

UNIVERZITA PARDUBICE

FILOZOFICKÁ FAKULTA

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2025

Bc. Stránská Veronika

Univerzita Pardubice
Filozofická fakulta

Rizika digitálních technologií u mladistvých
Diplomová práce

2025

Bc. Stránská Veronika

Univerzita Pardubice
Fakulta filozofická
Akademický rok: 2023/2024

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Bc. Veronika Stránská**
Osobní číslo: **H23281**
Studijní program: **N0111P190001 Resocializační pedagogika**
Téma práce: **Rizika digitálních technologií u mladistvých**
Téma práce anglicky: **Risks of digital technologies in adolescents**
Zadávající katedra: **Katedra věd o výchově**

Zásady pro vypracování

Žijeme v moderní době plné digitálních technologií a sociálních sítí, které skrývají jak své pozitivní, tak negativní stránky. Diplomová práce se snaží přiblížit možná rizika, která jsou spojena s používáním digitálních technologií a to zejména u mladistvých. Teoretická část práce se zabývá:

1. Riziky online světa a digitálních technologií
2. Vlivy digitálních technologií na naši psychiku
3. Diagnostikou online závislosti a závislosti na digitálních technologiích
4. Případnou resocializací

Praktická část diplomové práce je založena na kvalitativním výzkumu. Polostrukturované rozhovory jsou vedeny s mladistvými, kteří se potýkali s problémovým, či závislostním chováním v důsledku nadměrného užívání digitálních technologií a sociálních sítí. Rozhovory jsou dále vedeny i s pracovníky konkrétní organizace, která se zmíněnou problematikou pracuje.

Rozsah pracovní zprávy:

Rozsah grafických prací:

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

Seznam doporučené literatury:

1. AIKEN, Mary. *Nebezpečný efekt*. Přeložil Antonín SUCHÁNEK. Praha: Zeď, 2021. ISBN 978-80-907909-4-0.
2. AIKEN, Mary. *The cyber effect: a pioneering cyberpsychologist explains how human behaviour changes online*, London: John Murray, 2017. ISBN: 987-1-473-61025-5
3. BLINKA, Lukáš. *Online závislosti: jednání jako droga? : online hry, sex a sociální sítě : diagnostika závislosti na internetu : prevence a léčba*. Psyché (Grada). Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-210-7975-5.
4. CARR, Nicholas G. *Nebezpečná měřičina: jak internet mění náš mozek : analýza stavu lidské psychiky v době digitální*. Přeložil Jaroslava PRÉROVSKÁ. V Praze: Dauphin, 2017. ISBN 978-80-7272-780-3.
5. KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8.

Vedoucí diplomové práce:

doc. PhDr. Albín Škoviera, Ph.D.

Katedra věd o výchově

Datum zadání diplomové práce:

8. dubna 2024

Termín odevzdání diplomové práce:

8. dubna 2025

doc. Mgr. Jiří Kubeš, Ph.D. v.r.
děkan

Ing. Jaroslav Myslivec, Ph.D. v.r.
vedoucí katedry

V Pardubicích dne 8. dubna 2024

Prohlašuji:

Práci s názvem Rizika digitálních technologií u mladistvých jsem vypracovala 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

Bc. Stránská Veronika

PODĚKOVÁNÍ

Tímto bych chtěla moc poděkovat vedoucímu práce doc. PhDr. Albínu Škovierovi za jeho snahu, ochotu a odbornou pomoc při zpracování diplomové práce. V neposlední řadě bych ráda poděkovala za podporu i mé rodině.

ANOTACE

Žijeme v moderní době plné digitálních technologií a sociálních sítí, které skrývají jak své pozitivní, tak negativní stránky. Teoretická část práce se snaží přiblížit vliv psychologických a sociálních aspektů, vliv výchovy a možná rizika, která jsou spojena s používáním digitálních technologií a to zejména u mladistvých.

Praktická část diplomové práce je založena na kvalitativním výzkumu. Polostrukturované rozhovory jsou vedeny s mladistvými, kteří se potýkali s problémovým, či závislostním chováním v důsledku nadměrného užívání digitálních technologií a sociálních sítí. Rozhovory jsou dále vedeny i s pracovníky konkrétní organizace, která se zmíněnou problematikou pracuje.

KLÍČOVÁ SLOVA

Digitální technologie, rizika, osobnost, vliv výchovy, prevence

ANNOTATION

We live in a modern age full of digital technologies and social networks, which hide both their positive and negative sides. The theoretical part of the work tries to bring closer the influence of psychological and social aspects, the influence of upbringing and possible risks that are associated with the use of digital technologies, especially among teenagers.

The practical part of the thesis is based on qualitative research. Semi-structured interviews are conducted with teenagers who have struggled with problematic or addictive behavior as a result of excessive use of digital technologies and social networks. Interviews are also conducted with employees of a specific organization that works with the mentioned issue.

KEY WORDS

Digital technology, risks, personality, influence of education, prevention

Obsah

1.	ÚVOD	11
2.	PSYCHOLOGICKÉ A SOCIÁLNÍ ASPEKTY OSOBNOSTI	13
2.1.	Formování dětské identity a procesy socializace	13
2.1.1.	Vliv výchovy na formování osobnosti	16
2.1.2.	Konformita a tlak vrstevníků.....	19
3.	VZTAH DĚTÍ K DIGITÁLNÍM TECHNOLOGIÍM	23
3.1.	Vliv digitálních technologií na děti a mládež	25
3.1.1.	Nejpoužívanější online platformy a aplikace současné doby.....	28
3.2.	Rizika online světa a digitálních technologií u dětí a mládeže	31
3.3.	Prevence rizikovosti digitálních technologií	39
4.	METODOLOGIE VÝZKUMU	43
4.1.	Cíle výzkumu	43
4.2.	Výzkumné otázky	44
4.3.	Metodologický přístup a metoda sběru dat	44
4.4.	Charakteristika výběrového souboru	45
4.5.	Výběrový soubor	45
5.	VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ U PRACOVNÍKŮ SVP	48
5.1.	Problémy dětí	48
5.2.	Rodinné zázemí	49
5.3.	Volnočasové aktivity	50
5.4.	Trendy	51
5.5.	Dopady	53
5.6.	Neznalost	54

6. VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ U MLADISTVÝCH	56
6.1. Důvody umístění dětí do SVP	56
6.2. Začlenění	57
6.3. Volný čas	58
6.4. Rizika digitálních technologií	60
6.5. Osobní zkušenost	61
6.7. Pohled rodičů	64
7. ZHODNOCENÍ VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	66
8. ZÁVĚR.....	70
BIBLIOGRAFIE	72
PŘÍLOHY.....	75

SEZNAM ZKRATEK

AI – Umělá inteligence

MKN – Mezinárodní klasifikace nemocí

SVP – Středisko výchovné péče

WHO – Světová zdravotnická organizace (World Health Organization)

1. ÚVOD

Žijeme v době, kdy se digitální technologie staly nedílnou součástí každodenního života, zejména mezi dětmi a mladistvými. Děti mají svůj první chytrý telefon v čím dál tím nižším věku, což je samo o sobě velmi rizikové. Internet, sociální sítě, nejrůznější aplikace a online hry skrývají jak své pozitivní, tak negativní stránky. Digitální prostředí nabízí příležitosti nejen k učení, ale i ke komunikaci a zábavě. Nicméně, s těmito výhodami přicházejí také rizika, která mohou mít vážný dopad na psychické a fyzické zdraví nejen dětí, ale i dospělých. Využívání digitálních zařízení, jako jsou mobilní telefony, počítače, tablety a konzole může mít závažné důsledky, pokud není správně regulováno nebo pokud není dostatečně zohledněna bezpečnost v online světě.

Pozornost je zaměřena zejména na aspekt rodiny, která hraje klíčovou roli v tom, jak mladiství přistupují k používání digitálních technologií. Výchova a regulace času stráveného u digitálních zařízení, stejně jako nastavení jasných pravidel a hranic, mají zásadní vliv na to, jak se děti a mladiství orientují ve světě technologií.

V rámci vztahů jsou pro děti a mladistvé klíčové také vrstevnické vztahy, které výrazně ovlivňují jejich používání digitálních technologií. Děti se často cítí pod tlakem vrstevníků, aby byly co nejvíce „v obraze“, sledovaly aktuální trendy, zapojovaly se do online her a účastnily se online výzev, což může vést k tomu, že se zapojují do takových aktivit, které by jinak nevyhledávaly.

Dále se zaměříme na nejoblíbenější aplikace, které dnes děti a mladiství nejvíce využívají a také si představíme nejčastější rizika, se kterými se v online světě může setkat každý z nás. Cílem je poskytnout přehled o hlavních hrozbách spojených s jejich používáním a doporučit možná preventivní opatření a to zejména směrem k rodině, která mohou pomoci ochránit děti před negativními důsledky digitalizovaného světa.

Předkládaná práce je rozdělena do dvou částí. Jednak do teoretické, která se zaměřuje na propojení zmíněných bodů z oblasti výchovy a používání digitálních technologií u mladistvých a nejčastějších rizicích. A jednak do části praktické, která je provedena kvalitativním výzkumem, formou polostrukturovaných rozhovorů.

Výzkumná část této práce se zaměřuje na činnost střediska výchovné péče, které navštěvují děti a mladiství s různými problémy, často spojenými s používáním digitálních technologií. Cílem výzkumu je zkoumat dvě skupiny informantů – pracovníky střediska a mladistvé umístěné v zařízení kvůli problémům souvisejícím s digitálními technologiemi. Práce se zaměřuje na to, do jaké míry se pracovníci setkávají s dětmi a mladistvými, kteří přicházejí s těmito problémy, a o jaké konkrétní problémy se jedná. Z pohledu druhé skupiny informantů výzkum zkoumá, jaká rizika a problémy v souvislosti s digitálními technologiemi jsou pro ně nejčastější. Pro zajištění anonymity a ochrany informací nejsou v práci uvedena konkrétní jména středisek ani osob, a rozhovory jsou anonymní.

2. PSYCHOLOGICKÉ A SOCIÁLNÍ ASPEKTY OSOBNOSTI

Psychologické a sociální aspekty osobnosti můžeme zařadit mezi klíčové oblasti, které ovlivňují, jak jednotlivci interagují s okolním světem a jak se vyvíjejí jejich charakteristiky. Tyto aspekty zahrnují široké spektrum nejrůznějších faktorů, od vnitřních psychologických procesů až po vlivy rodinného, kulturního a sociálního prostředí. Psychologické aspekty kladou důraz na individuální vlastnosti, které formují naši chování a myšlení. Jedná se především o naše osobnostní rysy, tedy naše chování, prožívání, ale i postoje a hodnoty. Ty jsou propojené se zmíněnými sociálními aspekty, jelikož značné množství našich charakteristik je nám předáváno prostřednictvím rodiny a výchovy, která má na utváření naší osobnosti zásadní vliv.

Rodiče jsou mnohdy prvním vzorem, ke kterému dítě vzhlíží a chce se mu podobat. Pro formování osobnosti jsou tedy významné především rodičovské postoje, které se utvářejí v době dětství a spočívají ve zkušenostech rodičů. Tyto postoje jsou zásadní z pohledu vztahu rodičů ke svému dítěti a následné výchově.¹ Abychom však mohli utvářet naši osobnost, musíme si být vědomi sami sebe, tedy uvědomovat si, že jsme autonomní bytost. Erik Erikson, významný německo-americký psycholog poukazuje na důležitost pozitivní zpětné vazby od rodičů, která je významná pro vývoj osobnosti jedince.² V následující kapitole budou představeny procesy formování identity, socializace, význam rodiny a výchovy pro formování dětských postojů, a to i směrem k používání digitálních technologií.

2.1. Formování dětské identity a procesy socializace

Při utváření identity dítěte je rovněž zásadní, jakým způsobem dítě chápou jeho rodiče a jakým způsobem se k němu vyjadřují, neboť dítě takový názor bez pochyby přijímá. Tím můžeme říci, že do naší identity vyrůstáme již z rodinného prostředí. Identitu můžeme definovat jako odpověď na otázku, kým jsme nebo kým nejsme. Na základě naší identity můžeme mnohdy očekávat i předvídatelné očekávání ze strany našeho okolí. Příkladem může být dítě, kterému rodiče již od dětství říkají, že je neposlušné a chová se jako gauner, na základě této nálepky se

¹ Srov. VÁGNEROVÁ Marie. *Vývojová psychologie*. Praha: Portál 2002. ISBN 80-246-0123-3, s. 35-38

² Srov. SKORUNKOVÁ Radka. *Úvod do vývojové psychologie*. Gaudeamus 2007. ISBN 978-80-7041-123-4, s. 37-38

může okolí k dítěti chovat odměřeně. Musíme však poukázat i na dynamičnost identity,³ která vypovídá o tom, že se v různých situacích mění a my si tak můžeme vybrat, kterou identitu zrovna použijeme.

Můžeme ji vymezit následovně:

Identita připsaná – poukazuje na to, jak nás vidí okolí

Identita zvolená – vypovídá o tom, jakou roli zastáváme v konkrétní situaci (student, syn, zaměstnanec atd.)

Identita potencionální – kým bychom rádi byli⁴

Identifikace je další termín, který významně souvisí s utvářením identity. Díky identifikaci se dítě ztotožní se svým vzorem. U malých dětí to většinou jako první bývají jejich rodiče/zákonní zástupci, či někdo, kdo je vychovává od nejtělejšího věku. Identifikace u dítěte probíhá způsobem napodobování jeho chování, stylu, řeči atd. Freud poukazoval na identifikaci jako na proces, kterým si jedinec vytváří afektivní pouto s jinou osobou nebo skupinou.⁵ S identitou a identifikací se také pojí vymezování vůči druhým, které může vzniknout na základě viditelných, ale i skrytých charakteristik. Toto vymezení můžeme definovat z pohledu teorie sociálního porovnávání, kterou v roce 1954 stanovil americký sociální psycholog Leon Festinger. Teorie poukazuje na potřebu srovnávání s druhými lidmi, které můžeme rozdělit na dva typy.:

- 1) **Srovnávání vzestupné** – vyvolává v nás smutek či agresi, jelikož se srovnáváme s někým, o kom si myslíme, že se má lépe, než my.
- 2) **Srovnávání sestupné** – vyvolává v nás pozitivní náladu, jelikož jedinec, se kterým se srovnáváme, je na tom hůře, než my.⁶

Lidé mají velikou potřebu identifikovat se se svým vzorem, s někým, kdo má stejné záliby a vkus. Stejně tak mají velikou potřebu vymezovat se vůči druhým. Z pohledu dětí a mladistvých

³ Srov. MOREE, Dana. *Základy interkulturního soužití*. Praha: Portál, 2015. ISBN: 978-80-262-0915-7, s. 27-28

⁴ Srov. KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2, s. 55.

⁵ Srov. JEDLIČKA, Richard. *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: Prevence životních selhání a krizová intervence*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5447-5, s. 22.

⁶ Srov. CATTARIN, J. A., THOMPSON J. K., THOMAS, C., & WILLIAMS, R. *Body image, mood, and televised images of attractiveness: The role of social comparison*. *Journal of Social and Clinical Psychology* 19. 2000. ISSN 0736-7236, s. 220–239.

je potřeba srovnávání velmi důležitá, neboť mají tendence zapadnout co nejvíce do daného kolektivu, proto se snaží co nejvíce přiblížit druhým.

Socializace je pro vývoj jedince velmi zásadní, jelikož se v jejím průběhu člověk stává součástí společensko-kulturní organizace. Socializaci můžeme definovat jako: „*Formování a růst osobnosti pod vlivem nejrozmanitějších vnějších podnětů, včetně těch lidských činností, které souborně nazýváme výchovou.*“⁷ Socializace je výjimečná v tom, že se jedná o celoživotní a nikdy nekončící proces, neboť se v důsledku neustále měnících podmínek a situací, musíme mnohdy nějakým způsobem přizpůsobit a reagovat. V průběhu našeho života jsme nejprve socializováni vnějším prostředím, postupem času však začínáme socializovat i sami sebe. Prostředí plní při socializaci podstatnou funkci, jelikož je s ním jedinec v kontaktu již od samého počátku, proto by prostředí mělo uspokojovat tyto sociální potřeby:

Potřeba začlenění do vztahů – dodává nám pocit sounáležitosti

Potřeba tvůrčího přesahu – snaha o vytvoření lepších podmínek

Potřeba dějinného charakteru vlastní osobnosti – potřeba překonat své současné cíle, ale zároveň cítit jistotu a zázemí.

Potřeba vlastní identity – abychom mohli pochopit sami sebe

Potřeba orientačních a výkladových témat – člověk se v prostředí orientuje

Potřeba otevřené budoucnosti – mít nějaké cíle, abychom měli pro co žít.⁸

Můžeme tedy říci, že v procesu socializace probíhá, neustála konfrontace mezi člověkem a prostředím, které vystavuje jedince vnějším vlivům, jako jsou konkrétní podmínky a nároky. Člověk se ve zmíněném procesu začleňuje jednak do nového prostředí či skupiny,⁹ ale také si osvojuje kulturní zvyky, cizí jazyk, pravidla, normy atd.

Sekundární socializace vymezuje již konkrétní aspekty, které na nás působí. Jedná se např. o konkrétní lidi, zájmové skupiny, či instituce¹⁰, které ovlivňují chování člověka.

Zásadním aspektem socializace však zůstává utváření identity, tedy naší neopakovatelné a jedinečné osobnosti, kterou můžeme rozdělit na tři hlavní části:

⁷ Cit. JEDLIČKA, Richard. Poruchy socializace u dětí a dospívajících: Prevence životních selhání a krizová intervence. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5447-5, s. 14.

⁸ Srov. HELUS Zdeněk. *Psychologické problémy socializace osobnosti*. Praha: SPN, 1938, s. 220

⁹ Srov. NAKONEČNÝ Milan. *Psychologie osobnosti*. Praha: Stanislav Juhaňák – Triton, 2021. ISBN 978-80-7553-886-4. s. 33

¹⁰ Srov. JEDLIČKA Richard. Poruchy socializace u dětí a dospívajících: prevence životních selhání a krizová intervence. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5447-5, s. 34

Kognitivní komponenty – tyto komponenty v sobě nesou paměť, přesvědčení a myšlení

Emocionální komponenty – vyjadřují naši emocionální stránku

Komponenty chování – zaměřují se na naše přednosti, dovednosti, schopnosti¹¹.

Hovoříme-li o formování osobnosti, musíme také zmínit důležitost sociálních rolí. Termín role definoval americký kulturní antropolog Ralph Linton, který roli popisuje jako náš dynamický status, jenž má vyjadřovat, jaký vztah mají lidé mezi sebou v určité situaci.¹² To znamená, že se dítě bude chovat jinak ve škole, doma, či s kamarády. Jedinec se s obsahem rolí seznamuje několika způsoby. Jedním z nich je také chování jeho rodiny. Pokud rodina neučí dítě zodpovědnosti, slušnosti, dodržování pravidel a dalších věcí, nemůžeme poté očekávat, že dítě v určitých situacích zaujme odlišnou roli, než na kterou je zvyklé ze svého rodinného prostředí. Naše role a status jsou dalšími termíny, které se utvářejí v rámci socializace, ale také výchovy. Jak jsme si již zmínili, každý z nás má širokou škálu sociálních rolí, které se mění v závislosti na okolním prostředí. Způsob, kterým je dítě vychováno, se dále promítá i do jeho sociální role.

2.1.1. Vliv výchovy na formování osobnosti

Abychom důkladně pochopili souvislost mezi vlivem výchovy a utvářením osobnosti, poukážeme si nejprve na to, jaké specifické dopady může mít sociální učení na dítě. Sociální učení můžeme definovat jako: „*osvojování si komplexních způsobů chování a jednání přiměřených určité sociální situaci.*“¹³

Nyní si představíme základní formy sociálního učení:

Sociální posilování – jedná se o proces, při kterém je chování dítěte motivováno skrze sociální interakce a reakce ostatních lidí. Obecně můžeme říci, že se snaží posilovat takové chování,

¹¹ Srov. JEDLIČKA Richard. Poruchy socializace u dětí a dospívajících: prevence životních selhání a krizová intervence. Praha: Grada, 2015. ISBN: 978-80-247-5447-5, s. 15

¹² Srov. ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie. Edice pedagogické literatury*. Brno: Paido, 1998. ISBN: 80-85931-48-6, s. 24-25

¹³ Cit. ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie. Edice pedagogické literatury*. Brno: Paido, 1998. ISBN: 80-85931-48-6, s. 72

kteře je v souladu s normami a pravidly dané společnosti. Sociální posilování může být také propojené s odměnami a tresty.

Imitace – neboli nápodoba, je klíčovým konceptem v teorii sociálního učení kanadského psychologa Alberta Bandury, který zdůrazňuje roli chování. Zejména u dětí je imitace velmi častým jevem, kdy od nejtělejšího věku imitují to, co vidí u ostatních, zejména rodičů.

Identifikace – Tento proces se podobá zmíněnému modelu, avšak rozdíl spočívá v přejímání a osvojování hodnot, norem a chování od určitého modelu, se kterým se jedinec ztotožňuje.¹⁴

Sociální učení má zásadní vliv na formování osobnosti dítěte, jelikož přejímá nejen chování, ale také hodnoty, normy, pravidla a další aspekty z rodiny, ve které je dítě vychovááno. Z pohledu používání digitálních technologií u dětí a mladistvých, můžeme sledovat začínající problém. Rodiče, kteří tráví velké množství času na mobilních telefonech a jiných digitálních zařizováních již od raného věku dítěte, mohou nechtěně vytvářet dojem, že používání těchto technologií je zcela přirozené a v pořádku. Tímto způsobem mohou děti přijímat vzorce chování, které ovlivňují jejich vztah k digitálním technologiím.

Nyní si poukážeme na důležitost samotné výchovy směrem k formování dětské osobnosti. Výchovu bychom mohli popsat jako jednu z nejsložitějších, ale i nejodpovědnějších lidských působení. Jedná se o dlouhodobý a záměrný proces rozvoje osobnosti dítěte a to formou předávání co nejlepších vlastností a schopností ke svému životu.¹⁵ Výchova a především rodina, představují pro dítě nepostradatelnou součást jeho života, neboť tvoří nejpodstatnější socializační aspekt. Díky tomu je jedinec schopen osvojit si určité normy, pravidla, postoje, názory, hodnoty a další důležité věci potřebné k jeho životu. Rodinu můžeme definovat jako: „společně žijící malá skupina lidí spojená pokrevními svazky a úzkými citovými vazbami.“¹⁶ Rodina tak plní velmi zásadní roli pro zdravý vývoj dítěte, měla by však splňovat určité funkce, jedná se o:

- **Biologická a reprodukční funkce** – představuje uspokojení našich potřeb, zejména sexuálních a biologických.¹⁷ Reprodukční funkce se zaměřuje na plození potomků a zejména

¹⁴ Srov. ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie. Edice pedagogické literatury*. Brno: Paido, 1998. ISBN: 80-85931-48-6, s. 73-76

¹⁵ Srov. VOŘÁKOVÁ, Markéta; KOLÁŘ, Zdeněk; TVRZOVÁ, Ivana a VÁŇOVÁ, Růžena. *Základní učebnice pedagogiky*. Pedagogika. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5039-2, s. 15

¹⁶ Cit. KRAUS, B., POLÁČKOVÁ, V., *Člověk, prostředí, výchova*, 2001, ISBN 80-7315-004-2, s. 78.

¹⁷ Srov. KRAUS, B., POLÁČKOVÁ, V., *Člověk, prostředí, výchova*, 2001. ISBN 80-7315-004-2, s. 78.

v dnešní době se stále častěji odsouvá do pozadí, jelikož stále více mladých lidí odkládá své potomky na pozdější dobu.

- **Sociálně-ekonomická funkce**- plní důležitou roli v oblasti zajištění dětí. Rodina má za úkol zajistit jak materiální, tak sociální potřeby všech svých členů.
- **Ochranná funkce** – snaží se o zajištění všech důležitých životních potřeb rodiny. Zejména pro děti je tato funkce velice podstatná, jelikož se potřebují cítit v bezpečí.
- **Výchovná a socializační funkce** – jak jsme si již řekli, výchova plní v životě dítěte zásadní vliv. Tato funkce se snaží dítěti předat vše potřebné pro jeho vstup do praktického života a to včetně začlenění do společnosti.¹⁸
- **Emocionální funkce** – snaha o vypracování pocitu bezpečí, sounáležitosti, lásky, důvěry a dalších důležitých emocí.

Funkce výchovy jsou pro rozvoj dítěte a formování jeho osobnosti velice podstatné, jelikož utvářejí jeho hodnoty a morální normy, které ovlivňují nejen myšlení dítěte, ale především ho učí rozlišovat, co je správné a co je špatné. Díky tomu je dítě připraveno čelit různým nástrahám a problémům, které mohou nastat v průběhu jeho života. Celkově lze říci, že funkce výchovy ovlivňují všechny oblasti života dítěte a pomáhají mu vybudovat pevný základ pro budoucí život a vztahy s okolím. Tyto funkce přispívají k zdravému a vyváženému rozvoji jeho osobnosti. Nyní si ukážeme, jak se dodržování zmíněných funkcí promítá do oblasti výchovy rodiny.:

- **Rodina funkční** – splňuje výše uvedené funkce, rodina tak poskytuje dítěti stabilní, láskyplné a bezpečné zázemí, které se podílí na formování jeho osobnosti.
- **Rodina problémovou** – rodina se setkává s menšími problémy, z tohoto důvodu dochází k nenaplnění některých funkcí. Pozitivní je však snaha a ochota rodiny, která je schopna řešit problémy sama za sebe, či vyhledává pomoc zvenčí.
- **Rodina dysfunkční** – jedná se o závažnější problémy, v rodině dochází k zanedbávání téměř většiny funkcí, které mají za následek ohrožený vývoj jedince. Rodina je závislá na vnější pomoci, nejlépe v podobě dlouhodobé intervence, jelikož nedokáže problémy vyřešit samostatně.

¹⁸ Srov. KRAUS, B., POLÁČKOVÁ, V. *Člověk, prostředí, výchova*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2, s.80-82

- **Rodina afunkční** – Tento model hovoří o celkovém selhání rodiny, kdy dochází nejen k narušení socializace jedince, ale k jeho celkovému vývoji a existenci. Z tohoto důvodu je nezbytné, aby bylo dítě od rodiny separováno a umístěno především do náhradní rodinné péče.¹⁹

Vymezení typů rodin nám může pomoci k pochopení chování dítěte a jeho celkového sebevnímání. Abychom si poukázali na provázanost výchovy a formování osobnosti, můžeme zmínit i Zdeňka Matějčka, světově uznávaného dětského psychologa, který uvádí, že nejpodstatnějším činitelem, který utváří osobnost dítěte, je osobnost vychovatele.²⁰ Proto je velmi důležité, v jakém prostředí a za jakých podmínek je dítě vychováváno.

Cíle výchovy

Cílem rozumíme předem stanovený záměr, kterého chceme dosáhnout a to zejména dlouhodobým působením na jedince. Mezi nejzásadnější cíl výchovy patří utváření naší osobnosti. Obecně můžeme říci, že cíle výchovy přispívají k rozvoji kompetentních a zodpovědných jedinců, kteří jsou schopni efektivně fungovat v nejrůznějších aspektech života. Nyní si ukážeme rozdělení výchovných cílů na tři základní aspekty:

- 1) **Kognitivní cíle** – zaměřují se na rozvinutí smyslového poznání.
- 2) **Afektivní cíle** – snaží se o rozvinutí našich postojů, emocí, hodnot.
- 3) **Konativní cíle** – soustředí se na rozvoj psychomotorických dovedností.

Výchova má hluboký dopad na osobnostní vývoj dítěte a jeho budoucí život. Ovlivňuje nejen jeho dovednosti a vztahy, ale také způsob, jakým se dítě vyrovnává s výzvami a jak přistupuje ke svému životu.

2.1.2. Konformita a tlak vrstevníků

S konformitou se během svého života setkal každý z nás, a to v různých životních situacích od dětství až po dospělost. Zejména u dětí je konformita velmi častým jevem, protože v tomto období vznikají různé sociální skupiny, které se formují podle zájmů a preferencí, a tyto skupiny

¹⁹ Srov. FISCHER, Slavomil, ŠKODA, Jiří. *Sociální patologie. Analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. 1. vyd. Grada Publishing 2009. ISBN 978-80-247-2781-3, s. 143

²⁰ Srov. MATĚJČEK, Zdeněk. *Po dobrém nebo po zlém? O výchovných odměnách a trestech*. 4. vyd. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-138-X, s. 45.

ovlivňují jejich sebevědomí, rozhodování a názory. Děti mají potřebu cítit se součástí konkrétní skupiny, což může vést k pozitivním aspektům, jako např. rozvoj sociálních dovedností a kooperace. Z opačné strany však může konformita vést i k potlačování individuality jedince a k tomu, aby se děti chovaly tak, jak očekávají druzí. Konformitu můžeme definovat jako: „změny chování nebo názoru, které vznikají jako výsledek skutečného nebo domnělého tlaku jedince, skupiny nebo společnosti. Konformita se vyznačuje tím, že lidé dělají něco, co sami nechtějí a co by nedělali bez sociálního tlaku. Konformita se může projevit jen verbálně, jako souhlas či podpora jistému stanovisku, ale nemusí se projevit v chování. Konformita může mít i opačnou podobu, kdy se vyžaduje mlčení (nevyjadřování názoru) nebo bránění v jednání.“²¹ Podstatou konformity je přizpůsobení našeho chování v rámci skupinové dynamiky. Tento proces vzniká při rozporu mezi naším míněním a myšlením jiné skupiny. Ke konformitě se často snižují lidé, kteří se chtějí cítit oblíbení, a tak jim mnohdy nezbyvá nic jiného, než zapadnout mezi většinu a přizpůsobit se aktuálnímu dění. Často k ní dochází také z pocitu strachu odlišnosti,²² kdy si jedinec uvědomuje, že pokud bude jediný, kdo vyčnívá z davu, stane se terčem odstrčení a posměchu. Tento aspekt může dále eskalovat až k problematice obětního beránka.

Konformitu můžeme rozdělit na dva typy:

- 1) Konformita „nepravá“ – k tomuto procesu dochází zejména v situaci, ve které jedinec zvenčí souhlasí se skupinou a podřizuje se, avšak ve svém nitru zastává opačný názor. Jedinec navenek upřednostňuje názor většiny před sebou samotným, aby se nestal terčem posměchu a odmítnutí.
- 2) Konformita „pravá“ – jedinec se nemusí přizpůsobovat většinovému nátlaku, neboť zastává totožný názor jak ve svém nitru, tak na venek před skupinou.²³

S konformitou úzce souvisí i skupinová dynamika. Během svého života procházíme několika různými skupinami, do kterých se snažíme co nejlépe zapadnout. Obecně je můžeme rozdělit na dvě kategorie. Jednak hovoříme o skupinách, ve kterých se cítíme skvěle. Tedy přijati,

²¹Cit. VÝROST, Jozef a SLAMĚNÍK, Ivan. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozšíř. vyd. Psyché. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8, s. 339.

²²Srov. VÝROST, Jozef a SLAMĚNÍK, Ivan. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozšíř. vyd. Psyché. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8, s. 339-353.

²³Srov. LAŠEK, Jan. *Sociální psychologie II*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2007. ISBN 978-80-7041-315-3, s. 45

s pocitem sounáležitosti. A jednak hovoříme o skupinách, které mají tendenci někoho vyčleňovat na základě konkrétních charakteristik. Jedinec v takové skupině zažívá pocity méněcennosti, bezmoci, či nepřijetí. Dynamika skupinového charakteru je však velmi pohyblivá, mění se na základě vnějších i vnitřních podmínek,²⁴ proto se jedinci dané skupiny snaží co nejvíce přizpůsobit. Z pohledu problematiky používání digitálních technologií u dětí a mladistvých, můžeme upozornit na vliv konformity a tlaku vrstevníků. V rámci skupiny se sdílejí různé zájmy, koníčky či trendy, mezi které v současnosti patří i digitální technologie. Většina dětí je ve svém volném čase připoutána k počítači, telefonu, či jiným digitálním technologiím. Nejčastějším důvodem bývá hraní online her, chatování si s přáteli, hledání zajímavostí na internetu, či sledování nejrůznějšího digitálního obsahu. Tímto procesem jedinci vytvářejí silný vliv na členy své skupiny, což má za následek celkovou dynamiku a vývoj skupinového charakteru. Zkrátka můžeme říci, že pokud většina dětí v dané skupině tráví svůj volný čas používáním digitálních technologií, ostatní členové budou svůj volný čas trávit stejným nebo podobným způsobem, aby nevyčnívali z davu.

Zmíněnou teorií obětního beránka se zabýval francouzský historik, kritik a filozof sociálních věd René Girard, který konstatoval, že obětním beránkem může být kdokoli. Ve většině případů se jedná o někoho, kdo se nepadobá charakteristikám dané skupiny. Girard poukazoval na největší odlišnost v propojení s etnicitou a barvou pleti.²⁵ Odlišnost se však může týkat i drobnějších charakteristik. Ve srovnání s diplomovou prací, můžeme zmínit např. tlačítkový telefon u dítěte, které je obklopeno dětmi s chytrými telefony. Dále to může být hraní online her, kdy dítě nemá finanční prostředky na nové hry nebo doplňky do hry. Tím dochází k procesu vyčleňování. Jedinec jednak cítí, že nestíhá trendům a zájmům skupiny, což může vyústit ve frustraci a pocity méněcennosti. Na druhé straně však stojí samotná skupina, která si všímá rozdílnosti mezi „majoritními jedinci“ (tedy těmi, kteří dodržují aktuální trendy) a „minoritními jedinci“ (kteří nestíhají, nechťejí, či nemůžou dodržovat aktuální trendy skupiny.) Tento proces může být začátkem k vyústění problematiky obětního beránka. S vyčleňováním se setkáváme jak ve velkých, tak méně početnějších skupinách, ve kterých dochází k výskytu kulturní, náboženské, sociální či jiné odlišnosti. Ten, kdo nestíhá skupinovému tlaku, je často terčem posměchů, urážek a v nejhorším případě i obětním beránkem v rámci šikany. „*Dav má*

²⁴ Srov. MOREE, Dana. *Základy interkulturního soužití*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0915-7, s. 145

²⁵ Srov. MOREE, Dana. *Základy interkulturního soužití*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0915-7, s. 149

*vždy sklon někoho perzekvovat*²⁶. “ Tím, že děti mají silnou potřebu někam patřit, udělají vše pro to, aby nebyly zmíněným terčem právě ony. Zejména pokud mluvíme o problematice používání digitálních technologií, děti se snaží co nejvíce držet krok s ostatními. Aby nebyly vyčleněny z kolektivu, mohou se dokonce uchýlit k patologickému chování. Příkladem může být, když dítě ukradne rodiči peníze, aby si mohlo koupit novou online hru, kterou mají všechny ostatní děti ze skupiny. Dítě by tak bylo jediné bez této hry a mohlo by se snadno stát terčem posměchu, což samozřejmě nechce. Takových příkladů bychom mohli uvést několik. Pointou však zůstává diferenciaci „my vs. oni“, která často vede ke změně chování a postojů u dětí, aby si udržely svůj status a roli ve skupině

Nejčastěji se můžeme setkat s diferenciací v rámci dětského kolektivu, kde se utvářejí nejrůznější skupiny dle zájmů a preferencí. Způsob, jakým jsou děti do skupiny přijímány, můžeme rozdělit na dva základní typy.

1. Jedinec se do konkrétní skupiny začlení co nejrychleji a nejsnadněji, neboť je skupina charakteristická otevřeným přístupem přijímání dětí do svého kolektivu.
2. Jedinec se do skupiny sice dostane, ale necítí pocit jistoty a bezpečí.²⁷ Vnitřní vztahy jsou mnohdy napjaté, nejisté a nefunkční.

²⁶ Cit. GIRARD, René. *Obětní beránek*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997. Mythologie. ISBN 8071062553, s. 23

²⁷ Srov. MOORE, Dana. *Základy interkulturního soužití*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0915-7, s. 145

3. VZTAH DĚTÍ K DIGITÁLNÍM TECHNOLOGIÍM

V současné době se digitální technologie staly nedílnou součástí našeho každodenního života. Počítače, tablety, chytré telefony, či další zařízení se dnes běžně vyskytují v každé domácnosti a slouží jako nástroje pro vzdělávání, komunikaci a především zábavu. Zmíněné technologie mohou být pro děti jednak cenným zdrojem poznání v oblasti kreativity a zábavy, na druhou stranu však přinášejí řadu rizik, které si v této kapitole později zmíníme.

Vztah dětí k digitálním technologiím můžeme interpretovat jak v pozitivním, tak v negativním slova smyslu. Mezi hlavní fenomény, které ovlivňují tento vztah, patří především naše prostředí, či kultura, ve které žijeme a která nás ovlivňuje. Současná doba nás učí reagovat na nejnovější trendy a novinky a to včetně digitálního světa. Dalším aspektem je proces výchovy jedince a postoj rodičů k digitálním technologiím, zejména vztah k pravidlům, která jsou v rodině nastavena. Jak jsme již zmínili v předešlé kapitole, výchova a především rodiče mají zásadní roli v utváření chování, návyků a hodnot dětí, neboť představují pro děti nejdůležitější vzor v jejich životě. Tento vzor má na děti mimořádně silný dopad. Jednotlivé vzorce chování si děti osvojují a pravděpodobně je budou přenášet i do svého budoucího života. Taková situace může nastat i ve spojitosti s používáním digitálních technologií, neboť nemůžeme od dětí chtít něco, co sami nejsme schopni dodržovat.

Digitální technologie a především sociální sítě jsou pro děti velice lákavým nástrojem zábavy, neboť nabízí neomezené množství zajímavých aktivit, které vedou k uspokojení dětských přání a potřeb.²⁸ Americký psycholog Abraham Harold Maslow v roce 1943 definoval pyramidu potřeb dle postupného vývoje a stupně naléhavosti. Na nižších pozicích jsou znázorněny potřeby, které jsou důležité k našemu přežití, naopak vyšší pozice se zaměřují na dlouhodobou spokojenost a znázorňují rozvoj naší osobnosti a individuality.²⁹ Na níže uvedeném obrázku můžeme vidět hierarchicky seřazené potřeby, které nás motivují k našemu chování a jednání.

²⁸ Srov. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7, s. 32

²⁹ Srov. *Teorie motivace podle Maslowa*. Online. Dostupné z: <https://www.mentem.cz/blog/teorie-motivace/>. [cit. 2024-11-18].



Teorie motivace podle Maslowa. Online. Dostupné z: <https://www.mentem.cz/blog/teorie-motivace/>. [cit. 2024-11-18]

My se nyní zaměříme zejména na potřeby sounáležitosti a uznání, které se výrazně prolínají s naším tématem.

Potřeba sounáležitosti

Znázorňuje potřebu někam patřit, navazovat partnerské, ale zejména přátelské vztahy plné porozumění. Jedinec své vztahy mnohdy vytváří dle určitých preferencí a zájmů. Navazuje vztahy s někým, s kým sdílí stejné záliby a zároveň má potřebu zapadnout mezi ostatní.³⁰ Tato potřeba nám může pomoci objasnit, jakým způsobem si dítě vytváří vztah k digitálním technologiím, a to buď v rámci společných zájmů s přáteli, nebo zkrátka proto, aby nebylo jediné, kdo vyčnívá ze skupiny. Pro dospívající je potřeba sounáležitosti zvlášť důležitá, protože kontakt s druhými má zásadní vliv na jejich život

Potřeba uznání

Poukazuje na tentýž princip, který vede opět k vysvětlení navození vztahů mezi dítětem a digitálními technologiemi. Každý z nás měl potřebu někam patřit, a když se tak stalo, bylo pro nás důležité, aby nás druzí brali vážně. Touha po uznání je opravdu silnou potřebou a mnohdy

³⁰ Srov. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7, s. 33

dovede jedince dělat veliké činy, jen aby si ho druzí všimli. V případě malé viditelnosti na sociálních sítích, trpí dítě pocitem nezájmu a skepse,³¹ tím více touží po uznání, které v něm může probudit větší pravděpodobnost k impulsivnímu chování.

Nyní jsme si poukázali propojení významnosti mezi zmíněnými potřebami a vztahem k digitálním technologiím. Potřeby sounáležitosti a uznání patří mezi jedny ze základních lidských potřeb, které představují klíčovou roli v utváření našich vztahů, pocitů, osobního a sociálního rozvoje. V propojení s digitálními technologiemi představují zmíněné potřeby cestu k našemu vnitřnímu „naplnění.“ Prostřednictvím sociálních sítí, nejrůznějších aplikací a online her, hledají děti a mladiství nespočet možností k navazování kontaktů, sdílení novinek, či zážitků.

3.1. Vliv digitálních technologií na děti a mladistvé

*„Technologie jsou skvělé, když je ovládáme my, ne ony nás.“*³² Technologie do našeho života přinášejí řadu pozitivních aspektů, ale také odкрývají svět plný nejrůznějších rizik. Digitální technologie můžou dětem pomoci s řešením jejich problémů, či nalézt odpovědi na jejich otázky. Do našeho života přinesly značné množství pozitivních změn, přičemž jejich vliv se odráží především v oblasti vzdělávání, socializace a rozvoji nových dovedností a koníčků. Pokud jsou digitální technologie využívány v soulady s dohodnutými pravidly a kontrolou rodičů, mohou nás po osobní užitečně obohatit a rozvinout. Na druhou stranu pokud využíváme technologie k trávení veškerého volného času, dochází k negativním důsledkům, které nás ovlivňují. Zejména náš mozek, pokud ho vystavujeme nadměrnému působení digitálních technologií, zásadně se změní jeho struktura. Neurovědec Manfred Spitzer přisuzuje časté užívání digitálních technologií za příčinu rozkladu kognitivních funkcí.³³ Nadměrné užívání má tedy zásadní vliv nejen na naši paměť, ale i na řeč, myšlení, či orientaci, což souvisí i s tvrzením Edwarda Carra, který se zdůrazňoval, že technologie mění zásadním způsobem naše

³¹ Srov. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7. s, 39

³² Cit. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7. s, 46

³³ Srov. Jak digitální technologie ovlivňují kognitivní schopnosti dětí? Online. 2024. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/jak-digitalni-technologie-ovlivnuji-kognitivni-schopnosti-deti>. [cit. 2024-11-26].

myšlení. Konkrétněji vznikají problémy s roztržitými informacemi, neschopností pochopit souvislosti, soustředit se nebo se zaměřit na hlubší analýzu.³⁴

Nyní si uvedeme několik aspektů, které nás ovlivňují:

Změna způsobu myšlení

Pokud si náš mozek navykne na nejsnadnější cestu přijímání nejnovějších informací za pomoci počítače či telefonu, dochází k posunu využívání tzv. transaktivní paměti. Tedy paměti, která má za následek, že si nevybavíme přesné informace, ale pouze způsob, kterým informace získáváme, tedy za použití technologie. Náš mozek začne přijímat nejruznější množství informací během pár minut a to bez hlubší analýzy a přemýšlení.

Mění se naše motivace

Kvůli digitálním technologiím a rychlejšímu získávání dat ztrácí mnoho dětí motivaci k učení, což se následně odráží na školních výsledcích. V současné době mnoho dětí využívá k plnění domácích úkolů nejruznější mobilní aplikace, které jsou schopny za dítě vypočítat matematický příklad, přeložit cizojazyčné věty, či opravit pravopis. Následky těchto změn vyvolávají apatii k učení a hlubšího přemýšlení, neboť jedinci vědí, že během několika minut dokážou konkrétní informaci zjistit pomocí digitálního zařízení.

Multitasking

Neboli schopnost zvládat více věcí najednou. Přesně taková vlastnost je typická pro většinu dětí současné doby, které mají přístup k chytrým telefonům a dalším digitálním zařízením. Z tohoto důvodu je velmi těžké udržet pozornost pouze u jedné věci, jelikož děti mezi vykonávanými aktivitami dokáží zároveň sledovat videa na YouTube, odepisovat přátelům, či sdílet novinky na sociálních sítích.³⁵ Působením několika podnětů nedokážeme udržet pozornost na jednu konkrétní činnost, což následně ovlivňuje naši pozornost

³⁴ Srov. CARR, Nicholas G. Nebezpečná mělčina: jak internet mění náš mozek: analýza stavu lidské psychiky v době digitální. V Praze: Dauphin, 2017. ISBN 978-80-7272-780-3. s. 186

³⁵ Srov. Jak digitální technologie ovlivňují kognitivní schopnosti dětí? Online. 2024. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/jak-digitalni-technologie-ovlivnuji-kognitivni-schopnosti-deti>. [cit. 2024-11-26].

Informační přehled

Technologie dětem přinášejí neomezené množství nejrůznějších informací, a to během pár minut. Internet nabízí širokou škálu odborných textů, zajímavých článků a dalších materiálů, se kterými mohou děti naplno pracovat a tím se znalostně obohatit. Získání potřebných informací nebylo nikdy jednodušší, díky pár minutám získá jedinec veškerý přehled o tom, co ho zrovna zajímá. Jelikož je internet přesycený nejrůznějšími informacemi, je nutné umět rozlišit, čemu jedinec může věřit a jakým způsobem s těmito informacemi zachází, neboť takové informace dokáží ovlivnit nejen naše myšlení, ale i postoje a následné chování.

Školní podpora

V rámci školství se můžeme setkat s postupným procesem digitalizace, zejména formou moderních a interaktivních tabulí, tabletů, či počítačů v téměř každé třídě. Digitální technologie jsou přizpůsobeny učebnímu plánu tak, aby výuka byla obohacena o interaktivní a zábavné prvky, jako jsou nejrůznější aplikace, online materiály a programy.³⁶ Digitální technologie jsou součástí několika většiny školských zařízení, pomáhají obohatit prvky výuky, zaujmout pozornost a také usnadnit práci nejen vyučujícím, ale i dětem.

Vzdělávací složka

Na internetu se jedinci mohou dostat také k nejrůznějšímu vzdělávacímu obsahu, jako jsou vzdělávací videa, online doučování, kreativní online workshopy, či virtuální setkání. Některé mobilní aplikace dokáží rozvíjet schopnosti dítěte v oblasti vzdělávání. Mezi jednu z nejnámějších vzdělávacích aplikací patří zejména Duolingo, která má za úkol vzdělávat děti v oblasti cizích jazyků. Internet nabízí širokou škálu online cvičení na doplňování a procvičování slov, trénování poslechu, či psaní. Dokáže tedy pozitivně zaujmout dítě v oblasti vzdělávání.

Přístup k nabídkám a poptávkám

Zejména přístup k nabídkám a poptávkám pracovního trhu, u dětí zejména po doučování školních předmětů, či některého zboží na internetu. Internet nabízí nepřehledné možnosti

³⁶ Srov. SPITZER, Manfred. Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum. 1. vyd. Brno: Host, 2014. ISBN 978-80-7294-872-7, s. 45-60

nabídek kroužků pro děti, letních táborů, přehledů středních a dalších navazujících škol, kurzů atd. Především v současné době je nabízeno značné množství kurzů, které se týkají práce s digitálními technologiemi, zejména programování, práce s AI atd.

Komunikační propojení

Digitální svět nabízí také propojení se svými blízkými i přes nejrůznější vzdálenost. Jedinci si tak mohou prostřednictvím sociálních sítí a nejrůznějších aplikací chatovat, či si telefonovat a to dokonce přes video hovor. Online svět nabádá ke sdílení zkušeností a názorů, snaží se o propojení nejrůznějších komunit. Online komunikace má jak pozitivní, tak negativní aspekty. Usiluje o propojení lidí napříč časem a prostorem. Na druhou stranu, pokud jedinec upřednostňuje online komunikaci před osobní, může postupně dojít k izolaci, pocitu samoty a odloučení, což má vliv zejména na naše myšlení.

V této kapitole jsme si zmínili několik příkladů, které nás skrze digitální technologie ovlivňují. Tento vliv je velmi rozsáhlý, zasahuje nejen do jednotlivých životních etap, ale i do procesu globalizace v nejrůznějších oblastech jako jsou např. kultura, či politika. Zmíněné technologie přispívají ke zlepšení kvality života a přístupu k informacím, ale zároveň mění způsob, jakým lidé myslí, komunikují, a jak interpretují své chování. Sociální sítě se mohou podílet na rozvoji našich sociálních dovedností a komunikačních schopností. Je však zásadní, aby děti dokázaly rozlišovat mezi online a offline světem a naučily se využívat digitální technologie pozitivním a zodpovědným způsobem, což je klíčové pro jejich zdravý rozvoj

3.1.1. Nejpoužívanější online platformy a aplikace současné doby

Výzkumná zpráva s názvem „*České děti v kybersvětě*“ uvádí, že valná většina dětí se s internetem aktivně seznamuje již ve věku sedmi let. Nejčastějším důvodem jejich online aktivity bývají zejména online hry, sledování videí a trávení času na sociálních sítích.³⁷ Věk spojený s používáním digitálních technologií postupně stále klesá a seznamují se s nimi stále menší a mladší děti, neboť si svět bez digitálních technologií již nedokáží některé rodiny mnohdy představit. Tyto technologie snad nebyly nikdy tak dostupné, jako právě dnes. Nejen,

³⁷ Srov. KOPECKÝ, K., & SZOTKOWSKI, R. (2019). *České děti v kybersvětě*. Online. Olomouc: Univerzita Palackého. Dostupné z: <https://www.ebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-vkybersvete/file> [cit. 2024-12-01]

že většina dětí tráví svůj volný čas na počítači, ale nově nám také přibyly chytré telefony, tablety, herní konzole a spousta dalších zařízení. Se svým prvním telefonem se v průměru nejčastěji setkávají děti, které nastupují do první třídy ZŠ. Nejčastěji ve věku 7 – 9 let. Důvodem bývá jednak kontrola ze strany rodičů, což může mít pozitivní efekt pro dojíždějící děti a jednak společenský status mezi dětmi, ale i rodiči.³⁸ Nyní si ukážeme nejpoužívanější platformy, na kterých tráví děti většinu svého volného času.

- Facebook
- Instagram
- TikTok
- Snapchat
- YouTube
- Twitch

Zmíněné aplikace a platformy využívají děti a mladiství nejčastěji, neboť jsou přístupné v mobilních zařízeních, které mají vždy po ruce. Nyní se přesuneme do herního prostředí, které je nejčastěji využíváno skrze počítače a herní konzole. Veliký úspěch u dětí a mladistvých sklízí v dnešní době především hry s žánrem „*Battle royale*“, ve kterých se mísí prvky soupeření, zabíjení a přežití. Cílem hry je stát se vítězem ať už v rámci malého týmu nebo za jednotlivce. Vítězem se jedinec stane postupnou eliminací všech ostatních hráčů. Tyto hry v sobě skrývají veliké množství násilí, což je zejména pro děti velmi rizikové. Mezi nejoblíbenější hry tohoto typu patří Fortnite, Call of Duty a Battlefield. Oblíbenými se také staly online videohry, které jsou snadno a rychle dostupné, nyní si zmíníme nejpoužívanější kategorie online her.

Massively Multiplayer Online Role Playing Games (MMORPG)

Jedná se o online hry, které jsou určeny pro větší počet hráčů, což vede k větší návykovosti. Jednotlivec si v rámci hry vytvoří své druhé „já“, svého avatara, za kterého celou hru vystupuje. Rizika těchto her spočívají jednak ve zmíněné návykovosti a jednak k nabídkám nákupu.³⁹

³⁸ Srov. SLUSSAREFF, Michaela. Hry, sítě, porno: rodičovský průvodce džunglí digitálního dětství a puberty. Žádná velká věda. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2022. ISBN 978-80-7555-156-6, s. 73

³⁹ Srov. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7, s. 72-73

Mnohdy se jedná o nákupy pro vybavení svého avatara, tedy např. nový kostým, odměny atd. Děti jsou tak vystaveny „lákovým“ nabídkám a jsou schopny utratit veškeré své peníze za nákup vybavení online her.

Multiplayer Online Battle Arena (MOBA)

Nyní se přesuneme ke strategickým hrám, MOBA hry můžeme také přeložit jako bojové hry, kdy v bojové aréně proti sobě soupeří dva týmy. Cílem hry je zabít nepřátele a zničit jejich základnu.⁴⁰ Mezi nejhranější hry patří zejména League of Legends, DotA 2 a Heroes of the Storm.

Zmíněné platformy představují pro děti a mladistvé velké lákadlo, zejména pokud propojují jejich život s kamarády a známými. Jak jsme již zmínili na začátku práce, jedním z hlavních důvodů trávení volného času na digitálních technologiích je pro jedince pocit sounáležitosti se svými přáteli. Mezi další důvody patří:

Touha něco dokázat – únik do virtuálního prostředí, ve kterém si jedinec může vybudovat svou novou identitu, může vyvolat v jedinci pocity úspěchu a radosti, že se mu v něčem daří.

Rozhodnutí a odpovědnost – některým dětem dodává sebevědomí ve virtuálním světě (zejména u hraní her) možnost o sobě rozhodovat.

Nové záliby – sociální sítě a nejrůznější online platformy přinášejí dětem pocity štěstí a radosti, neboť je lákají nové příležitosti, které digitální svět nabízí.

Trávení času s lidmi, se stejnými zájmy – žádné z dětí nechce být označeno za outsidera, z tohoto důvodu se snaží děti co nejvíce přiblížit se nejen svým zájmům, ale také zájmům party.

Útěk od reality – mnoho dětí řeší své problémy každodenního života pomocí úniku z reality, kdy je pro jedince nejsnadnějším způsobem utéct do virtuálního prostředí.⁴¹

Uvedli jsme si nejčastější důvody používání digitálních technologií u dětí a mladistvých, abychom pochopili, proč jedinci tráví mnohdy svůj veškerý volný čas na sociálních sítích. Prostřednictvím nejpoužívanějších platforem jako jsou Instagram, TikTok nebo herních kanálů, mají možnost sdílet své zážitky, komunikovat s přáteli a navazovat nová přátelství.

⁴⁰ Srov. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7, s. 72-73

⁴¹ Srov. SLUSSAREFF, Michaela. Hry, sítě, porno: rodičovský průvodce džunglí digitálního dětství a puberty. Žádná velká věda. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2022. ISBN 978-80-7555-156-6, s 104-107

3.2. Rizika online světa a digitálních technologií u dětí a mladistvých

Přestože digitální technologie přináší značnou řadu výhod, zejména u dětí a mladistvých může být jejich používání spojeno se značnou řadou problémů, které mohou mít zásadní vliv na zdraví a vývoj jedince. Problematiku používání digitálních technologií můžeme sledovat v propojení s fyzickým i psychickým zdravím, sociálními interakcemi a dalšími faktory. Zejména u menších dětí, které nemají dostatečně vyvinuté kritické myšlení a seberegulaci, může docházet k větší rizikovosti, neboť nedokáží vyhodnotit, co je pro ně důvěryhodné a správné. Zvláště nebezpečné pro děti od nejútlejšího věku může být, když dítě vyrůstá s digitálními technologiemi a jeho pozornost se nezaměřuje na jiné činnosti. Z pohledu rizik se u takových dětí můžeme setkat s narušením přirozeného vývoje řeči, vyjadřování a někdy i celkového vývoje. U dětí do osmi let může být problémem nevědomost, kdy nemají dostatečné zkušenosti, které by jim pomohly odhalit potenciální nebezpečí, jako jsou například falešné profily na sociálních sítích, šíření nevhodného obsahu, falešné nabídky a další. Spojujícím rysem rizikovosti digitálních technologií však zůstává narušení spánkového režimu,⁴² který se na dětech nejčastěji projevuje formou podrážděnosti, nervozity a špatné soustředěnosti, což následně vede k rozhození denního režimu dítěte. Mezi nejčastější varovné signály, které upozorňují na možnost rizikového chování, patří zejména:

- Pokud dítě tráví více času na elektronice
- Pokud u dítěte sledujeme zhoršení prospěchu
- Po zákazu používání technologie se u dítěte projeví záchvat vzteku, či agrese
- Pokud dítě již netráví čas se svými vrstevníky a odmítá se seznamovat
- Pokud se dítě snaží získat přístup ke kreditním kartám, nebo penězům na zaplacení online her a jiného digitálního obsahu
- Pokud nám dítě tají, co na sociálních sítích dělá a skrývá obsah.⁴³

⁴² Srov. WHITEHEAD-ROGERS Carrie. Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k technologiím. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953, s. 50

⁴³ Srov. WHITEHEAD-ROGERS Carrie. Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k technologiím. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953, s. 98-99

Přestože jsou tyto vymoženosti neocenitelným nástrojem současné doby, je podstatné přistupovat k nim zodpovědně a věnovat pozornost jejich možným rizikům, které mohou zvláště u dětí nastat. Jedinci, kteří tráví veškerý svůj volný čas na zmíněných platformách, mnohdy upozaďují osobní vztahy s druhými lidmi a jejich schopnost navazovat nové kontakty výrazně klesá. Sociální sítě dále umožňují srovnávání se s ostatními, což může u některých jedinců vyvolat pocity méněcennosti či úzkosti. Nyní si představíme vybraná rizika, která s sebou přináší online svět a používání digitálních technologií.

1) **Fyzické a psychické zdraví**

Nadměrné trávení volného času u obrazovek může mít za následek problémy s fyzickým, ale i psychickým zdravím. U dětí, které mají zálibu v hraní her na počítači, může být rizikem nedostatek pohybu, což se může přetvořit v zdravotní komplikace. Zejména pokud některé děti nemají stanovená pravidla a tráví čas na svých digitálních zařízeních i v noci, mohou kvůli modrému světlu trpět nespavostí, což se následně negativně projevuje v jejich každodenním životě. Co se týče psychického zdraví, v souvislosti se sociálními sítěmi jsme na velmi tenkém ledě, protože se mnoho jedinců kvůli populárnímu obsahu srovnává, což má za následek snížení sebevědomí, pocity úzkosti a další negativní faktory, které ovlivňují naši psychiku.

2) **Kyberšikana**

Termín kyberšikana se skládá ze slov kyber (kyberprostor) a šikana. Zejména pro děti a mladistvé představuje v online prostředí veliké riziko. Především pro mladší děti, které nemají dostatek zkušeností a věří všemu, co na sociálních sítích vidí.

Kyberšikanu můžeme rozdělit na několik druhů:

- Kyberharašení – jedná se o dlouhodobé výhrůžky a komentáře
- Doxing / outing – jedná se o zveřejňování osobních informací bez souhlasu konkrétní osoby
- Trolling – spojeno s online diskusemi, kdy se šíří nepěkné komentáře k dotyčné osobě
- Podvody / falešné identity – populární na Facebooku, seznamkách atd. Osoba si hraje na někoho jiného a na základě své nové identity se snaží dostat k dětem/ dospělým za konkrétním účelem. Např. zaslání peněz, osobních fotografií, domluvení osobní schůzky atd.

- Kyberstalking – nebezpečné sledování / monitorování⁴⁴

3) **Sexting**

Představuje rizikové chování, které probíhá v rámci přeposílávání obrázků a fotografií se sexuální tematikou. Zvláště rizikový může být sexting spojený s posíláním zmíněného obsahu za účelem vydírání. Další nebezpečí představuje Kybergrooming, neboli child grooming, který patří mezi nejnebezpečnější rizika spojená se sociálními sítěmi.⁴⁵ Cílem kybergroomingu je navázat kontakt a především důvěru jedince, kterou pachatel využije za účelem osobního setkání, kde může dojít zejména k sexuálnímu zneužití a dalším rizikům. Na nebezpečí a rizika Kybergroomingu vznikl v roce 2020 v České republice dokumentární film s názvem „V síti“, který představuje zmíněnou problematiku k nezletilým dětem.

4) **Kyberstalking**

Kyberstalking neboli pronásledování v kyberprostoru můžeme definovat jako systematické a dlouhodobé obtěžování skrze telefonáty, SMS, sociální sítě a další platformy, což má zásadní vliv na psychické zdraví oběti. Nejčastěji se pronásledovatelem stává zejména bývalý partner, přítel, či milenec. Tato problematika je ve většině případů důsledkem nenávisti, pomsty nebo nezdravé náklonnosti. Hlavním motivem kyberstalkingu je především pocit kontroly a moci nad samotnou obětí.⁴⁶

5) **Fake news**

Neboli poplašné zprávy, kdy se jedná o online manipulaci. Riziko se skrývá v tom, že jedinec kolikrát nedokáže rozeznat důvěryhodné zdroje od těch falešných a na základě toho, věří všemu, co se nachází na sociálních sítích. Falešné zprávy můžeme následně rozdělit do 4 kategorií:

- Satira – zejména pro malé děti je nepochopitelná, jelikož ještě nedokáží porozumět textu a jeho pozadí.

⁴⁴ Srov. WHITEHEAD-ROGERS Carrie. Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k *technologům*. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953, S. 107

⁴⁵ Srov. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 9788027134953, s.106-110

⁴⁶ Srov. *NÁRODNÍ ZDRAVOTNICKÝ INFORMAČNÍ PORTÁL*. Stalking. In: NZIP.cz [online]. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR a Ústav zdravotnických informací a statistiky, 2022 [cit. 2024-12-20]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/260-stalking>.

- Clickbait – jedná se o výrazný titulek, text nebo obrázek, který nabádá ke kliknutí a následně se otevře nové okno s nevhodným obsahem.
- Zlý úmysl – nejméně běžná forma fake news. Zprávy vznikají s přesně definovaným účelem, a to někoho pošpinit.
- Propaganda – jedná se o myšlenky, které se snaží cíleně někoho poškodit, avšak s tím rozdíl, že osoba, který obsah sdílí, skutečně věří tomu, že prezentuje pravdivou informaci a zároveň, že její postoj pomůže ke zlepšení světa.⁴⁷

6) Umělá inteligence

Zejména v dnešní době je velice populární práce s umělou inteligencí, která nabízí nespočet aplikací a platforem, které jsou schopny během pár minut obstarat veškeré informace, které v danou chvíli potřebujeme. Problematické je zejména nadměrné využívání umělé inteligence v našich životech, poněvadž nemáme motivaci přemýšlet či kriticky myslet. Další problém můžeme sledovat ve věrohodnosti přednesených informací, jelikož nikdo z nás neví, ze kterých zdrojů umělá inteligence čerpá. Dalším problémem je přístup k osobním údajům. Některé programy umělé inteligence, dokáží na základě nahrání jednoduché fotografie vytvořit fotografii s nevhodným obsahem. Rizikovost spočívá v problematice zneužití těchto dat, vytvoření a šíření falešných fotografií/videí nejčastěji za účelem vydírání, či zábavy.

Důvěryhodnost je dalším problémem, se kterým se v rámci AI setkáváme. Jak už jsme si řekli, některé aplikace dokáží přetvořit z fotografie video, či dokonce vytvořit „věrohodné“ video s hlasovým záznamem, které je mnohdy nerozpoznatelné s originálem.

7) Závislost na digitálním obsahu a zařízení

Jako poslední riziko, které se nejčastěji vyskytuje u dětí a mladistvých, je závislost na digitálním zařízení. O této problematice se budeme nadále bavit v následující kapitole.

Mezi další rizika, která můžeme zmínit, patří také ztráta kontroly, konflikty v rodině, dopady na kognitivní vývoj, přetížení informacemi, dopady na sociální vztahy a další. Kvůli rychlejšímu

⁴⁷ Srov. WHITEHEAD-ROGERS Carrie. Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k *technologím*. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953, S. 192

digitálním změnám a neustálému vzniku nových sociálních sítí se každoročně stále obtížněji sleduje, analyzuje a kontroluje obsah, k němuž mají děti v online světě přístup.⁴⁸

Hranice mezi rizikovostí spojenou s užíváním digitálních technologií je do značné míry velice tenká. Stále více dětí a mladistvých se ke svému digitálnímu zařízení dostávají ve stále mladším věku, což má za následek větší náchylnost ke zmíněným rizikům, jelikož děti nedokáží potencionální nebezpečí online světa odhalit.

3.2.1. Rizika vzniku závislosti na digitálních technologiích

Než se budeme zabývat konkrétní problematikou závislosti na digitálních technologiích, nejprve si vymezíme základní rozdělení. Závislosti dělíme zpravidla na dva typy: látkové a nelátkové, my se v rámci této práce budeme zabývat nelátkovými závislostmi, pro které je charakteristická závislost na konkrétní činnosti. Jedná se zejména o workoholismus, gamblerství, kleptomanií, netolismus atd. V rámci této práce se můžeme nejvíce přiblížit problematice netolismu, neboli závislosti na virtuálních drogách, mezi něž patří počítačové hry, sociální sítě a online platformy, nejrůznější digitální obsah atd.⁴⁹ Netolismus představuje veliké riziko v oblasti používání digitálních technologií. Nejvíce zranitelnou skupinou jsou především děti a dospívající, jejichž sociální dovednosti se stále ještě vyvíjí a nemají dostatek zkušeností s digitálním obsahem. V oficiálních klasifikacích duševních poruch však internetová závislost zařazena není. Porucha spojená s hraním digitálních her je zařazena v 11. revizi MKN a její definice zní následovně: „*vzorec herního chování charakterizovaný zhoršenou kontrolou nad hraním her, preferencí hraní digitálních her nad jinými aktivitami v takovém rozsahu, který narušuje běžné každodenní činnosti.*“⁵⁰

Zmíněnou problematiku si můžeme představit formou zhoršené sebekontroly nad hraním, upřednostňování hraní a digitálního obsahu před jinými zájmy a každodenními činnostmi a zejména navyšování času stráveného prostřednictvím digitálních technologií i přes vědomé rizikové důsledky. Z tohoto hlediska je zejména u dětí podstatná role zákonných zástupců, kteří by měli své ratolesti obeznámit s používáním zmíněných technologií a jejich případnými riziky.

⁴⁸ Srov. AIKEN, Mary. *Nebezpečný efekt*. Praha: Zeď, 2021. ISBN 978-80-907909-4-0. s. 161

⁴⁹ Srov. *Netolismus*. Online. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/netolismus/>. [cit. 2024-12-20].

⁵⁰ Cit. SLUSSAREFF, Michaela. *Hry, sítě, porno: rodičovský průvodce džunglí digitálního dětství a puberty. Žádná velká věda*. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2022. ISBN 978-80-7555-156-6, s. 112

V současné době existují nejrůznější aplikace, díky kterým si rodiče dokáží pohlídat digitální obsah, nad kterým dítě tráví svůj volný čas a především regulovat čas strávený u obrazovek.

Co se týče problematiky závislostního chování ke zmíněné problematice, nejčastěji se setkáváme s pěti kategoriemi:

- závislost na virtuální sexualitě
- závislost na virtuálních vztazích
- internetové kompulze – hraní online her, online nakupování
- přetížení informacemi
- závislost na počítači⁵¹

U dětí a zejména u chlapců dle mého názoru převládá závislost v souvislosti s internetovými kompulzemi, tedy hraním online her, což může být rizikové i z hlediska zkreslené reality, kterou jedinci prožívají. U dívek se naopak setkáváme s problematikou spojenou se závislostí na virtuálních vztazích, zejména prostřednictvím sociálních sítích. Nyní si uvedeme nejčastější virtuální světy, na kterých jedinci tráví svůj volný čas, neboť jsou pro ně obrovským zdrojem zábavy, zvědavosti a poskytují prostor pro interakci s druhými lidmi. V předešlém tématu jsme se zabývali nejpoblárnějšími sociálními sítěmi a aplikacemi, na kterých tráví valná většina dětí a dospívajících svůj volný čas a které poskytují jak pozitivní, tak negativní stránky. Z pohledu současné doby si děti vytvářejí nejčastěji závislost spojenou s těmito faktory:

Kybervztahy

Stále více jedinců je v dnešní době naučeno navazovat vztahy s druhými prostřednictvím internetu. Pro některé je tento způsob jednodušší a rychlejší než navázání kontaktu s někým v realitě. Navíc si jedinci mohou budovat svou vlastní identitu na základě vlastní fantazie, což se stále více lidem líbí. Mezi nejčastější sociální sítě, kde jedinci tráví většinu svého času, jsou zejména Facebook, Instagram, Snapchat, TikTok, Seznamky atd. Největší problém u kybervztahů nastává tehdy, pokud jedinec upřednostňuje kybervztahy před každodenním osobním životem s přáteli a rodinou⁵².

⁵¹ Srov. *Nelátkové závislosti - Závislost na internetu*. Online, Výukový text. Centra adiktologie, PK 1. LF UK v Praze a VFN v Praze. Dostupné z: <https://www.adiktologie.cz/file/405/zavislost-na-internetu.pdf>. [cit. 2024-12-01].

⁵² Srov. KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, s. 35

Hraní her

Hry lákají mnoho dětí a mladistvých, jelikož dokáží uspokojit naše potřeby. Někteří jedinci cítí uznání, když se jim v hraní daří, jiní se snaží zapadnout do party svých spoluhráčů a někteří se rozvíjejí (například u logických her). Určitě bychom mohli v konkrétních hrách nalézt i nějaká pozitiva, ale my se zaměříme spíše na rizika.

Hraní her může postupem času vyvolat u dětí závislost a to obzvláště, pokud nemají stanovený pevný režim, či pravidla v rodině.⁵³ Větší problém představují online hry, které nelze v průběhu hry vypnout, ale musí se dohrát, dokud celý děj neskončí, či se nesplní úkol. Děti u těchto her tak mnohdy tráví hodiny svého času, často i po limitu. Jedinci pak nemyslí na nic jiného, než na další kola hry. V důsledku toho, můžou být nevyspalý, neumí se soustředit ve škole, špatně navazují osobní vztahy a spousty dalšího.

Pro patologické hraní je velmi prvním krokem k prevenci motivace. Blinka ve své knize *Online závislosti* doporučuje sestavit si plán, který určí datum, kdy jedinec s hraním přestane a dále si stanovit konkrétní výhody a nevýhody hraní. Z hlediska sociální podpory je podstatné mít někoho, komu se člověk může svěřit.⁵⁴

Přetížení informacemi

Internet je přehlcen různými informacemi od podložených a důvěryhodných zpráv až po poplašné a falešné fake news.⁵⁵ Jedinci pak nevědí, čemu věřit anebo naopak věří všemu, co vidí, což vede k problémům. S tímto problémem se setkávají většinou studenti, kteří si dohledávají některé informace na internetu a nedokáží posoudit, zda se jedná, či nejedná o důvěryhodný zdroj.

Ostatní problémy

V dnešní době se můžeme setkat s velmi častou závislostí u online sexuálního obsahu.⁵⁶ Příkladem může být aplikace OnlyFans, která je u mladých lidí velmi oblíbená, protože po

⁵³ Srov. KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, s. 35

⁵⁴ Srov. BLINKA, Lukas. *Online závislosti*. Grada, 2016. ISBN 978-80-271-0991-3. Dostupné také z: <https://www.bookport.cz/kniha/online-zavislosti-1218/>. s. 21-26

⁵⁵ Srov. KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, s. 36

⁵⁶ Srov. KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, s. 3

nahrání konkrétního obsahu si jedinec může vydělat peníze, což láká stále více lidí. Další závislosti mohou vzniknout i na porno stránkách, kdy jedinci nejsou schopni navazovat osobní vztahy a hledají snadnější cestu v online obsahu

Pokud se bavíme o problematice závislostního chování spojeného s poruchou používání digitálních technologií, musíme se zaměřit na samotné příznaky, které nám pomohou pochopit, že něco není v pořádku. Tyto příznaky u dětí můžeme rozpoznat v nejrůznějších oblastech jejich života. Patří mezi ně například ztráta zájmu dřívější záliby či koníčku, narušení vztahů s rodinou a přáteli, zhoršení školního prospěchu nebo změny v chování. Vzhledem k tomu, že závislostní chování u dětí a mladistvých může mít i dlouhodobé důsledky, zásadní roli hraje včasné rozpoznání varovných signálů a následná prevence. Mezi základní příznaky závislostního chování zejména patří:

Priorita/ Význačnost

Pokud jedinec staví online svět, sociální sítě a podobně na první místo, neustále se soustředí jen na tento svět. Například neustále přemýšlí nad novými tahy v online hře nebo nad tím, co napíše svému kamarádovi. Dochází ke změně jeho vnímání, kdy silně touží po online světě a nic jiného ho nezajímá. V konečné fázi se změny projevují i na úrovni jeho chování – například ztrácí přátele z osobních vztahů, špatně navazuje kontakty s druhými a podobně.

Změna nálady

Člověk může díky online světu cítit jak naprosté uvolnění, tedy pocit „flow“, kdy ho nezajímá nic jiného a věci okolo nechává zkrátka plynout, ale i negativní emoce, jako je vztek a rozhořčení z toho, že zrovna není, či nemůže ve svém virtuálním světě.

Zvyšování tolerance

Jedinec postupem času na své zákonné zástupce začíná zkoušet prodlužování stráveného času u počítače, na telefonu, či jiném digitálním zařízením.

Abstinenční příznaky

Můžeme sledovat u jedinců, kterým chybí jejich online prostředí, či digitální technologie. Dochází u nich ke změně chování a objevuje se u nich vztek, nervozita, ale mnohdy i agresivita.

Konflikt

Časté používání digitálních technologií a internetu vede k vyostření konfliktu. Často na úrovni mezilidských vztahů (například dítě x rodič), ale i na interpersonální úrovni, kdy si jedinec řeší konflikty sám v sobě.

Recidiva

Původní rysy chování můžeme sledovat i po delší odvykací lhůtě.⁵⁷ V tomto případě může recidiva vypadat např. tak, že dítě, které mělo problémy s hraním online her a na základě toho bylo umístěno do SVP, po návratu do svého rodinného prostředí může opět propadnout stejné problematice.

Ať už se bavíme o jakékoliv závislosti, musíme podotknout, že jedna věc zůstává všem stejná, a to příznaky závislostního chování, díky kterým můžeme odhalit onu problematiku. Tyto příznaky jsou všestranné a zasahují jak do fyzické, tak psychické roviny našeho života a mnohdy vyžadují systematickou podporu. Ovlivňují nejen naše chování a vnímání, ale také vztahy s druhými. Zejména u dětí, které mají se zmíněnou problematikou zkušenosti, dochází k negativním důsledkům, které zasahují do jejich každodenního života a tím ovlivňují svou výkonnost ve škole. Typickým příkladem může být zhoršení prospěchu, neschopnost se při hodinách soustředit, či plnit zadané úkoly, nebo odmítání autority. Pokud mluvíme o příznacích, charakteristická bývá také jejich postupná gradace neboli postupné zhoršování za podmínky, když nejsou v pravý čas rozpoznány a řešeny.

3.3. Prevence rizikovosti digitálních technologií

Současný svět plný digitálních zařízení nabízí dětem nespočet možností a výhod, ale zároveň představuje i riziko vzniku netolismu. Tato problematika vyžaduje okamžitý přístup k prevenci

⁵⁷ Srov. KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012. ISBN 978-80-904920-2-8, s. 35

a podpoře dětí a mladistvých k vytvoření zdravě stráveného času na digitálních zařízeních. Mezi zásadní body patří včasné odhalení zmíněných varovných signálů, o kterých jsme již mluvili.

Prevence rizik spojených s používáním digitálních technologií je v současné době pro děti a mladistvé klíčová, představuje nejrůznější přístupy, které zahrnují pravidla, vzdělávání, monitorování a podporu. S rostoucí vlnou digitalizace, nových aplikací a platforem je zásadní hledat způsoby, jak nejvíce minimalizovat zmíněná rizika této práce u dětí a mladistvých. Důležité je podotknout, že samotná prevence v tomto ohledu nepředstavuje jednorázový proces, ale naopak se jedná o dlouhodobé a cílené působení, které vyžaduje spolupráci všech, kterých se problematika týká. „*Nejlepší prevencí závislostního chování na síti jsou pevné rodinné vazby a provázení dítěte po digitálním světě.*“⁵⁸ Jak jsme již zmínili v předešlé kapitole, hlavní vliv na děti mají od jejich nejútlejšího věku především rodiče, proto je nesmírně důležité začít s digitální „výchovou“ především v rodině. Pro pochopení zmíněného procesu, si nyní uvedeme tři hlavní zásady, které nám poslouží jako pravidla vymezující hranici používání digitálních technologií mezi dítětem a rodičem.

Jděte příkladem

Zásada je zaměřena pro děti od nejútlejšího věku do 8 let. Soustředí se na několik zásadních faktorů, mezi nejzásadnější patří vytváření norem, návyků, pravidel a samoregulace. Rodiče mají zásadní roli v předávání svých vzorců, tedy pravidel, chování, zásad atd. svým dětem, a proto je velmi důležité, jakým způsobem jsou tyto vzorce předávány. Samoregulací se dítě postupně učí, kde má své hranice a nastavená pravidla. Zásadní roli zde opět hrají rodiče, kteří mají za úkol usměrňovat dítě, aby se samoregulaci postupně naučilo. Pokud tedy rodiče nechají své dítě dívat se celý den do telefonu a hrát počítačové hry, není divu, že si dítě na volný režim zvykne a přebere si ho za normální a zcela v pořádku.⁵⁹ Toto období je v rámci užívání digitálních technologií velmi zlomové, jelikož se děti již od malička učí zejména nápodobou. Proto je důležité, aby i rodiče měli mezi sebou nastavená pravidla a před dětmi se nejlépe pokusili omezit čas na telefonu.

⁵⁸ Cit. BANDERAS, Alicia. Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7, s. 121

⁵⁹ Srov. WHITEHEAD-ROGERS Carrie. Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k technologiím. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953, S. 24

Řid'te a usměřňujte

Zásada se snaží poučit děti a mladistvé v oblasti používání digitálních technologií. Rodiče mají za úkol nastavit si se svými ratolestmi pevné hranice a seznámit je s určitými možnostmi, které jsou spojeny s užíváním internetu. Preadolescenti by měli vědět, že můžou: říci „ne“, vymazat si svůj účet na sociálních sítích, nahlásit nevhodný obsah, nahlásit jiný účet, pokud jim chování toho druhého nepřijde vhodné a příjemné.⁶⁰ U dětí je také velmi skvělým způsobem usměrnění nastavení rodičovské kontroly v telefonu dítěte. Pomocí nejrůznějších aplikací získávají rodiče nejen přehled o digitálním obsahu dítěte, ale dokonce umožňují regulovat čas strávený u obrazovky.

Monitorujte

V momentě, kdy se nacházíme v online světě, zanecháváme za sebou „digitální stopu“, kterou si můžeme představit např. jako komentář na sociálních sítích, cookies, uložené odkazy, sdílených příspěvků atd.⁶¹ Každá digitální stopa v sobě skrývá klady i zápory. Až si v budoucnu bude někdo prohlížet náš profil, uvidí, co jsme před lety sdíleli a jak jsme „žili“. Pokud jsou mezi dítětem a rodičem nastavená alespoň z části taková pravidla, pak je dítě vystaveno menší míře rizikovosti spojené s používáním digitálních technologií. S monitorováním souvisí také nastavení rodičovské kontroly, která pomáhá omezit přístup k nebezpečnému obsahu. Kromě toho dokáže omezit čas strávený na elektronice a tím předcházet potencionálním problémům.

Zejména u těch nejmenších je důraz na prevenci kladen již v rodinném prostředí. Nejpodstatnějším faktorem je nastavení pravidel a hranic, které vedou ke snížení případných rizik. V rámci prevence je také zásadní dbát důraz na tyto faktory:

- Dodržování časových limitů
- Regulace obsahu
- Vyváženost online zábavy a zábavy v realitě
- Důraz na vzdělávací hodnotu u používání digitálních technologií

⁶⁰ Srov. WHITEHEAD-ROGERS Carrie. Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k *technologiím*. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953, S. 27

⁶¹ Srov. WHITEHEAD-ROGERS Carrie. Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k *technologiím*. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953, s. 31

- Kontrola obsahu
- Propojenost ⁶²digitálních technologií s každodenním životem

Mezi další preventivní funkce můžeme zařadit i preventivní programy, které mají za úkol poskytovat potřebné informace o rizikovosti internetu a digitálního obsahu. Preventivní programy jsou mnohdy propojené i se školskými zařízeními, neziskovými organizacemi, či dalšími institucemi, kde probíhají zejména formou školení, přednášek či workshopů. Zejména školská zařízení se snaží o co největší prevenci v digitální oblasti a to formou doplňujících předmětů, jako je mediální výchova, či preventivních programů, jako jsou: „*Netiketa – pravidla chování na internetu*“, „*TikTok a jeho rizika*“ či „*Děti a sociální sítě*“ ⁶³a další. Mezi známé programy patří např. O2 chytrá škola, DigiKoalice či E-Bezpečí.

Velmi důležitým způsobem prevence může být důraz na trávení času offline, kdy dítě vymění digitální zařízení za kroužek či aktivitu. Trávení volného času offline přináší samé výhody. Jednak se děti naučí spolupracovat a lépe komunikovat s druhými při společných aktivitách, přispívají svému fyzickému i psychickému zdraví a jednak zapojují své kritické myšlení a fantazii. V rámci této prevence je také podstatná role rodičů, kteří by měli do svého dítěte investovat co nejvíce volného času a podporovat ho v nových zálibách a koníčcích.

V neposlední řadě také můžeme zmínit pomoc nejrůznějších zařízení a organizací, zejména pokud se bavíme o problematickém chování spojeném s používáním digitálních technologií či samotné závislosti. Preventivní opatření poskytují jednak pedagogicko-psychologické poradny či kliniky, léčebny, ale také nejrůznější střediska jako např. střediska výchovné péče.

⁶² Srov. SLUSSAREFF, Michaela. Hry, sítě, porno: rodičovský průvodce džunglí digitálního dětství a puberty. Žádná velká věda. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2022. ISBN 978-80-7555-156-6, s. 127-128

⁶³ Cit. Preventivní programy pro orientaci v „ONLINE SVĚTĚ“. Online. Dostupné z: <https://skolasyrovice.cz/preventivni-programy-pro-orientaci-v-online-svete/>. [cit. 2024-12-20].

4. METODOLOGIE VÝZKUMU

4.1. Cíle výzkumu

Cílem předkládané práce je pomocí kvalitativního výzkumu a polostrukturovaných rozhovorů zjistit, s jakými nejčastějšími problémy se nyní setkávají pracovníci SVP ve spojení s používáním digitálních technologií u dětí a mladistvých a na která rizika nejčastěji se zmíněnou problematikou narážejí.

Kvalitativní výzkum je vhodný při práci s menší skupinou informantů, neboť můžeme dosáhnout detailnějších a obsáhlejších výsledků. Na počátku výzkumu je nezbytné, aby si výzkumník stanovil výzkumné otázky vztahující se k tématu, které však mohou být postupně upravovány a doplňovány.⁶⁴ Kvalitativní výzkum se zabývá podrobnou analýzou dat menšího výzkumného vzorku a to prostřednictvím metod, jako jsou rozhovory, pozorování, či analýza dokumentů.

Zmíněný problém je zkoumán z pohledu odborných pracovníků konkrétního střediska výchovné péče. Dále jsou rozhovory vedeny také s dětmi a mladistvými, kteří byli ve spojitosti se zmíněnou problematikou umístěni v SVP. Pozornost je směřována na to, jaký je pohled mladistvých k této problematice a do jaké míry je digitální svět ovlivňuje.

Hlavní pozornost je věnována zejména mladistvým, kteří se do SVP dostali z důvodu problémového chování ve spojitosti s používáním digitálních technologií, jako např. závislost na online hrách, sociálních sítích, posílání a šíření nevhodného obsahu atd.

⁶⁴ Srov. HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Páté, přepracované vydání. Praha: Portál, 2023. ISBN 978-80-262-1968-2., s. 47

4.2. Výzkumné otázky

Hlavní výzkumná otázka zní: *„Do jaké míry se pracovníci SVP setkávají s problematikou spojenou s používáním digitálních technologií u dětí a mladistvých a jaký je postoj mladistvých ke zmíněnému problému?“*

Hlavní výzkumná otázka je dále rozdělena do dílčích cílů:

1. Jak často se pracovníci SVP setkávají s dětmi, jejichž problémy souvisejí s oblastí digitálních technologií?
2. Do jaké míry ovlivňují digitální technologie děti a mladistvé?
3. Jaký je pohled mladistvých umístěných v SVP ke zmíněné problematice?

4.3. Metodologický přístup a metoda sběru dat

Vzhledem k zaměření práce jsem se rozhodla pro kvalitativní výzkum, abych získala detailnější a podrobnější vhled do dané problematiky. Výzkum byl proveden formou polostrukturovaných rozhovorů se dvěma skupinami informantů. Analýza dat probíhala v rámci zakotvené teorie, přičemž vzhledem k rozsáhlým skupinám informantů bylo použito otevřené kódování.

Jednotlivé rozhovory probíhaly na různých místech. V rámci mé týdenní praxe v konkrétním SVP se mi podařilo provést rozhovory s celkem šesti odbornými zaměstnanci, čímž jsem získala různorodý pohled jednotlivých pracovníků. Co se týče mladistvých, rozhovory byly prováděny s klienty umístěnými v konkrétním středisku výchovné péče, proto se mi podařilo vykonat rozhovory ve zmíněné organizaci, tedy v prostředí, které informanti znají a cítí se zde bezpečně. S posledním informantem, který již ze střediska odešel, probíhal rozhovor v příjemném prostředí kavárny. Před samotným počátkem rozhovoru jsem všechny informanty seznámila s informovaným souhlasem a to včetně důležitých informací, jako možnost odstoupení od rozhovorů či uvedení informanta v anonymním režimu. Všechny rozhovory byly nahrávány na diktafon v mobilním telefonu a to s výslovným souhlasem.

4.4. Charakteristika výběrového souboru

Výběr výzkumného vzorku je rozdělen na dvě skupiny. Jedná se o pracovníky konkrétního střediska výchovné péče a dále mladistvý, kteří byli klienty zmíněného střediska v propojení problematiky digitálních technologií.

Rozhovory jsou provedeny celkem se šesti zaměstnanci střediska výchovné péče a to z nejrůznějších profesí, konkrétně: pedagog, vychovatel, psycholog, etoped, asistent pedagoga a sociální pracovník. Kvůli zachování anonymity jsou však jednotlivé výpovědi uvedeny pod označením „pracovník SVP.“ Rozhovory s mladistvými jsou věkově velmi různorodé. Nejmladšímu respondentovi je 13 let a nejstaršímu naopak 17. Výběrovým souborem jsou mladiství, kteří byli umístěni v SVP v propojení se zmíněnou problematikou. Opět kvůli zachování anonymity jsou jednotlivé výpovědi uvedeny dle pohlaví a věku (např. 15 let, holka.)

V rámci výzkumu u mladistvých jsem použila metodu záměrného výběru, neboť jsem se zaměřila pouze na jedince, kteří si prošli problematikou v oblasti digitálních technologií. Vybrala jsem si tedy celkem šest informantů, kteří byli umístěni ve středisku výchovné péče, zejména na doporučení pana etopeda.

4.5. Výběrový soubor

První skupina informantů, tedy pracovníků střediska výchovné péče, jsou vybráni dle konkrétních profesí. Jedná se tedy o.

- 1) Etoped střediska výchovné péče
- 2) Vychovatel střediska péče
- 3) Psycholog střediska výchovné péče
- 4) Sociální pracovník střediska výchovné péče
- 5) Učitel střediska výchovné péče
- 6) Asistent pedagoga střediska výchovné péče

Druhé skupině informantů, která je složena z klientů střediska výchovné péče, konkrétně mladistvých, je přiřazen podrobnější popis, který nám pomáhá lépe pochopit specifika jednotlivých informantů.

1) **Dívka, 14 let** - Do střediska výchovné péče byla umístěna z několika důvodů, přičemž nejzásadnějšími faktory byly její problémy se sebepoškozováním, které byly důsledkem složité situace v rodinném prostředí a problémů ve škole. Mezi těmito problémy se objevovaly nejen osobní a rodinné konflikty, ale také kyberšikana, která výrazně přispívala k její psychické zátěži a negativně ovlivnila její chování i psychické zdraví.

2) **Chlapec, 13 let** - Chlapec byl přijat do střediska výchovné péče především kvůli rodinným problémům a závislosti na online hrách. V důsledku upřednostňování elektroniky a her před každodenními povinnostmi se projevovala jeho agresivita vůči rodičům, protože mezi nimi docházelo k neshodám v zájmech a hodnotách.

3) **Chlapec, 14 let** - Chlapec byl přijat do SVP především kvůli problémům ve škole, které byly způsobeny jeho nutkavým chováním. To se projevovalo častým vyrušováním, neustálým vyhledáváním kontaktu s ostatními spolužáky, neplněním povinností a úmyslným děláním naschválů. Během vyučování se chlapec soustředil především na jiné věci, například na sdílení fotografií na aplikaci Snapchat.

4) **Dívka, 14 let** - Do SVP byla zařazena především kvůli rodinným problémům a potížím ve škole. Jak sama uvádí, svůj volný čas tráví převážně na mobilním telefonu až do brzkých ranních hodin, což má negativní dopad na její spánkový režim a školní výkonnost. Tento narušený režim se pak odráží na její schopnosti soustředit se a věnovat se školní přípravě, přičemž nejvíce se projevují problémy s pozorností, koncentrací a zanedbáváním studijních povinností.

5) **Dívka, 16 let** - Do SVP byla umístěna kvůli problémům ve škole, konkrétně se spolužáky a vrstevníky, což vedlo k rozhodnutí úplně se od školy a spolužáků izolovat. V

důsledku ztráty sociálních kontaktů s vrstevníky trávil celé dny doma, kde téměř veškerý svůj čas strávil na elektronice. To byl také jeden z faktorů, který přispěl k rodinným problémům

6) **Chlapec, 17 let** – Do SVP byl zařazen kvůli rodinným problémům, které se zhoršily v důsledku nadměrného hraní her na telefonu a počítači. Tyto potíže byly následně zhoršeny chlapcovou agresí, lhaním a drobnými krádežemi peněz, které používal na financování svých her.

5. VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ U PRACOVNÍKŮ SVP

Dle jednotlivých rozhovorů s pracovníky střediska výchovné péče a otevřeného kódování, vzniklo několik kódů, které jsem zařadila do jednotlivých kategorií. Jedná se o tyto kategorie:

- Problémy dětí
- Rodinné zázemí
- Volnočasové aktivity
- Trendy
- Dopady
- Neznalost

5.1. Problémy dětí

Všichni informanti ze skupiny zaměstnanců SVP mají jasný názor na to, s jakými nejčastějšími problémy přicházejí děti a mladiství do střediska výchovné péče.

„Výchovné a vzdělávací potíže nejčastěji. To dítě má problémy ve škole a s vycházením s učiteli nebo s dodržováním řádu, vycházením s vrstevníky nebo to dítě má problémy doma a mnohdy je to doprovázeno i dalšími skrytými problémy.“ - Psycholog SVP

„Tak často je to asi podle mě zanedbání té školní práce, to znamená, že buď děti choděj za školu anebo poruchy chování no a pak nějaká ta agresivita.“ - Vychovatel SVP

„I rodina sama si žádá o ten pobyt, že jsou rodinné problémy, často jsou tady ty děti kvůli školním problémům a něčemu takovému.“ - Asistent pedagoga SVP

„Většinou to je nějaký problém s autoritou, to je nejčastější věc. A teď mi přijde, že se to vrací do toho stylu, jako nerozumím si s dětmi ve škole, mám problémy se spolužáky, s učiteli nebo si nerozumím se svými rodiči.“ - Etoped SVP

„Nejčastěji je ta škola, záškoláctví a takový ty rodinný problémy, jako je vzdor, agrese, problém s autoritami, útěk z domova a takový věci.“ - Učitel SVP

„Mně teď chodí na ambulanci i předškoláci. První třída, osm a devět let. Prostě ve škole jsou agresivní a šikanují. Problém je ten, že stále více mladších dětí se setkává s takovými problémy.“ - Sociální pracovník SVP

5.2. Rodinné zázemí

Téměř všichni informanti zaujímají podobný názor na vliv výchovy a rodinného zázemí, které výrazně ovlivňuje děti v jejich chování a jednání.

„Prakticky každé dítě má dnes nějaký smart zařízení a pochopitelně je to láká. Takže si myslím, že je to pro ty děti přístupnější a zvláště u těch dětí, které nejsou doma přijímány, tak si potřebuju něco dokazovat.“ - Psycholog SVP

„Prostě málo času rodičů a nezájem rodičů o ty děti. Tráví tam většinu svého času, rodiče je nehlídají, nevědí ani kolikrát co na tom telefonu dělají a to vede zase k dalším problémům.“

- Učitel SVP

„Telefony tady budou pořád, je to otázka výchovy těch rodičů. Kolikrát vidím, jak dají do ruky ročnímu dítěti telefon a pak se ty rodiče diví, že má to dítě třeba ADHD, když to z toho v podstatě vzniká.“ - Asistent pedagoga SVP

„Ale myslím si, že i rodiče, kteří jsou na těch technologiích více, než byli dříve, tak pak nemají čas na to dítě a vzniká takový bludný kruh, že ta rodina je sice spolu, ale vlastně spolu vůbec nejsou.“ - Etoped SVP

„Ale všechno je spojený jako s problémy doma. Se podívejte, tady má každý dítě rozvedený rodiče, to je hrozný. A pak, když vidíte ty spisy a víte, z jaký rodiny sem to dítě přichází, to je teprve něco, no.“ – Sociální pracovník SVP

5.3. Volnočasové aktivity

Většina pracovníků zastává podobný názor v pohledu na mimoškolní aktivity, tedy takový, že pokud má dítě nějaké záliby či koníčky, má menší tendenci sklouznout k rizikám spojeným s používáním digitálních technologiích.

„U těch chlapců je to o tom, že nemají jiné zájmy, nedostatek volnočasových aktivit. Potom najednou tady odpoledne nemůžou na počítač, nemůžou na telefon, a co tady mají jako teď dělat z jejich pohledu.“ - Psycholog SVP

„Jako je pravda, že když sem přijdou, tak vypadají, že bez těch mobilů a počítačů nevydrží. Ale až se trošičku začlenějí a získají tady kamarády a vidějí věci, který můžou odpoledne dělat, tak někdy zvítězí ta jiná varianta typu sportovní nebo výtvarná činnost nad tím počítačem nebo mobilem.“ - Vychovatel SVP

„Snažíme se ty děti co nejvíce zaměstnat, aby se nenudily. Tvoříme pro ně aktivity, o přestávkách se je snažíme zaměstnat, děti se pohybují. Takže asi tím hlavní je, aby dítě bylo co nejvíce zaměstnaný a nemělo čas se nudit, protože když se nudějí, tak přemýšlejí nad

kravinama, třeba ty mobilní telefony a tady na to úplně nemaj tu kapacitu.“ - Asistent pedagoga SVP

„Důležité je snažit se vytvářet dětem program takovej, aby byl plnej sportu a nějakých aktivit a toho, aby nebyly pořád na tom mobilu.“ - Etoped SVP

„No tak samozřejmě u těch dětí vidím problémy v trávení volného času. Tady jsou třeba různé neziskové organizace, který maj na starost i podprahový kluby, že tam nabízej těmhle dětem nějakou tu aktivitu. Samozřejmě ne každý rodič o tom ví, tak i tohle se jim snažíme jako nastínit a prostě pomoci jakoby tomu dítěti, aby nebylo na tom závislý.“ - Učitel SVP

„Jako ty děti jsou na tom furt, já pokaždé, co vyplňuji tu rodinnou anamnézu a je tam, jak dítě tráví svůj volný čas, tak všude je na počítači, na telefonu nebo u televize, jo. Nejsou žádný organizovaný aktivity nebo kroužky, není nic.“ - Sociální pracovník SVP

5.4. Trendy

Nyní se podíváme na to, jaké platformy jsou z pohledu pracovníků u dětí aktuálně oblíbené a na čem tráví většinu svého volného času. Mnozí pracovníci se shodují především v oblasti konkrétních sociálních sítí, někteří přinášejí nový vhled i s digitálními výzvami.

„Máme tady pubertální slečny a tam je dost často nahrávání fotografií na internet, dost často explicitních fotografií. Samozřejmě kopírují úspěchy druhých, takže pokud holka vidí, že jedné holce přinášejí lajky obnažené fotky, tak to samozřejmě bude dělat taky a už jsme u problému.“
- Psycholog SVP

„Nejvíc rizikový je právě to, že veřej jakoby všemu, co na těch sítích je a co tam viděj. Klasicky Tiktok a Instagram a to, co tam je, je pro ně extrémně důležitý a nemůže jim jako nic uniknout. Takže pak chtěj to, co má nějaký influencer.“ - Vychovatel SVP

„Ale poslední dobou mi přijde, že už nejsou takový ty závislosti na hrách, nebo spíš to není trend. Ale myslím si, že větší problém jsou ty sociální sítě, na kterých tráví několik hodin a tady je to vidět, že mají potřebu přes ty sociální sítě všem psát, vše sdílet co se děje a neděje. Občas se najdou i děti, které mají problémy s hraním a zkoušej to třeba v hodinách informatiky a mají prostě to nutkání. Ale obecně si myslím, že problém je v těch sociálních sítích, protože se tam ty děti hrozně poměřují a často tím vzniká sebepoškozování, poruchy příjmu potravy a tady se s tím setkáváme často, zejména u dívek. Nebo často u dětí na základkách, jsou teď trendy takový ty výzvy, co ty děcka dávaj na sociální sítě. Třeba jako, aby někdo odlepil kachličku ze záchodu a sdílel to na sociální sítě a takový věci.“ - Asistent pedagoga SVP

„U kluků je tady dost častej problém jako nadužívání her, hodně tedy online her, které se dají hrát v mobilu, na počítačích nebo na konzolích. Takže je to taková věc k nadužívání a plus kluci i holky nadužívají sociální sítě. Na prvním místě je Instagram a hned na druhém místě je to Tiktok. S tím, že očekáváme, nebo já očekávám osobně, že se k tomu přidají další sítě, které vzniknou. A upřímně se bojím okamžiku, kdy tady začneme řešit nějaký holky s Onlyfans, což si myslím, že třeba v hlavním městě v Praze se s tím kolegové už setkávají u třináctiletých, čtrnáctiletých holek.“ - Etoped SVP

„My teď aktuálně tedy řešíme u těch kluků, že oni jsou schopný během pár minut během večerního telefonování domů si najet jak na porno a jednou prostě porno a my se pak díváme jako do historie a tam je samé porno. Nebo teď jsme třeba přišli na to, že večer po úklidu mají na chvíli počítač a jeden na počítači a druhý hlídá a to jsme taky nevěděli, že hlídá proto, že ten první je zase na pornu a když jde vychovatel, tak to honem vypne. Takže i takový věci tady řešíme aktuálně.“ - Sociální pracovník SVP

5.5. Dopady

Přesuneme se k potencionálním rizikům a možným dopadům častého používání digitálních technologií u dětí a mladistvých.

„U dívek je tam hodně fyzičtější riziko, protože ty holky poskytují osobní údaje a fotky, kolikrát to může být spojené i s problematikou dětské pornografie. Plus čím víc dětí tráví času na telefonu, tím míň jsou na tom dobře ve fyzické kondici.“ - Psycholog SVP

„Já si myslím, že když jsou na tom telefonu, tak to pro ně může být hodně rizikový, protože nedokážou ještě rozeznat, co je správně a špatně, co je pravda a nepravda a tím můžou někomu třeba naletět nebo se dostat do nějakých problémů.“ - Vychovatel SVP

„Já vidím třeba hodně problém s umělou inteligencí, protože dítě vytáhne z kapsy mobil, zadá instrukce a ono mu to vyplivne všechno, co chce. Nehledě na to, že to nabízí kolikrát i pofiderní zdroje, jenže pro ty děti je to prostě rychlejší a nemusí se u toho namáhat. Zároveň to má rizika, že kvůli tomu můžeme postupně hloupnout.“ - Asistent pedagoga

„Neurologové, psychiatři a lékaři se shodují na tom, že se dětem vyplavuje tzv. levnej dopamin a že oni velmi rychle dosahují zážitků a úspěchů právě skrze ten digitální svět a pak jsou méně pružní k tomu, aby se překonávaly v tom reálném světě. To znamená, že to jako hodně maže volní vlastnosti a dokonce už se začínají objevovat výzkumy, že nadužívání digitálních technologií vede k tomu, že hloupnou. To znamená, že vlastně jako nedokážou využít potenciál svých rozumových schopností.“ - Etoped SVP

„To dítě dnes už má telefon od prvního ročníku a o přestávce si na tom třeba hraje a prostě nemá takový ty komunikační vazby s vrstevníky, neumí s nimi komunikovat, kamarádit a utíká do světa sociálních sítí, protože ne každé rodič si to dokáže ohlídat, aby dítě ve třetí třídě

nemělo Facebook. Takže pak dochází k tomu, že ty děti si nedokážou najít lepší zábavu, než třeba ten mobil, nebo koukaj a poslouchaj písničky z počítače a tam se to odvíjí i v tý výuce, že děti nechápou ten text, protože málo čtou. Oni si pak nedokážou ani nic představit a ta slovní zásoba z té omezené četby není.“ - Učitel SVP

„Myslím si, že dopady můžou být jednoduše asi takový, že ty děti nebudou mít jiné zájmy a v hlavě budou mít jenom ten počítač a mobil, ale od toho tady mají být ti rodiče, aby tohle všechno u těch dětí regulovali.“ - Sociální pracovník SVP

5.6. Neznalost

Neznalost je další kategorií, neboť představuje podstatnou část problému. Všichni pracovníci se shodli na tom, že většina dětí nemá ponětí o možných rizicích a dopadech.

„Není tam dost často taková ta informační gramotnost, aby si to ty holky dokázaly pohlídat. Není tam představa o tom, jak moc je to rizikový, co vše to může způsobit a tak. Takže tam potom jsou, vůbec nevěděj, jak se na tom internetu mají chovat a dělaj to rodičům za zády.“

- Psycholog SVP

„Když se o tom zrovna s někým bavím, tak mi řekne, že na tom tráví pět hodin denně a jak je to fajn, že si tam píše s kamarádama a vůbec neviděj ten dopad, že už to není dobrý na tom trávit tolik času denně.“ - Asistent pedagoga SVP

„Pak se těch rodičů ptám, kde je mobil večer po deváté hodině a dost často říkají, že to dítě ho má u sebe, ale ono mi řeklo, že na něm není. Máte Family Link? Nemáte. Jak víte, že to dítě na tom mobilu není? Nevíme. A jsme u toho.“ - Etoped SVP

„Ty děti nevěděj, co s tím zařízením mají jako dělat. Když to dostanou třeba už od první třídy, tak takhle malé dítě prostě neví, jaký problémy to může způsobit.“ - Učitelka SVP

6. VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ U MLADISTVÝCH

Dle jednotlivých kvalitativních rozhovorů s dětmi a mladistvými umístěnými v SVP a otevřeného kódování, vzniklo několik kódů, které jsem zařadila do jednotlivých kategorií.

Rozhovory probíhaly ve středisku výchovné péče, v soukromí mezi čtyřma očima. S posledním informantem v příjemném prostředí kavárny. V následující části předkládané práce budou krátce představeni jednotliví informanti a jejich stručné zdůvodnění umístění do SVP.

- Důvody umístění do SVP
- Začlenění
- Volný čas
- Rizika digitálních technologií
- Osobní zkušenost
- Atraktivita digitálních zařízení
- Pohled rodičů

6.1. Důvody umístění dětí do SVP

Nyní se podíváme na to, jak jednotliví informanti vnímají své umístění do střediska výchovné péče. Ačkoli se na první pohled může zdát, že problematika digitálních technologií u informantů nehraje zásadní roli, tento problém se brzy ukáže jako jeden z klíčových.

„Jsem tady, protože jsem měla problémy doma s rodičema, ale o tom mluvit moc nechci. A pak i nějaký problémy se školou, jakože jsme neplnila svoje povinnosti, nedělala jsem úkoly, nebyla jsem naučená, prostě jsem nedělala nic.“ - Dívka, 14 let

„Tak já jsem se sem dostal proto, že nám to poradila škola, protože jsem dělal naschvály a taky jsem se neučil, takže jsem měl pak problémy ve škole, no. Prostě jsem dělal kravinu, dělal jsem naschvály učitelům, dělal jsem naschvály kamarádům ve škole, a jakože všem, nedělal jsem to, co jsem měl, třeba jako učení. Měl jsem špatný známky, tak proto.“ - Chlapec, 13 let

„Tak já jsem tady, protože jsem nechodila do školy. Měla jsem problém se spolužáky a spolužačkami. Prostě tam byly nějaký problémy, odešla jsem kvůli nim. A pak jak jsem byla dlouho doma, protože jsme přestala chodit do školy úplně, tak jsme měla problém spíš v komunikaci jako s rodiči. Byla jsem asi hodně na telefonu podle nich a to jim taky vadilo.“

- Dívka, 16 let

„Hmm, asi to bylo moje chování vůči rodičům. Byl jsem hodně náladovej a taky asi agrese, kterou jsem nedokázal ovládat a pak prostě závislost na elektronice jako celkově na počítači a na mobilu. Byl jsem furt nalepenej na sociálních sítích, ale teď co jsme tady, tak si to uvědomuju.“ - Chlapec, 13 let

„No tak jsem tady, protože jsem moc nejedla, jakože sebepoškozuju se. To je ten hlavní důvod, pak jsem nechodila včas domů, protože jsem měla problémy i tam, prostě rodinný problémy a pak i ve škole a se spolužáky, prošla jsem si šikanou a kyberšikanou, bylo toho hodně, všechno se to nějak sešlo a já z toho měla to sebepoškozování, a proto jsem tady.“ – Dívka, 14 let

„Já jsem tam byl hlavně kvůli tomu, že jsem měl problémy doma, jako s mámou a pak s hraním. Kradl jsem peníze, byl agresivní a pak i nějaký problémy se školou.“ – Chlapec, 17 let

6.2. Začlenění

Většina informantů se shoduje na stejném názoru. Zejména pro dívky probíhalo začlenění o něco složitěji, než u chlapců.

„Já jsem sem nechtěla, takže jsem z toho neměla jako dobrý pocit, ale je to tu dobrý nakonec. První jsem s tím měla problém. Právě zvyknout si na něco jinýho, než na co jsem jako zvyklá, ale teď už docela v pohodě. Docela se mi tady líbí.“ – Dívka, 14 let

„Tak jako bylo to ze začátku divný, ale pak jsem si zvykl. Tak bylo na mě asi dost změn, nový místo a hlavně cizí děti, ale pak to bylo v pohodě. Vlastně jsem přijel, vybalil si věci, pak jsem byl chvíli na pokoji, přišel vychovatel a něco mi říkal no a pak jsem se seznámil s ostatními a to bylo v pohodě pak.“ - Chlapec, 13 let

„Špatný. Já jsem tady moc nechtěla bejt. Ale musela jsem, takže mi nic jinýho nezbylo.“

– Dívka, 16 let

„Tak příchod pro mě byl dost těžkej, byl to pro mě obrovskej skok. Ted' jsme jakoby v takový skupině, kde neznám nikoho, kde jsou děti, který maj prostě problémy a já jelikož se nedokážu ovládat, tak mám prostě problémy jako celkově tady s nimi vycházet.“ – Chlapec, 13 let

„Já jsem sem nechtěla, takže jsem z toho neměla jako dobrej pocit, ale je to tu dobrý nakonec. První jsem s tím měla problém. Právě zvyknout si na něco jinýho, než na co jsem jako zvyklá, ale ted' už docela v pohodě. Docela se mi tady líbí.“ – Dívka, 14 let

„Tak ze začátku jsem se toho trochu bál, ale nakonec to bylo v pohodě. Byli jsme tam všichni tak nějak na stejný vlně.“ – Chlapec, 17 let

6.3. Volný čas

Volný čas má zásadní význam v životě dětí a dospívajících. Jak jsme si mohli všimnout dle výpovědí pracovníků střediska výchovné péče, se ukazuje, že děti, které postrádají zájmy nebo koníčky, často tráví svůj volný čas na digitálních zařízeních. Nyní se podíváme, jak tráví volný čas klienti střediska.

„Tak chodila jsem do školy, přišla jsem ze školy, hodila si batoh domů, šla ven s kámošema, kde jsme třeba poslouchali písničky a domů jsem přišla až večer, takže přes den jsem byla s kámošema. Dělali jsme prostě nějaký blbosti. A večer, když jsem byla doma, tak jsem byla prostě na mobilu.“ - Dívka, 14 let

„Jako když jsem byl doma, noo byl jsem s rodinou, byl jsem venčit psa, pak jsem si udělal učení, ale to mi nešlo, já jsem u toho nikdy dlouho nevydržel, takže jsem měl jiný zájmy. Byl jsem na telefonu a dobrý.“ – Chlapec, 13 let

„No tak jak jsem přestala chodit do školy úplně, tak jsem byla jenom doma, tak tam toho nešlo moc dělat. Byla jsem na telefonu nebo počítači, abych si mohla psát s kámoškama, nebo dělala nějaký věci do školy, nevím.“ – Dívka, 16 let

„Tak ten čas jsem trávil s kamarádama, buď jsme byli venku a jezdili třeba na kole, nebo jsme společně hráli onlajnovky.“ – Chlapec, 13 let

„No tak máme doma koně, takže jsem chodila ven ke koním a většinou jsem byla v obchodáku, protože jsem z většího města, takže tam jsem byla s kámošema hodně.“ - Dívka, 14 let

„To jsem byl venku s kámošema nebo doma, protože můj jedinej koníček byl prostě mobil. Hrál jsem tam ty hry, mohl bejt v kontaktu s kámošema a tak. Ale pak už to přerostlo spíš v tu závislost a to bylo blbý, no. Kvůli tomu jsem měl ty problémy s mámou a pak se to začalo nějak nabalovat, bylo toho víc.“ – Chlapec, 17 let

6.4. Rizika digitálních technologií

Předkládaná práce se zaměřuje na rizika spojená s digitálními technologiemi. I když to na první pohled dle předchozích výpovědí nemusí být patrné, uvedení informanti narazili na negativními dopady v oblasti sociálních sítí, nejrůznějších aplikací, internetu, či elektroniky obecně.

„Tak určitě na tom můžou bejt lidi závislí. Čím dál tím více a ještě můžou žít jako v tom online světě a to není dobře. Protože jakmile se to stane, tak jsou pak mimo a myslěj na něco jinýho, jakože maj svůj svět. Já znám třeba i lidi, co byli závislí přímo na hrách, jako kámoši třeba a to je špatný.“ – Dívka, 14 let

„No tak jako, když si mě třeba někdo blokne, to je takový, že pak nemůžu nic. Nebo hodně teď ten scam jako, nějaký podvody, třeba odkazy na který klikneš a strhne ti to peníze nebo tě to hodí na nějakou stránku. Nebo fake účty a takový kraviny, moc nevím asi, co jinak by se dalo.“

- Chlapec, 13 let

„Určitě ano, strašně hodně. Myslím si, že rizikový může být třeba ta závislost na tom telefonu. Jako já jsem na tom byla furt a asi si to i teď trochu uvědomuju. Ale setkala jsem se třeba s fake účty, to se taky stalo. Mně právě psaly takový falešný účty, nebo třeba někdo známý si udělal jako falešný účet, aby mi mohl napsat a něco po mně chtít, třeba poslat nějaký fotky nebo tak, ale většinou jsem to poznala.“ - Dívka, 16 let

„Tak asi trávit tolik času na telefonu si myslím, že není už tak dobrý, protože můžu bejt hloupej. Jako tak, že ty sítě ten mozek úplně vydrťí. Jakože budu přemejšlet furt nad těma herníma věcma. Jako třeba v kolik máme s klukama naplánovanou onlajnovku a takový věci a pak tady nad těma sociálníma sítěma, než abych přemejšlel nad těma opravdovejma věcma.“ – Chlapec, 13 let

„Jojo, jako určitě tady ty rizika jsou a docela veliký. Ted tady řešíme takovou větší věc, jakože se nám nabourali do účtu. Teda konkrétně mně se tady jeden kluk naboural do účtu a řeší se to. Protože všichni tady věděli moje heslo a on se mi tam naboural, četl si moje zprávy, dostal se mi do sdílených fotek v tom chatu, ke všemu.“ - Dívka, 14 let

„Tak obecně jako můžu asi říct, že nás to vede k manipulaci, jakože ty hry nás zmanipulují a my pak nevíme, co děláme. A to je špatně, že. A jako celkově ty hry asi nejsou úplně dobré, protože to může pohltit náš mozek a pak nemyslíme na nic jinýho, což je vlastně ta závislost. A pak asi i to chování, že jako kvůli tomu pak můžeme být i agresivní, když něco chceme a nemáme to.“ – Chlapec, 17 let

6.5. Osobní zkušenost

Nyní se zaměříme na rizika a negativní zkušenosti, kterým informanti čelili při používání digitálních technologií. Každý z nich má jak pozitivní, tak i negativní zážitky, které je nějakým způsobem ovlivnily.

„Jak jsem na tom telefonu byla do pěti do rána a pak jsem šla do školy. To bylo docela náročný, musela jsem si koupit vždy energeták a cigaretu, abych mohla nějak fungovat, no. Ale jak jsem byla unavená, tak jsem pak v té škole spala o hodinu a nic nedělala, prostě jo. A pak si toho všimla učitelka a nebylo to po prvé, takže jsem měla jako nějaký napomenutí pak.“ – Dívka, 14 let

„Tak asi, jak jsem měl jiný zájmy a nechtěl jsem dělat ty úkoly třeba. Že mi jako přijde, že ten mobil od toho jako odrazuje, od toho učení. Nebo celkově, když na tom jsem i ve škole, tak nedávám pozor, že jo a pak nestíhám to učení a nic neumím, to je docela blbý no.“

- Chlapec, 13 let

„Jo, setkala. Hodně mi psali ti úchyláci jako na Instagramu a chtěli poslat moje fotky. Setkala jsem se třeba s fake účty, to se mi taky stalo. Mně právě psaly takový falešný účty, nebo třeba dokonce i někdo známý jako z mých spolužáků si udělal jako falešný účet, aby mi mohl napsat a něco po mně chtít, třeba poslat nějaký fotky, aby si pak ze mě mohl dělat srandu, to se mi taky stalo. Já jsem pak měla i ty problémy ve škole, kam jsem přestala chodit, ale o tom moc mluvit nechci. Ale jako seznamování přes internet může být rizikový celkově si myslím celkově.“

– Dívka, 16 let

„Tak já jsem hrál ty hry, to jsem říkal. Ale ze začátku mi to přišlo v pohodě, ale pak jsem začal být jako agresivní třeba na mamku, když mi řekla, ať to vypnu, tak jsme se hodně hádali. Nebo když jsem měl Family Link a ona přišla na to, že jsem si prodloužil ten čas na tom. To byla ale moje chyba, já jsem si tohle neuvědomoval, že jsem závislej.“ – Chlapec, 13 let.

„Já asi jako největší problém zažila šikanu i kyberšikanu. Jakože mě šikanovali právě přes zprávy v tom smyslu, že mi psali hrozný věci, sdíleli moje osobní fotky, nadávali mi až tak, že se mam jako zabít, vyhrožovali mi a furt někam dávali ty moje fotky. A k tomu jsem zažila i normální šikanu ve škole, proto jsem přestoupila.“ – Dívka, 14 let

„Choval jsem se hnusně k mamce, když mi ten telefon třeba vzala z ruky a já měl rozehranou hru nebo mi nechtěla dát peníze na skiny. A pak jako celkově, když jsem prostě kradl mamce a celkově víc lidem peníze na ty hry, tak jsem si taky říkal, že to není dobrý, tak to jsem se nechoval hezky, teď zpětně si to uvědomuju. To byla prostě ta závislost.“ – Chlapec, 17 let

6.6. Atraktivita digitálních zařízení

Každý z uvedených informantů tráví svůj volný čas na elektronice, nyní se podíváme na to, v čem je digitální svět tak lákavý.

Tak já tam jsem, když nemůžu spát, tak jsem na tom telefonu hlavně večer. Protože nemám co jinýho dělat. A jinak si tam volám s kámošema, píšu si s nima a taky tam mám třídní skupinu jakoby, kde řešíme nějaký věci a pak ten Instagram, tam jsou reelska, tak je to jako zajímavý. “

- Dívka, 14 let.

„No tak jako videa, něco směšnýho tam maj a furt tam něco je. Pak třeba i kámoši tam něco dávaj, jako nějaký ty videa. Chaty, prostě ty videa a fotky co tam dávají, posílání snapchatů. Na tom Snapchatu tam je třeba i ta poloha, kde jsme a to mi stačí, posíláme si snapy ve škole, prostě když je nuda.“ - Chlapec, 13 let

„Asi všechno mě tak nějak lákalo bejt na tom telefonu. Musela jsem tam bejt i skrze tu školu, já jsem ztratila vlastně ten veškerej kontakt s lidma, takže jsem přes ten mobil mohla být v kontaktu s kámošema a pak tam řešit i ty školní věci a tak.“ – Dívka, 14 let

„Asi moje holka a kamarádi. Chtěl jsem s nima být prostě v kontaktu. S klukama jsme se domlouvali, že se sejdem prostě u onlajnovky a třeba si u toho zavoláme a pak ty sociální sítě, tam se taky furt něco děje a ten Snapchat má každej, takže to by bylo divný, kdybych to neměl. “

– Chlapec, 13 let

„No tak já mám nastavenou rodičovskou kontrolu, dřív jsem to měla na dvě hodiny, ale mamka mi to prodloužila i na víc. A teď asi záleží jak kdy, když jsem doma, tak klidně celej den. Na počítači jako spíš koukám na filmy nebo seriály a na tom telefonu jsem prostě na těch sociálních sítích a píšu si tam s kámošema. “ – Dívka, 14 let

„Jako na telefonu obecně? Tak jsem tam v kontaktu se všema, vidím tam, co kdo dělá a kde kdo zrovna je. Pak tam kámoši sdílí fotky, videa a tak. Ale já spíš hrál ty hry, prostě jsem tím vyplňoval čas na telefonu. Třeba, když jsem někam jel, byl v autobuse nebo někde venku a na

počítači pak spíš i s kámošema, jakože jsme se i předháněli, kdo má vyšší level a pak se i domluvili a společně pařili.“ - Chlapec, 17 let

6.7. Pohled rodičů

Pohled rodičů je klíčový při řešení problémů, které jejich děti mají, zejména v souvislosti s používáním mobilních zařízení. Někteří informanti se nikdy nesetkali s nastavenými pravidly ohledně používání mobilních telefonů, či stráveného času na těchto zařízeních.

„Rodiče to nikdy nějak neřešili, já jsem nikdy neměla nějaký limit nastavený nebo tak. Neřešili ani to, že na tom jsem až do pěti do rána nebo jako celý večer.“ - Dívka, 14 let

„No nereagovali na to dobře, nelíbilo se jim to, že jsem na tom mobilu vlastně furt, hlavně, když jsme bal doma a nechodila do té školy. Takže chtěli, abych přestala a nebyla na tom třeba tak dlouho, ale to moc nešlo. Takže pak trvali na tom, abych šla prostě sem do střediska a to pro mě bylo těžký, to jsem vůbec nechtěla.“ - Dívka, 14 let

„Když to mamce vadilo, že jako hraju, tak mi prostě sebrala elektroniku, nebo mi prostě řekli, že třeba místo třech hodin budu mít jenom hodinu denně, jako bejt na tom mobilu, takže jsme se dost hádali kvůli tomu. Jenže já jsem vždy našel ten kód k té rodičovské kontrole, abych na tom mohl být dýl.“ – Chlapec, 13 let

„No tak já mám rozvedený rodiče, takže jsem žila zatím s mamkou, jako před pěti lety si našla přítele a mám mladšího brácha. Jako s mamkou se to řešilo hodně, ale až po té kyberšikaně s tou šikanou, chodila jsem i k psychologům a tak. Ale jako já jsem to moc řešit nechtěla, nechtěla jsem o tom ani mluvit.“ – Dívka, 14 let

„Já bydlím jen s mamkou a ta to ze začátku nějak neřešila, prostě jsem si dělal svoje a ona spíš řešila mladšího bráchu mi tak přijde. Ale pak se to začalo řešit dost právě skrze to moje chování, a jak jsem začal krást ty peníze. Takže pak se to dalo jako do pohybu a začala to řešit jinak.“

– Chlapec, 17 let

7. ZHODNOCENÍ VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

V této kapitole si vyhodnotíme výzkumné otázky, které byly stanoveny před zahájením veškerých rozhovorů.

VO1 (hlavní výzkumná otázka) **„*Jak často se pracovníci SVP setkávají s problémy souvisejícími s digitálními technologiemi u mladistvých a jaký postoj k těmto problémům zaujmají samotní mladiství?*“**

První část otázky se zaměřuje na pohled pracovníků střediska výchovné péče na výskyt problémů spojených s používáním digitálních technologií, jako jsou zejména mobilní telefony, tablety, počítače a herní konzole u mladistvých, kteří byli ve spojení s touto problematikou umístěni ve zmíněném středisku. Pracovníci SVP se s touto problematikou u dětí a mladistvých setkávají velmi často, přičemž jde především o skryté faktory, které jsou často přehlíženy kvůli výraznějším problémům, jako jsou školní neúspěchy, agresivita, šikana a další. Dalším aktuálním problémem je přítomnost elektroniky u dětí v čím dál tím více mladším věku, což s sebou nese řadu výzev a komplikací. *„Ted' je taková doba, že ty děti mají stále více problémů v mladším věku, takže mně ted' chodí na ambulanci i předškoláci, první třída, osm a devět let, prostě ve škole jsou agresivní a šikanují, všechno možný.“* – Sociální pracovnice SVP

Druhá část otázky je zaměřena na mladistvé, kteří si prošli střediskem výchovné péče v propojení problematiky používání digitálních technologií. Jak již bylo uvedeno, informanti se do střediska dostali v rámci nejrůznějších problémů, ve kterých byla tato problematika mnohdy skrytě přítomna. Z jednotlivých rozhovorů vyplývá především počáteční nevědomost o problémech spojených s digitálními technologiemi. Jen minimální počet informantů se do SVP dostal z primárního důvodu souvisejícího s touto problematikou. Konkrétně se jedná o dva informanty, kteří, jak sami uvádějí, měli problém se závislostí na hrách. Zbytek informantů se s touto problematikou setkal v souvislosti s jinými problémy.

VO2: Jak často se pracovníci SVP setkávají s dětmi, jejichž problémy souvisejí s oblastí digitálních technologií?

Z celkem šesti informantů první skupiny se všichni shodují v tom, že se v současné době setkávají s dětmi, které jsou nejčastěji do střediska umístěny kvůli školním a rodinným

problémům. Primárním problémem zůstávají viditelnější motivy, avšak po podrobnějším rozboru často vyvstanou i další souvislosti, jako například nadměrné trávení času na telefonu místo spánku a s tím související problémy ve škole. „*Určitě se zde s touto problematikou setkáváme hodně, ale dost často jsou to skryté problémy a dost často u těch rodičů vzniká jako dojem, že problém je někde jinde, než na kterej my tady přijdeme.*“ – Etoped SVP.

V porovnání s předchozími důvody umístění dětí do střediska se dnes s touto problematikou setkáváme častěji než v minulosti. Vlivem digitalizace a globalizace se naše doba zásadně mění, což ovlivňuje nejen dospělé, ale především děti. V minulosti do SVP docházely děti převážně s „lehčími“ problémy jako kouření nebo lhaní, dnes můžeme sledovat výraznější rozdíly. „*Dříve byli spíše puberťáci, takových třináct, čtrnáct, patnáct let a to se řešilo dříve takový to běžný kouření, zlobení a tak. Dnes to jsou děti psychiatrický. Dříve jsme tohle neměli vůbec medikovaný a dnes velmi. Choděj k psychiatrovi skrze různé problémy i třeba skrze ten digitální svět, dnes má prostě každěj druhej medikaci a to je velkej rozdíl.*“ – Sociální pracovník SVP.

Z výzkumu dále vyplývá, jak důležitou roli hraje rodina, zejména nastavení pravidel, vzájemná komunikace a podpora volnočasových aktivit, které jsou pro dítě klíčové. Všichni zmiňovaní informanti zdůrazňují význam těchto faktorů v souvislosti s tímto problémem. Většina dětí, které přicházejí do střediska výchovné péče, pochází z rozvedených rodin, a mnohdy i z těch, kde není o děti dostatečně postaráno. To je jedním z důvodů, proč děti často vyhledávají problémy, aby na sebe upozornily, a snadno se dostávají do situací spojených s digitálním světem. Nemají totiž nastavené žádné limity, neznají pravidla chování na internetu a postrádají podporu, která by jim pomohla orientovat se v online prostředí.

Většina dětí, které se dostanou do střediska výchovné péče, čelí rizikům spojeným s používáním digitálních technologií. Zkušenosti pracovníků SVP ukazují, že dívky se nejčastěji potýkají s problémy na sociálních sítích, jako je kyberšikana, falešné účty, šíření intimních fotografií a podobně. U chlapců se kromě nadměrného používání sociálních sítí objevuje i problém s nadměrným hraním her a online hraním, což může vést k dalším rizikům, jako jsou závislost, zvýšená agresivita, krádeže a další.

VO3: Do jaké míry ovlivňují digitální technologie děti a mladistvé?

Digitální technologie mají v současné době na děti a mladistvé výrazný vliv, který se projevuje jak pozitivně, tak negativně. Na jedné straně poskytují přístup k nejruznějším informacím

v oblasti vzdělávání, koníčků, kreativity a dalších dovedností. Umožňují rozvíjet nové způsoby učení a komunikace což může vést k pozitivním výsledkům. Na druhé straně však hrozí i problémy, které jsou zapříčiněny nadměrným používáním elektroniky. Z uvedených rozhovorů jsme si mohli všimnout, že se někteří informanti potýkají se zhoršeným soustředěním a agresivitou. Digitální technologie na ně působí natolik, že ztrácejí pojem o čase, což má za následek nejen upozadřování školních či domácích povinností, ale i problémy se spánkem, které se nadále projevují sníženou koncentrací a celkovou únavou. Dnešní děti jsou nuceny přizpůsobit se moderním podmínkám a digitálním trendům současné doby, což znamená, že jsou ovlivňovány aktuální dobou a digitální érou. *„Ted' mám zablockovanej Instagram a je to pro mě hrozně těžký, protože vůbec nevím co se tam děje, kdo mi napsal, co je novýho, ani storyčko nemůžu přidat, nic. Kdyby mi alespoň zablockovali něco jinýho, tak je to ještě v pohodě, ale já už bez Instagramu ani nežiju.“* - Dívka, 14 let.

Digitální technologie, online svět a sociální sítě mají na děti a mladistvé tak silný vliv, že jsou jimi často zcela pohlceni. Velkým rizikem je zkreslená realita, kterou tyto děti vnímají a často ji nedokážou rozpoznat. To vede k častějšímu porovnávání se s ostatními na sociálních sítích, k ovlivňování aktuálními trendy a napodobování chování, což může vést k mnohem vážnějším problémům, jako je sebepoškozování a další problémy. Dalším problémem, který stojí za zmínku, je fakt, že dnešní děti si zvykají na okamžitý přístup k neomezenému množství informací pomocí několika kliknutí. To vede k tomu, že děti často hledají všechny potřebné informace na internetu, což má za následek oslabení jejich schopnosti logicky uvažovat. Jak zdůrazňují někteří pracovníci SVP, některé děti vlivem technologií začínají ztrácet schopnost samostatného logického uvažování, začínají hloupnout.

VO4: Jaký je pohled mladistvých umístěných v SVP ke zmíněné problematice?

Pohled mladistvých umístěných ve středisku výchovné péče na problematiku digitálních technologií je velmi aktuální, protože telefony, tablety a počítače jsou pro ně běžnou součástí každodenního života. Někteří z nich však toto téma vnímají jako citlivé, neboť je mají spojené s negativními zkušenostmi.

Z výzkumu vyplývá že, problémy spojené s používáním digitálních technologií jsou často propojeny s vážnějšími potížemi. Děti a mladiství, kteří jsou umístěni ve středisku výchovné

péče, si často začnou uvědomovat svůj problém až v okamžiku, kdy je zvažováno jejich umístění do tohoto zařízení, kde se následně jejich problém řeší.

Můžeme si všimnout, že se všichni informanti shodují na jednom, a to na pohledu na digitální svět, který vnímají nejen jako zdroj zábavy, ale také si uvědomují nástrahy a rizika, kterým mohou být vystaveni, nebo se s nimi již setkali. Postoj jednotlivých informantů k této problematice se však liší podle závažnosti jejich negativních zkušeností s elektronikou, internetem, online hrami či sociálními sítěmi. Ti, kteří zažili vážnější problémy, jako je kyberšikana nebo závislost na online hrách, bývají obezřetnější a opatrnější v kontaktu s online světem. Výzkum rovněž ukazuje, jak důležitá jsou nastavená pravidla a rodičovská kontrola. Jedinci, kteří mají v telefonu nastavenou rodičovskou kontrolu, mají nejen omezený přístup k nevhodnému obsahu, ale také dochází k regulaci času stráveného online. Rodiče, kteří se nezajímají o to, co jejich děti dělají na internetu a kolik času na něm tráví, se často o problémech dozvědí až ve chvíli, kdy jsou již velmi závažné, místo aby je řešili včas, což by mohlo zabránit eskalaci, například v případě kyberšikany.

Jak vyplývá z výzkumu, digitální technologie jsou pro mnohé děti i dospělé silným lákadlem, což potvrzuje i přehledový článek ze stránky *Psychiatrie pro praxi*, ve kterém se uvádí, že při používání elektronických zařízení k prohlížení sociálních sítí nebo hraní her dochází v mozku k uvolňování dopaminu. Tento proces vyvolává pocity uspokojení, které nás často vedou k opakování těchto aktivit.⁶⁵ Toto tvrzení se objevilo i ve výpovědích některých pracovníků SVP, kteří k této problematice zastávají podobný názor.

⁶⁵ Srov. Sadílková, Z. (2020). *Děti a digitální technologie*. *Pediatr. praxi*, 21(6). Dostupné z: <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2021/01/14.pdf>

8. ZÁVĚR

Předkládaná práce se zabývá velice aktuálním tématem a popisuje, jakou roli hrají digitální technologie v životě dětí a mladistvých, neboť se stávají trendem u dětí v čím dál mladším věku, a proto volím téma předkládané práce za velmi zásadní a aktuální. Práce vyzdvihuje jak pozitivní stránky používání digitálních technologií, které zde byly zmíněny, avšak důležitost připisuje potencionálním a nejčastějším rizikům, které jsou s používáním technologií spojeny. Jak ukazuje tato práce, zásadní je způsob, se kterým jsou digitální technologie dětem představeny.

Směrem k používání digitálních technologií je jedním z nejdůležitějších faktorů výchova a nastavení jasných pravidel. Děti, které mají volný přístup k internetu a elektronice bez jakýchkoli hranic můžou častěji narazit na nějaká rizika či problémy, včetně závislosti na sociálních sítích, kyberšikany nebo nebezpečných online výzev, které jsou dnes také velmi oblíbené. Stanovení pravidel a hranic nejen chrání děti před nevhodným obsahem, ale také jim pomáhá osvojit si odpovědné chování při používání digitálních technologií. S výchovou také souvisí volný čas dítěte. Z uvedených rozhovorů jednotlivých informantů dále vyplývá, že jedinci, kteří mají nějaké koníčky, či kroužky a svůj volný čas tráví nějakou činností, jako je sport, hudební příprava, umění, či další, mají menší pravděpodobnost spadnout do závažnějších problémů spojenými s používáním technologií, jako je např. závislost na online hrách. Naopak děti, které nemají žádné koníčky a svůj veškerý volný čas tráví v online světě, mají větší pravděpodobnost vyššího výskytu rizik spojenými s používáním digitálních technologií.

Digitální svět se stal prostředím, kde se děti a dospívající snaží získat uznání, budovat si svou identitu a zapadat do kolektivu. To s sebou přináší také rizika spojená s dopady na psychické i fyzické zdraví, zejména kyberšikanou, sebepoškozováním se z důvodu porovnávání se s ostatními nebo sdílením osobních údajů a intimních fotografií. Dále časté používání mobilních telefonů, tabletů a počítačů může vést k poruchám spánku a následné snížené koncentraci, což můžeme nejvíce sledovat zejména ve škole. V této souvislosti je podstatné mít nastavená nějaká pravidla od rodičů a také jim vysvětlit, jak vypadá online svět, aby byli schopni rozlišovat mezi realitou a zkraslenými obrazy prezentovanými na sociálních sítích a jak s elektronikou bezpečně zacházet.

Závěrem lze říci, že digitální technologie jsou neoddělitelnou součástí moderního světa a přinášejí jak příležitosti, tak rizika. Klíčovým faktorem pro jejich bezpečné a zdravé užívání je odpovědná výchova, nastavení jasných pravidel a podpora kritického myšlení u mladistvých. Pokud se nám podaří vytvořit vyvážený přístup k digitálním technologiím, můžeme zajistit, že budou dětem sloužit jako užitečný nástroj k učení, komunikaci a sebezvoji, aniž by negativně ovlivnily jejich fyzické či psychické zdraví.

BIBLIOGRAFIE

TIŠTĚNÁ BIBLIOGRAFIE

AIKEN, Mary. *Nebezpečný efekt*. Praha: Zeď, 2021. ISBN 978-80-907909-4-0

BANDERAS, Alicia. *Mluvte s nimi o tabletech, mobilech a sociálních sítích*. V Praze: Mladá fronta, 2024. ISBN 978-80-204-6294-7.

BLINKA, Lukas. *Online závislosti*. Grada, 2016. ISBN 978-80-271-0991-3. Dostupné také z: <https://www.bookport.cz/kniha/online-zavislosti-1218/>

CATTARIN, J. A., THOMPSON J. K., THOMAS, C., & WILLIAMS, R. *Body image, mood, and televised images of attractiveness: The role of social comparison*. Journal of Social and Clinical Psychology 19. 2000. ISSN 0736-7236.

CARR, Nicholas G. *Nebezpečná mělčina: jak internet mění náš mozek: analýza stavu lidské psychiky v době digitální*. V Praze: Dauphin, 2017. ISBN 978-80-7272-780-3

FISCHER, Slavomil, ŠKODA, Jiří. *Sociální patologie. Analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. 1. vyd. Grada Publishing 2009. ISBN 978-80-247-2781-3.

GIRARD, René. *Obětní beránek*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1997. Mythologie. ISBN 8071062553.

HELUS, Zdeněk. *Psychologické problémy socializace osobnosti*. Praha: SPN, 1938.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Páté, přepracované vydání. Praha: Portál, 2023. ISBN 978-80-262-1968-2.

JEDLIČKA, Richard. *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: Prevence životních selhání a krizová intervence*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5447-5.

KRAUS, Blahoslav, POLÁČKOVÁ V. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

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

- LAŠEK, Jan. *Sociální psychologie II*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2007. ISBN 978-80- 7041-315-3.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Po dobrém nebo po zlém? O výchovných odměnách a trestech*. 4. vyd. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-138-X.
- MOREE, Dana. *Základy interkulturního soužití*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0915-7.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie osobnosti*. Praha: Stanislav Juhaňák – Triton, 2021. ISBN 978-80-7553-886-4.
- PAVLÍČEK, Antonín. *Nová média a sociální síť*. Praha: Oeconomica, 2010. ISBN 978-80-245-1742-1.
- ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Edice pedagogické literatury. Brno: Paido, 1998. ISBN 80-85931-48-6.
- SKORUNKOVÁ, Radka. *Úvod do vývojové psychologie*. Gaudeamus 2007. ISBN 978-80-7041-123-4.
- SLUSSAREFF, Michaela. *Hry, síť, porno: rodičovský průvodce džunglí digitálního dětství a puberty*. Žádná velká věda. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2022. ISBN 978-80-7555-156-6.
- SPITZER, Manfred. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. 1. vyd. Brno: Host, 2014. ISBN 978-80-7294-872-7.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. Praha: Portál 2002. ISBN 80-246-0123-3.
- VÁŇOVÁ, Růžena; VOŘÁKOVÁ, Markéta; KOLÁŘ, Zdeněk; TVRZOVÁ, Ivana. *Základní učebnice pedagogiky*. Pedagogika. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80- 247-509-2.
- VÝROST, Jozef a SLAMĚNÍK, Ivan. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozšíř. vyd. Psyché. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8.
- WHITEHEAD-ROGERS, Carrie. *Digitální rodičovství – Jak pomoci dětem vybudovat si zdravý vztah k technologiím*. Grada Publishing, a.s., Praha, 2022. ISBN 9788027134953.

INTERNETOVÉ ZDROJE

10 nejpoužívanějších aplikací v roce 2023. Online. Dostupné z: <https://www.ranktracker.com/cs/blog/the-10-most-used-apps-in-2023/>.

Jak digitální technologie ovlivňují kognitivní schopnosti dětí? Online. 2024. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/jak-digitalni-technologie-ovlivnuji-kognitivni-schopnosti-deti>.

KOPECKÝ, K., & SZOTKOWSKI, R. (2019). *České děti v kybersvětě*. Online. Olomouc: Univerzita Palackého. Dostupné z: <https://www.ebezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-vkybersvete/file>.

NÁRODNÍ ZDRAVOTNICKÝ INFORMAČNÍ PORTÁL. Stalking. In: NZIP.cz [online]. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR a Ústav zdravotnických informací a statistiky, 2022 [cit. 2024-12-20]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/260-stalking>.

Netolismus. Online. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/netolismus/>.

Nelátkové závislosti - Závislost na internetu. Online, Výukový text. Centra adiktologie, PK 1. LF UK v Praze a VFN v Praze. Dostupné z: <https://www.adiktologie.cz/file/405/zavislost-na-internetu.pdf>.

Preventivní programy pro orientaci v „ONLINE SVĚTĚ“. Online. Dostupné z: <https://skolasyrovice.cz/preventivni-programy-pro-orientaci-v-online-svete/>.

Sadílková, Z. (2020). *Děti a digitální technologie*. *Pediatr. praxi*, 21(6). Dostupné z: <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2021/01/14.pdf>

Snapchat: děcka, žijte přítomností – ale opatrně!. Online. Dostupné z: <https://www.linkabezpeci.cz/-/snapchat-decka-zijte-pritomnosti-ale-opatrne>.

Teorie motivace podle Maslowa. Online. Dostupné z: <https://www.mentem.cz/blog/teorie-motivace/>.

PŘÍLOHY

Příloha 1 - Informovaný souhlas

Příloha 2 – Struktura k rozhovoru pro pracovníky SVP

Příloha 3 – Struktura k rozhovoru pro klienty SVP

Příloha 1 – Informovaný souhlas

INFORMOVANÝ SOUHLAS PRO ÚČASTNÍKY VÝZKUMU

- Souhlasím, že jsem byl/a seznámen/a s podmínkami, cílem a obsahem výzkumného projektu Bc. Veroniky Stránské, studující na Fakultě filozofické Univerzity Pardubice, s pracovním názvem „*Rizika digitálních technologií u mladistvých.*“ Rozumím jim a souhlasím s nimi.
- Souhlasím s účastí na diplomové práci. Dávám své svolení výzkumnici, aby materiál, který jsem jí poskytl/a, použila za účelem sepsání diplomové práce popř. prezentace vycházející z tohoto výzkumu.
- Souhlasím se zachováním důvěrnosti a mé identity během výzkumu i po jeho skončení. Z tohoto důvodu vystupuji ve zmíněné práci anonymně.
- Souhlasím s nahráváním mého rozhovoru s výzkumníci a s analýzou výsledného zvukového záznamu a jeho následného přepisu. Dále souhlasím s tím, že nahrávka bude po transkripci smazána.
- Dávám souhlas k tomu, že výzkumnice může v odborné publikaci citovat informace, které jí poskytují.
- Rozumím tomu, že pokud se v průběhu rozhovoru objeví pro mne obtížná témata, mohu odmítnout odpovědět na jakoukoliv otázku nebo kdykoliv ukončit rozhovor.
- Dále rozumím tomu, že mohu odstoupit z tohoto výzkumného projektu do sedmi dnů od poskytnutí rozhovoru.

JMÉNO:.....

PODPIS:.....

DATUM:.....

Příloha 2 - Struktura rozhovoru pro pracovníky SVP

1. Jak často se pracovníci SVP setkávají s dětmi, jejichž problémy souvisejí s oblastí digitálních technologií?
 - 1.1. Co obnáší vaše pracovní náplň?
 - 1.2. Proč tu vlastně děti a mladiství jsou?
 - 1.3. Z jakých důvodů k Vám děti chodí?
 - 1.4. S jakými nejčastějšími problémy se z Vašeho pohledu děti potýkají?
 - 1.5. Když porovnáte nejčastější problémy dětí z dob začátku Vaší kariéry v SVP a ze současné doby, jaké rozdíly spatřujete?
 - 1.6. Co všechno chápete pod pojmem rizikové používání digitálních technologií?
 - 1.7. Do jaké míry se s tímto problémem setkáváte u vaší klientely? S čím nejčastěji?
 - 1.8. V čem spatřujete největší rizika týkající se používání digitálních technologií u dětí a mladistvých obecně?
 - 1.9. Z jakého důvodu si myslíte, že tyto problémy vznikají?

PŘÍLOHA 3 - **Struktura rozhovoru pro klienty SVP**

2. Jaký je pohled dětí umístěných v SVP ke zmíněné problematice

- 2.1. Proč jsi ve středisku výchovné péče?
- 2.2. Jaký pro tebe byl příchod do střediska? Jak vypadalo tvoje začlenění?
- 2.3. Jak jsi těsně před nástupem do SVP trávil svůj volný čas?
- 2.4. Jak často jsi před nástupem do SVP trávil/a čas na digitálních technologiích?
- 2.5. Jak reagovali rodiče/zákonní zástupci na tento problém?
- 2.6. Kdy sis uvědomil, že se tvůj problém musí začít řešit?

3. Do jaké míry ovlivňují digitální technologie děti a mladistvé?

- 3.1. Jaké byly tvé nejčastější důvody k trávení volného času formou digitálních technologiích?
- 3.2. Jaké platformy nebo aplikace jsi nejčastěji využíval?
- 3.3. Vidiš v současné době nějaká rizika spojená s používáním digitálních technologií
+ jaká?
- 3.4. S jakými riziky/problémy máš konkrétní zkušenost ty?
- 3.5. Setkal ses s někým, kdo řešil stejný, či podobný problém?
+ Můžeš mi o tom říct více?