.3 Jevy ve virtuální komunikaci

Komunikace v prostředí internetu disponuje řadou jevů, které se v ní ve větší či menší míře vyskytují. Často mají vliv na uživatele a na jeho chování, které se může odlišovat od toho v reálném světě.

5.3.1 Disinhibice

Jedním z takových jevů je disinhibice. Jedná se o odložení zábran, překonávání plachosti a ostýchání. Jde o nezávazné chování, přerušující normy či zákazy. John Suler⁷⁷ udává, že na disinhibici se podílí šest faktorů. V mnohých případech se nejedná pouze o jeden zmíněný faktor, ale mísí se více dokonce všechny faktory:

- **Anonymita:** je možné skrýt svoji identitu a cítit se méně zodpovědný za své činy.

⁷⁶ G I F. *W3* [online]. Columbus, Ohio 43220: CompuServe Incorporated, 1987 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://www.w3.org/Graphics/GIF/spec-gif87.txt>

⁷⁷ VYBÍRAL, Zbyněk. Psychologie komunikace. Praha: Portál, 2009. s. 273. ISBN 978-80-7367-387-1. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:ae7958d0-ff33-11e3-a680-5ef3fc9bb22f>

- **Neviditelnost:** uživatel nemusí brát zřetel na své vystupování, na vzhled ani na to, jak se tváří.
- **Asynchronicita komunikace:** je možné svoji reakci odložit na později, popřípadě si ji promyslet.
- **Solipsistické introjekce:** jedná se o vytváření fantazie o druhém, o jeho vzhledu, reakci či hlasu.
- **Neutralizace statusu:** nepodstatnou součástí komunikace je postavení komunikujícího v reálném světě, tedy kým je.
- **Další účinky samotné interakce**

5.3.2 Kontextové modality

Šmahel⁷⁸ popisuje na základě kontextu komunikace modality, tedy kde, po jak dlouhou dobu a v rámci jaké situace probíhá komunikace. Mezi tyto modality řadí:

Časový rámec

- Jde o to, jak dlouho komunikace probíhá a kolik je na ni času.

Prostor a jeho uspořádání

- Ve virtuálním prostředí není sdílen společný prostor.

Modalita významu

- Rozumí se tím, jak si komunikující strany rozumí, jak moc chápou vzájemná sdělení.

Přítomnost emocí

- Jde o prožívání a vnímání emocí, které jsou ve virtuálním prostředí obtížnější.

Vztahové proměnné

- Vztah mezi komunikujícími bývá více rovnocenný než v realitě.

Systémový rámec

- Modalita rámce je narušena právě tím, že komunikujeme v internetovém prostředí. Vždy je možné vést rozhovor v anonymitě, na internetu nás nikdo neslyší.

⁷⁸ ŠMAHEL, David. Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi. Praha: Triton, 2003. Str. 104-121. ISBN 80-7254-360-1.

Kontinuita rozhovoru

- Jinak bude probíhat rozprava s člověkem, kterého již nikdy neuvidíme a s člověkem, se kterým se musíme stýkat pravidelně. Tato součást komunikace v online prostředí chybí.

5.3.3 Neverbální složka komunikace

Neverbální komunikace je nepostradatelnou složkou, která hraje velmi důležitou úlohu. V běžné komunikaci užíváme všech pěti smyslů: sluch, zrak, hmat, čich a chuť. Co ale v komunikaci skrz zařízení?⁷⁹

Sluch: Hlas člověka je pro pochopení kontextu a emocí velmi významný. Při konverzaci používáme různé zabarvení, tón hlasu, zesilujeme či zeslabujeme hlasitost našeho hlasu a podobně. Těmito prostředky umíme na něco upozornit, dokonce některým vyřčeným věcem dát jiný význam. V textové komunikaci tato složka chybí. Člověk má tak tendence si význam, který chybí, doplňovat. Zde dochází často k nedorozuměním. Jeden z komunikujících si myslí, že zpráva byla myšlena jako útok, druhý se však domnívá, že píše zcela obvyklým způsobem. Jinak je tomu, pokud používáme zvukové či multimediální zprávy. Při nich sice dochází k přenášení hlasu, ale dochází ke ztrátě anonymity.⁸⁰

Zrak: Vizualní kontakt přenáší během komunikace stejně důležité informace jako například zvuk. Sledováním druhého jedince jsme schopni vyzorovat jeho gesta, mimiku, pohledy, také postavení těla. Zároveň vidíme fyzické aspekty vzhledu. Ve virtuálním světě při pouhé textové komunikaci nevidíme, zdali je člověk skutečně ten, za koho se vydává. Náhradou jsou například videohovory, kde alespoň vidíme druhého skrz zařízení.⁸¹

Hmat: Dotýkání je důležitou složkou při komunikaci. Je to také známka slušnosti. Ať už se jedná o podání ruky, políbení či vřelé objemy. Vše je podstatné nejen v partnerských, ale také v obchodních vztazích. V komunikaci virtuální sice může uživatel poslat emotikon vyjadřující polibek (:-*), ale je pochopitelné, že nepřináší pocity jako ten opravdový. V herním světě je například možné, že se postavy hráčů dotýkají, avšak takový kontakt vnímají sami hráči pouze zrakově. Nové technologie ale přináší již speciální obleky, které stimulují buď tělo, nebo jen některé jeho části. Tak lidé docílí na dálku také fyzických doteků.⁸²

⁷⁹ Tamtéž, str.132.

⁸⁰ Tamtéž, str. 132.

⁸¹ Tamtéž, str.133-134.

⁸² Tamtéž, str.134.

Chut' a čich: Co se týká intimnosti při kontaktu dvou osob, online komunikace je ještě více bezradná. Pachy hrají bezpochyby důležitou roly nejen při seznamování a poznávání. Lidé si tuto složku často neuvědomují. Partner či partnerka nám musí zkrátka vonět. Nejedná se pouze o parfém, který jedinec používá. Týká se to také specifického pachu člověka po celém jeho těle. Na využívání technologií pro přenos chutí či pachů si musí lidstvo prozatím počkat.⁸³

Je patrné, že textová komunikace nepřenáší dostatečné informace, ba ani nejzákladnější složku-neverbální komunikaci. Komunikace tváří v tvář přináší člověku mnohem víc. Letmé doteky, vřelý smích nebo pohlazení-to ve virtuální komunikaci nenalzáme. Sociální sítě a vůbec pohyb na internetu sebou přináší řadu změn, na které člověk nebyl evolučně připraven. Mění se jeho vnímání i chování. Internet ovládá využívání času, nejčastěji toho volného, ovlivňuje interpersonální komunikaci a také celou oblast mezilidských vztahů. Nejen život ve virtuálním světě, ale také samotné dějiny lidstva mají dopad na rozvoj společnosti a lidské jednání. V následující kapitole přibližuji některé proměny v oblasti mezilidských vztahů, které pro výzkumnou oblast mají zásadní vliv.

⁸³ Tamtéž, str.135.

6 PROMĚNY VZTAHŮ V NOVÉM STOLETÍ

Změny, které přináší nové technologie v tomto století, ovlivňují nejen partnerský vztah a partnery samotné, ale také prvotní fáze vztahu. Seznamování je výrazně omezeno, pokud probíhá na sociálních sítích či seznamkách. Za pomoci navštívení profilu osoby, se kterou se chystáte seznámit, se mnohdy dozvíte mnohem více, než při vzájemné komunikaci tváří v tvář. Zjistíte, s kým se přátelí, jaké má koníčky nebo jakých skupin je členem. Je patrné, že takové „proklepnutí“ má za následek například problémy při první schůzce, kde se zkrátka nebudete ptát na věci, které jste již zjistily na sociální síti. Virtuální blízkost dává možnost navazování povrchnějších, intenzivnějších, ale za to kratších vztahů. Taková povrchnost a aktuální krátkodobost nedává možnost k vytvoření pevných pout. Navazování vztahů ve virtuálním prostředí také zabírá méně času a úsilí. Pro některé stejně, jako tomu je u přerušení takových známostí.⁸⁴ Při virtuálním seznamování, je možné zkrátka v jakoukoliv chvíli protějšek odstranit, vypnout nebo ztlumit, což při běžné formě schůzky tváří v tvář nejde. Lidé tuto okamžitě ukončení berou jako hlavní výhodu internetového seznamování.⁸⁵

Nejen, že lidé snáze vztahy ukončují, ale také, samozřejmě, rychleji navazují. Autorka knihy *Cybersex* poukazuje na dvě odlišné psychologické roviny, které ve vztahu nastávají. Totiž rozdílnost vztahu v reálném světě a v tom virtuálním. Vědomé či nevědomé sdělování osobních pocitů i myšlenek je ve virtuálním prostoru lehčí. Takový druh otevřenosti potom může mít značný vliv na rozdílný pohled na zážitky, které se staly přes síť. Je pak stále těžší a těžší o těchto záležitostech hovořit při osobních setkáních a překročit tuto pomyslnou propast. Dle Divínové, by se takovým situacím mělo předcházet dříve, než vůbec začnou.⁸⁶

V začátcích je vztah často ovlivňován vystupováním a prezentací partnerů v prostředí internetu. Někteří svoje vztahy záměrně zveřejňují na oči přátelům na sítích a rádi se se svým novým protějškem chlubí. Jiní naopak nepokládají prezentaci za důležitou, často za narušující jejich fungování na síti.

Chytré telefony, a v nich nainstalované sociální sítě, se staly neodmyslitelným aspektem lidského života. Často se může zdát, že lidé spíše udržují partnerský vztah se svým mobilním zařízením, když ho drží v ruce místo ruky svého partnera. Také společný volný čas partnerů

⁸⁴ Tamtéž, str. 69.

⁸⁵ BAUMAN, Zygmunt. *Tekutá láska: o křehkosti lidských pout*. Praha: Academia, 2013. XXI. století. s.72. ISBN 978-80-200-2270-7.

⁸⁶ DIVÍNOVÁ, Radana. *Cybersex: forma internetové komunikace*. Praha: Triton, 2005. str. 58. ISBN 80-7254-636-8.

často tráví na mobilních zařízeních a navzájem si například ukazují, co našli při brouzdání po internetu, místo toho, aby se věnovali sobě navzájem. Výzkum společnosti Asurion⁸⁷, do kterého se zapojilo 2 000 Američanů žijících ve vztahu, vlastnicích smartphone, ukázal, že u 35 % z nich ovlivnilo používání chytrého telefonu v ložnici jejich sexuální život. Znepokojujícím faktem může být už to, že lidé si vůbec svůj mobilní telefon do ložnice berou. Průzkum Pew Research Centra z roku 2019 zjistil, že množství Američanů má problémy s technologiemi ve vztahu. Přibližně polovina (51 %) dotázaných uvedla, že jejich partner je často či občas rozptylován telefonem, mezitím co probíhá společná konverzace. 40 % také říká, že je občas obtěžuje doba, kterou tráví jejich partner na svém mobilním zařízení.⁸⁸

V některých případech může být komunikace přes mobilní telefon jedinou možností kontaktu a výhodou. Díky novým technologiím jsou v současné době jednodušší vztah na dálku, kdy partneři žijí odděleně a nemohou trávit čas společně. Výzkum autorů Billedo, Karkhof a Finkenauer⁸⁹, věnující se využívání sítí a udržování vztahů na dálku oproti vztahům geograficky blízkým, ukázal, že udržování kontaktu přes sociální sítě užívají více účastníci, kteří byli ve vztazích na dálku. U těchto partnerů byla ale také vyšší míra výskytu partnerského dohledu a žárlivosti. Je patrné, že technologie, sítě a obecně mobilní telefony mají vliv na všechny aspekty partnerských vztahů. Bohužel, jsou neodmyslitelnou součástí našich životů.

Podle Baumana⁹⁰ lidé přestávají usilovat o dosažení vyšších standardů lásky, a naopak je snižují. To vede k rozšiřování zkušeností, jež lidé nazývají láskou. Takový stav zpevňuje přesvědčení o tom, že láska a zamilování je dovednost, kterou je potřeba si osvojit a naučit. Dochází tak k omylnému pocitu, že se úroveň této dovednosti zvyšuje s trénováním a množstvím exemplářů. Pro mnohé je v dnešní době důležitější „vztah ukončit a vyjít z něho

⁸⁷ The Goodnight Kiss is Dead. *Asurion* [online]. Nashville: ©Asurion, 2021, JUL 25 2018 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://www.asurion.com/about/press-releases/the-goodnight-kiss-is-dead/>

⁸⁸ Dating and Relationships in the Digital Age. *Pew Research Center* [online]. Washington, DC 20036 USA: Pew Research Center, 2021, MAY 8, 2020 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://www.pewresearch.org/internet/2020/05/08/dating-and-relationships-in-the-digital-age/>

⁸⁹ BILLEDDO, Cherrie Joy, Peter KERKHOF a Catrin FINKENAUER. The Use of Social Networking Sites for Relationship Maintenance in Long-Distance and Geographically Close Romantic Relationships. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* [online]. 2015, **18**(3), 152-157 [cit. 2021-6-12]. ISSN 2152-2715. Dostupné z: doi:10.1089/cyber.2014.0469

⁹⁰ BAUMAN, Z. Tekutá láska: O křehkosti lidských pout. Vyd. 1. Praha: Academia, 2013, s. 18-19. ISBN 978-80-200-2270-7.

nezraněn, pokud možno bez zhnisaných ran, které je třeba dlouho a důkladně léčit, aby se zabránilo vedlejším ztrátám“.⁹¹

⁹¹ Tamtéž, str. 35.

PRAKTICKÁ ČÁST

7 METODOLOGIE

7.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Cílem výzkumu je zjistit do jaké míry ovlivňují sociální sítě partnerský vztah. Jaký vliv má čas strávený na těchto sítích na kvalitu vztahu a jak zasahují do každodenního života zadaných jedinců. Výzkum se netýkal pouze dlouholetých partnerství. Zařazeni byli i informanti z čerstvých, začínajících vztahů a také informanti, kteří žijí v manželství. Výzkumná práce se zabývala několika oblastmi. První byl samotný partnerský vztah, ve kterém dotyčný žije a jeho kvality. Další oblastí byly sociální sítě, jak dlouho a z jakých důvodů na nich lidé tráví čas. Třetí oblast se věnovala prezentování partnerského vztahu na sociální sítě, žárlivosti, tajnostem a kontrolám, které bývají spojené s používáním sítí ve vztazích. Výzkum se snažil zmapovat působení zadaných jedinců na sociálních sítích a jejich názory a přístupy k životu online.

K dosažení cíle sloužily výzkumné otázky:

1. Kdy a proč tráví uživatelé čas na sítích?
2. Má čas, který tráví partneři na sítích vliv na kvalitu jejich soužití?
3. Jak partneři přijímají aktivitu svého protějšku na sociálních sítích?
4. Probouzí v nich sociální sítě žárlivost?
5. Vadí partnerům dopisování s jinými lidmi?

7.2 Kvalitativní šetření

Kvalitativní výzkum se zaměřuje na prozkoumávání a probíhá často v běžných, přirozených podmínkách. Plán výzkumu je pružný a dá se nejrůzněji rozvíjet i přizpůsobovat daným okolnostem. Také stanovené výzkumné otázky na začátku šetření se dají dle Hendla⁹² v průběhu modifikovat nebo doplňovat. V případě tohoto šetření k takové úpravě nedošlo, jelikož s pomocí stanovených otázek dokáže výzkum dojít k cíli. Výzkumník svojí prací, získáváním a analýzou dat, bývá přirovnáván k detektivovi. Při tomto způsobu šetření se využívá několik základních přístupů, mezi které patří například etnografický výzkum, zakotvená teorie, případová studie či fenomenologický výzkum.⁹³

⁹² HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2016. s. 46. ISBN 978-80-262-0982-9. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:5e295750-ef06-11e8-8d10-5ef3fc9ae867>

⁹³ Tamtéž, s. 46.

7.3 Případová studie

Pro výzkumné šetření byla zvolena případová studie. Jedná se o empirický design, jehož smysl spočívá ve výzkumu jednoho nebo několika případů.⁹⁴ V případové studii jde o zachycení složitosti případů a o popis jednotlivých vztahů. Konkrétně byla vybrána osobní případová studie, ve které se jedná o studium jedné osoby, pohlíží se na její postoje spojené s určitou životní událostí. Příčiny, faktory, procesy a zkušenosti, které mají k situaci či události vztah jsou hlavní výzkumnou oblastí.⁹⁵

Pro kvalitativní výzkum je důležité řídit se zásadami etického jednání. Zúčastněné osoby byly obeznámeny s průběhem a cílem výzkumu a dále s nahráváním rozhovoru na diktafon. Také byla informantům dána možnost kdykoliv z výzkumu odstoupit. Samozřejmostí byl vlídný přístup, anonymita a soukromí ze strany tazatele.

7.4 Rozhovor

Pro sběr dat byly zvoleny polostrukturované rozhovory, jako jedna z metod kvalitativního výzkumu. V úvodu byly zvoleny otevřené otázky, týkající se obecných informací a také tzv. „ice-breakers“. V průběhu byly otázky více osobní a konkrétnější. Závěrečné otázky se dotýkaly více choulostivých témat života informanta a ukončovací otázky sloužily ke shrnutí a závěrečnému zamyšlení informanta.

Výhodou polostrukturovaného rozhovoru je možnost doplňujícího dotazování, ale zároveň určitá posloupnost otázek a daný, připravený plán tazatele, kterého se může držet. Vzhledem k současné pandemické situaci rozhovory probíhaly za pomoci chytrých mobilních telefonů a komunikačních aplikací přes internet. Záleželo čistě na informantech, která možnost jim bude vyhovovat a bude jim příjemnější. Rozhovory byly nahrávány diktafonem a následně přepisovány do textové podoby.

7.5 Výzkumný vzorek

Výzkumu se účastnili muži a ženy ve vztahu nebo v manželství, kteří jsou zaregistrováni a používají alespoň sociální sítě Facebook a Instagram. Spodní věková hranice byla 18 let věku a horní nebyla stanovena. Informanti byli vybíráni nejprve z okolí tazatele, nahodile. Dále byla využita metoda sněhové koule, kdy bylo využíváno doporučení informantů, kteří se již

⁹⁴ ŠVARÍČEK, Roman a ŠEĐOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. s. 97. ISBN 978-80-7367-313-0. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:a0b68d90-d54b-11e5-88b1-5ef3fc9ae867>

⁹⁵ HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2016. s. 103. ISBN 978-80-262-0982-9. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:5e295750-ef06-11e8-8d10-5ef3fc9ae867>

výzkumu zúčastnili a dále navrhovali informanty nové. K prvnímu zkontaktování byla v několika případech použita sociální síť Instagram, emailová pošta a telefonické spojení.

Šetření se účastnilo 16 informantů a informantek, z toho 7 mužů a 9 žen. Nejmladší informantka měla 20 let a nejstarší 51 let. Nejmladší informant měl 20 let a nejstarší 30 let.

Kamil, 20 let, ve vztahu je třetím rokem. Začali spolu náhodou, když se potkali v hospodě. Tráví spolu spoustu času i přesto, že nežijí ve vlastním, protože přespávají vzájemně u svých rodičů. Kamil říká, že určitě jejich vztah nějaká mouchy má, jako každý vztah, ale je spokojený a šťastný. Do jisté míry je také žárlivý, ale ne moc.

Na sociálních sítích stráví dvě až tři hodiny denně a nejvíce používá Instagram a Facebook.

Patrik, 21 let, je v současném vztahu dva roky a dva měsíce. S přítelkyní se znali již dříve, konkrétně od třinácti let. Byli kamarádi, chodili spolu ven, scházeli se a s přestávkami se bavili. Potom u ní jednou přespal a začali spolu chodit. Od prvního dne spolu žijí, bydlí. Nyní již mají společný, vlastní byt a oba pracují. Patrik by se popsal jako žárlivý. Přesto, že se občas vyskytne nějaký ten mráček, je ve vztahu šťastný. Myslí si, že jejich vztah nahodil kvalitou laťku vysoko, už jen z důvodu, že spolu od prvního dne žijí. Udává, že se ve všem navzájem znají.

Patrik na sociálních sítích stráví, podle statistiky v telefonu, průměrně 20 minut. Nejvíce je na Messengeru a Instagramu. Nově si také stáhl TikTok, ale pouze na něm sleduje obsah a nic nepřidává.

Adam, 22 let, je ve vztahu přibližně 14 dní, ale se svojí partnerkou se schází již 3 měsíce. Vztah popisuje jako čerstvý, takže o mnoha věcech zatím nepřemýšlel. Seznámili se v zaměstnání a postupně se scházeli. Přítelkyně Adama byla tehdy ještě zadaná s někým jiným, ale nakonec se v průběhu seznamování rozešla s tehdejším přítelem a začala chodit s Adamem. Mají vztah na dálku. Přítelkyně za ním pravidelně dojíždí, většinou na víkendy. Adam jejich vztah popisuje jako dospělácký, inteligentní a harmonický. Je šťastný, vztah mu vyhovuje a považuje ho za kvalitní. Adam udává, že zatím žárlivý příliš není, že nemá potřebu.

Na sociálních sítích dokáže strávit běžně 8 hodin denně a nejvíce využívá Instagram.

Dominik, 23 let, je ve vztahu se svojí přítelkyní s přestávkou něco přes 3 roky. Poznali se osobně, na festivalu, a po půl roce se dali dohromady. Od té doby jsou ve vztahu na dálku a vidí se každý víkend. Jejich vztah popisuje jako zralý. Jejich vztah funguje na dálku, což je mnohdy nevyhovující. V některých případech by sám sebe popsal jako žárlivého. V partnerském vztahu je šťastný. Vztah by pro něj byl ještě kvalitnějším, kdyby se vídali častěji.

Denně tráví na sociálních sítích průměrně 1 hodinu a dvě minuty. Nejvíce používá Instagram a příležitostně Facebook.

Filip, 23 let, je ve vztahu 10 měsíců. S přítelkyní se seznámili přes aplikaci Tinder, za účelem sexu, nakonec se ale dali dohromady. Nyní u něj přítelkyně přespává třikrát nebo čtyřikrát týdně. Ve vztahu není absolutně žárlivý, ale udává, že jeho partnerka je žárlivá dost. Jejich vztah je pro něj průměrným a udává, že je v něm asi šťastný.

Na sociálních sítích tráví přibližně tři hodiny denně spíše brouzdáním, než komunikací a nejvíce navštěvuje Instagram a Facebook.

Marek, 24 let, je ve svém prvním vztahu přibližně 5 let. Se svojí přítelkyní se poznal na brigádě a jejich vztah popisuje jako normální a v pohodě. Už rok spolu žijí ve společné domácnosti, předtím se navzájem pravidelně, několikrát do týdne, i na více dní, navštěvovali. Nejenom, že je spojují stejné zájmy, ale nyní i nový člen domácnosti, pes. Marek je ve vztahu šťastný a vztah mu přijde kvalitní. Jako žárlivý by se dnes již nepopsal.

Na sociálních sítích stráví v běžném pracovním dnu maximálně hodinu, kdy se ve volných chvílích podívá. Nejvíce se pak dívá na sociální síť Facebook.

Miroslav, 30 let, je v partnerském vztahu 3 roky. Se svojí přítelkyní se poznali osobně přes pracovní kolektiv. Začali spolu bydlet po uplynutí 8 měsíců partnerství. Ve vztahu není příliš šťastný a popisuje ho nyní prakticky na rozchod. Miroslav udává, že je pouze minimálně žárlivý, aby bylo vidět, že mu partnerka není lhostejná.

Na sítích tráví tři hodiny denně brouzdáním i komunikací. Nejvíce používá sociální síť Instagram a také Discord.

Daniela, 21 let, je v partnerském vztahu 3 měsíce. S přítelem se seznámili přes seznamku Tinder. Nyní se chystají spolu začít bydlet. Vztah popisuje jako úžasný. Ve vztahu by se popsala jako žárlivá a ve všech ohledech je pro ni jejich partnerství kvalitní. Je šťastná.

Ze statistik na telefonu udává, že na Instagramu, který nejvíce používá, stráví dvě a čtvrt hodiny. Na Messenger půl hodiny a na samotném Facebooku minutu.

Kateřina, 22 let, je ve vztahu 5 let. Žijí spolu, se psem, něco kolem půl roku ve společné domácnosti. Předtím se navštěvovali jeden u druhého doma. Vztah by popsala jako dobrý a kvalitní přesto, že se někdy vyskytují neshody. Je spíše šťastná.

Udává, že na sociálních sítích stráví dvě až tři hodiny s tím, že chodí do práce. Nejvíce používá Instagram.

Marie, 22 let, je ve vztahu s partnerem přibližně od svých patnácti let. Dříve byli kamarádi. Od jejich osmnácti let spolu prakticky žijí. Nyní jsou manželé a staví si vlastní dům. Marie dříve byla žárlivá, ale teď už to opadlo. Ve vztahu je šťastná, i když jsou někdy dny, kdy to není úplně stoprocentní.

Nejvíce používá Instagram a Facebook, a to dvě až tři hodiny denně.

Dominika, 22 let, je v partnerském vztahu kolem pěti let. Před začátkem vztahu se dlouho znali, byli nejlepší kamarádi a váhali, jestli spolu začít vztah, aby nepokazili kamarádství. Nakonec to zkusili a vztah byl dle Dominiky super. Společně bydlí od jejich osmnácti let. Nyní žijí ve svém domě a mají dokonce psa. Vztah je podle ní poslední rok o něco horší, již se necítí tolik šťastná. Oba se doma nudí a jejich vztah se nikam neposouvá, to přisuzuje především pandemické situaci. Udává, že vztah postrádá na kvalitě především díky komunikaci, která vážne. Sama o sobě na veřejnosti tvrdí, že žárlivá není, přestože ví, že je.

Na sociálních sítích stráví klidně tři hodiny denně. Nejvíce používá Instagram.

Aneta, 27 let, je ve vztahu 5 let. Čtyři roky spolu žijí ve společném bytě. Plánují nyní svatbu, která je ale prozatím v nedohlednu. Ve vztahu si nepřijde žárlivá. Jejich vztah považuje za kvalitní a je v něm šťastná.

Nejvíce využívá Instagram a Facebook, v tomto případě především Messenger. Převážně komunikuje, klidně i 4 až 5 hodin, a projížďení sociálních sítí věnuje půl hodiny denně.

Monika, 31 let, je v manželství sedmým rokem a jinak jsou ve vztahu se svým partnerem asi 16 let. Seznámili se spolu na koupališti, nějakou dobu spolu chodili. Přes školní léta se různě navštěvovali a v osmnácti nebo dvaceti letech spolu začali bydlet. Poté si začali předělávat dům u rodičů, ve kterém spolu nyní žijí. Monika by se spíše popsala jako žárlivá a udává, že je šťastná a jejich manželství popisuje určitě jako kvalitní.

Denně stráví na sociálních sítích tak dvě hodiny. Nejvíce používá Instagram a pak někdy Facebook.

Lucie, 45 let, je v manželství 20 let. Seznámili se při nastěhování Lucie do nového bytu. Teď spolu žijí, mají dvě děti. Jejich vztah popisuje, jako vztah po dvaceti letech. Není úplně harmonický, ale ani úplně vyhrocený. Žijí si již nějak každý po svém, jak udává. Lucie není

žárlivá, i když připouští, že částečně ano. I když sice manželství stojí na pevných základech, šťastná není. Není dle ní úplně ideální.

Na sociálních sítích stráví v pracovním dni hodinu. Nejvíce používá Instagram a Facebook.

Kamila, 51 let, je v nesezdaném partnerském vztahu 12 let. S přítelem se poznali přes Seznam.cz, přes seznamku. Oba byli rozvedeni, ve věku kolem čtyřiceti let. Kamila se domnívá, že v jejím věku, v několikaletém vztahu, je žárlivost na nule, přesto, že ze začátku nepochybně žárlivá byla. Partnerský vztah ji na jednu stranu trochu omezuje, po několika společných letech jim mnohdy vážne komunikace, ale na druhou stranu tvrdí, že je šťastná.

Na sítích tráví kolem dvou, někdy i tří hodin denně. Nejvíce používá komunikační platformu Whatsapp, Messenger a také Instagram.

Kristýna, 20 let, je ve vztahu se svým přítelem 4 a půl roku. Seznámili se na střední škole. Zprvu byli pouze kamarádi, potom se začali scházet a dali se dohromady. V partnerství je ona extrovert a partner je klidnější a nepotřebuje tolik sociálního kontaktu jako ona. Vidí se, když mají volno a přes víkendy. Kristýna by se popsala jako žárlivá, přesto, že k tomu nemá důvod. V partnerském vztahu je sice šťastná, ale mohlo by se to zlepšit. Řeší nyní osobní problémy partnera, které se přenáší i do partnerského vztahu.

Každé pondělí jí chodí report o tom, kolik hodin tráví na sociálních sítích. Denní průměr byl naposledy 3 hodiny a 6 minut. Nejvíce používá Instagram, Messenger, Discord a pak taky ještě Tik Tok.

8 VÝSLEDKY KVALITATIVNÍHO ŠETŘENÍ

Pro analýzu a interpretaci dat byla použita metoda kódování. Kódování slouží k popisu dat. Kódováním se rozumí rozkrytí dat směrem k jejich interpretaci. „Kód je symbol přiřazený k úseku dat tak, že ho klasifikuje nebo kategorizuje. Kódy mají mít relevanci k výzkumným otázkám, konceptům a tématům.“⁹⁶

Jednotlivé rozhovory, a z nich získaná data, sloužily jako odpovědi na stanovené výzkumné otázky. V následující kapitole jsou uvedeny kódy a jejich interpretace. Doloženy jsou i oblasti, které sice pro výzkumné šetření hlavní význam neměly a neposloužily k zodpovězení otázek, ale jedná se o velmi zajímavé postřehy, které mohou rozvést další diskuse.

8.1 Doba strávená na sítích a důvody používání

Běžný den si již většina lidí nedovede představit bez mobilního telefonu a využívání jeho služeb. Se stále zlepšujícími se možnostmi připojení k internetu, je dnes také prakticky možné kdekoliv a kdykoliv zkontrolovat své sociální sítě, emaily, nové zprávy a také kontaktovat za jakýchkoliv okolností své blízké či známé. Mobilní telefon se stal pro řadu lidí prodlouženou rukou, v mnohých případech i druhým mozkem. Návštěva sociálních sítí a brouzdání po nich, je častá aktivita mnoha lidí. Proč to lidé dělají? Kolik hodin touto činností tráví a jaké mají důvody?

Ze vzorku šestnácti lidí uvedlo deset lidí, že tráví na sociálních sítích v jejich běžném dnu průměrně něco mezi dvěma, až třemi hodinami. Nehledě na věk informanta, jeho pohlaví nebo partnerský život byla tato doba uváděna nejčastěji. Čtyři informanti tráví na sociálních sítích v rozmezí od 1:00 h do 1:20 h. Jedna z informantek uvedla čas mezi 4-5 h denně. Jeden z informantů uvedl, že dobu, kterou tráví na sítích, odhaduje kolem osmi hodin denně, což byla nejvyšší uvedená hodnota.

Výzkum se zaměřil na dvě nejpoblárnější sítě Instagram a Facebook, které jsou svými funkcemi rozdílné, proto i důvody návštěv sítí se liší. Je možné si dále povšimnout vzestupu nových sítí. Informanti uváděli mezi sítěmi, které používají nejčastěji například Tik tok, který je platformou k prezentaci formou videí. Dále se v rozhovorech objevil například Discord nebo Whatsapp, což jsou spíše komunikační platformy.

⁹⁶ HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2016. s. 232. ISBN 978-80-262-0982-9.

Facebook

13 informantů z 16 uvedlo, že Facebook používá ke komunikaci. Osm z nich uvedlo, že komunikace nebo samotná služba Messenger, která je prakticky pouze chatovací aplikací od společnosti Facebook, je už jediným důvodem používání. Jeden z důvodů, proč klesá uživatelů Facebooku jako takového, je možnost založit si samostatný účet pouze na Messengeru, prakticky bez poznání prostředí celého Facebooku. Lidé, kteří používají Messenger, komunikují převážně se svými známými a rodinou.

Výzkum potvrzuje také vyšší navštěvování a používání Facebooku staršími generacemi. Jedna z informantek zmiňuje, že Facebook využívá jen ke kontaktu s rodinou a následně popisuje, jak aktivní je na svém profilu její babička. „*V dnešní době už to mám jen kvůli kontaktu s rodinou. Mám ho spíš jako rodinný profil. Jsem tam v kontaktu s rodičema, nějakajma strejdama, tetama, sestřenkama a s babičkou... Babička to hodně jede, ta tam přidává skoro každý den, co uvařila, upekla, že jí vykvetla kytky v prosinci... prostě babičky*“ (Daniela). Z této odpovědi je patrné, že starší generace se již učí na platformách působit a sdílet svůj život, stejně jako mladí. Také je to pro ně mnohdy nejlehčí způsob, jak se spojit s vnoučaty či potomky.

Mezi dalšími důvody, proč mají informanti Facebook, byly uváděny návštěvy skupin určených k nabídce, poptávce brigád a zaměstnání. Dále možnost vytváření a používání skupin při studiu nebo práci. Rozšíření těchto skupin na Facebooku není novinkou, mnohé skupiny fungují již řadu let a lidé na ně stále propagují volná pracovní místa a podobně. Vyplývá tak, že Facebook oproti Instagramu disponuje určitou praktičností, přínosností pro lidi, kteří pod jednou aplikací nalézají množství podnětů pro život. Co se týká nových funkcí Facebooku, pouze jedna z informantek uvedla, že využívá službu Marketplace. „*Na Facebook se podívám, když si chci třeba něco koupit, tam je ten Market place*“ (Dominika). Dodává, že ovšem Facebook už pro ni není relevantní. „*Na Facebook se podívám tak jednou za týden... jinak na Facebooku se pro mě nic zajímavého neděje*“.

K otázkám nižší návštěvnosti a používání aplikace Facebook v podrobnějších souvislostech se výzkum vyjadřuje v další kapitole, konkrétně *Facebook omezen*.

Instagram

Co se týká návštěvnosti Instagramu odpovědi byly pestřejší. Je patrné, že pro uživatele Instagram nabízí zajímavější prostředí než Facebook a tím pádem využívají více nabízených funkcí. Důvody, proč informanti užívají Instagram se týkaly sebereprezentace, komunikace, socializace, inspirace a také zábavy. Některé odpovědi se týkaly buď trendů a životního stylu, nebo „šmírování“ a sledování ostatních uživatelů.

Sebeprezentace

Sebeprezentování je jedním z častých důvodů, proč lidé využívají sociální sítě. Slouží jim k prezentaci jejich práce, života, dosavadních úspěchů i jejich osoby, sebe sama. Pro mnohé je Instagram možností prezentování jejich koníčků nebo jejich práce. Jak udává například Aneta, která tetuje a na svůj profil přidává pouze svoji práci nebo Dominik. *„Prezentuju svoji práci, fotky a videa, kterýma bych se chtěl v budoucnu žít“*. Instagram nabízí takovým lidem možnost založení profesních neboli firemních účtů, díky kterým si uživatel, popřípadě firma, může lépe sledovat své příspěvky, jejich působení a dosah, dále mohou tvořit reklamní obsah, označovat produkty i propagovat své vlastní příspěvky. Založení profesního účtu je snadné a od aplikace Instagram je zadarmo. Takovýto profesní účet mohou využívat ale i lidé, kteří svoji značku, firmu či produkt nemají. Jedná se například o vlivné osoby, uživatele s velkým množstvím sledujících a takové, kteří chtějí mít svůj profil pod kontrolou. Takovým uživatelem je Daniela, která popisuje hlavní výhody toho mít firemní účet. *„Tím, že mám firemní účet, tak já i vidím kolikrát se ten příběh sdílel. Nevidím teda, kdo komu to posílal, ale vidím, že má story sdílení. Tak si pak říkám: „hmmm nějaká č***a mě asi pomlouvá“ (smích)*. I tuto funkci využívají lidé jako Daniela, která chce vědět, jaký dosah mají její osobní fotky a informace, které sdílí. Jedním z možných důvodů, proč využívá výhod firemního účtu, může být její negativní zkušenost s lidmi na sociálních sítích a šikanou, o které se zmiňuje v průběhu rozhovoru. Při otázkách ohledně pozitivních a negativních vlivů sítí na její osobu tyto problémy zmiňuje. *„Dřív mi (sítě) přinášely hodně negativ, protože ne každé snese kritiku. A byly i lidi, který psaly hnusný komentáře, který psaly hnusný zprávy a takhle... Vím, že tam je třeba spousta šikany, ale já si toho snažím nevšímat“*.

To, že je Daniela obezřetná a vše si hlídá, může být následkem šikanování, které si zažila na sítích v minulosti. Nyní ji při sebemenší kontrole, například zmíněného sdílení jejího příspěvku napadá, že ji někdo pomlouvá za jejími zády. V závěru rozhovoru při otázce, zda jí tedy sítě přináší spíše pozitivní nebo negativní emoce, zmiňuje především ty negativní. *„Když to shrnu tak spíš negativní, kvůli minulosti, té šikaně, negativní věci, co lidi píšou“*.

Další, kdo chápe Instagram, jako platformu pro sebeprezentování je Adam. *„Asi jsem trošku egocentrik a baví mě se fotit strašně, dávat to veřejně... asi mě prostě hlavně baví přidávání fotek, můžu se tam prezentovat jako i umělecky a tak. Taková platforma k sebeprezentaci a ukázání se světu“*. Za těmito slovy se mnohdy mohou skrývat také hlubší problémy. Vzhledem k tomu, že pro Adama je takřka nemožné vycestovat ze svého města, je omezen v navazování nových kontaktů i udržování stávajících. Je především odkázán na sociální sítě a sám přiznává, že: *„Je to pro mě náhrada sociálních styků, protože já nemůžu vycestovat z Pardubic, takže i*

tohle“. To může být také důvodem, proč na sítích tráví klidně i 8 hodin denně. Díky možnosti sebezprezentace a dostupnosti sítí se Adam do značné míry může socializovat a seznamovat. Přesto mu časté používání Instagramu přináší i negativa. *„Negativa třeba v tom ohledu, že člověk často vidí to, co nechce. Třeba bývalou přítelkyni, nebo jakýkoliv vztah. Když třeba něco bolí a ty něco vidíš, co zrovna vidět nepotřebuješ a teď to prolítneš v tom Feedu protože to tam prostě je, tak třeba to*“. Adam je v této oblasti zaměřen na sledování jiných uživatelů, a to i takových, kteří mu nepřinášejí příjemné pocity. Jejich příspěvky v něm spíše vzbuzují nostalgii a smutek. V souvislosti s délkou jeho současného vztahu, 14 dní, je možné, že ještě na vztah nemusí být připravený a že mu nový vztah napomáhá s vyrovnáním se s těmi minulými. Nasvědčují tomu také v průběhu rozhovoru několikrát zmíněné informace. *„Je to ještě takový čerstvý. Ještě asi ani tolik nežárlím. Ted'ka jsem asi ještě nedokázal úplně vstřebat, že mám jako přítelkyni*“.

Sebezprezentace má do značné míry pozitivní vliv na některé jedince, kterým přináší výhody, ať už ve formě pracovních či kariérních úspěchů. Ovšem ti, kteří v minulosti zažili různé druhy šikany, nejsou sami se sebou spokojeni nebo mají dokonce závažnější psychické problémy, mohou prezentaci na Instagramu prožívat ve větším měřítku než lidé bez jakýchkoliv problémů.

Pro mnohé je prezentace na sociálních sítích velmi důležitá a nepostradatelná součást poznávacího procesu druhých lidí. Jedna z informantek se při otázce, proč má Instagram, vyjádřila mimo jiné k profilům ostatních uživatelů a jak na ni profily působí. Je schopna si podle obsahu konkrétního uživatele vytvořit obrázek o jeho charakteru, o tom, jaký je ve skutečnosti. Také zmiňuje, že jí jsou sympatičtější a blíží uživatelé, kteří mají hezké profily. *„...Mám Instagram, protože to beru formou zábavy a jako kontakt s lidma. Věřím, že každý profil toho člověka je jeho odrazem. Neříkám, že když otevřu něčí Instagram a on tam má 4 totálně hnusný fotky, tak řeknu, že to je hnus. Ale přece jenom mi jsou bližší lidé, který mají hezky upravený profil. A pak i vidíš lidi, který tam dávají svoje osobnější fotky třeba z párty s kamarádama, ukazují tam svůj osobní život a pak vidíš lidi, který tam prostě dávají jenom sebe, nebo ani to ne, dávají tam jen obrázky a věci a je to takovej odraz toho člověka no*“ (Daniela). Při rozhovoru také zmiňuje, že stejným způsobem kontroluje profil vlastní, zda vypadá tak, jak si přeje. Konkrétně se jedná o momenty, kdy si ji přidá například někdo, koho nově poznala. *„Ano. Třeba když někdo novejš v mým životě zjistil, jak se jmenuju na Instagramu a já jsem se musela podívat, jak zrovna vypadá ten můj profil. Protože to nepozoruju jinak pravidelně. Hned jsem musela na ten Instagram, jestli tam není něco špatně*“.

Inspirace

Mnozí informanti navštěvují Instagram z důvodu inspirace. Jelikož prezentace na této síti probíhá prostřednictvím sdílení fotografií a videí, je zde místo pro množství umělců, tvořivých lidí a nejrůznějších autorů. Lidé se sítěmi inspirují při tvorbě vlastní, ale také při běžných činnostech. „*Asi nejvíc hledám nějakou inspiraci na vyrábění, na recepty...*“ (Kateřina). „*Mám tam inspiraci třeba na hubnutí*“ (Kamila). „*Mám ráda funkci Doporučené, protože tam mám naházený věci, co mě zajímají. Často tam hledám inspiraci právě na nehty nebo se ráda líčím, a tak. Takže tam se dá najít spoustu věcí*“ (Kristýna). „*Já jsem si tam začal potom vyhledávat nějaký stránky, co mě zajímají. Ať už jde o hudbu, kapely a nějaký koničky*“ (Kamil). Dokonce existují lidé, kteří si zakládají profily čistě kvůli ukládání cizích příspěvků, které jim následně slouží jako inspirace. To uvádí Aneta: „*Měla jsem profil na Instagramu, který jsem využívala pouze k ukládání jen tak obrázků pro inspiraci na tetování*“.

Uživatelé sledují množství příspěvků z estetických důvodů. Takové profily, které se rozhodnou sledovat nebo doporučovaný obsah, který se jim sám zobrazuje, jim dělá dobře a navozuje jim příjemné vnitřní pocity. Zmiňuje tak Miroslav: „*Já hlavně sleduju sítě kvůli inspiraci. Strašně mě třeba baví, jak do módy došly takové ty stoly s pryskyřicí... Na ten wow efekt to mám. Není to, že bych to šel teď vyrábět, ale baví mě se na to koukat*“. Nebo Kamila, pro kterou je hlavní pozitivum při brouzdání na Instagramu relaxace. „*ten Instagram, víc bych řekla, že je takovej na uklidnění. Na takový to hezko. Že se tam někdo ukazuje, nevěřím tomu samozřejmě, že to je všechno tak hezký a růžový, ale tohleto je možná ono...Pro mě možná uklidnění a odpočinek od práce. Že si fakt sednu, že se člověk jako uklidní, udělá si takový hezko, teplo v sobě...*“. Zároveň zmiňuje hezký pocit z pohledu na určité příspěvky. „*Pak mám ráda třeba fotky moře. To je moje*“.

Komunikace

Jeden z dalších často zmiňovaných důvodů používání Instagramu byla možnost komunikace a také sledování života druhých. Co se týká komunikování, není to zajisté jeden z předních důvodů. Instagramový chat je vhodný k navázání kontaktu, například zareagováním na něčí příspěvek či rychlou odpovědí přímo z Instastory. Potom již stačí rozvést konverzaci. To, že je komunikace přes Instagram v podstatě „lehčí“ popisuje Patrik, pro kterého je Instagram alternativní způsob trávení času se svými známými. „*Já to беру tak, že to je pro mě možnost, v uvozovkách trávit čas s mejma kamarádama, protože tam sleduji lidi, co mě zajímají, a třeba mám kámoše v Praze a my se nevidáme, tak se třeba rád podívám, co právě dělá, jak se má, protože každý den si nepíšeš, žejo*“. K tomu dodává právě příklad toho, jakým způsobem je

možné zahájit konverzaci. „Ale když tam něco vidíš, tak na to odpovíš, pak na to zareaguješ, domluvíš se třeba na venku a takhle“. Lidé mají sledováním ostatních pocit, že s nimi jsou v bližším kontaktu, přesto, že se léta neviděli. Potom stačí krátká konverzace a mají pocit, že jsou opět starými přáteli. Pro samotného Patrika je způsob této komunikace výhodou, jak zmiňuje. Ale přeci jen sebou věnování se ostatním sledujícím na Instagramu přináší nevýhody. „A negativum jsem měl jeden čas a to to, že jsem na tom byl až moc závislej. Trávil jsem na tom jako hodně času, ale to bylo tím, že jsem byl sám“. Pro Patrika bylo sledování života ostatních na Instagramu útekem od samoty a trávil na něm mnoho času. Záleží tak na množství okolností, v tomto případě být single nebo ne, které mohou ovlivňovat chování jedince na Instagramu. Pokud je člověk sám, dokáže se na síti více zaměřit, a tak na nich trávit až příliš času. Pro některé je to běžná rutina a pro některé pocit vlastní závislosti na síti.

Dalším důvodem, proč lidé využívají Instagram ke komunikaci, může být zrušení Facebookového profilu, tedy odpoutání se od Messengeru. Jedna z informantek Daniela při otázce, proč má Instagram, uvedla jako jeden z důvodů komunikaci a vzápětí dodala: „Ne každý má v dnešní době Facebook. Spousta lidí si ho zrušila, některý lidi jsou už jenom na Instagramu, některý nejsou ani na tom Instagramu. Takže tam hodně i komunikují“.

Komunikace na Instagramu je také doprovázena posíláním cizích příspěvků vtipného charakteru. Množství lidí při brouzdání narazí na vtipné obrázky či videa a posílají je svým přátelům. Zní to jako zcela běžný jev, ale mnozí tento komunikační akt udávají mezi důvody používání a jako pozitivní aspekt komunikace nejen se svou polovičkou. Posílání si zábavných příspěvků je součástí online komunikace ve vztazích. Daniela používá se svým přítelem chatovací Direct na Instagramu k posílání zábavného obsahu. „Jako memisky⁹⁷ si posílám jen s přítelem, posíláme si vtipky a tak“. Také Kristýna při otázce, zdali jsou pro její vztah sítě přínosné, uvádí, že ano. „Určitě, protože spolu můžeme sdílet jako třeba ty vtipná videa, zvířátka, něco takovýho. Že si to můžeme sdílet i na dálku s tím druhým“. S podobnou odpovědí přišel také Dominik, který tento způsob sdílení si příspěvků považuje za zkvalitnění vztahu, zjištění informací o druhém a zlepšení komunikace na dálku s partnerkou. „Ano komunikujeme na bázi vtipných obrázků a často se spolu smějeme pomocí nich. Partnerka mi sdílí věci, co se jí líbí. Takže to udržuje naši komunikaci a dozvídáme se skrz ty sítě toho o sobě více“.

⁹⁷ Meme: Obrázek či video vtipného charakteru

Nuda a zábava

Dalšími zmiňovanými důvody návštěvnosti Instagramu byla zábava a zahánění nudy. To, že sociální sítě patří do každodenního života a prakticky do většiny aktivit člověka, dokládají odpovědi informantů, kteří na nich tráví mnohdy nejen svůj volný čas.

„Zábava, komunikace, přehled všeobecného dění. A ta nuda...“ „...Taky se tam kouknu. Třeba při filmu no, když mě to zrovna nebaví“ (Marek).

„Zrovna když se nudím, tak koukám“ (Patrik).

„Když se nudím, když tu chvíli mám“ (Kamila).

„To je spíš, když se nudím nebo když není co dělat, z nouze“ (Kamil).

„O víkendu tam trávím míň času než v pracovním dnu. Je to hlavně tím, že o víkendu dělám věci bez telefonu. Třeba jsem u počítače, nebo s lidma, kamarádama a na Instagram nekoukám. A spíš v práci se na to podívám a prokrastinuju“ (Daniela).

Na trávení času na síti má také každý informant jiný názor ve smyslu vlivu na jejich život. Někteří své brouzdání považují spíše za pozitivní než negativní vliv, například Dominika.

„Pozitiva jsou, že to zažene nudu“. A jiní si uvědomují, že čas, který na sociálních sítích tráví, je příliš dlouhý a mohli by ho využít produktivněji. „Tak mezi negativa bych asi zařadila to, že se v nich ztrácí čas, že fakt, když se do nich člověk ponoří, tak ten čas hrozně rychle mizí a není pak vlastně člověk produktivní. Ale na druhou stranu, když já nevím, co dělat, tak se podívám na ten Instagram“ (Kristýna). Také si to uvědomuje Kamil: „...A kolikrát když chci dělat něco důležitého, tak to odkládám a radši se koukám na ten Instagram, zabijím tím čas a pak na poslední chvíli vše doháním, což je blbý“.

Sledování

Mezi zajímavé a méně časté důvody, jež byly uváděny, patřilo například sledování lidí, které uživatel nemá v oblibě nebo špehování dívek přes síť jiného kamaráda. Daniela se o své aktivitě zmínila v souvislosti s pozitivními a negativními aspekty navštěvování sítí. *„Jako sleduju lidi, co nemám ráda, jen z důvodu abych věděla, co dělají, ale v dnešní době si myslím, že to dělá skoro každý. Aspoň si to myslím“.* Znepokojivé je, že se Daniela domnívá, že i ostatní sledují uživatele, které nemají v oblibě. Tuto aktivitu sama ovšem neomezuje a nepovažuje ji za nijak škodlivou pro její osobu.

O šmírování se zmiňuje Filip. Při otázce, proč má Instagram, udává jediný důvod právě toto: *„Ale asi na šmírování lidí, taková ta klasika. Já na ty sítě absolutně nic nedávám, jenom koukám, co dělají ostatní“.* Dále dodává, že svoje sociální sítě propůjčuje i svému příteli.

„Kamarád třeba přes můj profil sleduje jiný holky, aby se jim tam neukazoval přímo on“. Také v rozhovoru zmiňuje to, že se sítě dají využívat ke sledování partnera, v souvislosti s nekalými praktikami ve vztahu. *„Ve vztahu? Tak možná jako nějakéj tajnej, druhej účet a sledovat ji na tajno...jinak nevím“.*

Ať už lidé navštěvují sociální síť Instagram z jakýchkoliv důvodů, je zřejmé, že se často jedná o kontakt s jinými uživateli, o navazování vztahů. Bezpochyby sociální sítě v tomto ohledu plní svůj účel. Z větší či menší části, různými formami prezentací příspěvků, spojují lidi po celém světě. Někteří uživatelé se více věnují a považují za hlavní důvod svého používání sítí vlastní prezentaci, jiným stačí sledovat ostatní uživatele a někteří tím dokážou zahánět nudu a vypnout po těžkém pracovním dni.

8.2 Facebook omezen

Důležitým jevem, který se vyskytoval u převážné většiny informantů, je nižší aktivita na Facebooku než v minulosti. Potvrzuje to tak mnohé statistiky, které udávají, že klesá uživatelů Facebooku v populaci a Instagram se dostává do popředí. 11 informantů přímo zmínilo, že ho už tolik nepoužívají. V souvislosti s touto informací je důležité, že Facebook je převážně využíván jako platforma pro komunikaci, a to díky aplikaci Messenger. 13 informantů zmínilo, že Facebook mají především nebo pouze ke komunikaci.

„Ten bych klidně mohla zrušit...Spíš jako komunikační prostředek“ (Monika).

„Facebook teď používám úplně minimálně. To hlavně ten Messenger, na tu komunikaci“ (Kamil).

„Na Facebook třeba dva dny vůbec nejdu... Ale jako nepotřebuju ten Facebook poslední dobou nějak extra. Od Facebooku jsem poslední dobou opravdu odstoupila, když to řeknu“ (Kamila).

„Dneska už je pro mě Facebook jako těžce sekundární sociální síť a využívám spíš tu podslužbu Messengeru... Ale že bych tam nějak aktivně přidávala, to už ne“ (Kristýna).

„Víš co, já Facebook nějak extra nevyužívám. Maximálně Messenger, když mi někdo napíše. Facebook mě úplně omrzel“ (Miroslav).

„Na Facebook se podívám tak jednou za tejdén...Takže spíš na to, jinak na Facebooku se pro mě nic zajímavého neděje. Facebook už podle mě lidi používaj jen kvůli Messengeru, že už ho jinak ani nepoužívají. Hlavně v mém okolí teda jako“ (Dominika).

„Ten Facebook moc nečekuju, to jen ten Messenger. A ona to taky nepoužívá. To spíš ten Instagram, když už“ (Patrik).

„Ne každý má v dnešní době Facebook spousta lidí si ho zrušila, některý lidi jsou už jenom na Instagramu, některý nejsou ani na tom Instagramu“ (Daniela).

Na Facebooku zmínění informanti ani neprezentují fotky na svou zeď. Někteří však zmiňují, že jediná aktivita na jejich Facebookovém profilu, je změna profilové nebo úvodní fotografie. Často je důvodem změna vzhledu a alespoň nějaká aktivita na této sociální síti.

„Tam si vždycky tak akorát jednou za dva tři roky změním profilovku a tím to jako končí“ (Kristýna).

„Na Facebook nepřidávám. Ale nedávno jsem si změnila profilovou fotku, protože tu starou jsem tam měla fakt dlouho“ (Dominika).

„Na Facebooku si sem tam změním profilovku nebo úvodní fotku, ale na FB jsem třeba naposledy sdílel příspěvek v říjnu minulého roku“ (Miroslav).

„Na Facebook nic moc nedávám. Tam si akorát měním fotku třeba no“ (Adam).

I přesto, že mnozí udávají, že již Facebook nepotřebují nebo ho dostatečně nevyužívají, je zřejmé, že na něm stále působí a ukazují, že jsou na něm aktivní. I přesto, že se jedná pouze o změnu profilové či úvodní fotografie.

Zajímavostí bylo, že při otázce *Proč máte Facebook*, se někteří z informantů v myšlenkách vraceli do dob, kdy si na něm zakládali svůj profil, čemuž při zmínění jiných sítí nebylo. Většina na tento akt, příchodu nové sociální sítě, vzpomínala jako na něco, co bylo přelomové, moderní, potřebné a kdo to neměl, jako by neexistoval. Takové důvody k založení měl například Patrik.

„Facebook. Já jsem si ho udělal docela pozdě, v nějakých patnácti. Měl jsem to kvůli tomu, že to byl takovej trend a byl jsem strašně out. A já jsem ani na tom moc netrval, na tom si ho založit, ale pak to bylo kvůli lidem, protože to bylo: pošlu to na FB, dáme to do skupiny...“

„Já si pamatuju čas, kdy se Facebook stal takovým hitem někdy v 2009, že to tady lidi začaly používat ve velkém. A já jsem si ten Facebook založil a koukám na to, že nechápu, že tohle lidi baví. A vypnul jsem to a měsíc to tehdy nezapnul. A potom když všichni začali s tím, že: „jaký máš Facebook? Dej mi svůj Facebook, Jak jsi na Facebooku?“ tak jsem začal být aktivnější“ (Miroslav).

Z odpovědí vyplývá, že tlak okolí, který působil na informanty, aby si založili svůj profil, byl silný, protože ho považují za popud k začátku na Facebooku. Vlna, která přišla s Facebookem se týkala nejen zakládání účtů, ale také sdílení fotek, jak zmiňuje Aneta. *„Dřív v těch patnácti, jsme si to zakládali, dávali si tam fotky a přišlo nám to strašně super. Ale pak to opadalo. To byla ta první vlna. Ale pak všichni přestali, tím, jak se rozjely i jiné sítě, jako ten Instagram, tak tam už přestávali být aktivní“*. Také označování ostatních uživatelů či hromadné a řetězové

zprávy. „*Prohnalo se to mnou asi tak před deseti lety, nějaký řetězový zprávy a označování hromadný*“ (Kristýna).

Je možné, že tyto události byly pro mnohé uživatele tak silným zážitkem, že se od sítě zkrátka nechtějí odloučit. Mají s ní a také na síti spoustu zážitků a je pro ně vzpomínkou na minulé období. Bez pochyby byl Facebook na svou dobu přelomovou aplikací, sítí, která nejen vydělala ohromné množství peněz, ale také měla neskutečný úspěch u lidí po celém světě. Co ale způsobilo takovou oblíbenost Facebooku? Jedním z možných důvodů oblíbenosti mohou být emoce a možnost jejich vyjadřování přes zmíněnou síť. Facebook totiž neoznačuje Sledující jako sledující, ale jako Přátele. Je možné se pomocí příspěvku vyjadřovat přednastavenými emocemi a v neposlední řadě je také možné si dát do vztahu či do manželství jiného uživatele. Tyto možnosti, které na jiných sítích nejsou dostupné, mohly mít v minulosti vliv na tak silnou oblibu uživatelů. Nejen, že tak dokázali lehčeji vyjadřovat emoce vlastní, ale také se cítili, že znají pocity ostatních. Poznání a emocionální bezpečí na síti potom mohlo způsobit vazbu také na sociální síť. Tyto závěry však výzkum nepotvrzuje, ale pouze pokládá, jako otevřenou oblast pro možnost dalšího zkoumání.

8.3 Výlety a dovolené na Instagramu

Výzkum ukazuje, že Instagram je sítí s obrovským vlivem na uživatele. Nejen, že lidé prezentují svoje zážitky, ale také se velmi rádi dívají na takové příspěvky druhých. Fotky a videa z dovolených a celkově z pěkných míst přivádějí uživatele k inspiracím na výlety. V této souvislosti se vyjádřilo deset informantů. O přidávání příspěvků z výletů a dovolených se zmínilo šest žen a čtyři muži. Nejčastěji to souviselo s přidáváním fotek se svým partnerem či partnerkou. Při otázce, zda prezentují svůj partnerský vztah na síti uváděli navíc informaci, že často jsou to příspěvky z dovolených nebo jiných společných zážitků. Daniela například uvádí, že přidává často fotky s jídlem. „*Když si dáme nějakou dobrou večeři, tak to vyfotím na to Story*“. O přidávání fotek z dovolených na Instagram se také zmínil Miroslav. „*Na Storky⁹⁸ jsem dával třeba věci z výletu. Většinou to byla fotka z nějaký dovolený nebo výletu*“. Nad důvody, proč lidé takové fotky přidávají se zamyslel Patrik. Při otázce či mu síť přináší spíše pozitiva nebo negativa narazil na to, že mnohdy tlak ostatních příspěvků nutí uživatele k tomu, aby své zážitky sdíleli obdobně. „*Že třeba pojedeš do Francie tak je jasný, že fotíš jo. Prostě si to přidáš, že tě to zmanipuluje, donutí abys ten zážitek ukázala nebo se jakoby, pochlubila ostatním*“. Pro některé osoby je zkrátka již běžné všechny svoje zážitky přidávat na svoji

⁹⁸ Instastory

sociální síť, s cílem pochlubit se svému okruhu sledujících. Lidé se snaží na sítích prezentovat svůj život, ale také partnerský vztah v tom nejlepším světle, často prezentují pouze to, co považují za kvalitní. Pro mnohé jsou dovolené známkou toho, že se mají dobře a užívají si společně života. Také je otázkou, co by jiného ze svého života ukazovali na obdiv. Je možné tvrdit, že Instagramové profily jsou takovým oknem nikoliv do duše, ale do míst, která lidé navštívili a kde si společně užívali volného času. Pro mnohé to přidanou hodnotu nemá, pokud alespoň nečerpají inspiraci na další poznávání. *„Na Instagramu projedu ty denní příběhy (Story), podívám se, co kdo dělá, ne že by mě to nějak zajímalo. Podívám se, co zrovna dělají, jak žijou nebo z toho vykoukám nějaký typy. Třeba na víkend na výlety, kam bych třeba taky jela“*. V tom spatřuje Dominika svůj hlavní důvod navštěvování Instagramu.

U mužů, kteří sdílí na síti fotky z výletů a dovolených, se jednalo výhradně o ty, kteří jsou v partnerském vztahu několik let a jedná se o takové páry, které žijí společně. Muži v dlouholetých vztazích jsou spokojeni a přidávají fotky se svými partnerkami, se kterými tráví svůj volný čas výlety, návštěvou restaurací a podobně. Jsou na vztah pravděpodobně zvyklí, jejich okolí již o tomto partnerství ví, a tak sdílí zážitky ze svého osobního života. Také muži v těchto dlouholetých partnerstvích tolik neřeší počínání partnerek na síti, nežárlí na ně a důvěřují jim, také proto je možné, že se podílí na publikování více než ti, kteří jsou ve vztahu krátce.

Zdá se, že Instagram má vliv na životní styl. Lidé objevují gastronomii, kulturu i přírodní krásy světa, a to pouze sledováním ostatních uživatelů. Výhodou je, že vše je dostupné na jedné aplikaci-Instagram. Otázkou je, zda se nejedná o ulovení obdobných záběrů z těchto míst a následovné ukázání je ostatním na síti. To by poté byla čistě honba za srdíčky a uznáním od jiných uživatelů.

8.4 „Polož už ten telefon“

To, co mnohým partnerům vadí je aktivita protějšku na síti, ovšem při trávení společného času. Někteří partneři jsou na telefonu místo věnování se společným činností. Osm informantů zmínilo toto téma při otázkách týkajících se hádek a řešení problémů ve vztahu. Tuto zkušenost zmiňovali z obou pohledů. Čtyři z informantů uvedli, že je jejich partner napomíná, pokud jsou při společné činnosti na sociální síti. Jednalo se o tři ženy a jednoho muže. Dva muži uvedli, že oni jsou ti, kteří svoji partnerku napomínají, aby nebyla na telefonu, pokud zrovna tráví čas spolu a dvě informantky uvedly, že v partnerském vztahu se na takovou aktivitu upozorňují navzájem. Čtyři přiznali, že kárají oni. Šest informantů v souvislosti s hádkami a neshody kvůli

vysoké aktivitě na sítích uvedlo, že jsou napomínáni. Z odpovědí tedy vyplývá, že muži napomínají častěji (v sedmi případech) než ženy (ve třech případech). Muži se mohou domnívat, že jejich partnerky tráví na sítích více času než oni. Jak zmiňuje Kateřina. *„Přítel neměl vlastně Instagram, a tak na něm nebyl a já jsem na něm byla víc, takže ho to štvalo. Že na tom jsem, že do toho čumím“*. Co může mít také vliv na častější napomínání ze strany mužů je, že si některé ženy mnohdy z napomenutí partnera nic nedělají. Miroslav například při rozhovoru zmínil, že svoji partnerku napomenul, ale i přes to, si telefon vzala po chvíli znovu. *„A jinak neshody akorát, když je pořád na Instagramu, stále tam projíždí ty Storky. Nebyla z toho hádka, ale jen normálně jsem jí to řekl, ať ho položí a za chvíli si ho vzala stejně zase no“*. Při otázce, zda tuto oblast řešili častěji bylo zřejmé, že mu taková situace vadila a věděl, že jeho přítelkyně jeho prosby nerespektovala. *„Nebyly úplně problematická, ale mně to vadí. Tak spíš pro mě. Ona to má jako cyklus a když to třeba mně vadí, tak by to mohla respektovat a trochu to omezit“*. Sama jedna z informantek, která je napomínána uvedla, že si z poznámek od manžela nic nedělá a z vlastní vůle se rozhoduje, zda telefon odloží či ne. *„Tak si to dočtu, nezajímá mě to. A nebo mobil odložím, ale kvůli němu ho neodložím“* (Lucie).

Někteří jsou hákliví v konkrétních situacích, při kterých na telefonu jejich polovičky jsou. Jedná se často totiž o společnou aktivitu, která je pro partnera, který napomíná, důležitá. Mnohdy je důvodem narušení vzájemné komunikace a nevěnování se dostatečně partnerovi. Může se jednat o společnou konverzaci, sledování filmů nebo také o společenské akce a setkání.

„Nemám to rád. Například, když koukáme na film a dohodneme se, že se na něj budeme koukat, tak já nenávidím, když ten druhý vezme telefon a pak mi dává otázky „co se tam stalo?“ to nesnáším. Záleží, při jaké činnosti no. Když se máš věnovat nějaké činnosti a ten člověk vezme telefon do ruky, tak mám chuť mu ho vyhodit z okna. Ale když to je třeba někde na procházce a podíváš se na telefon, tak proč ne“ (Miroslav).

„To, že jí řeknu, ať nekouká do toho telefonu nebo tak, tak to je spíš, když jsme někde na návštěvě třeba nebo se koukáme na film“ (Patrik).

„To spíš, když se spolu třeba díváme na nějaký film nebo tak, tak přítel mě upozorňuje, že teď když se díváme, ať se dívám a nejsem na mobilu. Že ostatní počkaj. Protože já při tom ještě odepisuju ostatním“ (Aneta).

Je nutné mít na paměti, že telefony zkrátka nejsou nejdůležitějším předmětem našich životů. Člověk se při nadměrném nebo nevhodném používání nesmí divit, že takové situace mohou být pro partnery impulzem k reakci. Na druhou stranu, je potřeba si uvědomit skutečnost, že ne

každého baví každá společná činnost ve stejné míře. Nicméně v partnerském vztahu by si měli být partneři rovni a uznávat nejen své potřeby, ale i tolerovat svá přání.

8.5 Komunikace s lidmi přes sociální sítě a partnerská žárlivost

Pro bližší pochopení odpovědí, je tato oblast pozorována zvlášť z pohledu mužů a žen, avšak v ucelené kapitole. Cílem je zjistit, zdali partnerům vadí online komunikace přes sociální sítě jejich protějšků a jaké jevy tuto oblast doprovází. Především zda můžeme pozorovat rozdíly v žárlivosti vůči cizím lidem oproti lidem z bližšího okolí mileneckého páru nebo co spojuje uživatele se stejnými odpověďmi.

Ženy v několika případech uvedly, že vůbec na komunikaci svého manžela či partnera s jinými ženami přes sociální sítě nežárlí. Konkrétně se jednalo o ženy z různě dlouhých partnerských vztahů, mezi pěti až dvanácti lety, s různou intenzitou navštěvování sítí. Všechny se shodly v tom, že by se ve svém vztahu jako žárlivé nepopsaly a že jsou v partnerstvích šťastné. Dalším společným rysem žen, které v tomto ohledu jednoznačně nežárlí, je jejich obeznamenost s vlivem sítí na ně samotné. Kamila si uvědomuje, jaká jí sítě přináší negativa či pozitiva, jakou sílu mají filtry a úpravy fotek a také se zamýšlí nad dopadem sítí na mladé uživatele. Aneta se ve chvíli, kdy jí sítě nepřinášely pozitivní pocity, dokázala odpojit. Nyní je schopna přesně vypořádat, kdy je toho na ni příliš. Kateřina si uvědomuje také pozitivní a negativní dopady na sebe sama a skutečnost, že i ona někdy porovnávala obrázky na sítích s vlastním životem. U těchto informantek je možné, že nežárlí na své partnery a jejich komunikaci kvůli tomu, že žijí několik let společný život v jedné domácnosti, a tak mají nad partnery určitý dohled a samozřejmě jim důvěřují.

Mnohé z žen, byly přesvědčené o tom, že jejich partner s jinými ženami nekomunikuje:

„On totiž nekomunikuje s jinými ženami a když jo, tak to jsou naše společný kamarádky, takže ne“ (Marie).

„On nekomunikuje. A kdyby, tak asi by mi to vadilo. To záleží od situace“ (Lucie).

„Asi kdyby to byla nějaká jako holčina a začala mu psát, tak by se mi to asi úplně nelíbilo, ale právě tím spíš, že nemá nějak potřebu komunikovat, tak mu většinou píše mamka, teta a občas nějaká kamarádka, ale se kterou se znám i já. Takže asi k tomu nemám úplně důvod, ale kdyby tam byla nějaká jako konverzace iniciovaná nějakou cizí slečnou, tak by mi to asi nebylo úplně příjemný“ (Kristýna).

„Asi bych byla žárlivá, kdyby s někým komunikoval, to asi ano“ (Monika).

U některých mohlo být toto přesvědčení ovlivněno dlouholetou důvěrou, společným soužitím nebo tím, že se do mobilního telefonu přítele či manžela podívaly a nic neobjevily.

Dvě z informantek uvedly přímou odpověď ano. Daniela, která v době provádění rozhovoru byla v partnerském vztahu přibližně tři měsíce řekla, že žárlí a následně zmínila konkrétní případ toho, jak reagovala, když jejímu partnerovi napsala neznámá žena. „*Ano. Ona mu psala nějaká holka a já nevěděla, kdo to je. A tím, že vedle sebe sedíme, když třeba koukáme na film, tak to pípne a já jsem zrovna něco dělala na jeho telefonu a viděla jsem tam jméno, holčičí, tak jsem se zeptala, kdo mu to píše. Tak říkal, to je kamarádka no. Jako i on mi tu konverzaci chtěl rovnou ukázat, jako že to je v pohodě, ale já jsem taková že si dávám bacha, aby se náhodou někde něco neklubalo vedle mě*“. V tomto případě se přítel pokusil Danielu uklidnit tím, že by jí celou konverzaci s kamarádkou ukázal, aby dokázal, že nemá na co žárlit. Z odpovědi je ale patrné, že Daniela je obezřetná v nově začínajícím vztahu. Přesto je vidět, že jí vztah není lhostejný a nebere ho na lehkou váhu, když se zajímá o to, kdo partnerovi píše.

Dominika naopak v dlouholetém vztahu necítí už to, co dříve. „*Byla jsem velmi šťastná, ale poslední dobou už to není tolik. Možná kvůli covid situaci, a i kvůli problémům, které máme...*“. K žárlivosti na komunikaci partnera s jinými ženami se vyjádřila takto: „*Ano. Podle toho, jaká žena to je, jestli je to, kamarádka, kterou známe oba nebo jeho známá. Pokud je to naše společná kamarádka, tak mi to samozřejmě nevadí. Pokud je to nějaká jeho kamarádka a já ji znala a aspoň trochu vím o koho jde, tak mi to taky nevadí. A jestli ji neznám, tak to si s ní nemá co psát*“. Je možné, že Dominika nemá již tolik důvěry ve svého partnera, jelikož už mnohé problémy řeší nyní. Také s podobnou situací má již zkušenost. V průběhu rozhovoru při dotazu na to, jestli se někdy podívala do telefonu svému partnerovi, za účelem něco zjistit nebo si potvrdit domněnky, odpověděla: „*Ano. Cítila jsem se nejdřív špatně, ale potom, co jsem tam našla se mi ulevilo. Že vlastně nejsem špatná já, ale přítel. Takže jsem zjistila*“. To je jeden z případů, kdy se online komunikace může stát předmětem nedůvěry a žárlivosti ve vztahu. Obzvlášť pokud se už některý z partnerů přesvědčil, že je takových činů ten druhý schopen.

Co se týká informantů mužského pohlaví, jejich odpovědi na otázky spojené s žárlivostí na komunikaci jejich partnerek přes sociální sítě nebyly stejné ani jednoznačné. Pouze dva muži uvedli shodnou a přímou odpověď, že jim komunikace jejich partnerek s jinými muži nevadí. Oba jsou ve vztazích šťastni a jako žárliví by se nepopsali. Přesto, že jejich partnerství mají rozdílnou délku a rozdílnou četnost vidění se s partnerkou, oba minimálně sdílí svůj partnerský život na sociální sítě, jak uvedli při rozhovoru. Filip se zmiňuje pouze o jednom okamžiku, kdy si přidal fotku s přítelkyní na Instastory a dodává, jako většina informantů, že Facebook již na sdílení nevyužívá. „*Dali jsme jednu fotku na Storičko a označil jsem ji tam. A to je jako všechno.*

A na Facebook nic“. Také se při rozhovoru zmiňuje, že vůbec žádné informace či fotky na síti nesdílí. *„Já na ty síti absolutně nic nedávám, jenom koukám, co dělají ostatní“.*

Podobně odpovídal druhý muž, Marek, který je také málo sdílný jako Filip. Při otázce, zdali prezentuje partnerský život na sociální síti, odpověděl takto: *„No ani bych neřekl. Minimálně úplně“.* O četnosti a platformách na sdílení se vyjádřil také obdobně jako Filip. *„Hele, tak fotky na Facebook tam nedávám žádný, leda tak jednou do roka si změním profilovou fotku. A na Instagram, bych řekl, třeba jeden příspěvek za čtvrt roku. S přítelkyní míň, tak to tak jednou za rok. Spíš fotky z výletů a takhle, ale ani to moc ne“.* Nejen, že ani jeden z nich se příliš na svých sítích neprezentuje, ale také v jejich vztazích nejsou sociální síti předmětem hádek. Ostatní muži uváděli přímo některé formy komunikací, které by jim u jejich poloviček vadily, pokud by teoreticky probíhaly. Dominik zmínil rozdíl mezi komunikací partnerky s dlouholetými přáteli a cizími lidmi. *„Pokud to nejsou její dlouholetí kamarádi, tak ano. Když je to někdo cizí nebo nověj, nemám rád novinky v přátelích“.* Je patrné, že přes všechnu důvěru, o které se v průběhu rozhovoru Dominik několikrát zmínil, by nebyl velmi šťastný, pokud by jeho přítelkyně navazovala komunikaci s cizími muži. Můžou v tom hrát roli obavy z partnerství na dálku, ve kterém je Dominik se svou přítelkyní. V průběhu rozhovoru zmiňuje, že jejich vztah by mohl být kvalitnější, pokud by nežili tak daleko od sebe, zároveň je pro ně komunikace přes sociální síti možnost, jak být stále ve spojení. *„...Ano, ale mohl by být kvalitnější. Kdybychom byli blíže sobě...Asi si náš vztah nedokážu představit bez sociálních sítí. Jelikož jsme pořád na dálku, tak spolu potřebujeme komunikovat přes nějaký toto médium“.* Pokud spolu partneři nežijí společně a zároveň oba tráví spoustu volného času na sítích, může to vzbuzovat v jednom z nich obavy, že si ten druhý hledá přes síť jiného komunikačního partnera. To může mít vliv na partnerský život, na problémy s žárlivostí i důvěrou.

Podle jiných záleží na četnosti dopisování s cizím mužem či na tom, o koho se jedná. Patrik je přesvědčen, nebo se alespoň domnívá, že si jeho přítelkyně s nikým jiným nedopisuje a vzápětí popisuje situaci, kdy se jeho přítelkyně ozve na sociální síti někdo cizí a jelikož si toho všimne a partnerka mu tuto skutečnost sdělí, odpoví mu sám přes její profil. *„Hm. Tak záleží s kým. Protože ona si jakoby nepíše s klukama a když jí napíše nějaký slizounek a zkouší, tak mi to řekne hnedka. A já ji vezmu telefon, natočím se a pozdravím ho do videa“.*

Adam o této problematice ve svém krátkém vztahu prozatím nepřemýšlel a při otázce, zda žárlí na partnerku, když komunikuje s jinými muži přes sociální síti odpověděl zprvu velmi rozpačitě. *„Jako jo, ale zas ne tolik. To záleží. Někdy jo. Asi záleží na intenzitě, a i kdo to jako*

je. A já se naučil to neventilovat partnerce, já si jako rejpnu, ale neřeším to. Prostě já mám kámošky a ona má kámoše. Je to ještě takový čerstvý. Ještě asi ani tolik nežárlím. Jsem nad tímhle ještě nepřemejšlel“. Z jeho odpovědi je zřejmé, že se snaží svoje emoce prozatím naplno před svojí partnerkou neukazovat a že je možná více žárlivý, než dává najevo. Sám ale udává důvody, proč by mu mohlo vadit, kdyby jeho přítelkyně komunikovala s někým jiným. *„Já mám jako strach z nějakýho opuštění. A je tam ten problém, že její bejvalej je její soused a mně to není jako příjemný“.* Nakonec Adam s úsměvem dodává, že své projevy žárlivosti a obav má pod kontrolou a že prozatím má v novou partnerku důvěru. *„Ale zas na druhou stranu já jí vůbec nic neříkám a nechávám jí. Já jí důvěřuju, to jo. Ale ve finále, ať si dělá, co chce, tak ona by pak měla tíživý svědomí, ne já. Já jí nekontroluju nějak...“.*

Miroslav, jakožto absolutně nežárlivý člověk, se k tomuto tématu vyjadřuje velmi ležerně. *„Když vím, že je všechno ok, tak nemám důvod (žárlit)“.* Dodává, že sám je schopen komunikovat se ženami a je schopen stejné chování tolerovat u své partnerky. *„Ale tím, že moje žárlivost je skoro na bodě mrazu, tak já prostě taky komunikuju s lidma a jsou taky opačného pohlaví, takže tak“.* To, že je Miroslav nad míru tolerantní, dokládá příběh z minulosti, který při rozhovoru vypráví. *„Dám příklad. Když si psala s jedním klukem a už to trvalo nějaký ten pátek, tak jsem jí položil otázku, jestli by byla OK, kdybych si já psal s nějakou babou takovým stylem, jakým si píše ona s ním. A já jsem nevěděl o čem si píšou... Jen jsem na ní zahrál takovou hru, že možná vím. A řekla, že ne. Tak jsem jí to za pár minut znova zopakoval a zase řekla, že ne. Potom jsem odešel z obýváku, něco dělat a potom jsem jí to zopakoval znova a řekla, že ne úplně, že teda není úplně ok to, co si píšou“.* Z tohoto příkladu je jasně vidět, že Miroslav byl opatrný při řešení pro něj podezřelé situace a zároveň jasně věděl, čeho chtěl dosáhnout. Nemusel ani odcizit partnerce telefon nebo s ní problém řešit hádkou, ale pouze zahrál, jak sám nazval, „takovou hru“. V takové situaci si ani on sám nebyl jist, jaké v něm odpovědi partnerky vzbudily pocity. *„Takže to v té době ve mně vyvolalo žárlivost, nebo spíš nas*anost. Protože vím, jaká je ona žárlivá a proč teda dělá něco, co nechce, aby se dělo jí“.* Při dalších tématech se Miroslav vyjadřuje také k nevěře ve vztahu v souvislosti s odcizením partnerčina telefonu a následném prohledání jejího soukromí. Konkrétně se jednalo právě o komunikaci s jiným mužem, kdy se Miroslav domníval, že má podezření. *„Já mám strašnou smůlu v životě, že můj šestý smysl mi poví někdy „kámo něco se děje, je pr**er“ a dělám to nerad, respektive už to nedělám, ale podíval jsem se jí do telefonu, když jsem měl podezření. A řekl jsem si, že budu za úplného paranoidního č***ka nebo najdu něco, co bych radši nenašel. Takže ano, sociální síť byla důvodem hádky. Ale nebyla důvodem síť, ale normální reálný život a to, co se*

dělo potom na síti. Bylo to, že něco se stalo a podíval jsem se a bylo toho víc. Ta síť byla podnětem hádky“. Jeho pohled je ale spíše takový, že sociální síť sama o sobě důvodem hádky nebyla, že se jednalo o to, co si dotyční na síti psali a dělali v reálném životě. Miroslav ještě shrnuje své myšlenky a na závěr dodává: *„Určitě sociální sítě u hodně lidí podněcují žárlivost, ale u mě to je tak, že nemám problém, když je vše ok. Potřebujeme komunikovat a socializovat se, přece i s jinými lidmi“.*

Síť může být pro mnohé cestou, jak navázat snadněji komunikaci s cizími lidmi, případně s potenciálními milenci či milenkami. V mnohých případech se nevěra nedá vypátrat jinak nežli prohlédnutím SMS zpráv, galerie telefonu či chatovacích aplikací, protože online konverzace se dají velmi jednoduše ztlumit, archivovat nebo odstranit, aby si jich partner nevšiml. Je potřeba mít na paměti, že člověk je od přírody tvor společenský, a tak se do určité míry každý musí nějakým způsobem seznamovat a navazovat nové vztahy. V dnešní době je komunikace přes internet jakousi alternativou socializace, jež může u každého jedince tuto potřebu naplňovat jinak dostatečně. Také je každý schopen tuto potřebu jinak tolerovat u svého partnera.

8.6 Další možné důvody žárlení partnera

Nejen komunikace online může být předmětem žárlivosti v partnerských vztazích. Označování příspěvků na sociálních sítích tlačítkem „to se mi líbí“, takzvanými srdíčky, si mohou partneři vykládat různě. Žárliví mohou být lidé jak v situaci, kdy zjistí, že jejich partner někomu projevuje virtuální pozornost či náklonost nebo pokud je jejich partnerovi či partnerce tato pozornost projevována někým cizím. Z šetření ovšem vyplývá, že lidé na tyto věci příliš nežárlí. Konkrétně při otázce, zdali informanti žárlí na partnera či partnerku, když sleduje nebo lajkuje ostatní na Instagramu odpovídali, že spíše ne:

„To ne. Nemyslím si, že by takhle někoho on sledoval. Kdo by mi třeba vadil...“ (Monika).

„Ne. Nesleduju to, koho sleduje a ani koho lajkuje. Důvěřuju jí“ (Dominik).

„Ne. Já to nevím, jestli to dělá, já se o to nezajímám. Je mi to jedno“ (Filip).

„No asi sleduje, ale nějak to nekontroluju a nesleduju“ (Aneta).

Mezi těmi, co odpověděli že nežárlí, bylo pár těch, kteří by si ovšem dovedli představit, že by jim takové chování partnera vadilo. Ačkoliv se tomu tak v současné době neděje. Informantka Kristýna ví, co její přítel na sítích po většinu času dělá, proto nežárlí. Sama ovšem dodává, že kdyby se její přítel neustále věnoval lajkování někoho jiného, nebyla by příliš spokojená. *„On*

právě Instagram tolik aktivně nepoužívá a když, tak už aby se podíval na můj profil a kamarádům nebo aby mi tam odepsal nebo zareagoval na nějaký příspěvek, kterej mu tam pošlu...Ale zase jako kdyby neustále nějakou slečnu lajkoval, tak by se mi to asi úplně nelíbilo. Ale naštěstí se to neděje, takže mu nemusím ubližovat“ (smích).

Patrik nežárí na to, co jeho partnerka sleduje nebo lajkuje z jasného důvodu, vše si v této oblasti vyjasnili. *„Klukům nic jako nekomentuje, protože to nemám rád, to jsme si vyjasnili na začátku. A když dá lajk, tak to neřeším, to bych si protiřečil, protože taky sleduju nějaký vykroucený zadky na Instagramu, tak to neřeším (smích). Takže to ji nemůžu dávat za zlý“.* Spíše kontroluje ty, kterým se líbí příspěvky jeho přítelkyně. *„Když se zaměřím na jednu danou osobu, tak si to zkouknu. Jako WTF⁹⁹, proč ho sleduje, ty v**e? Jakože si řeknu proč? Když ho třeba nezná, tak proč se sledujou“.* Zároveň sám přiznává, že to samé v minulosti dělal také. *„Ale to bylo výjimečně. Třeba jednou, dvakrát. Ale zase já sem dělal taky to samí“.* Dále Patrik popisuje, jak tuto situaci vyřešil. *„Jen jsem se ji zeptal, ty ho znáš? Ne? Tak proč ho sleduješ? A už ho přestala sledovat“.* Patrik o tématech spojených s interakcí na sítích s partnerkou, zdá se, komunikuje a svoje názory o jejím počínání na sítích jí sděluje. O vlivech sítí na vztahy se dále zmiňuje v závěru rozhovoru. Nejen, že se snadněji vztahy navazují, ale že mnohdy člověka může jakákoliv online interakce pobláznit a zničit mu tak partnerský vztah. *„A třeba v dnešní době hodně lidí kvůli tomu si najde partnera, ale zas rychlejc ho ztratí. Že ti to umožní získat partnera, ale zároveň ztratit. Že je člověk víc náchylněj. Jako joo, tady ta přidala zadek, ko*ny napíšu jí, ať mi odpoví. A pak to jede. Takže pro někoho to může bejt takhle“.*

Dominika je jednou z těch, které na aktivitu svého protějšku žárlí. *„Jo, záleží podle toho, kdo to je...“.* Záhy dodává skupinu lidí, u které jí zájem jejího partnera vadí nejvíce. *„No hlavně asi na lidi, který známe oba, ale nevidáme se už s nima, nejsou to vlastně ani kamarádi, spíš známí“.* Také vysvětluje, proč tomu tak je. *„A jinak asi spíš z tý sociální stránky, a to hlavně proto, že ty známí asi tolik osobně neznám, tak nevím, čeho jsou úplně schopní, nevěřím jim třeba“.* Dominika žárlí na ty, kteří již v jejím životě nehrají velkou roli, ale v minulosti hráli nebo na ty které dostatečně nezná na to, aby jim věřila při interakci s jejím přítelem. Důležitým zjištěním je reakce Dominiky, která se ve chvíli, kdy objeví, že jejímu příteli se líbí fotky někoho jiného na Instagramu, snaží porovnat s dívkou na obrázku. *„Asi jak kdy. Pokud to tý slečně na tý fotce sluší, tak si řeknu: Co ona má a já ne? Takže mě to donutí trochu dumat nad tím“.* Takové přemýšlení může mít za následek pochybování o své vlastní osobě a vzhledu. Také se můžou projevit známky vyšší žárlivosti a pocitu méněcennosti.

⁹⁹ WTF-udivení, ve smyslu „Co to má sakra znamenat...?“

Dominika se také v průběhu rozpravy na toto téma vyjádřila k rozdílu lajkování a sdílení příspěvků na Instagramu v porovnání s Facebookem. Vzhledem k tomu, že na Facebooku již není příliš aktivní, na svého partnera v rámci této aplikace nežárí. *„Ne nebo nevím, protože Facebook tolik nepoužívám, takže nevím. A přítel asi taky ne“*. Vzápětí ji napadají důvody, proč obdobné aktivity na Instagramu její žárlení zvyšují. Zároveň potvrzuje slabší aktivitu uživatelů na Facebooku. *„...Myslím si, že na Facebook se nedávají takové fotky, jako na ten Instagram. Když to řeknu tak, že na Facebook se dávají už jenom profilový fotky, úvodní fotky a na Instagram prostě plácneš všechno i nějakou odhalenější fotku a na Facebook ne“*. Odůvodňuje to tím, že Facebook již nikdo z jejího okolí tolik nepoužívá. *„Facebook už podle mě lidi používají jen kvůli Messengeru, že už ho jinak ani nepoužívají. Hlavně v mém okolí teda jako“*. Při otázce, zda kontroluje, kdo partnera sleduje nebo mu obdivuje příspěvky si vzpomíná na funkci, kterou Instagram po určité době odstranil, protože dávala možnost nahlížet na konkrétní aktivitu ostatních sledujících. Právě při takové kontrole udává, že byla udivena nad tím, co ostatní, zřejmě i její partner, obdivují a sledují. *„Ne, ale dřív na to byla ta lupička. Takže se to dalo lehce zjistit, v reálném čase. Takže to jsem používala. Občas jsem to tam zahlédla, a byla jsem občas překvapená. Když to tam vidíš na jednom místě“*.

Daniela sděluje, že spíše žárlí na uživatele, které sleduje její partner, jelikož si lajkování něčeho, co by se jí velmi nelíbilo, nevšimla. *„Nevšimla jsem si, že by sledoval nebo lajkoval něco, co by se mi fakt nelíbilo. Jako třeba někoho, koho nemám ráda to ne. No koukala jsem koho sleduje, ale co lajkuje to nevidím. Když projíždí Instagram tak mu nekoukám, co lajkuje. Ale někdy žárlím na to, koho sleduje“*. Daniela má zase takový názor, že spíše žárlí na ty, která z partnerova okolí sama nezná než na společné známé. *„Tim, že my moc neznáme lidi společných, ale ty, co známe vzájemně, tak to bych nežárlila. Co zná jen on, to jsem žárlivější...“*. Dále rozvádí myšlenku, že žárlí na stejné pohlaví a jde jí často o jejich vzhled. *„Mám to na holky. Na kluky teda nežárlím, ale dnes je všechno možný. Je to samozřejmě na vzhled těch holek“*. Také Daniela tvrdí, že na Facebooku se tomu tak neděje, protože její přítel zde sleduje a lajkuje jen zábavná videa. *„Ne. Zatím jsem viděla, že lajkoval jen vtipná videa, takže to ne“*. Na tom, že Facebook již není relevantní se s Dominikou shodují. Jak taková témata s partnerem komunikuje odpověděla vzápětí při otázce, zda kontroluje, kdo partnera sleduje nebo mu lajkuje příspěvky. *„Ano, kontrolovala jsem to. Tak jeho sleduje relativně málo lidí, takže já se na ty, co se mi nezdáli jsem se zeptala. Protože ta žárlivost funguje, ale naštěstí tam nic moc vážného není“*. Ve vztahu si nejspíše důvěřují a navzájem si nic netají. Popisuje, jak si sociální síť partnera zkontrolovala z jeho zařízení. *„Já mám jeho heslo do mobilu, takže jsem*

si to tam sama zkontrolovala, co mu to tam lajkovali“. Vzápětí potvrzuje, že byla z nahlédnutí v klidu, jelikož ji tam nic podezřelého nepřišlo.

Marie, která je v dlouholetém vztahu, nyní již v manželství, naopak popisuje dobu minulou, kdy aktivitu svého protějšku na sítích velmi řešila. Zároveň je z odpovědi patrné, že je citlivá spíše na lajkování než na sledování ostatních partnerem. *„Žárlila jsem, když lajkoval a sledoval. Ted' nelajkuje, jenom sleduje, a to mně je jedno“.* Dále se zamýšlí nad tím, v jakých případech se jedná spíše o vzhled dotyčných osob nebo o zkušenost a sociální interakci. *„Na známé a cizí. Hele někdy jde jen o vzhled, někdy o to, že je moc dobře znám. Oboje. Co je z okolí jeho, tak to je o vzhledu a co z mého okolí, tak to samozřejmě znám, jak se ty lidi chovaj“.*

Marie také spatřuje v působení na Facebooku a Instagramu jisté rozdíly. Přesto, že nejsou aktuální, protože Facebook již v takové míře jako dřív nepoužívají. *„Hele na Facebooku asi jo, ale to už je třeba 7 let. Hele, dřív tam byl jen ten lajk a ted' to už nepoužíváme, a dřív jsme existovali jen na tom Facebooku. Tak jak začal Instagram, tak tam taky bylo něco, co mě našťvalo. Ale to už...Jako když jsme byli mladší tak určitě, tam jsem viděla srdíčko u nějaký fotky a už jsme se hádali. Ale ted'ka už ne“.* Popisuje, jak v historii takovou situaci mnohdy i drobnou hádku na toto téma radikálně vyřešila. *„Hádka... No to většinou jako úplně vyplynulo pryč. Jako já jsem mu tu holku zablokovala, a bylo to vyřešeno“.* Marie byla ta, která žárlila na to, že její partner projevoval ostatním virtuální náklonost formou srdíček/lajků. V tomto vztahu žárlivost opadáva zřejmě postupem času, společným soužitím, také manželstvím a větší důvěrou.

8.7 Kontrola partnera a odcizení partnerova mobilního zařízení

Přesto, že téma nahlížení do cizího telefonu je velmi ožehavé, z odpovědí vyplynulo, že mnozí něco takového dělali nebo dělají. Nahlédnutí do partnerova telefonu vzbuzuje v některých lidech pocity pohoršení a nedůvěry. Pokud ovšem panuje vzájemná důvěra, proč by takové jednání bylo ve vztahu nevhodné? Telefon je soukromým majetkem jedince a lidé s ním prakticky žijí a tráví s ním svůj volný čas. Někteří si potrpí na úschově, zálohování svých fotografií, na archivování soukromých zpráv nebo na screenshotování (vyfocení displeje telefonu) nejrůznějších příspěvků či zpráv, které například po přečtení zmizí. Takové informace či fotky by se ovšem nemusely líbit jejich protějškům. Pokud jsou partneři podezíraví, žárliví nebo dokonce dělají takové tajné aktivity sami, mohou se domnívat, že jejich polovička vykonává to samé. Informanti odpovídali z větší části, že se do partnerova telefonu nikdy se záměrem něco zjistit nepodívali. Devět jich uvedlo, že ne a zbylých sedm s tím zkušenosti již mělo. Dva informanti naopak uvedli, že se jim do telefonu podívala jejich polovička.

Jsou tací, kteří respektují soukromí ostatních. Někteří z těch, co odpovídali, že ne, dodávali, že k tomu nemají důvod nebo by to zkrátka nikdy neudělali. Jednalo se o tři muže.

„Ne. Tady to já zásadně nedělám, já jsem proti tomu“ (Patrik).

„Ne, v životě nikomu bych to neudělal. Protože ani nechci, aby se mně tam někdo díval takhle“ (Adam).

„Nikdy, neměl jsem k tomu žádnou potřebu“ (Dominik).

Kateřina, která se svému partnerovi do telefonu také nepodívala, přichází se zajímavou myšlenkou, proč a v jaké situaci by tak učinila. *„Myslím si, že třeba v případě, kdy seš nešťastná v tom vztahu a jako cejtíš, že tam něco není v pohodě a máš podezření, že ten partner má někoho, tak asi bych se k tomu uchýlila. Je to možný, ale teď to tak necítím. Ale kdyby mi zapíral a já bych chtěla vědět na čem jsem, tak asi bych to udělala“.*

Podobně popsanou situaci zažil jeden z informantů Miroslav, který se své přítelkyni do telefonu podíval. Miroslav měl pocit, že něco není v pořádku a zkusil tedy nahlédnout do soukromí své partnerky. V telefonu objevil konverzaci s někým jiným a sděluje, jak špatně se cítil nejen proto, že se podíval, ale i z toho, co objevil. *„Ano. Velmi zle jsem se cítil. A ano, zjistil jsem a pak jsem se cítil ještě hůř“.* O nahlédnutí do telefonu partnera se zmínila i Dominika, která ale z tohoto činu měla úplně jiné pocity a pohlížela na skutečnost, že potvrdila svoje domněnky jiným způsobem než Miroslav. *„Ano. Cítila jsem se nejdřív špatně, ale potom, co jsem tam našla se mi ulevilo. Že vlastně nejsem špatná já, ale přítel. Takže jsem zjistila“ (Dominika).* Také Lucie odpovídá, že se do telefonu partnera podívala a nestačila se divit. *„Ano. Strašně a asi jako infarktově úplně. A když jsem to zjistila tak taky no. Protože jsem zjistila, co jsem zjistila“.* Takové zjištění nevěry nebo zájem partnera o jiné lidi má zajisté dopad na vztah. Co se týká zmíněných tří informantů, kteří se do telefonu partnera podívali a něco zjistili, byli právě těmi, co kvalitu vztahu nebo pocity štěstí příliš kladně nepopisovali.

8.8 Síla přidávání příspěvků s partnerem na Instagram

Zajímavým poznatkem bylo také to, že někteří lidé přidávají velkou důležitost tomu, poprvé ukázat svého partnera na svojí sociální síti. Daniela se s úsměvem chlubí tím, že po třech měsících ve vztahu přidala úplně první společnou fotku s přítelem. Podotýká, že chtěla mít přítele na hlavním příspěvku, a nejen na Instastory. *„No, minulý týden jsem přidala naši první společnou fotku jako příspěvek na Instagramu... Chtěla jsem si přidat fotku, ale i na ten hlavní příspěvek, aby prostě ty lidi viděli, že s někým jsem“.* Sdělila také důvod, proč chce ukázat, že

je zadaná. „...Protože je spousta těch cizích chlapů, co napíšíou: Ahoj kočko nezajdeme na rande? A to je takový nepříjemný. Spíš ti to nenapíšíou, když vidí, že jsi zadaná. Oni si vydedukují jinak, že nikoho nemáš a že ti můžou napsat nebo poslat cokoliiv“. Jak z odpovědi vyplývá, Daniele je nepříjemné to, že by ji na síti otravoval a kontaktoval někdo cizí, obzvlášť v případě že je šťastně zadaná. Z její strany se jedná o jakousi předzvěst a vyvarování se kontaktům dotěrných mužů. Miroslav zase právě naopak příspěvky s partnerkou nepřidává, protože se jedná o jeho síť, kde ho lidé sledují primárně kvůli němu. „Dělal jsem to a už to nedělám. Dával jsem společné fotky, ale přestal jsem s tím. Řekl jsem si, že Instagram je můj a proč bych tam měl dávat jiného člověka. Já jsem jí to takhle i vysvětlil, že to je moje sociální síť, je to o mně a sem tam něco přidáme, ale když tam něco dám je to hlavně pro mě“. To, že uživatelé berou přidání příspěvku s partnerem jako zásadní krok také potvrzuje Adam, který zatím ve svém krátkém vztahu přidává fotky pouze na Instastory a s fotkou ve formě příspěvku zatím čeká. „Tedka zatím na Storičko. Ještě podle mě, tak je to na začátku, já to nechci nějak přehánět, přepálit víš, že bych si s ní rád přidal fotku, jakože „hele lidi už mám nějakou holku konečně!“ ale jako zas to nechci nějak hrotit. Přece jenom jako teď to asi tušej lidi, ale rád bych někdy přidal asi fotku, ale ne jako furt. Je to takový strašně těžký...“. Dále popisuje, proč má přidání partnera na Instastory menší váhu než přidání fotografie na profil. „To Storičko se smaže, žejo, ale ten příspěvek (ne). Pro mě je Storičko něco jako hele, mrkněte, něco dělám, něco nového jo, ale ten příspěvek tak to je jako: to jsem já, to je můj svět to tam prostě zůstane jako i v mém světě. Ten příspěvek má větší důraznost no. Je to takový zdůraznění toho propojení se mnou“. Tyto výpovědi dokazují, že existují lidé, kteří se velmi ztotožňují s obsahem, který přidávají na své Instagramové profily a považují je za něco, co je prezentuje, ukazuje, jací reálně jsou a s čím, popřípadě s kým, se v životě spojují. Příspěvky na Instagramu pro ně mají obrovskou váhu a tím, že si přidají na svůj profil někoho jiného, mu projevují náklonost a součást svého života.

8.9 Prozření a změna pohledu na síť

Chytré mobilní telefony a sociální sítě patří mezi novější technologie a lidé si velmi pomalu všímají a uvědomují, jaké dopady na ně používání těchto vymožeností může mít. Nejen, že se touto oblastí zabývají vědci a odborníci, ale sami lidé pocítují, že je potřeba svoji online aktivitu korigovat. Na myšlenku rozvedení tohoto tématu přivedl výzkumník Dominik, který s partnerkou mnohdy řeší sociální sítě a jejich dopad na člověka a jeho psychiku. „Vidíme v tom velký sociální problém do budoucna. No, dokud se s tím lidi nenaučí pracovat, tak je to bude psychicky deptat asi, dle mého názoru. Jelikož se už tak děje teď“. Při rozhovorech s informanty

bylo zjištěno, že mnozí z nich se se sociálními sítěmi již naučili pracovat a dospěli k určitému poznání, jakési změně. Takové uvědomění se neboli prozření, se týkalo nejrůznějších oblastí. V zásadě se nejednalo pouze o témata spojená s partnerskými vztahy, přesto, že i v nich je potřeba sítě řešit jako plnohodnotné vztahové téma, ale o témata šikany, sklonů k závislosti či nadměrné kontrole. Aneta se při rozpravě zmínila, že si profil na Instagramu zrušila sama, protože se necítila spokojeně a komfortně při sledování života ostatních. „*Osobní, co jsem měla dřív jsem úplně zrušila, protože mi přišlo, že tam prostě se všichni fotí, jak jsou šťastný a jak jsou spokojený. A přišlo mi to, že už to je moc přehnaný*“. Uvědomění v tomto případě spočívá hned ve dvou věcech. Aneta si uvědomila, že na ni sítě působí negativně a falešně a fotky jiných uživatelů, které sledovala, byly moc šťastné a přehnané. Zřejmé je, že znovuspuštění a navrácení se na síť sebou přináší obezřetnější aktivitu uživatele, která se může projevat nepřidáváním příspěvků, slabší komunikací nebo nižším časem stráveným na síti. „*Ten (profil) jsem si nedávno znova otevřela, ten profil mám a jen se občas dívám, nic nepřidávám a nejsem aktivní... Já, když mám pocit, že už mě to začíná štítat, tak to odinstaluju. Jakoby nemám na tom závislost a taky tam jako nepřidávám žádný příspěvky, tak když už mě to začne takový myšlenky napadat, tak si to dám pryč. Uvědomím si to*“. Aneta také přidává osobní zkušenost se svojí kamarádkou, které se s podobnou situací snažila pomoci, ale marně. „*Třeba mám vyložené kamarádku, která se tím trápí, že sjíždí ty lidi a má pocit, že má málo, že nejezdí na dovolený, že ostatní lidi se mají líp a tak. A už jsme ji ho (Instagram) odinstalovali, ale ona si to zpátky nainstalovala, a tak se mi na tom právě nelíbí, že hodně lidí se z toho pak cítí blbě, z toho, co tam vidí*“. Nadměrné zabřednutí do sociálních sítí sebou může přinášet, jak je vidět, pocit méněcennosti či pocit životního nedostatku. A nemusí se jednat jen o materiální, ale i vztahové oblasti. Také tyto osobní pocity mohou mít dopad na blízké osoby a přátele. „*Co se týče toho, jaký to má vliv na ostatní lidi v mém okolí, třeba právě na tu kamarádku, tak to jsem z toho smutná, že vlastně Instagram má takhle vliv na ní*“ (Aneta).

Proces poznávání vztahu mezi sebou a sociálními sítěmi a toho, jaký mají na člověka vliv, je otázkou každého jedince. Ne všichni se s nimi naučili pracovat. Na každého ovšem působí v jiné míře. Určitě je vhodné, pokud se v této oblasti u lidí v blízkém okolí vyskytnou problémy, je vyslechnout, pomoci jim nebo je informovat o dané problematice, protože z těchto situací mohou vzniknout vážné problémy.

S prožíváním negativních emocí při používání sociálních sítí, je také dobré si uvědomit, že ne vše musí být nutně pravdivé a reálné. Kamila dokonce poučila svého přítele, že ne vše, co vidí na sítích musí být odrazem pravdy. „*No jenom upozorňuju mého chlapa, že ne všechno, co tam*

napišou je pravda, a že ne všechno je tak růžové...Jo, když si tam dají lidi takovou hezkou fotku, jak o pět let mladší nebo ji projedou filtrem no. To jsme řešili zrovna včera. Říkal: Ježíš já bych ji nepoznal. Tady nějakou sousedku... Já říkám, no jasně, protože když se podíváš, tak tam má dlouhý vlasy. Povídám, vrásky má pryč a má veliký oči-takže filtr. A jelikož on tomu nerozumí, takže se tomu akorát směju“. Kamila si plně uvědomuje, že ne všichni se prezentují na sítích reálně a zná dobře vymoženosti dnešní doby. Tyto poznatky je dobré uplatnit i na další oblast. Neplatí to pouze o fotografiích osob, které bývají často upravované aplikacemi a nejrůznějšími filtry. Úprava se také týká osobního života, který na sítě většina lidí prezentuje jako kvalitní, pestrý a pozitivní, ale samozřejmě i partnerských vztahů, které jsou zde vyobrazovány jako kvalitní a bezkonfliktní. To, že lidé prezentují na sociální sítě pouze pozitivní věci jako výlety s partnerem, luxusní večere, dovolené, dárky a nejrůznější zážitky, může na první pohled vypadat, že jejich život je plný veselí, radosti a nepřináší jim zklamání, smutek ani nudu. Při takovém pohledu si ostatní sledující mohou začít myslet, že jejich život nebo partnerský vztah v porovnání s ostatními strádá a nemá obdobné kvality. Je potřeba si ovšem uvědomit, že sítě nepřináší úplný, plnohodnotný obraz o životě jedince, ale pouze jakousi ukázkou, samozřejmě jen to, co každý uživatel ukazovat chce. Někteří si již uvědomují negativní dopad a reakcí bývá vyfiltrování a promazávání sledovaných uživatelů a účtů. *„No, tak jako já jsem z toho vyfiltrovala různé věci, co nechci sledovat a co jo. Bylo pro mě negativní, když jsem sledovala věci, co mi nedělaly dobře a ty jsem vymazala. Lidi a prostě že máš potřebu se porovnávat a tvůj život není tak kvalitní jako těch lidí...když něco sleduješ, tak porovnááš i ten vztah. I když to nemůžeš porovnávat, protože to jsou úplně jiné podmínky, úplně jiný lidi, jiný vlastnosti máte s partnerem, takže pak občas ti to sklouzne k těm negativním pocitům. Proto jsem to promazala...Ale spíš jsem k tomu dospěla, že jsem si to i vyfiltrovala, co mám ráda, co mně dělá dobře“* (Kateřina). Kateřina se na sítích naučila vnímat to dobré a pozitivní. Také uvádí, že sítě pro ni ve vztahu nejsou přínosné a dokázala by si bez nich vztah představit i přesto, že je na nich aktivní. Kamil promazání a filtrování účtů na Instagramu využil, když zjistil, že jich sleduje příliš a že mu časté brouzdání kradlo drahocenný čas. *„Sledoval jsem třeba 500 profilů a stránek a pak jsem si uvědomil, že mi to jakoby stejně neukazuje to, co bych chtěl vidět nebo to, na co bych se rád podíval. Tak jsem to mockrát pročistil, že tam mám míň věcí“.* Kamil uvádí i to, že sociální sítě nejsou v jejich partnerském vztahu důvodem k hádce a oba si uvědomují, že na ně a jejich vztah mohou mít dopad, proto zmiňuje: *„My to oba dva dost omezili, ty sítě“.*

Množství uživatelů si uvědomuje, že na sociálních sítích tráví příliš času, který by mohli využít produktivněji. Sociální sítě jim mnohdy narušují fungování a základní každodenní činnost. Několik informantů uvedlo, že má sítě jako rituál v určitou denní dobu. Například Dominik. „*Ano to mám, bohužel. Já to mám ráno. Ted' se chci snažit to nějak omezit, protože mi to vadí, z nějakýho důvodu*“. Také Kamila, která na sítích brouzdá pravidelně před spaním v posteli a sama ví, že jí to neprospívá. „*...večer, když jdu spát. To je asi ten největší hřích, si myslím... Negativum je ta ztráta času no, že bych měla možná večer jít dřív spát, a přitom to mastím a koukám, na jednu stranu na hlouposti...*“. Nadměrné navštěvování sítí může mít tak vliv i na fyzickou stránku člověka. Noční brouzdání v nadměrné míře sebou může přinášet spánkový deficit, což dokáže mít vliv na aktivitu člověka, jeho spánkový režim, soustředěnost nebo stres. Zřejmé je, že ne všichni se chtějí takových rituálů zbavovat a mnohdy si neuvědomují, že na ně mohou mít špatný vliv. Některé méně citlivé jedince takové návyky nemusí ale vůbec ovlivňovat.

Další jev, který si lidé mohou sami uvědomit a předcházet tomu, aby ovlivňoval jejich trávení času na sociální síti, je přehnaná kontrola počtu lajků, komentářů, sledujících i nově přidaných příspěvků. S touto nutkavou potřebou se setkal Patrik, který si kontroloval své vlastní, nově přidané příspěvky. „*To mám. Když přidám fotku, tak třeba hlavně ze začátku to furt refreshuješ¹⁰⁰ a koukáš, kdo ti tam dal to srdíčko¹⁰¹*“ Nebo Adam. „*A taky si kontroloju furt lajky na fotkách a kdo mi co kde lajkne. Komu se líbím, že jo*“. S touto potřebou a zvědavostí mají zkušenost samozřejmě i ženy. „*Asi jo. Když přidám fotku, tak čekám, kdo ji lajkne nebo koukám kdo viděl moje Story*“ (Dominika). Marie udává konkrétní příklad, kdy se jednalo o velkou životní událost, kterou měla potřebu sdílet. Také ale potřebu kontrolovat dosah příspěvků na sociálních sítích. „*Asi jo. Tyjo, když jsem třeba přidala video ze svatby, tak tam jsem měla nutkání se podívat, kdo to všechno viděl*“. Pokud si uživatelé plně uvědomují, že tato potřeba je nutí stále sledovat profil a navštěvovat sociální síť, mohou se pokusit s tím skoncovat. Daniela například takové přehnané kontrole předchází omezeními, která si nastavila. „*Když přidám fotku, tak abych to pořád nekontrolovala, tak na to mám časovej limit. Že já si přidám příspěvek a pak si to, kdo ho lajkl zkontroluju až za hodinu. A pak ten telefon odložím, nezapínám Instagram a podívám se třeba až druhý den. Protože ze začátku jsem takhle koukala třeba každých pět minut kolik mi tam skáče lajků. A to už nechci dělat*“. Daniela nyní bere sociální sítě spíše jako pozitivní součást svého života. „*Spíš mi to ted' přináší takovou určitou*

¹⁰⁰ Refreshovat neboli aktualizovat

¹⁰¹ Ohodnotil, že se mu to líbí

radost, protože jsem se naučila na těch sítích vnímat spíš to dobré. Vím, že tam je třeba spousta šikany, ale já se toho snažím nevnímat“.

Je vhodné se zmínit konkrétněji o tom, že sítě již pronikají do partnerských vztahů a je na místě tuto oblast brát jako plnohodnotné téma k diskusi právě s partnerem. Lidé v partnerských vztazích se jí věnují, ale až tehdy, když už se schyluje k problému. Konkrétní případ zmiňuje Dominik, který se kvůli svému působení na sociální síti Instagram hádal se svojí přítelkyní. Daný důvod popisuje takto: „...lajkování a followování a taky ukládání fotek z její strany. Partnerka řešila, koho sleduju a komu dávám srdíčka a já jsem to s ní potom diskutoval.“ Jako důvod, proč si myslí, že jeho partnerce tato aktivita vadila, udal: „No partnerku to štvalo, koho lajkuju, protože si myslela, že to ubírá pozornost na ní, podle mě“. V tomto případě byla diskuze a otevřená komunikace o problematice vhodnou formou řešení problému. „...jak se mi o tom zmínila, tak jsme to prodiskutovali a já doufám, že se to vyřešilo, protože to už neřešíme“. Dominik dodává, že se z tohoto problému oba poučili a zamysleli se také nad vhodným používáním sítí tak, aby tomu druhému nedávali důvody k žárlení. „Taky už s těma sítěma fungujem jinak, nějak líp“. Ačkoliv v některých partnerstvích sociální sítě zpříjemňují soužití, je potřeba brát zřetel na partnera a na jeho pohled na působení a vystupování na sociální síti.

8.10 Mobil, nebo televize?

U partnerských vztahů, které jsou delší deseti let a partneři jsou ve věku 40 plus, má na společný život vliv spíše televize nežli sociální sítě. Výzkumné šetření ukazuje, že soužití starších lidí v dlouholetých vztazích narušuje televizní zařízení a jeho sledování druhým partnerem. Uvádí tak Kamila, která na otázku, zda by nechtěla raději vztah bez sociálních sítí odpověděla: „Já si myslím, že my ty sítě nevyužíváme úplně, že by nám narušovaly náš vztah. Nám ho narušuje televize jo, tu bysme potřebovali zrušit, protože on na ni kouká. Myslím, že ty sociální sítě pro nás už v tomhle věku nejsou problém“. Páry mladších generací televizi sice sledují, ale je pro ně spíše společnou aktivitou, společným oddechem. Mnoho lidí ani příliš sledování jednoho pořadu či filmu nebaví, a tak sáhnou právě po mobilním zařízení.

Sledování televize se také často staví do roviny používání mobilních telefonů. Obojí připravuje uživatele o pozornost, vyvolává závislost a pro mnohé může být sledování televize nebo brouzdání na mobilu odpočinkem, odreagováním nebo únikem od reálného života. V partnerském vztahu může docházet k rozepřím a elektronická zařízení se mohou stát prostředníkem dohadování, neshod a nedorozumění. Takovou situaci přibližuje Lucie, která se se svým manželem dohaduje kvůli mobilnímu zařízení a do stejné roviny staví televizor.

Dokonce u Lucie, která žije v dlouholetém manželství, byly sociální sítě důvodem k hádce. Situaci popisuje takto: „...*když v jeho přítomnosti jsem na sociálních sítích. Jemu vadí cokoliv i mobil v ruce. On to považuje za závislost, ale moje odpověď zní, že on je závislý na televizi a dívá se na to, co mu tam předloží... Já si vyberu. Takže takhle vypadá hádka*“. V manželství je Lucie spíše nešťastná, jak uvádí. Tato skutečnost může být jeden z důvodů, proč hádky tohoto typu neřeší a spíše od vzájemných domluv a komunikace rezignují. Na otázku, jak se takové hádky vyřeší odpovídá: „*Nijak. Řekneme si navzájem, že on je závislej na televizi, já na sítích nebo na mobilu. Já mu řeknu, že to není pravda, protože nekouká, jako já hodinu denně na sociální sítě. A on kouká osm hodin třeba. Tak si to dočtu, nezajímá mě to...*“.

Televize, mobilní zařízení i počítače jsou bezpochyby zařízení, která při nevhodném a nadměrném používání narušují nejenom chod domácnosti, ale i partnerský život. Pokud jsou používány často pouze jedním partnerem a neslouží jako společná aktivita k odreagování, mohou narušovat komunikaci nebo sloužit jako spouštěč hádek. Televizní zařízení jsou zde mnohem delší dobu než zařízení mobilní, proto je jasné, že se s ním mohli sžít lépe starší generace. Ti z nich, kteří si k chytrým telefonům cestu nenašli, budou považovat sledování televize za přijatelné a nové moderní mobily za nebezpečí.

9 SHRnutí VÝzkUMU

První výzkumná otázka sloužila k rozvedení tématu, kdy a proč tráví lidé čas na sociálních sítích. Převážná většina se pohybovala kolem dvou až tří hodin denně. Důvody návštěv se u lidí liší a můžeme nalézt široké spektrum důvodů, proč na sítích tráví čas. Mezi hlavními důvody byla socializace, sebe prezentace a komunikace. Mezi dalšími pak inspirace, zábava či zahánění nudy. Z výpovědí je zřejmé, že Instagram využívají k těmto aktivitám informanti nejvíce. Výzkum potvrzuje statistiky o úbytku zájmu o sociální síť Facebook mladší generací a využívání této sítě generacemi staršími. Přesto na Facebooku lidé zůstávají, nejspíše z nostalgie a z důvodu rychlé komunikace skrz Messenger. Na denní době, kdy jsou lidé na sítích, výslovně nezáleží, spíše na tom, zda jsou sami, v práci nebo mají volnou chvíli. Mnozí ale zařadili sociální síť mezi své denní rituály. Ne pro všechny byly sítě něčím, bez čeho by si nedokázali představit život, což je pozitivní zpráva.

Další otázka měla za cíl zjistit, zda má čas, který tráví partneři na sociálních sítích vliv na kvalitu jejich soužití. V tomto případě je odpověď spíše ne. Kvalita a spokojenost informantů ve vztahu neměla souvislost s časem na sociálních sítích. Problém nastává tehdy, pokud je partner či partnerka na sítích v době, kdy mají trávit čas společně. Téma prožívání společných chvílí má spíše spojitost s další výzkumnou otázkou, a to, jak partneři přijímají aktivitu svého protějšku na sociálních sítích. Popsané chování má vliv na kvalitu vztahu. Z odpovědí bylo zřejmé, že tyto situace, kdy jeden z partnerů věnuje pozornost mobilnímu telefonu, a ne společné aktivitě, mnohdy mohou vést k neshodám a sporům. Některé páry nevhodné používání mobilního telefonu se svým partnerem řešily častěji než jednou. V roli těch, kteří častěji napomínají, stojí dle výzkumu muži. Ženy si ale z tohoto domlouvání mnoho nedělají.

S prožíváním a přijímáním aktivity partnera na sociálních sítích souvisí nejpodstatnější téma, žárlivost. Cílem bylo zjistit, zda sítě u uživatelů žárlivost probouzí. V tomto případě nebylo možné vyvodit jednoznačnou odpověď, jelikož je zde celá řada faktorů a jevů, která jsou pro některé nepodstatné a pro jiné mají velkou váhu. Informanti mužského pohlaví byli převážně ti, kteří počínání své partnerky ve virtuálním prostředí neřeší. Pokud odpověděli, že nejsou ve vztahu žárliví, v popsáných aktivitách, týkajících se online prostředí, na partnerku také nežárlí. Pokud udávali, že by se ve vztahu jako žárliví alespoň z malé části popsali, na sítích se jejich žárlivost spíše neprojevuje. Závažněji by někteří z nich pouze reagovali v případě komunikace s cizími muži. Zde potom záleží na intenzitě dopisování a také na tom, zda partnerka muže zná či nikoliv.

Ženy spíše o takových situacích přemýšlely čistě hypoteticky. Pokud by takové chování někdy jejich partner vykonával, vadilo by jim to. Ne všechny se shodují, zda jim spíše záleží na vzhledu dané ženy nebo na sociálním kontextu. V tom případě tedy na tom, zda dotyčnou znají osobně či ji zná pouze jejich partner. Některé jsou přesvědčeny, že jejich partneři nemají kontakt s cizími ženami a na sítích nejspíše ani netráví tolik času. Možné je, že o takových aktivitách však nemají tušení. Ty, které jsou v těchto oblastech žárlivé a obezřetné, se v některých případech setkaly s negativní zkušeností v minulosti. Při dlouholetých partnerstvích, kde byla důvěra neporušena, se žárlivost spojená se sítěmi vytrácí nebo zkrátka nikdy nebyla. Ve vztazích, kde důvěra schází, se spíše sítě objevují jako téma sporů. Kupříkladu jsou pro mnohé sítě spojeny se sebezprezentací a důležitou roli pro ně hraje obdiv formou srdíček, „lajků“. Ženy mohou situace, kdy muž obdivuje jiné ženy na sítích, přivádět na pochybné myšlenky o své osobě, což je možné považovat jako negativní vliv sítí. Pokud se těmito otázkami zabývají častěji, pochybují nejen o sobě, ale také o vztahu.

Souvisejícím tématem s působením partnera na sociálních sítích byla kontrola partnerova telefonu. Oblast, která byla výzkumem pokládána zprvu za druhořadou, se vyskytovala v rozhovorech s informanty ve vyšší míře, než bylo předpokládáno. Někteří jsou schopni nahlédnout do telefonu svého partnera a jeho aktivitu mají tendenci kontrolovat. Kontrola partnera a jeho mobilního telefonu se může stát zdrojem nedůvěry, ale také nedůvěra vede ke kontrole mobilních telefonů. V současné době, může chytré zařízení posloužit jako prostředek ke snazšímu navázání komunikace i k flirtu, jak pár informantů zmínilo. Na druhou stranu to může být prokazatelný důkaz nevěry v partnerství. Lidé kontrolují mobilní telefon partnera ze zvědavosti. Ti, kteří znepokojivé domněnky potvrdí, se mohou cítit zklamaně a smutně a ve vztahu ztrácí důvěru. Další reakcí, může být uklidnění sebe sama, že oni jsou ve vztahu těmi lepšími, poctivějšími a věrnějšími. Z proniknutí do partnerova soukromí si tak v závěru hlavu nedělají. Reakcí při nepotvrzení spekulace bývá pocit hlouposti, trapnosti a také úlevy. Na všechny zmíněné sféry má vliv dále celá řada dalších faktorů, které výzkum neobsáhl. Může se jednat o rozpoložení a prožívání druhého partnera, jeho pohled na situaci, názory nebo postoje. Také je důležitá vyrovnanost a životní zkušenosti obou partnerů, zmíněná vzájemná důvěra či komunikace.

Do jisté míry je zdravá žárlivost v partnerství na místě. Partneři si jí projevují pozornost a zájem. Jako v reálném životě, tak i online, je stěžejním důvodem k žárlivosti kontakt a následná komunikace s cizími lidmi, která může mít záměr flirtu a navázání bližších vztahů mezi aktéry. To je věc, které se mnozí partneři a partnerky mohou obávat. Přesto, že online komunikace

postrádá řadu prvků, které jsou pro komunikaci „tváří v tvář“ zásadní, přináší naopak určité výhody. Je možné komunikovat prakticky kdykoliv a kdekoliv, může probíhat za pomoci doprovodných forem zpráv, jako jsou fotografie a podobně. Samozřejmě se rozhovoru v mobilním telefonu dá snadno zbavit odstraněním. Tyto prvky mají zřejmě silnou váhu, proto se jich mnozí ze strany partnera tak obávají.

Častá aktivita, která je naopak pozitivní a drahé polovičky ji mnohdy vřele vítají, je přidávání společných fotografií, videí, zkrátka zážitků. Prezentace partnerského života je zde, dle výzkumu, velmi častá a je možné ji považovat jako pozitivní aktivitu partnera. Mnozí uživatelé dávají příspěvkům s partnerem důležitou váhu a tím potvrzují oficiálnost vztahu. Také se ukazuje, že lidem, kteří žijí odděleně sítě napomáhají nejen k udržení, ale i zpestření či zpříjemnění komunikace na dálku.

Sociální sítě mohou být v současnosti činitelem s pozitivním i negativním působením. Partneři si mohou, pokud je to pro ně plnohodnotná forma, dokazovat lásku a náklonost skrz platformy. Také jim napomáhají k lepšímu poznání druhého. Z opačného pohledu mohou způsobovat sítě nedůvěru, smutek a také zmatek. Do některých vztahů sebou přináší žárlivost a nová, méně či více problematická, témata k řešení, jež mohou být předmětem hádek. Pozitivní informací je, že pro řadu lidí jsou nepotřebným a postradatelným činitelem v jejich partnerství nebo manželství.

ZÁVĚR

Bakalářská práce měla za cíl zmapovat, jak sociální sítě zasahují do každodenního života zadaných lidí a do jejich partnerských vztahů. Zdali ovlivňuje používání sítí jejich chování a cit k partnerovi.

Teoretická část se skládala ze dvou obsáhlých oblastí-sociální sítě a partnerské vztahy. První oblast se věnovala zmapování co nejširšího spektra témat spojených se sociálními sítěmi. Jednalo se o jejich vymezení a charakter, světovou i českou historii a popis konkrétních platforem Instagram a Facebook. Také bylo důležité upozornit na nadměrné používání sítí a možnost závislosti na nich. Druhou, podstatně větší část, tvořila tematika partnerských vztahů, lásky a jejich komponentů. Jednotlivé oblasti byly spojovány nejen s prožíváním v realitě, ale také v souvislosti s virtuálním světem. To především z důvodu povšimnutí si odlišností a nesymetričnosti mezi vztahy online a off-line.

V úvodu praktické části byl popsán cíl výzkumné práce, vymezena terminologie týkající se uplatněného kvalitativního šetření a popis výzkumného vzorku. Nepostradatelnými oblastmi, kterými se výzkum při dosažení výsledku zabýval, byla doba a čas strávená u sociálních sítí, zmapování partnerského vztahu, žárlivost a partnerská kontrola. V neposlední řadě také prožívání popisovaných situací a s tím i emoce. Informace získané z rozhovorů s informanty byly kódovány do několika oblastí, které byly následně popsány a rozpracovány.

Výzkumné šetření ukázalo konkrétní příklady toho, jaký mohou mít sítě vliv na soužití dvou lidí. To, zda sociální sítě vůbec partnerské vztahy nějakým způsobem ovlivňují, je z výzkumu jasně patrné. Kvalita vztahu není ani tak ovlivněna dobou, kterou partneři tráví na síti sami, ale podstatnější je, zda používají mobil při trávení společného volného času nebo při konkrétních společných aktivitách, které jsou pro druhého podstatné. Sítě, dle výzkumu, prohlubují u některých párů ve vyšší míře také žárlivost, která bývá spojena s komunikací s jinými uživateli, většinou opačného pohlaví. Také je spojována a bývá předmětem debat i hádek s lajkováním, hodnocením příspěvků druhého z partnerů. Zároveň výzkum odkrývá řadu jevů, které jsou spojené s dnešní, dosti hektickou, dobou chytrých telefonů a jejich používáním.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ:

- BAUMAN, Zygmunt. *Tekutá láska: o křehkosti lidských pout*. Praha: Academia, 2013. XXI. století. ISBN 978-80-200-2270-7.
- BILLEDO, Cherrie Joy, Peter KERKHOF a Catrin FINKENAUER. The Use of Social Networking Sites for Relationship Maintenance in Long-Distance and Geographically Close Romantic Relationships. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* [online]. 2015, **18**(3), 152-157 [cit. 2021-6-12]. ISSN 2152-2715. Dostupné z: doi:10.1089/cyber.2014.0469
- BLINKA, Lukáš. *Online závislosti: jednání jako droga? online hry, sex a sociální sítě: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba*. Praha: Grada, 2015. Psyché. ISBN 978-80-210-7975-5.
- BOYD, danah m. a Nicole B. ELLISON. Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer: Mediated Communication* [online]. 2007, **13**(1), 210-230 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- CENDRA, Zdeněk. Pavel Francírek: Za Xchat.cz po nás chtělo NetCentrum 13 miliónů. *30minut.cz* [online]. 2008, 23.12.2008 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <http://www.30minut.cz/pavel-francirek-za-xchatez-po-po-nas-chtelo-netcentrum-13-milionu/>
- CONSTINE, Josh. Instagram CEO on Stories:: Snapchat deserves all the credit. *Techcrunch.com* [online]. 2016, August 2, 2016 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://techcrunch.com/2016/08/02/silicon-copy/?_ga=2.22324795.106029536.1604221788-1444854934.1604221788
- CONSTINE, Josh. Instagram launches “Stories,” a Snapchatty feature for imperfect sharing. *Techcrunch.com* [online]. 2016, August 2, 2016 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://techcrunch.com/2016/08/02/instagram-stories/?guccounter=1>
- Co je to Instagram? *Facebook: Instagram* [online]. © 2021 INSTAGRAM, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: https://www.facebook.com/help/instagram/424737657584573?helpref=hc_fnav
- DALLAIRE, Yvon. *Láska a sexualita v trvalém vztahu*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-523-3.
- Dating and Relationships in the Digital Age. *Pew Research Center* [online]. Washington, DC 20036 USA: Pew Research Center, 2021, MAY 8, 2020 [cit. 2021-6-

- 12]. Dostupné z: <https://www.pewresearch.org/internet/2020/05/08/dating-and-relationships-in-the-digital-age/>
- DIVÍNOVÁ, Radana. *Cybersex: forma internetové komunikace*. Praha: Triton, 2005. ISBN 80-7254-636-8.
 - FOMO. *Dictionary.cambridge.org* [online]. © Cambridge University Press [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/fomo?q=FOMO>
 - FROMM, Erich. *Umění milovat*. Přeložil Jan VINAŘ. Praha: Nakladatelství Josefa Šimona, Český klub. 1996. ISBN 80-85637-26-x.
 - G I F. *W3* [online]. Columbus, Ohio 43220: CompuServe Incorporated, 1987 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://www.w3.org/Graphics/GIF/spec-gif87.txt>
 - HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena a NEPRAŠ, Karel. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-686-5. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:2c30b1c0-db55-11e5-9f76-5ef3fc9bb22f>
 - HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.
 - *Instagram: About* [online]. © 2021 Instagram by Facebook [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://about.instagram.com/>
 - Introducing Instagram Reels. *Instagram: About Instagram* [online]. © 2021 INSTAGRAM, 2021, AUG 5, 2020 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://about.instagram.com/blog/announcements/introducing-instagram-reels-announcement>
 - Jak fungují obchody na Instagramu? *Instagram* [online]. © 2021 INSTAGRAM, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://help.instagram.com/240116693975803>
 - KAPUCIÁNOVÁ, Aneta. Seznam.cz zavře v polovině prosince svou službu Lidé.cz. *Seznam.cz* [online]. 2021, 2020 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: <https://blog.seznam.cz/2020/11/seznam-cz-zavre-v-polovine-prosince-svou-sluzbu-lide-cz/>
 - KASÍK, Pavel. Končí Spolužáci.cz. V době sociálních sítí a GDPR služba nemohla přežít. *IDnes.cz* [online]. 2018, 4. dubna 2018 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.idnes.cz/technet/internet/sluzba-spoluzaci-cz-konci-2018.A180404_125301_sw_internet_pka

- KOPECKÝ, Kamil. Co je syndrom FoMO. *E-Bezpečí* [online]. 2017, 4. duben 2017, 2(1), 14-16 [cit. 2021-6-11]. ISSN 2571-1679. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=122>
- *MKN-10: 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí* [online]. 1. 1. 2020 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F40-F48>
- MOŽNÝ, Ivo. Láska. *Sociologická encyklopedie* [online]. Sociologický ústav AV ČR, 2017, 2. 2. 2018 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/L%C3%A1ska>
- NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1679-9. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:6383b8c0-2944-11e5-8454-005056825209>
- NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-908-8. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:f2efed80-e21c-11e5-afd2-5ef3fc9ae867>
- Netolismus: závislost na tzv. virtuálních drogách. *Národní zdravotnický informační portál* [online]. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR a Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/259-netolismus>
- Odebrání uživatele z přátel nebo zablokování. *Facebook* [online]. Facebook ©, 2021 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.facebook.com/help/1000976436606344?helpref=hc_global_nav
- ORSETH, Kate. Facebook Dating Expands to Europe. *Facebook* [online]. 2020, October 21, 2020 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://about.fb.com/news/2020/10/facebook-dating-expands-to-europe/>
- PAVLÍČEK, Antonín a Fakulta informatiky a statistiky. *Nová média a sociální síť*. Praha: Oeconomica, 2010. ISBN 978-80-245-1742-1. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:595869e9-68e2-4dc6-b20a-bd2fbab58760>
- POSPÍŠILOVÁ, Marie. *Facebooková (ne)závislost: identita, interakce a uživatelská kariéra na Facebooku*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3306-0.
- RETTBERG, Jill Walker. Self-Representation in Social Media. *The SAGE Handbook of Social Media* [online]. 2017. London: SAGE Publications, 2017, Chapter: 25 [cit. 2021-6-12]. ISBN 9781473984066. Dostupné z:

https://www.researchgate.net/publication/305073320_Self-Representation_in_Social_Media

- ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-829-5.
- Selfie. *Cambridge Dictionary* [online]. Cambridge: © Cambridge University Press 2021, 2021 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/selfie>
- Siân A. McLean BSc(Hons), Susan J. Paxton PhD, Jennifer Masters PhD a Eleanor H. Wertheim PhD. Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders* [online]. © Wiley Periodicals, 2015, 27 August 2015, 48(8), 1132–1140 [cit. 2021-01-01]. ISSN 1098-108X. Dostupné z: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/eat.22449?saml_referrer
- SWINGLE, Joshua. Instagram's removing one of its most controversial features. *PhoneArena.com* [online]. New York: PhoneArena.com., 2021, OCT 07, 2019 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: https://www.phonearena.com/news/Instagram-removes-ability-see-peoples-comments-likes-follows_id119488
- Šest stupňů odloučení. *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2021 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%A0est_stup%C5%88%C5%AF_odlou%C4%8Den%C3%AD
- ŠMAHEL, David. *Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Triton, 2003. Psychologická setkávání, sv. 6. ISBN 80-7254-360-1.
- ŠVAŘÍČEK, Roman a ŠEĐOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:a0b68d90-d54b-11e5-88b1-5ef3fc9ae867>
- The Goodnight Kiss is Dead. *Asurion* [online]. Nashville: ©Asurion, 2021, JUL 25 2018 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <https://www.asurion.com/about/press-releases/the-goodnight-kiss-is-dead/>
- TOKUNAGA, Robert S. Social networking site or social surveillance site? Understanding the use of interpersonal electronic surveillance in romantic relationships. *Computers in Human Behavior* [online]. 2011, 27(2), 705-713 [cit. 2021-6-11]. ISSN 07475632. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/223527465_Social_Networking_Site_or_So

[cial_Surveillance_Site_Understanding_the_Use_of_Interpersonal_Electronic_Surveillance_in_Romantic_Relationships/citations](#)

- UTZ, Sonja a Camiel J. BEUKEBOOM. The Role of Social Network Sites in Romantic Relationships: Effects on Jealousy and Relationship Happiness. *Journal of Computer: Mediated Communication* [online]. 2011, **16**(4), 511–527 [cit. 2021-6-11]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2011.01552.x>
- VÁGNEROVÁ, Marie a Univerzita Karlova. *Vývojová psychologie II: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:0d370240-d053-11e5-964f-005056825209>
- VIČAROVÁ, Barbora. *Instagram Stories nově přiblíží AR filtry běžnému uživateli*. *Focus-age* [online]. 16. 8. 2019 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: https://www.focus-age.cz/m-journal/aktuality/instagram-stories-nove-priblizi-ar-filtry-beznemu-uzivateli_s288x14654.html
- vincos.it. World Map of Social Networks. *Vincos.it: World map of social networks* [online]. 2020, 2008-2020 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://vincos.it/world-map-of-social--networks/>
- VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-387-1. Dostupné také z: <https://ndk.cz/uuid/uuid:bb38e590-ff33-11e3-a680-5ef3fc9bb22f>
- Využívání informačních a komunikačních technologií v domácnostech a mezi jednotlivci - 2019: Sociální sítě. *Český statistický úřad* [online]. 2019, 26.11.2019 [cit. 2021-01-01]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/90577057/06200419k07.pdf/342e9572-24ee-4661-88b6-c86e63dbb7f4?version=1.1>
- VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.
- WINSTON, Johnny. Photography in the Age of Facebook. *INTERSECT: The Stanford Journal of Science, Technology, and Society* [online]. 2013, **6**(2), 1-11 [cit. 2021-6-12]. Dostupné z: <http://ojs.stanford.edu/ojs/index.php/intersect/article/view/517/449>
- WISWEDE, Günter. *Sozialpsychologie-Lexikon*. München: Oldenbourg, 2004. ISBN 978-3-486-27514-8. Dostupné z: <https://doi.org/10.1515/9783486815641>
- ZEMANOVÁ, Milada. Důležité statistiky sociálních sítí pro rok 2019. *Focus-age.cz* [online]. Praha: PR a digitální agentura Focus Agency, 2021, 2019 [cit. 2021-

01-01]. Dostupné z: https://www.focus-age.cz/m-journal/aktuality/dulezite-statistiky-socialnich-siti-pro-rok-2019__s288x14670.html

PŘÍLOHY:

Příloha A: Otázky k rozhovorům

Jak dlouho jste ve vztahu?

Jaký je váš vztah? Můžete ho nějak popsat?

Popsal/a byste se jako žárlivá/žárlivý ve vztahu k partnerovi/partnerce?

Jste v partnerském vztahu šťastná/šťastný? A je pro vás váš vztah kvalitní?

Kolik hodin denně trávíte na sociálních sítích (v běžný den)? Jaké sítě využíváte nejvíce?

Cítil/a jste někdy nutkavou potřebu podívat se na svoji sociální síť? Například ráno jako rituál, večer po práci, když se nudíte?

Jste na sociálních sítích, pokud zrovna trávíte volný čas s partnerem/partnerkou? Například večer před spaním, doma při televizi, ráno při snídani, v autě, po práci...

-A pokud přijde upozornění v takové situaci jdete se podívat a zkontrolovat telefon?

Proč máte Instagram?

Proč máte Facebook?

Přináší vám sítě spíše negativa nebo pozitiva?

Prezentujete nějak váš partnerský vztah na sociální síti?

-Kam fotografie přidáváte a jak často?

-Když IG: Spíše na profil jako příspěvek nebo pouze do Story?

-Facebook: Fotky na profil veřejně nebo jen pro okruh přátel...?

- (Máte svého partnera/partnerku ve statusu ve vztahu na Facebooku? Sledujete se navzájem na sítích?)

- (Necháváte staré fotky s ex partnery na sociálních sítích? A jak byste reagoval/a na takové fotky u svého nového partnera? Řešil jste někdy takové fotky ve vašem vztahu?)

Řešíte někdy ve Vašem partnerském vztahu sociální sítě Facebook a Instagram?

Byly někdy důvodem k hádce?

- Pokud ano můžete tu situaci popsat? /Jak to bylo? Co tuto hádku spustilo?

- Pokud ano, jak se to vyřešilo?

Jsou problematickou oblastí, kterou řešíte častěji?

Žárlíte na partnera/ku, když komunikuje s jinými ženami/muži přes sociální sítě?

Žárlíte, když sleduje nebo lajkuje ostatní na Instagramu?

-Žárlíte spíše na vám známé lidi, které znáte osobně, na cizí lidi, které partner například zná a vy ne nebo na influencery a „celebrity“?

-Pokud žárlíte na lidi z okolí vašeho partnera nebo i vašeho okolí-Spíše jde vždy o vzhled lidí a fotografie nebo se jedná o to, že je znáte, máte s nimi zkušenosti nebo popřípadě víte jací jsou ve skutečnosti a čeho jsou schopni?

Žárlíte na partnera/ku, když sleduje nebo lajkuje ostatní na Facebooku?

-Spatřujete nějaké rozdíly mezi Facebookem a Instagramem v tomto ohledu?

Kontrolujete, kdo partnera/ku sleduje nebo mu lajkuje příspěvky? – Jaké pocity to ve vás vyvolává?

Podíval/a jste se někdy svému partnerovi/partnerce do telefonu za záměrem zjistit něco tajného nebo potvrdit/vyvrátit nějaké své domněnky? Jak jste se při tom cítili? A zjistili jste něco?

Dokázal/a byste využít sociální sítě k nekalým praktikám jako podvádění ve vztahu, sexting, tajné scházení s jinými lidmi?

Přináší vám tedy sítě pozitivní či negativní pocity? A jaké?

Jsou sítě nějak přínosné pro váš vztah?

Nechtěl/a byste raději vztah bez sociálních sítí?