

Univerzita Karlova

1. lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



Kateřina Rokosová

Role moderních technologií a internetu u dětí v předškolním věku: rizika jejich používání z
pohledu rodičů

The role of modern technologies and the Internet in preschool children: The risks of their
use from a perspective of their parents

Bakalrsk práce

Vedoucí zvren práce: Mgr. Jaroslav Vacek

Praha, 2019

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracovala samostatně a že jsem řádně uvedla a citovala všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze, 20.04.2019

KATEŘINA ROKOSOVÁ

Podpis

Identifikační záznam:

ROKOSOVÁ, Kateřina. *Role moderních technologií a internetu u dětí v předškolním věku: rizika jejich používání z pohledu rodičů. [The role of modern technologies and the Internet in preschool children: The risks of their use from a perspective of their parents]*. Praha, 2019. 61 s., 5 příl. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí práce Vacek, Jaroslav.

Poděkování:

Děkuji Mgr. Jaroslavu Vackovi za odbornou pomoc, mé skvělé rodině, známým a mému příteli za podporu v průběhu celého studia a v neposlední řadě také všem zúčastněným respondentům.

ABSTRAKT:

Východiska: Moderní technologie a internet používá stále rostoucí počet dětí v předškolním věku, avšak nejsou známy důsledky tohoto chování na vývoj jedince.

Cíle: Hlavním cílem výzkumu je zmapovat problematiku používání moderních technologií a internetu u dětí v předškolním věku a zaměřit se na problémové, závislostní chování a rizika v souvislosti s těmito technologiemi na základě výpovědí rodičů.

Metody: Data byla získána formou kvalitativního výzkumu s využitím polostrukturovaného rozhovoru s rodiči dětí v předškolním věku. Celkem bylo realizováno 8 rozhovorů, které byly přepsány do podoby textu a dále upraveny s použitím metod kódování a kategorizace.

Výsledky: Ve srovnání s ostatními technologiemi, děti v předškolním věku tráví nejvíce času sledováním televize a videí na YouTube. Tablet vlastní více než polovina dětí. Problémové či závislostní chování vzniká častěji při používání tabletu a mobilního zařízení než u jiných technologií. Rodiče podceňují rizika používání moderních technologií a internetu. Pravidla, která pro ně stanovují, vychází pouze z vlastního přesvědčení, jsou často nedostačující a vedou k nežádoucímu chování dětí.

Závěr a doporučení: V oblasti rizik používání moderních technologií a internetu dětmi v předškolním věku je nutné pokračovat v dalším výzkumu. Rodiče by měli časově i místně omezovat používání moderních technologií a internetu jejich dětmi, je však potřeba stanovit jednotná doporučení pro rodiče i veřejnost.

Klíčová slova: moderní technologie, internet, závislostní chování, děti, předškolní věk, rodiče

ABSTRACT:

Background: The number of preschool children using modern technologies and the Internet is growing rapidly, but the consequences of this behaviour on individual development are unknown.

Aim: The aim of this research is to map the issue of the use of modern technologies and the Internet by preschool children and to focus on problematic, addictive behaviour and risks related to these technologies based on the statements of the children's parents.

Methods: The data were collected through qualitative research using a semi-structured interview with the parents. In total, 8 interviews were conducted, rewritten into text and further modified using coding and categorization methods.

Results: One of the main findings of the study is that watching TV and YouTube videos dominates preschool children's media use. More than half of preschool children own a tablet. Problematic or addictive behaviour is more commonly caused by using tablets or mobile devices other than different technologies. Parents underestimate risks of the use of modern technologies and the Internet. They set rules based only on their own beliefs and the rules are often inadequate and lead to children's undesirable behaviour.

Conclusion and recommendation: It is necessary to continue the research in the field of use of modern technologies and the Internet by preschool children. Parents should set the time and place restrictions on the use of modern technologies and the Internet for preschool children and a united recommendation should be defined for parents and the general public.

Key words: modern technology, Internet, addictive behaviour, children, preschool age, parents

OBSAH

1 Úvod.....	9
2 Teoretická východiska	10
2.1 Dítě v předškolním věku a jeho vývoj	10
2.2 Média v čase.....	11
2.3 Dítě v předškolním věku a moderní technologie	13
2.4 Multitasking	15
2.5 Moderní technologie v českých domácnostech.....	16
2.6 Pozitiva moderních technologií u dětí v předškolním věku.....	18
2.7 Rizika používání moderních technologií	18
2.8 Závislost na procesech	20
2.8.1 Netolismus	21
2.8.2 Vznik závislosti na internetu.....	23
2.9 Doporučení pro rodiče a bezpečí na internetu dětí v předškolním věku.....	24
3 Výzkumná metodika	27
3.1 Cíle výzkumu	27
3.2 Výzkumné otázky.....	27
3.3 Výzkumný soubor	27
3.3.1 Charakteristika respondentů	29
3.4 Metody výzkumu	33
3.5 Sběr dat a tvorba dat.....	33
3.5.1 Sběr výzkumného materiálu	33
3.5.2 Přepis rozhovorů a způsob zpracování dat	33
3.6 Etika	34
4 Výsledky	35
4.1 Typy zařízení a jejich používání	35
4.1.1 Telefon.....	37
4.1.2 Tablet	38
4.1.3 Televize.....	39
4.1.4 Počítač/notebook.....	42
4.1.5 Herní konzole.....	42
4.1.6 Hudební přehrávač	42
4.1.7 Elektronická tužka	43
4.2 Moderní technologie a mateřská škola.....	43
4.3 Přístup rodičů k moderním technologiím a internetu.....	43
4.3.1 Pozitivní stránky	43

4.3.2	Obavy a negativní stránky.....	44
4.4	Problémové/závislostní chování.....	45
4.4.1	YouTube.....	46
4.4.2	Hraní her	47
4.4.3	Fotografie/Videa	48
4.4.4	Televize, filmy a seriály.....	49
4.5	Stanovování pravidel a mezí	49
5	Shrnutí výsledků výzkumu	52
5.1	Výzkumná otázka 1	52
5.2	Výzkumná otázka 2	52
5.3	Výzkumná otázka 3	53
5.4	Výzkumná otázka 4	53
5.5	Výzkumná otázka 5	54
6	Diskuze a závěry	55
7	Seznam použité literatury.....	57
8	Přílohy	59
8.1	Seznam obrázků	59
8.2	Seznam tabulek.....	59
8.3	Seznam grafů.....	60
8.4	Informovaný souhlas	60
8.5	Struktura rozhovoru.....	60

1 ÚVOD

Žijeme v rychle se měnící době bohaté na informace, kde technologie hrají velkou roli. Téměř každá česká domácnost s dětmi má internetové připojení, minimálně 1 televizi, počítač, skoro polovina aspoň 1 tablet a telefon spadá téměř na každého člena rodiny (ČSÚ, 2018). Stačí se jen rozhlédnout na ulici či v dopravním prostředku a je jasné, že uživateli moderních technologií, nejsou jen dospělí, ale i ti nejmladší z nás.

O používání moderních technologií a internetu ve věkové skupině dětí v předškolním věku víme opravdu málo. V českém prostředí existuje jen pár studií, které by se věnovaly této problematice. Mnoho studií se zaměřuje spíše na děti ve starším školním věku a dospívající.

Cílem této práce je zmapovat používání moderních technologií a internetu u dětí v předškolním věku a zaměřit se na problémové/závislostí chování a rizika spojená s tímto chováním.

V první, obecné části se práce věnuje dítěti v předškolním věku a jeho vývoji, dále problematice moderních technologií a momentální situaci v České republice. Teoretická část také popisuje pozitivní i negativní stránky používání moderních technologií a internetu dětmi v předškolním věku a zmiňuje i možná rizika. Podstatnou část dále tvoří nelátkové závislosti se zaměřením na netolismus, tedy tzv. závislost na virtuálních drogách a v neposlední řadě doporučení pro rodiče.

Ve výzkumné části jsou popsány veškeré poznatky získané z rozhovorů s rodiči dětí v předškolním věku podle určených kategorií a shrnutí výsledků výzkumu dle výzkumných otázek.

Přínos této práce spočívá ve zmapování problematiky používání moderních technologií a internetu u dětí v předškolním věku na základě výpovědí rodičů a odhalení témat pro další výzkum.

2 TEORETICKÁ VÝCHODISKA

2.1 Dítě v předškolním věku a jeho vývoj

Za předškolní období se považuje věk dětí od 3 do 6-7 let, konec této fáze je určen především nástupem do základní školy. V tomto období dochází k mnoha změnám, nejen fyzického a psychického charakteru, ale i sociálního, který souvisí s nástupem dítěte do mateřské školy, a tedy začátkem socializace (Vágnerová, 2012). Toto období bývá označováno jako období hry a fantazie, je považováno za velmi radostné zejména pro rodiče. Důležitou roli v této fázi života hraje schopnost dítěte se postupně osamostatnit, dokázat se. Například obléct, najíst či zvládnout delší odloučení od svých rodičů (Mandleco, 2004).

Kvalita poznávacích procesů u dítěte v předškolním věku je ovlivněna řadou nepřesností, kterými jsou nevyzrálá emocionalita a dosavadní nezkušenost, tj. omezenost a neutříbenost poznatků. Myšlení dítěte není zcela propojené a koordinované, dítě nedokáže respektovat zákony logiky (Vágnerová, 2012). Typické znaky uvažování předškolního dítěte můžeme shrnout do následujících bodů:

- centrace – redukce informací;
- fenomenismus – důraz na podobu světa, jaký právě je;
- prezentismus – vázanost na přítomnost;
- magičnost – dotváření světa pomocí fantazie;
- animismus – přiřítání neživým věcem vlastnosti živých;
- absolutismus – přesvědčení o jedné, definitivní pravdě (Vágnerová, 2012).

Předškolní období je fází primární i sekundární socializace, v tomto období se vyvíjejí sociální dovednosti dítěte nejen v rámci rodiny, ale i v rámci okolí, hlavně mateřské školy, která je často první sociální institucí, s kterou se dítě setkává. Rodiče jsou pro dítě vzorem, podle Říčana (2014) potřebuje dítě, aby každý rodič zastával jinou roli: jeden roli autoritativní, druhý roli osoby, která chrání, pohladí i polituje. Fungující rodina je pro dítě vždy důležitá, dítě se ztotožňuje s otcem i matkou, pojímá do sebe jejich hodnoty, názory a přání, tedy identifikuje se s rodiči a tím plní jeden z vývojových úkolů. Takto identifikované dítě je pyšné na své rodiče, obhajuje je a chlubí se jejich názory, prací a činy. Další důležitou roli hrají také vztahy se sourozenci, které jsou přirozeně odlišné od vztahů s rodiči. Díky sourozenci se dítě učí reagovat a porozumět chování druhých, vyzkouší si také roli spojence, ale i soupeře, zvláště když se jedná o sourozeneckou žárlivost ve vztahu k rodičům (Říčan, 2014; Vágnerová, 2012).

Jako prostředek vlastní interpretace reality slouží hra, díky ní může předškolní dítě rozvíjet motoriku, vyjádřit svůj postoj a pochopení sebe i reality, která je pro něj často zatěžující (Vágnerová, 2012). Herní činnosti se jeví jako hlavní prostředek učení. Hra přeměňuje skutečnost tím, že ji dítě asimiluje potřebám „já“. Dítě je nuceno přizpůsobovat se jednak světu dospělých, jednak fyzikálnímu světu, který ještě dobře nechápe. Není schopno uspokojovat své citové a intelektuální potřeby, přičemž se vyrovnává s těmito světy oproti dospělému člověku, který se umí dobře přizpůsobit (Piaget et al., 2014). Ve hře si dítě

může vyzkoušet odlišné role, a to bez sankcí a následků, čímž se dítě učí různým reakcím. Tyto role jsou jiné v rodině a v mateřské škole, kde dítě přijímá roli vrstevníka, kamaráda či žáka mateřské školy. Vrstevnická skupina představuje pro dítě významnou zkušenost, která mimo jiné přispívá k diferenciaci vztahů i procesu osamostatňování se (Kolaříková, 2015).

2.2 Média v čase

Posledních pár desetiletí prošlo obdobím velkých technologických změn, které doprovází nespočet výzkumů snažících se pochopit povahu těchto změn, dopad na každodenní život a sociální důsledky pro rodiny, samotné děti, rodiče, ale i celou společnost (Ólafsson et al., 2013). Děti tráví na moderních technologiích a internetu více času než kdy dřív. S dobou se mění návyky používání moderních technologií, ale přirozeně i typy zařízení (Gutnick et al., 2010). V tabulce č. 1 a 2 vidíme typy médií používaných od 30. let 20. století do roku 2010 a příklady jejich používání dospělými i dětmi podle zmíněných výzkumů.

Tabulka 1: Používání médií v čase (1930s-1970s)

1930s →	1950s →	1960s →	1970s →
Populární média a zařízení			
film, tisk, rozhlas	film, tisk, rozhlas, televize	film, tisk, rozhlas, televize	film, tisk, rozhlas, televize, kabelová televize, arkádové hry
<p>Film: Děti v mladším školním věku sledují filmy dvakrát za měsíc (Dále, 1935).</p> <p>Rozhlas: Děti ve věku od 9-12 poslouchají rozhlas 2-3 hodiny denně (DeBoer, 1937; Jersild, 1939).</p>	<p>Televize: V roce 1950 zhruba 10 % domácností vlastní televizi; okolo roku 1960 90 % domácností vlastní televizi (Nielsen Meddia Research, 1998).</p>	<p>Televize: Dítě ve 3 letech stráví sledováním televize zhruba 45 minut, doba strávená sledováním televize s věkem stoupá (Schramm, Lyle, & Parker, 1962).</p> <p>Televizory jsou zapnuty zhruba 6 hodin denně. (Comstock, 1986).</p>	<p>Televize: Děti okolo jednoho roku sledují televizi zhruba 1-2 hodiny denně (Hollenbeck & Slaby, 1979).</p> <p>Televizory jsou zapnuty zhruba 7 hodin denně (Comstock, 1999).</p> <p>Kabelová televize: Narůstá počet dostupných televizních kanálů pro spotřebitele (Park, 2001).</p>

Zdroj: Gutnick et al., *Always connected: The new digital media habits of young children*, 2010

Tabulka 2: Používání médií v čase (1980s-2000s)

1980s →	1990s →	2000s →
Populární média a zařízení		
<p>film, tisk, rozhlas, televize, kabelová televize, domácí herní konzole, přenosné hudební přehrávače, videorekordér, domácí počítače</p>	<p>film, tisk, rozhlas, televize, kabelová televize, domácí herní konzole, přenosné hudební přehrávače, videorekordér, domácí počítače, přenosné kapesní herní konzole, internet, mobilní telefony</p>	<p>film, tisk, rozhlas, televize, kabelová televize, herní konzole, přenosné hudební přehrávače, videorekordér, domácí počítače, přenosné kapesní herní konzole, internet, mobilní telefony, MP3 přehrávače, DVRs, elektronické interaktivní hračky, chytré telefony s připojením k internetu, laptopy, tablety</p>
<p>Televize: Děti v mladším školním věku tráví sledováním televize 2,3 hodiny denně (Timmer, Eccles, & O'Brien, 1985).</p> <p>Televizory jsou zapnuty zhruba 8 hodin denně. (Comstock, 1989).</p>	<p>Televize: Děti okolo 2let věku sledují televizi přes 3 hodiny denně (Nielsen Media Research, 1998).</p> <p>Počítač a videohry: Děti od 8-18 let stráví na počítači či hraním videoher necelou hodinu denně (Kaiser Family Foundation, 1999).</p> <p>Internet: Děti od 2-18 let používají internet průměrně 8 minut denně (Kaiser Family Foundation, 1999).</p> <p>Celková expozice médií: Děti od 8-18 let jsou vystaveni všem médiím 7 hodin a 29 minut denně (Kaiser Family Foundation, 1999).</p>	<p>Obrazová média: Děti do jednoho roku stráví 49 minut denně sledováním obrazovek (televizních, mobilních atd.), děti od 2-3 let stráví 1 hodinu 51 minut sledováním těchto obrazovek (Kaiser Family Foundation, 2006).</p> <p>Celková expozice médií: Děti od 8-18 let jsou vystaveni všem médiím 10 hodin a 45 minut denně (Kaiser Family Foundation, 2010).</p>

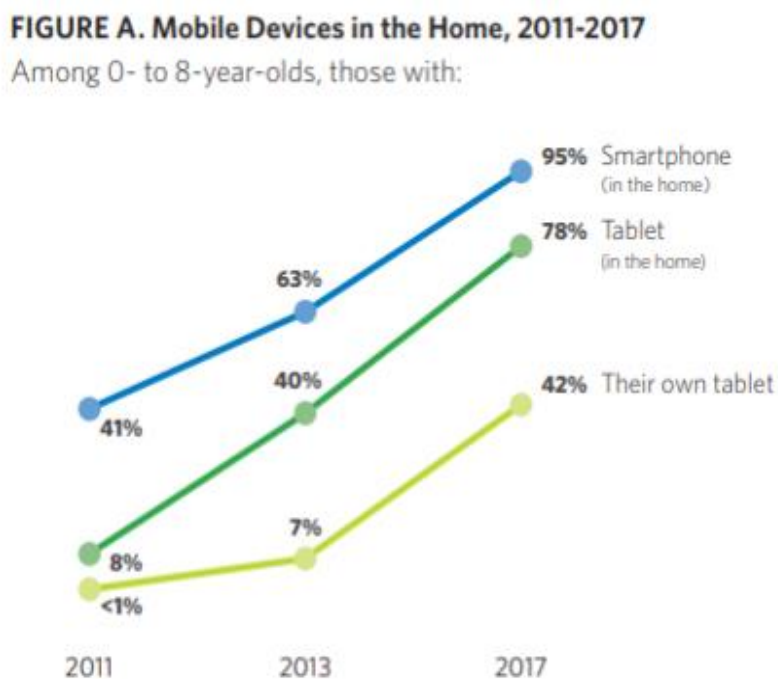
Zdroj: Gutnick et al., *Always connected: The new digital media habits of young children*, 2010

2.3 Dítě v předškolním věku a moderní technologie

Využívání moderních informačních technologií a internetu se stalo běžnou součástí života předškolních dětí. Není však zcela známo, jak toto chování ovlivňuje učení, vývoj jedince, schopnost plánovat, myslet nebo utvářet vztahy s jinými lidmi. Studie „*AVG Digital Diaries Kids are learning computer skills before life skills*“ z roku 2011 ukázala, že více dětí ve věku 2-5 let umí hrát počítačové hry než jezdit na kole, a že 19 % dětí v tomto věku umí používat mobilní zařízení, ale jen 9 % si umí zavázat tkaničky (AVG Digital Diaries, 2011). Toto se ale netýká pouze dětí, ale i dospělých. O vlivu používání těchto technologií a internetu víme opravdu málo. Sice víme, že například surfování na internetu má značný negativní vliv na produktivitu pracovníků, nebo že používání mobilních telefonů při řízení motorového vozidla zvyšuje nehodovost, avšak nedokážeme jednoznačně určit dlouhodobé následky používání moderních technologií a internetu u dětí a dospělých (Wallis, 2010).

V dnešní době děti používají rozličné typy moderních technologií, stále více se rozšiřuje používání mobilních technologií např. chytrých telefonů a tabletů (Genc, 2014), na tom se shodují prakticky všechny studie zaměřené na tuto problematiku. Téměř všechny děti ve věku do 8 let (98 %) žijí v domácnosti s nějakým typem mobilního zařízení, stejné procento dětí má doma alespoň 1 televizi. 42 % dětí v tomto věku má svůj osobní tablet – v roce 2013 to bylo pouze 7 % a v roce 2011 méně než 1 %, viz obrázek 1 (Rideout, 2017).

Obrázek 1: Mobilní technologie v domácnostech u dětí do 8 let, 2011-2017



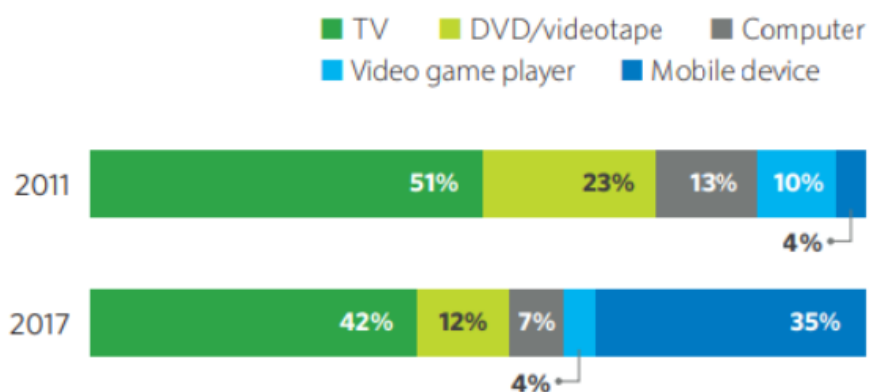
Zdroj: Rideout, *The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*, 2017

Nejnovější americká studie „*The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*“ z roku 2017 ukázala, že děti do 8 let tráví používáním moderních technologií přes 2,5 hodiny denně, z toho 1 hodinu a 40 minut tráví sledováním televize, 18 minut posloucháním hudby a 25 minut hraním her. Ze stejné studie vyplývá, že děti tráví méně času sledováním televize/DVD než v předešlých letech, ale třikrát více času tráví s mobilními zařízeními (chytré telefony, tablety, iPod atd.), viz obrázek 2 (Rideout, 2017).

Obrázek 2: Používání moderních technologií z časového hlediska u dětí do 8 let, 2011 vs 2017

FIGURE B. Screen Media Use, by Platform, 2011 vs. 2017

Among 0- to 8-year-olds, share of time spent using:



Note: Video game player includes console and handheld players. Mobile device includes smartphone, tablet, iPod Touch, or similar device. Totals may not add to 100% due to rounding.

Zdroj: Rideout, *The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*, 2017

Podle turecké studie „*Parents' Perceptions about the Mobile Technology Use of Preschool Aged Children*“ z roku 2014, která se zaměřovala na předškolní děti, používá tato věková skupina (3-6 let) mobilní zařízení nejčastěji za účelem hraní zábavných her (29 %), dále za účelem sledování videí (20 %) a v poslední řadě za účelem hraní naučných her (19 %) (Genc, 2014). Novější americká studie „*The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*“ z roku 2017 toto také potvrzuje, děti stráví hraním 25 minut denně, dále děti na mobilních zařízeních tráví čas sledováním online videí hlavně na YouTube (průměrně 17 minut denně). Ze stejné studie vyplývá, že děti tráví více času nejen hraním her, ale i sledováním online videí na YouTube. Ve srovnání s rokem 2011, kdy sledování online videí zaujímal 4 % z celkového sledování TV, DVD a videí dětmi do 8 let, v roce 2017 to bylo 25 %. Druhy sledovaných videí u dětí do 8 let ukazuje obrázek 3 (Rideout, 2017).

Obrázek 3: Druhy sledovaných videí u dětí do 8 let, 2017

TABLE 7. Online Videos Watched, by Type, 2017

Among 0- to 8-year-olds who watch online videos, percent who often/sometimes watch:	
Learning videos	64%
Animal videos	46%
How-to videos	38%
Unboxing/product demonstration videos	34%
Music videos	33%
Video gaming/gameplay videos	27%
Challenge/stunt videos	20%
Celebrity videos	4%

Zdroj: Rideout, *The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*, 2017

2.4 Multitasking

Slovo multitasking pochází z angličtiny, “multi“ – znamená mnoho a “task“ – znamená úloha, multitasking tedy znamená více úloh. Tímto fenoménem rozumíme schopnost soustředit se v jeden moment na několik úkolů. Příklady multitaskingu u dětí jsou například poslouchání hudby společně s hraním na tabletu či psaní domácích úkolů při zapnuté televizi (Krčmářová, 2012).

Mladiství tráví multitaskingem skoro 30 % času na moderních technologiích denně. Bylo prokázáno, že multitasking se projevuje jak neurologickými změnami, tak kognitivními. Například vysokoškolští studenti se méně naučí během přednášky, když manipulují s přenosným mobilním zařízením, ať už se jedná o odesílání či přijímání zpráv či interakci na sociálních sítích. Televize jako kulisa také ovlivňuje pozornost a výkon studentů, i těch nejmladších, u předškolních dětí ovlivňuje dobu hraní. Během raného dětství je hra nedílnou součástí kognitivního, sociálního a emocionálního vývoje dítěte, tedy je možné zvážit narušení vývoje v rámci omezování epizod hry a jejich funkce. Starší děti se hůře soustředí na domácí úkoly s puštěnou televizí v pozadí, stejně tak děti předškolního věku si kratší dobu hrají či udržují pozornost, pokud je televize puštěná jako kulisa (Bailey et al., 2017).

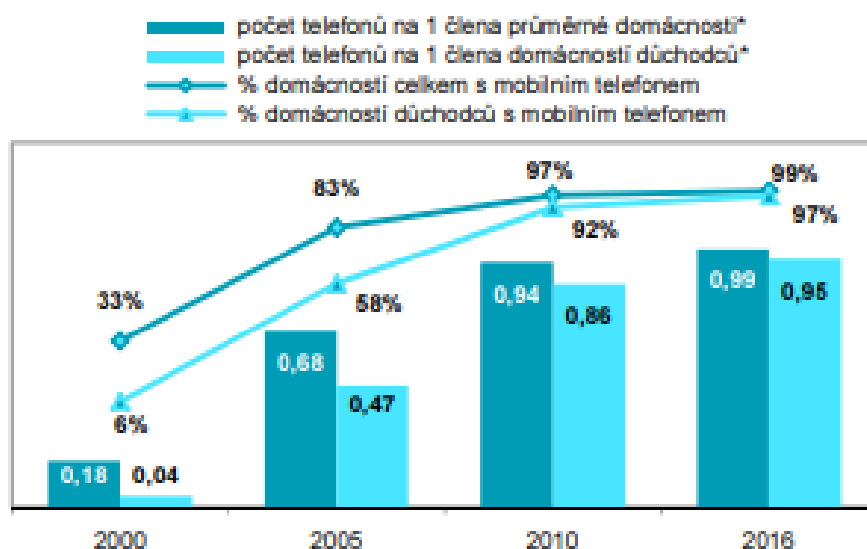
Americká studie „*The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*“ z roku 2017 se snažila zjistit, v kolika letech se u dětí multitasking objevuje. Studie zjistila, že více než polovina (56 %) rodičů tvrdí, že jejich dítě nikdy toto chování nečinilo. 18 % rodičů uvádí, že jejich dítě používá více médií najednou „často“ nebo „méně často“, 26 % uvádí, že jejich dítě se takto chová „jen jednou za čas“. Nicméně děti od 5–8 let multitaskingem tráví čas „často“ nebo „méně často“ ve 26 % (Rideout, 2017).

2.5 Moderní technologie v českých domácnostech

Údaje o rozšíření vybraných informačních technologií v českých domácnostech sleduje Český statistický úřad prostřednictvím samotného ročního statistického zjišťování: Výběrové šetření o informačních a komunikačních technologiích v domácnostech a jejich využívání jednotlivci (VŠIT).

Studie potvrzuje, že se zvyšuje počet moderních informačních technologií v českých domácnostech, včetně například mobilních telefonů a tabletů. Prevalence je pak o to vyšší, pokud se v rodině vyskytují děti (ČSÚ, 2018).

Obrázek 4: Domácnosti s mobilním telefonem



Zdroj: ČSÚ, Šetření o využití ICT v domácnostech a mezi jednotlivci, 2018

V České republice připadá na 1 člena domácnosti s dětmi 0,94 mobilních telefonů, 94,4 % těchto domácností má alespoň 1 počítač, jedná se převážně o notebook. 45,8 % domácností s dětmi má alespoň jeden tablet. 95,9 % těchto domácností má doma internet, z toho 77,5 % využívá bezdrátové připojení (Wi-Fi) (ČSÚ, 2018).

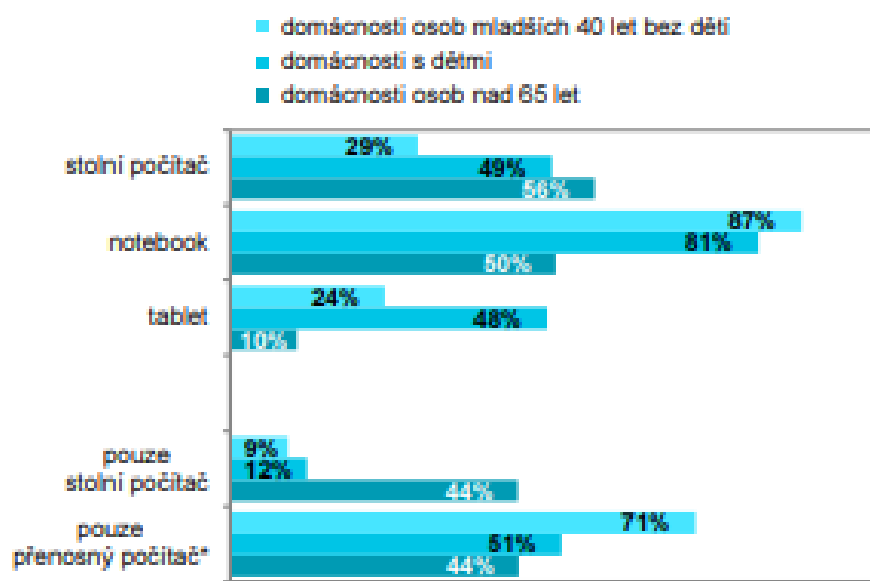
Obrázek 5: Domácnosti v ČR podle typu počítače, 2017

	%		
	stolní	notebook	tablet
Celkem	38,2	57,7	23,9
podle typu domácností			
domácnosti bez dětí celkem	35,2	51,0	16,0
osob mladších 40 let	27,3	82,6	22,4
osob starších 65 let	18,0	16,1	3,3
domácnosti s dětmi	46,6	76,4	45,8
podle příjmové skupiny domácností			
s nejnižšími příjmy (první kvartil)	19,2	24,5	6,2
druhý kvartil	32,1	45,6	13,5
třetí kvartil	42,6	73,3	29,8
s nejvyššími příjmy (čtvrtý kvartil)	57,2	85,0	45,0

podíl z celkového počtu domácností daného typu

Zdroj: ČSÚ, Šetření o využití ICT v domácnostech a mezi jednotlivci, 2018

Obrázek 6: Domácnosti v ČR podle typu počítače, 2017 (2)



podíl z celkového počtu domácností daného typu majících počítač

* zahrnuje notebook nebo tablet

Zdroj: ČSÚ, Šetření o využití ICT v domácnostech a mezi jednotlivci, 2018

2.6 Pozitiva moderních technologií u dětí v předškolním věku

Děti používání technologií baví, je pro ně výhodou, že je přes ně zábava rychle dostupná, oproti některým hračkám nebo hrám, které se musí připravit. Rodiče též vnímají, že používání technologií děti baví, že u toho zrelaxují, i když tato zábava není vnímána všemi jako plnohodnotná. Pro některé rodiče není pozitivní to, že děti si užijí zábavu, ale až důsledky toho, že se děti u médií zabaví. V tu chvíli děti nevyžadují pozornost, a rodiče tak získávají čas pro sebe a mohou se nerušeně věnovat svým činnostem (Kontríková et al., 2015).

Děti mohou používáním moderních technologií rozvíjet kognitivní schopnosti. Hraní her může zlepšovat pozornost, vizuální představivost a paměť. Surfování po webových stránkách, které obsahují text i obraz, vyžaduje a posiluje schopnost interpretace. Z hlediska učení u nejmladších dětí je důležité, že navštěvování webových stránek posiluje gramotnost, napomáhá rozvoji schopností řešení problémů a vizuální zpracování informací. Online komunikace, stejně jako videohry, posilují růst rychlosti kognitivních procesů. Základní schopnosti, které děti rozvíjejí v rámci pohybu na internetu, jsou exploration, expression a exchange, tedy zkoumání, vyjádření a výměna.

Charakteristiky jsou následující:

- exploration – dětská tendence k objevování a učení, která je vede k samostatnému učení, rozvíjí flexibilitu a obraznost myšlení;
- expression – schopnost využívající širokou škálu nástrojů, díky nimž dítě vytváří nové ideje a komunikuje je s ostatními;
- exchange – záměr sdílet vlastní nápady s ostatními lidmi, a to v prostoru, kde dítě může pracovat, ptát se a odpovídat (Hartlová, 1998 v Krčmářová, 2012).

S těmito schopnostmi se rozvíjejí sociální dovednosti dítěte, které mu umožňují užitečnou a efektivní interakci s ostatními uživateli. Aktivity pro předškoláky, které spojují zábavu a vzdělávání, mohou zlepšit schopnosti řešení problémů, přispět k rozšíření slovní zásoby a zlepšení koordinace ruka-oko. Pro děti z jazykových minorit může být užívání moderních technologií cestou k zvládnutí majoritního jazyka společnosti (Yarto, 2009 v Krčmářová, 2012).

2.7 Rizika používání moderních technologií

Riziko můžeme chápat jako pravděpodobnost výskytu negativního jevu, může se jednat o újmu psychické či fyzické povahy. Rizika, která souvisí s hraním her a používáním internetu, jsou různá. Odborníci se soustředí hlavně na zdravotní rizika, kam patří například nezdravý životní styl s nedostatkem pohybu, obezita, zvýšené riziko úrazů a větší sklon riskovat. Nešpor a Csémy (2007) uvádí tyto rizika:

- Sedavý způsob života vede k řadě onemocnění (např. obezita, cukrovka, vadné držení těla a onemocnění pohybového systému). Typicky se objevují bolesti šíje, ramen, bederní páteře a zápěstí.
- Špatná organizace času, nepravidelnost v jídlu, nedostatek spánku.
- Větší tendence více riskovat a vyšší riziko úrazů. To souvisí s obsahem počítačových her a dále s roztěkaností, roztržitostí a únavou. Stokrát opakovaná nehoda nebo zranění v počítačové hře může vyvolávat pocit, že v reálném životě je to podobné.
- Nemoci očí.
- Existuje i určitá souvislost mezi excesivním věnováním se videohrám a některými typy epilepsie.
- Zhoršení mezilidských vztahů, úzkost ve vztazích.
- Horší školní prospěch.
- Násilí v počítačových hrách zvyšuje agresivitu, sklon ke rvačkám, šikanování a posiluje nepřátelské naladění vůči světu.
- Excesivní hraní počítačových her může zhoršovat jiné emoční i jiné duševní problémy.
- Po skončení hraní násilné videohry se u zkoumaných dospívajících objevily vstřícnější postoje k návykovým látkám. Údaje z České republiky svědčí i o jejich zneužívání návykových látek u dětí, které se excesivně věnují počítačovým hrám.
- Nutkavé chování, které může vyústit v závislost.
- Většina počítačových her vyvolává tělesné i duševní příznaky stresu. S tím pak souvisejí i další zdravotní rizika, např. bolesti břicha nebo hlavy (Nešpor, K., & Csémy, L., 2007).

V dětství a dospívání se rychleji rozvíjí návykové problémy. Velmi rizikový je pro děti prvek násilí, který může podstatně zhoršit schopnost jejich adaptace ve společnosti (Nešpor, K., & Csémy, L., 2007). Dítě se setkává ale s mnohem více nežádoucími jevy, na obrázku 7 vidíme klasifikaci rozlišující čtyři typy rizik – komerční, agresivní, sexuální a hodnotové, jimiž může dítě čelit ve třech odlišných kontextech. Prvně se jedná o vystavení se nežádoucím obsahům, jež se prostřednictvím internetu šíří, dále se dítě setkává s online riziky v rámci komunikace a interakce, tedy v kontextu navazování a udržování kontaktů. Za další je zde zohledněna jindy často opomíjená skutečnost, že i dítě samotné se může aktivně podílet na nežádoucích jevech. Toto však také nejsou všechna online rizika. Následná rizika mohou být například získávání zkreslených a neúplných informací či napadení elektronického zařízení virem. I přes nedokonalé postihnutí všech typů nebezpečí je uvedená klasifikace jedinečná v rozlišení role dítěte při setkání s online riziky a díky jejímu důrazu na kontext nabádá k reflexi, čím vším mohou být zkušenosti mladých uživatelů internetu ovlivněny (Ševčíková, 2014).

Obrázek 7: Klasifikace online rizik pro dětské uživatele internetu

Typ rizika	Obsah: dítě jako příjemce	Kontakt: dítě jako účastník	Počínání: dítě jako „pachatel“
Komerce	reklama, spam, nabádání k poskytování peněžní podpory	získávání a uchovávání osobních údajů	gambling, nelegální stahování, hackování
Násilí	násilí, nenávistný či děsivý obsah	oběť kyberšikany, online obtěžování či pronásledování	pachatel kyberšikany, online obtěžování či pronásledování
Sexualita	pornografie a jiný sexuálně zraňující obsah	setkávání se s neznámými lidmi z internetu, sexuální zneužívání	vytváření a nahrávání pornografických materiálů
Hodnoty	rasistické a jiné zkreslené, zavádějící informace či rady (př. drogy)	sebepoškozování, přesvědčování a manipulace ze strany druhých	poskytování (zavádějících) rad např. ohledně hubnutí nebo sebevraždy

Zdroj: Ševčíková, *Děti a dospívající online: Vybraná rizika používání internetu*, 2014

2.8 Závislost na procesech

Od 80. let minulého století se vedle závislosti na psychoaktivních látkách stále častěji začal objevovat pojem „nelátkové“ nebo „behaviorální závislosti“, případně „závislost na procesech“. Chování, které člověku přináší okamžité uspokojení, má tendenci být opakováno. Při častém opakování se pak toto chování stává zvykem či návykem, a to někdy i navzdory tomu, má-li negativní následky. První zmínka o takové závislosti je k nalezení v odborné literatuře již v polovině minulého století, jedná se o závislost na televizi. Dále mezi nelátkové závislosti patří závislost na hazardu, internetu, sexu atd. Z terminologického hlediska by bylo vhodnější pro označení určité závislosti používat vždy takové pojmenování, které zahrnuje zmíněný proces, tedy aktivní chování, na kterém je závislost vytvořena: na místo „závislost na internetu“ spíše „závislost na používání internetu“ či závislost na televizi spíše „závislost na sledování televize“. Reakcí na závislosti na procesech, kterých může být nepřehledné množství, je sílící snaha klinických i akademických pracovníků z oblasti návykových nemocí o novou, širší konceptualizaci pojmu „závislost“, protože ve stále platné MKN-10 a DSM-IV je pojem „závislost“ spojen pouze s poruchami, které jsou vyvolány užíváním nějaké psychoaktivní látky (Vacek, 2015 in Kalina, 2015).

Závislost lze definovat jako komplexní poruchu. Odborníci rozlišují dva základní typy závislosti:

1. fyzickou závislost;
2. psychickou nebo behaviorální závislost (Vacek, 2015 in Kalina, 2015).

Frouzová (2008) in Kalina (2015) zdůrazňuje podobnost etiologie, patogeneze, symptomatiky i terapie látkových i nelátkových závislostí a zároveň upozorňuje na nespécifitu objektu těchto poruch (přeskakování z jedné závislosti do druhé) a jejich vzájemnou komorbiditu (současný výskyt více závislostí).

V MKN-10 jsou závislosti na procesech zařazeny do „poruch osobností a chování u dospělých“ jako „nutkavé a impulzivní poruchy“. *„Tato položka obsahuje určité poruchy chování, které nejsou zařaditelné do jiných položek. Jsou charakterizované opakovanými činy, které nemají žádnou jasnou racionální motivaci, nemohou být ovládnuty a obecně působí svým nositelům poškození vlastních zájmů i zájmů jiných lidí. Osoba hovoří o tom, že její chování je spojeno s impulzy k činnosti.“* (Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2018)

2.8.1 Netolismus

Termínem netolismus označujeme závislost na tzv. virtuálních drogách, mezi ně patří zejména počítačové hry, sociální sítě, internetové služby, televize, virální videa aj. (Projekt NETOLISMUS, 2015). Online závislost je různými autory různě definovaná, např.: používání internetu, které s sebou přináší do života jedince psychologické, sociální, pracovní nebo školní komplikace (Beard & Wolf, 2001) či neschopnost jedince mít kontrolu nad svým užíváním internetu, jako kompulzivní nadužívání internetu a podrážděné nebo náladové chování v důsledku nemožnosti jeho užívání (Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla, & McElroy, 2000).

Podle MKN-10 existuje 6 kritérií závislosti. Pokud člověk splňuje 3 a více, můžeme u něj mluvit o syndromu závislosti:

1. silná touha nebo nutkání užít látku;
2. zanedbávání jiných aktivit a zájmů;
3. potíže v kontrole;
4. pokračování v užívání látky navzdory jasnému důkazu škodlivých následků;
5. zvýšená tolerance k účinku látky
6. somatický odvykací stav nebo užívání látky se záměrem zmírnit odvykací stav (Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR, 2018).

Nahradíme-li termín návyková látka termínem návykový proces, můžeme vyzorovat i znaky závislosti u behaviorálních závislostí, např. silnou touhu zapnout počítač bez

jasného cíle, zkontrolovat SMS, zkontrolovat statuty na sociální síti, neschopnost vymezit si začátek a konec aktivit na internetu, postupně zanedbávat další aktivity atd. (Projekt NETOLISMUS, 2015).

Griffiths (1996) in Kalina (2015) vymezuje 6 základních komponent behaviorálních závislostí, jejíž přítomnost v klinickém obraze je podmínkou ke stanovení diagnózy:

1. **význačnost** (určitá aktivita se stane nejdůležitější v životě jedince a dominuje v jeho myšlení, pocitech a chování);
2. **změna nálady** (v důsledků zahájení určité aktivity, která má především charakter zvládací strategie);
3. **tolerance**;
4. **abstinenční příznaky**;
5. interpersonální nebo intrapersonální **konflikt**;
6. **relaps**.

Druhy netolismu podle K. Young, (2004) v Projekt NETOLISMUS (2015) jsou:

- **ZÁVISLOST NA VIRTUÁLNÍ SEXUALITĚ** (Kompulzivní používání webových stránek pornografického zaměření.)
- **ZÁVISLOST NA VIRTUÁLNÍCH VZTAZÍCH** (Nadměrné věnování se virtuálním vztahům, např. online seznamky, sociální sítě.)
- **INTERNETOVÉ KOMPULZE** (Např. hraní online her, internetové nakupování, internetové sázení, virální videa atd.)
- **PŘETÍŽENÍ INFORMACEMI** (Např. nadměrné surfování nebo nadměrné hledání v databázích.)
- **ZÁVISLOST NA POČÍTAČI** (Nadměrné využívání počítače, zejména nadměrné hraní her.)

Riziko vzniku závislosti spojené s problematickým užíváním online aplikací připouští všichni odborníci, a podpořeny jsou i stále čtenějšími výzkumy. Dnešní mladá generace si nedokáže bez internetu představit jediný den, využívají ho k zábavě, ale i studijním účelům. Největší rizikovou skupinou jsou dospívající. Významně tomu přispívá fakt, že v tomto případě v podstatě nejsou omezeni penězi, jak je tomu například u jiných návykových látek či gamblingu. Chytrý telefon, laptop či tablet s trvalým přístupem na internet má stále větší množství dospívajících a dětí i v předškolním věku (Krčmářová, 2012).

2.8.2 Vznik závislosti na internetu

Internet může být využíván i jako prostředek k překonání nepříjemných pocitů, osamocení, nudy, stresu či deprese. Po špatném dni ve škole či školce je snadné rychle si ulevit od stresu třeba tím, že si dotyčný zahraje hru. Internet je rychlý, dostupný, mnohé aplikace umožňují i obousměrnou komunikaci, navíc to vyžaduje minimum námahy než se snažit překonat nějaký nepříjemný pocit, zvláště když je na to dotyčný sám. Pobyt v online prostředí je lákavý z důvodu vysoké atraktivity tohoto virtuálního světa, kde si každý najde přesně to prostředí, které mu vyhovuje. Dalším motivem může být kompenzování neúspěchu ve skutečném světě v tomto prostředí, které to dotyčnému umožňuje. Rizikem vzniku závislostního chování v online prostředí jsou ohroženi zejména ti, kteří už mají problémy v reálném světě, více jsou ohroženi hlavně osamělí lidé, kteří často zažívají úzkost v mezilidských situacích. Pro tyto jedince může být komunikace prostřednictvím internetu jednodušší a také méně ohrožující, mají velkou míru kontroly nad tím, co o sobě prezentují. Prostřednictvím online aktivit mohou být nasyceny téměř všechny potřeby jedince (Krčmářová, 2012).

Psycholog Abraham Maslow (1943) formuloval teorii lidské motivace, v níž jsou lidské potřeby hierarchicky uspořádané. Pokud dojde k uspokojení potřeb, např. hladu a žízně, přicházejí na řadu potřeby růstové, které vycházejí z lidské potřeby sledovat cíle, stávat se lepším.

1. Fyziologické potřeby – hlad, žízeň, zima, sexuální potřeby. Z těchto základních potřeb může být ve virtuálním prostředí uspokojen sexuální pud. Ostatní z fyziologických potřeb bývají často potlačovány a oddalovány na nejzazší možnou dobu.
2. Potřeba bezpečí – jistota, stabilita, struktura, osvobození od strachu a úzkosti. Právě kvůli těmto jistotám člověk do online světa často uniká. Ví, že hra či virtuální přátelé tu pro něj vždy budou k dispozici. Dotyčný se snaží zmírnit úzkost spojenou s nepříjemnými zážitky zvenčí. Jistotou je i to, že kdykoliv by se dotyčný cítil nepříjemně nebo přímo ohrožen, může ze situace jednoduše odejít, nereagovat, vypnout počítač.
3. Potřeba sounáležitosti a lásky – podle Maslowa je člověku vlastní hluboká potřeba stádovosti, spojování se, sounáležitosti. Sociální síť či online hry jsou ideálním místem, kde se může jedinec cítit součástí komunity, mít dostatek „přátel“. Stejně tak je celkem obvyklé a populární seznamovat se přes internet i s potenciálními partnery.
4. Potřeba ocenění – respekt a úcta, které nám poskytují druhí, a pocit vlastní sebedůvěry, úspěchu, kompetentnosti a nezávislosti. Tato potřeba může být snadno naplněna například na Instagramu, kde se jedinec prezentuje svými fotografiemi.
5. Potřeba sebeaktualizace, seberealizace – takzvané metapotřeby, které přicházejí na řadu, když jsou uspokojeny předcházející základní potřeby. Patří sem například pravda, hravost, jedinečnost, sebevyjádření, dobrota, estetické potřeby, spravedlivost. Na internetu mohou být téměř beze zbytku naplněny – kde jinde máme tolik příležitostí na jednom místě prezentovat svůj názor, zastat se slabších, sledovat, negativní a špatné jednoduše ignorovat.

Naplnování těchto potřeb se netýká pouze lidí, kteří mají problém s online závislostí. Je přirozené pro každého člověka, ale potíží nastává tehdy, když se virtuální prostředí stane nejdůležitějším místem, kam za jejich uspokojením uniká, třeba z důvodu selhávání ve skutečném světě a vztazích (Krčmářová, 2012).

2.9 Doporučení pro rodiče a bezpečí na internetu dětí v předškolním věku

Různé zdroje se liší doporučeními pro děti předškolního věku. Například v počtu hodin strávených s technologiemi můžeme nalézt značné rozdíly, některé zdroje uvádí max 1 hodinu denně, některé 2 hodiny atd. Podle Sesame Workshop z roku 2010 by děti mladší dvou let by se měly vyhnout konzumaci jakéhokoliv vizuálního média i internetu, u starších dětí by doba neměla přesáhnout 2 hodiny (Gutnick, 2010).

Aktivity a programy, které může dítě na internetu sledovat, lze rozdělit na ty, které jsou vhodné kdykoli, a ty, jež lze konzumovat jednou za čas. Zástupcem prvního typu jsou vzdělávací programy a aplikace, k druhému můžeme řadit zábavné pořady. Doporučovaná je také rodičovská asistence u všech médií, s nimiž jsou děti předškolního věku v kontaktu (Krčmářová, 2012). Jsou známá kritéria pro hodnocení programu, aplikace či pořadu, která mohou rodičům pomoci v rozhodování, zda jsou pro jejich děti vhodné. Jedná se o 3 C přístup, kde C jsou zkratky slov content (obsah), context (souvislost) a child (dítě). Ke každému bodu se váží otázky, které by měly rodiči napomoci k rozhodování:

- CONTENT (obsah) – Co je základním smyslem aplikace? Jak je aplikace navržena? Uvádí zdroje, ze kterých vychází? Je založena na nějakém výzkumu? Je věkově vhodná? Pochází z důvěrného zdroje?

Existuje několik dobrých zdrojů, které pomáhají rodičům hodnotit obsah dané aplikace (např. Common Sense Media a Children's Technology Review).

- CONTEXT (souvislost) – Kdo s dítětem interaguje v aplikaci? Mluví s dítětem rodiče či další osoby o tom, co se na obrazovce odehrává? Učí se dítě díky aplikaci něco, co by mohlo aplikovat v jiné aktivitě či činnosti? Vypráví dítě příběhy, které se v aplikaci odehrávají?
- CHILD (dítě) – Jak dlouho může být dítě vystaveno mediální stimulaci? Jaký typ média v něm vzbuzuje nejzvědavější otázky, angažovanost a radost? Co dítě ztrácí, pokud věnuje aplikaci či médiu čas? (Hoffmann, 2013)

Rodiče hrají klíčovou roli při snižování rizik, kterým jsou děti vystaveny na internetu. Existuje několik tipů, které rodiče mohou udělat, aby pomohli svým dětem v předškolním věku zůstat v bezpečí, když jsou připojeni online. Zde je uvedeno několik rad z více zdrojů:

- doba by měla být omezena na max. 2 hodiny denně;
- zařízení by mělo být umístěno např. v obývacím pokoji;

- při používání internetu by jim měla asistovat dospělá osoba;
- přístup by měl být omezen na předem dohodnuté stránky, např. využít k tomu nabídku oblíbených stránek;
- vhodné je používání rodičovského přístupu s omezením nevhodného obsahu, vyhledávačů pro děti (Kiddle) nebo poskytovatelů přístupu (ABC Kids, YouTube Kids) a také recenzí (Common Sense Media, či ratingová společnost ESRB);
- doporučuje se zablokovat nákupy v aplikacích, zakázat možnost plateb jedním kliknutím a služby určování polohy ve všech zařízeních (Raising Children Network, 2019; ESRB, 2019; Bezpečný internet, 2019).

Rodičům se dále doporučuje, aby umístili počítač do místnosti používané celou rodinou, aby se mluvení o internetu a udržování přehledu o jeho používání stalo přirozenou součástí každodenního života. Když je počítač umístěn ve společné místnosti, může být i diskuze o problémech snazší a internet může být používán společně s rodiči. Dále se doporučuje projevovat zájem o to, co děti a jejich přátelé na internetu dělají, ale přirozeně i mimo něj. Je dobré mluvit o skvělých a zajímavých věcech, k nimž lze internet využít, ale také o potížích, se kterými se mohou děti setkat. Rodičům se doporučuje najít stránky, které jsou vhodné pro děti, nebo se naučit, jak najít užitečné informace – naplánovat společně dovolenou, navštívit stránky zaměřené na vzdělání nebo najít informace o koníčcích a zájmech dětí. Při společném procházení internetu mohou rodiče dítěti pomoci posoudit hodnotu nalezených informací. Oblíbené stránky se doporučují uložit jako záložky, aby je děti mohly otevřít jedním kliknutím. Rodičům se doporučuje vytvořit dohodu o tom, jak a kdy budou internet používat. Je také užitečné dohodnout se na době a určitých webech, které mohou děti na internetu navštěvovat. Toto je nutné s dětmi prodiskutovat (Bezpečný internet, 2019).

Pro rodiče, ale i blízké osoby, je důležité si uvědomit, že klíčovou roli v prevenci nejen závislosti na internetu, ale i jiných sociálně patologických jevech, sehrává hlavně kvalitní komunikace v rodině a bezpečné stabilní sociální prostředí. Je potřeba se dětem věnovat, povídat si s nimi, a ne je pouze zahrnovat výdobytky moderní doby ve snaze posílit si své postavení u nich. Podporou, povzbuzením a respektem zároveň rodiče posílí zdravé sebevědomí dítěte (Krčmářová, 2012).

Z konference „*Digitising Early Childhood International Conference*“ z roku 2017 bylo mimo jiné zveřejněno doporučení pro rodiče, které by jim mělo pomoci nalézt správnou „digitální“ rovnováhu, viz obrázek 8. Podle těchto jednoduchých kroků by si rodiče společně s dětmi měli užívat všeho zábavného, vzrušujícího a kreativního, co internet nabízí, ale také se ujistit, že se nejedná o jednu a tu samou věc, kterou děláme stále dokola. V jiném grafickém zpracování tipů pro rodiče ze stejného zdroje se doporučuje např. být dobrým vzorem pro dítě, protože děti své rodiče často napodobují či přemýšlet o tom, jaké věci rodiče sdílí online a být k tomu více vnímavý (O’Neil, 2017).

Obrázek 8: 5 kroků k "digitální" rovnováze



Zdroj: O'Neill, *Toddlers and tech: Policy implications for families and parenting in the information age*, 2017

3 VÝZKUMNÁ METODIKA

3.1 Cíle výzkumu

Hlavním cílem výzkumu bylo popsat vztah dětí v předškolním věku k moderním technologiím a internetu, zmapovat situace, kdy a jak tyto technologie používají, zaměřit se na problémové/závislostní chování a rizika v souvislosti s těmito technologiemi na základě výpovědí rodičů. Dalším cílem výzkumu bylo také zjistit přístup a postoj rodičů k moderním technologiím.

3.2 Výzkumné otázky

Koncepce práce vycházela z následujících výzkumných otázek:

1. Jaké moderní technologie dítě v předškolním věku používá, jaké aktivity na nich provádí?
2. Kdy a v jakých situacích dítě v předškolním věku moderní technologie a internet používá?
3. Jak rodiče vnímají používání moderních technologií a internetu jejich dítětem/děťmi?
4. Jaké problémové/závislostní chování v souvislosti s moderními technologiemi a internetem pozorují rodiče u jejich dítěte/děti v předškolním věku?
5. Jaký je přístup rodičů k moderním technologiím a internetu, jaké stanovují pravidla či meze a podle čeho tyto meze stanovují?

3.3 Výzkumný soubor

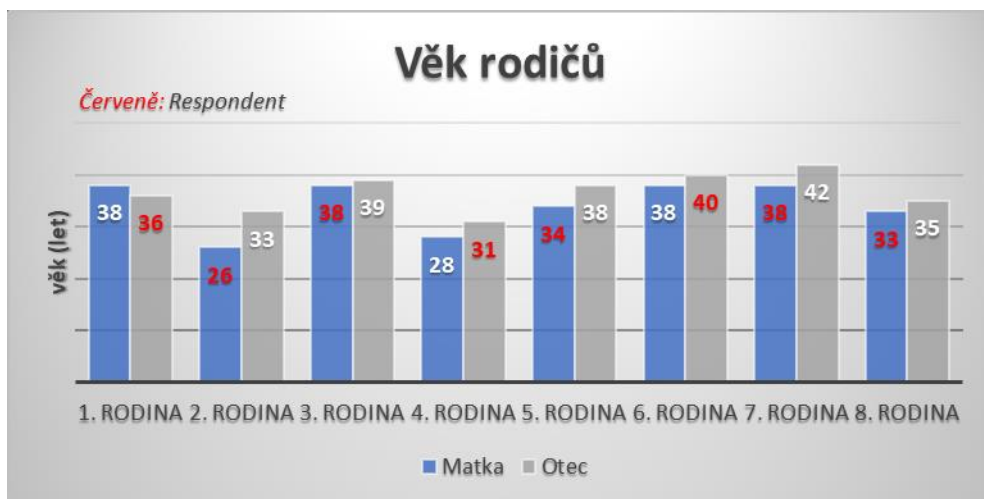
K výběru respondentů byla předem připravena struktura. Snahou bylo získat takový výzkumný soubor, který bude co nejpestřejší. Základní podmínkou bylo, aby respondent byl rodič alespoň jednoho dítěte v předškolním věku, se kterým sdílí domácnost. Dalším cílem bylo vybrat respondenty obou pohlaví a také aby jejich věk byl různý. Skrze záměrný výběr bylo možné získat výzkumný vzorek, kde byly zastoupeny dvoučlenné i vícečlenné rodiny s jedním i více dětmi. Snahou bylo též vybrat rodiny, které bydlí ve městě i na vesnici.

Na základě těchto parametrů došlo k oslovení osob, které odpovídají výše zmíněným kritériím. Osoby byly osloveny prostřednictvím osobního kontaktu a sociálních sítí. Dále byla použita metoda sněhové koule, kdy jedinci splňující daná kritéria zprostředkovali kontakt s osobami, které osobně znají a rovněž splňují kritéria výzkumu.

Celkově bylo do výzkumu vybráno 8 osob, z toho bylo 5 žen a 3 muži.

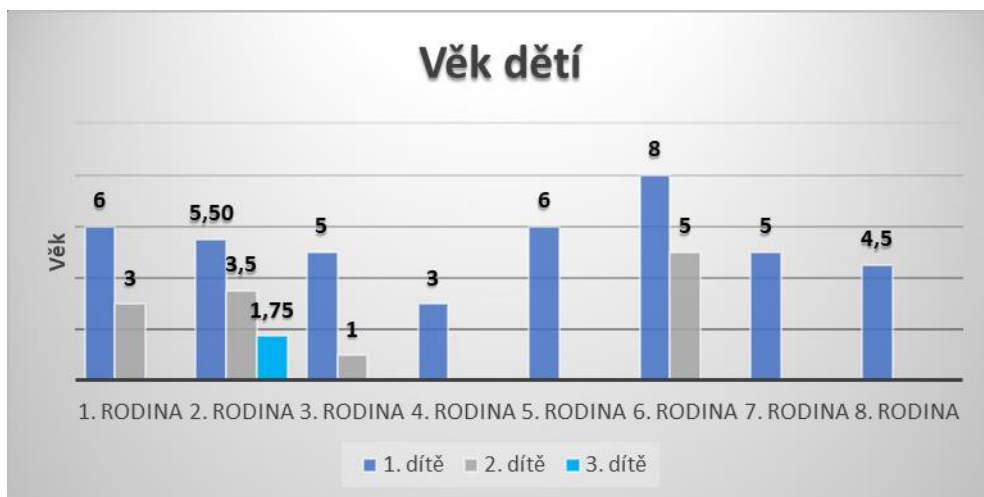
Věkové rozmezí rodičů dětí v předškolním věku bylo 26-42 let, v grafu 1 je věk respondentů vyznačen červenou barvou. Průměrný věk matky byl 34,13 let a průměrný věk otce 36,75 let.

Graf 1: Věk rodičů



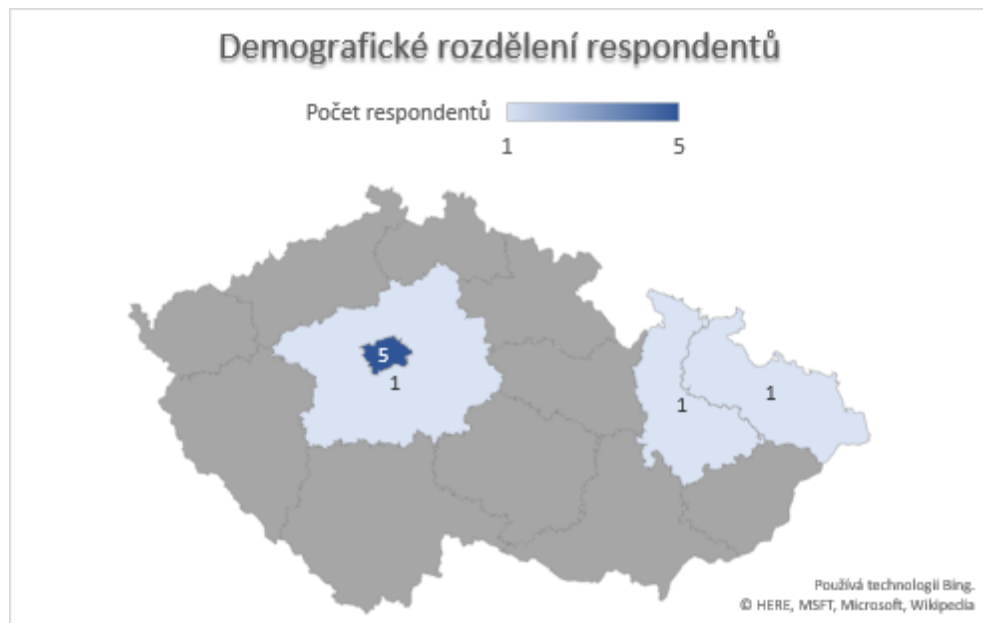
Věkové rozmezí všech dětí v rodinách bylo 1-8 let, přičemž do výzkumu byly zahrnuty všechny děti ve věku do 6 let, které ještě nechodí do základní školy. Průměrný věk dětí zahrnutých do výzkumu byl 4,03 let.

Graf 2: Věk dětí



5 respondentů bydlelo ve velkém městě, konkrétně v Praze, 3 respondenti bydleli na vesnici a na maloměstě v Olomouckém a Moravskoslezském kraji.

Graf 3: Demografické rozdělení respondentů



3.3.1 Charakteristika respondentů

V této kapitole bude popsán detailněji vybraný vzorek respondentů na základě informací uvedených výše. Pro zachování anonymity uvádím dotazované s přidělenými čísly v náhodném pořadí s označením R= rodina. Respondenti budou v tabulkách označeni tmavomodrou barvou.

Tabulka 3: R1 (respondent otec)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	38	Ne	Ano (0,5 úvazku)
Otec	36	Ano	Ano (plný úvazek)
Dcera	6	Ne	Poslední rok mateřské školy
Dcera	3	Ne	1. rok mateřské školy

Matka (38 let) a otec (36 let) mají 2 dcery (3 a 6 let) a bydlí v bytě v centru Prahy. Oba rodiče pracují, matka na poloviční úvazek, otec na plný úvazek, ale otec je v práci hodně flexibilní. Mladší tříletá dcera chodí 1. rokem do školky a druhá šestiletá dcera posledním rokem do školky. Obě mají v rámci mateřské školy kroužky, vždy je jeden z rodičů okolo 16. hodiny dovede domů. V létě jezdí často o víkendech na chaty nebo k babičce.

Tabulka 4: R2 (respondentka matka)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	26	Ano	Ano (0,4 úvazku) + studentka VŠ
Otec	33	Ne	Ano (plný úvazek)
Dcera	5,5	Ne	Poslední rok mateřské školy
Syn	3,5	Ne	3. rok mateřské školy
Syn	1,75	Ne	1. rok mateřské školy

Matka (26 let) a otec (33 let) mají 3 děti – 2 synové (1 ¾ roku a 3 ½ roku) a 1 dcera (5 ½ roku). Přes pracovní týden bydlí v bytě v Praze, o víkendech jezdí do malého města za manželvými rodiči vždy od pátku do neděle, kde mají pravidelný program. Matka pracuje na poloviční úvazek a studuje prezenčně vysokou školu, otec pracuje na plný úvazek, ale je více flexibilní, má možnost práce z domova i o víkendu. Všechny děti chodí do mateřské školy. Po 16. hodině se všichni schází doma, někdy děti vyzvedává matka, někdy otec.

Tabulka 5: R3 (respondentka matka)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	38	Ano	Rodičovská dovolená
Otec	39	Ano	Ano (plný úvazek)
Syn	5	Ne	3. rok mateřské školy
Syn	1	Ne	Doma s matkou

Matka (38 let) a otec (39 let) mají 2 syny (1 rok a 5 let) a bydlí v rodinném domě blízko u Prahy. Matka je na rodičovské dovolené a otec pracuje na plný úvazek. Mladší syn je s matkou doma, starší syn chodí do školky od pondělí do pátku. Vyzvedává ho ze školky matka mezi 16:30-17 odpoledne.

Tabulka 6: R4 (respondent otec)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	28	Ne	Ano (3/4 úvazku)
Otec	31	Ano	Ano (3/4 úvazku)
Syn	3	Ne	Doma s matkou/otcem

Matka (28) a otec (31 let) mají syna (3 roky) a bydlí v bytě na vesnici u Opavy. Oba rodiče pracují na $\frac{3}{4}$ úvazku včetně víkendů, střídají se v péči o syna, nerozlišují víkend od pracovního týdne. Syn nechodí do školky.

Tabulka 7: R5 (respondentka matka)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	34	Ano	Ano (plný úvazek)
Dcera	6	Ne	Poslední rok mateřské školy

Matka (34 let) a otec (38 let), nežijí spolu, rozvádí se, rozvod se táhne už přes rok a půl soudně. Mají 1 dceru (6 let). Dceru mají ve střídavé péči, střídají se 3 dny v týdnu se 4 dny v týdnu. Matka má přítele, se kterým se momentálně stěhuje ze starého bytu v Praze do nového bytu také v Praze. Otec žije rok a půl s novou přítelkyní, která má 2,5letého syna. Oba rodiče pracují na plný úvazek. Matka nejčastěji bere dceru za její sestrou, která má dvě děti v dceřiném věku a za matkou. Dcera chodí do školky od pondělí do pátku, po školce má kroužky, matka dceru vyzvedává kvůli práci až po 17. hodině.

Tabulka 8: R6 (respondent otec)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	38	Ne	Ano (0,5 úvazku)
Otec	40	Ano	Ano (plný úvazek)
Dcera	8	Ne	3. třída ZŠ
Syn	5	Ne	3. rok mateřské školy

Matka (38) a otec (40 let) mají dceru (8 let) a syna (5 let). Bydlí v bytě na okraji Prahy. Matka pracuje na poloviční úvazek a otec na plný úvazek, ale je flexibilní, pátky zpravidla pracuje z domova, ale i jiné pracovní dny či víkend. Syn chodí do školky, dcera do školy, do 16. hodiny jsou doma. Často si berou volno pátky a jezdí na výlety, léto tráví skoro každý víkend na chatě.

Tabulka 9: R7 (respondentka matka)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	38	Ano	Ano (plný úvazek)
Děda	73	Ne	Ne
Babička	71	Ne	Ne
Syn	5	Ano	4. rok mateřské školy

Matka (38 let) a otec (42 let) mají syna (5 let). Rodiče jsou rozvedení 3 roky, od 2 let syna žije matka se synem a s rodiči (babička 71 let, děda 73 let) v rodinném domě v Praze patřící rodičům. Matka pracuje na plný úvazek. Syn chodí od pondělí do pátku do školy, vrací se domů kolem 16. hodiny. Jednou za 14 dní jezdí na víkend k otci.

Tabulka 10: R8 (respondentka matka)

Členové rodiny žijící v jedné domácnosti	Věk	Účast na rozhovoru	Zaměstnání (úvazek)
Matka	33	Ano	Ano (plný úvazek)
Děda	70	Ne	Ne
Babička	67	Ne	Ne
Syn	4,5	Ne	3. rok mateřské školy

Matka (33 let) a otec (35 let) mají syna (4,5 let). Rodiče jsou rozvedení od narození syna. Matka se synem žijí u rodičů (babička 67 let, děda 70 let) v rodinném domě na maloměstě blízko Olomouce. Matka pracuje na plný úvazek. Syn chodí od pondělí do pátku do školy. Jednou za 14 dní jezdí na víkend k otci. Syn chodí do školy od pondělí do pátku, kolem 15. hodiny chodí domů.

3.4 Metody výzkumu

Základní metoda, která byla použita ve výzkumu, je polostrukturovaný rozhovor.

Před zahájením vlastního výzkumu byla provedena pilotní studie, na základě které byla struktura rozhovoru upravena do finální verze. Pilotní studie se doporučuje, pokud nemáme opravdu hloubkovou znalost o cílové skupině, zejména vzhledem ke studované problematice (Disman, 2011).

Struktura rozhovoru byla vytvořena z oblastí, podle kterých jsem respondentům kladla většinou otevřené otázky (viz příloha 8.5 Struktura rozhovoru). Vyzývala jsem dotazované, aby o daných oblastech mluvili, popřípadě jsem se doptávala na konkrétní jevy, které se postupně v rozhovorech objevovaly.

3.5 Sběr dat a tvorba dat

3.5.1 Sběr výzkumného materiálu

Výzkum proběhl v období od 2.10. 2018 do 22.12. 2018. V tomto období, a dále v průběhu prosince 2018 a ledna 2019, byl realizován přepis rozhovorů.

Jednotliví respondenti byli osloveni nejčastěji telefonicky, ale i přes sociální sítě či osobně. Na základě domluvy byl sjednán termín rozhovoru a byly nastíněny otázky, které dotazovaným budou kladeny. Rozhovor probíhal formou osobní schůzky či přes telefonní hovor podle toho, co respondenti preferovali a jaké byly jejich možnosti. Nejčastěji respondenti preferovali telefonní hovor z různých důvodů (místo bydliště, nemoc či pracovní vytíženost), takto proběhly 4 rozhovory. 2 rozhovory byly realizovány u dotazovaných v zaměstnání, 1 rozhovor probíhal v bytě dotazovaného a 1 v kavárně.

Samotný výzkum začínal poděkováním za věnovaný čas a nabídkou možného zaslání výsledné práce. Respondenti byli informováni o tom, že rozhovor bude trvat zhruba 60 minut. Bylo jim sděleno, čeho se otázky budou týkat a byly zodpovězeny všechny jejich dotazy. Byl kladen důraz na anonymitu rozhovorů a dotazovaní byli požádáni, aby odpovídali upřímně a pravdivě. K rozhovoru bylo doplněno, že bude nahráván na telefon, což se uskutečnilo formou aplikací, které umožnily přímé nahrávání hlasového záznamu při osobním setkání nebo nahrávání hovorů při telefonování. Následně byl proveden dotaz, zda s tím respondenti souhlasí, všichni dotazovaní s požadavky souhlasili.

3.5.2 Přepis rozhovorů a způsob zpracování dat

Rozhovory byly dále přepisovány do textové formy. Některé rozhovory trvaly i přes 80 minut, proto by byla doslovná transkripce rozhovoru příliš náročná. Z tohoto důvodu byl zvolen typ podobný „shrnujícímu protokolu“. Při této technice se nezachovává celý text, již při poslechu se provádí jistým způsobem shrnutí (Hendl, 2005). Při přepisování

rozhovorů byly vypuštěny kladené otázky tazatele a pasáže, které nesouvisely s tématem rozhovoru (viz příloha 8.5 Struktura rozhovoru).

Po přepsání rozhovorů do podoby textu uloženého v mém počítači jsem nahrávky smazala.

Polostrukturované rozhovory jsem opětovně přepsala s využitím metody kódování. V kvalitativním výzkumu popisuje J. Hendl (2005) metodu kódování následovně: „Kódování znamená stále srovnání fenoménů, případů, pojmů atd. a formulaci otázek ohledně textu (proces nepřetržitého srovnání). Přitom se k částem empirického materiálu přiřazují označení neboli kódy, které jsou nejdříve pojmově velmi blízké textu a později se stávají stále abstraktnější.“ V rámci kódování jsem označila opakující se jevy, které byly seřazeny v textu do odstavců. Kolem označených jevů jsem seskupila pojmy, které s tímto jevem nějak souvisely. Na základě seskupení pojmů pak vzniklo několik kategorií – tento proces se nazývá kategorizace.

Text byl seřazen do odstavců podle tematických kategorií, kterým byly přiděleny barvy, jimiž jsem označila odpovídající text. Dané kategorie jsem rozdělila do 2 následujících skupin:

V 1. skupině – **charakteristika respondentů** byly vyhodnoceny 4 kategorie: *demografické údaje, stav domácnosti, pracovní vytížení, volný čas.*

V 2. skupině – **rodina a moderní technologie** bylo vyhodnoceno 5 kategorií: *typy zařízení a jejich používání, moderní technologie a mateřská školka, přístup rodičů k moderním technologiím a internetu, problémové/závislostní chování, stanovování pravidel a mezí.*

Do kategorie typy zařízení a jejich používání bylo zařazeno 7 podkategorií: *telefon, tablet, televize, počítač/notebook, herní konzole, hudební přehrávač, elektronická tužka.* V kategorii přístup rodičů k moderním technologiím a internetu byly vyhodnoceny 2 podkategorie: *pozitivní stránky, obavy a negativní stránky.*

3.6 Etika

Etické normy bakalářské práce byly zaručeny při prepisu rozhovorů, kdy se data anonymizovala, na což byl kladen důraz při informování dotazovaných. S každým respondentem bylo předem projednáno, o čem výzkumná část bakalářské práce bude pojednávat, jaké otázky budou kladené a jaké metody výzkumu budou použity. V textu nedojde ke zveřejnění jmen respondentů, konkrétních míst či názvů institucí.

4 VÝSLEDKY

V této kapitole nejprve uvádím poznatky z vyhodnocených témat rozhovorů dle kategorií, dále shrnuji odpovědi na výzkumné otázky.

4.1 Typy zařízení a jejich používání

V rámci výzkumu děti v předškolním věku používají tyto **typy moderních technologií**: telefon, tablet, televize, herní konzole, počítač/notebook, hudební přehrávač a elektronická tužka. Všechny rodiny mají doma přístup k **internetu**. Tabulka 11 ukazuje, jaké moderní technologie se v rodinách nacházejí, a které jsou **určené samotným dětem** (v tabulce znázorněno tmavě modrou barvou).

Tabulka 11: Typy zařízení vyskytující se v rodině a jejich vlastnictví dítětem (tmavě modře)

Typ technologie v rodině (tmavě modrou barvou určeno dítěti)	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8
Telefon	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Tablet	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X
Televize	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Počítač/notebook	✓	✓	✓	X	✓	✓	✓	✓
Herní konzole (Xbox atd.)	✓	X	✓	✓	X	X	X	X
Hudební přehrávač	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Elektronická tužka	X	X	X	X	X	X	X	✓

V tabulce vidíme, že všechny rodiny ve výzkumném vzorku mají telefon, televizi a hudební přehrávač. Tablet a počítač či notebook vlastní vždy 7 z 8 rodin. V 5 rodinách je tablet určen výhradně dítěti.

Tabulka 12 ukazuje, kolik kusů daného typu moderní technologie se v rodinách vyskytuje.

Tabulka 12: Počet zařízení vyskytujících se v rodině

Typ technologie v rodině	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8
Telefon	3	2	2	2	2	2	3	2
Tablet	2	1	1	2	1	1	2	0
Televize	1	1	2	1	1	1	4	1
Herní konzole (Xbox atd.)	1	0	1	1	0	0	0	0
Počítač/notebook	3	2	3	0	1	2	2	1
Hudební přehrávač	3	2	3	2	2	2	3	3
Elektronická tužka	0	0	0	0	0	0	0	1

Používání moderních technologií a internetu dětmi ovlivňuje **počet dětí** v rodině. Pokud je dítě *jedináček* a vlastní zařízení určeno výhradně jemu, je toto zařízení maximálně přizpůsobeno právě pro jeho užívání. Pokud má dítě *sourozence*, sdílejí technologie mezi sebou. Velkou roli zde hraje *věk dětí*, starší sourozenec ovládá zařízení lépe a má jiné preference. Mladší sourozenec se ve srovnání se svým starším sourozencem dříve setkává s moderními technologiemi a dříve o ně projevuje zájem, tedy používání moderních technologií dětmi je ovlivněno i **pořadím sourozenců**. Rodiče také vnímají, že mladší sourozenec často pouze pozoruje staršího sourozence při manipulaci se zařízením, ať už to je tablet či telefon. Jak uvádí respondent:

„Tu mladší ten tablet ještě moc nezajímá, ale občas kouká na tu starší, jak si hraje třeba na chirurga nebo kadeřnici.“ (R1)

Co se týče **času tráveného s různými zařízeními** jsou mezi rodinami také značné rozdíly. Z hlediska *dnů v týdnu* používají děti moderní technologie a internet více během víkendů a volných dnů, které tráví doma, což je běžné pro období, kdy jsou nemocné či mají prázdniny. Z hlediska *smyslu náplně, cíle či aktivity* je děti také používají na cestách, rodiče dětem poskytují moderní technologie typicky v dopravních prostředcích, nejčastěji v autě, ale i u doktora, v restauraci a na dovolených. Rodiče popisují, že moderní technologie využívají k zabavení dětí, a jak mnoho z nich přiznává, je to nejjednodušší způsob, jak se jich na chvíli zbavit či je udržet v klidu:

„Jak vypadá váš běžný víkend? (tazatel) Jeden den jsme doma a jeden den máme dětskou aktivitu... nebo jsme taky nemocný, a to je očištěc, to jsme teď. Jestli vás zajímá činnost nemocného dítěte, tak to jsou pohádky, pohádky, pohádky, jen aby se udržel v posteli.“ (R2)

V některých rodinách jsou nastavena striktní **pravidla**, nejčastěji prostřednictvím *časového omezení*, děti tedy tráví s technologiemi méně času, v jiných rodinách naopak děti tráví s technologiemi několik hodin denně. Někdy nejsou pravidla jasně stanovena, jelikož rodiče zatím neshledali problém s používáním technologií dítětem. Více o rodičovských pravidlech popisují v kapitole 4.5 Stanovování pravidel a mezí.

Výsledky výzkumu ukazují, že z hlediska **typu používaného zařízení** děti v předškolním věku příliš nerozlišují mezi tabletem a telefonem, jelikož vybrané aktivity mohou realizovat na obou zařízeních. Pokud je jejich primární aktivita např. sledovat videa na YouTube, nerozlišují ani mezi tabletem, telefonem a počítačem či notebookem, jelikož se na všech zařízeních připojí k internetu:

„Vyžaduje si ten telefon nebo jiné zařízení? (tazatel) No jasně, vyžaduje, kdyby to bylo na něm, tak na tom telefonu je furt, nezkoušela jsem to teda. A konkrétně ten telefon? (tazatel) Hele, jemu je jedno, jestli to je ten telefon, tablet nebo počítač, všude se tam přes wifi může dostat na YouTube, takže to on nerozlišuje.“ (R6)

Děti si všimají moderních technologií už od narození, ale rodiče vidí hranici v období, kdy o technologie jejich děti začínají projevovat sami zájem, což bývá různé v jednotlivých rodinách.

4.1.1 Telefon

Mobilní telefony používají všechny rodiny ve výzkumu. Jedno dítě **vlastní svůj osobní telefon**, který obdrželo z důvodu komunikace s rodiči, jelikož dítě má střídavou péči. Děti začínají **projevovat zájem o telefon** průměrně v 2,8 letech.

Tabulka 13: Projevení zájmu o telefon (v letech)

Telefon	R1 D1	R1 D2	R2 D1	R2 D1	R2 D2	R3 D1	R3 D2	R4 D1	R5 D1	R6 D2	R7 D1	R8 D1
Projevení zájmu v letech	2	3	2	2	1,5	4	ZN	2	4	4	4	2

R=rodina, D=dítě, ZN= zatím neprojevený zájem

Doba strávená na telefonu se u dětí v rodinách výrazně liší, jedná se spíše o nepravidelné používání telefonu. Většina rodičů nebyla sto určit, jak dlouho průměrně za den jejich děti tráví čas na telefonu (maximálně však hodina denně). Například někteří rodiče telefony dětem půjčují jen výjimečně (u doktora, v restauraci), sami dětmi maximálně ukazují fotky, videa a „na hraní“ je určené jiné zařízení (nejčastěji tablet):

„Telefony máme drahý, takže to mu nechceme půjčovat. Jen výjimečně, třeba když dlouho čekáme u doktora a musí být pod dohledem. Takže jen mimo domácnost? (tazatel) Jojo. Já tam mám jednu hru Myšák – jdu do školy, je to edukativní aplikace pro předškolní děti a táta tam má střílečku.“ (R2)

Prvním důvodem zájmu o telefon jsou u dětí fotografie, nejčastěji v situaci, kdy rodič dítě vyfotí, a to následně chce fotku ukázat, později dítě samo vyžaduje, aby ho rodiče vyfotili a fotky s ním prohlíželi – fenomén „vyfoť to a ukaž mi fotku“. Dalším častým důvodem zájmu o telefon jsou aktivity jako např. zaslání SMS, používání sociálních sítí, hraní her atd., při kterých jsou rodiče na telefonu a dítě se zajímá, co na tom telefonu dělají, dítě většinou chce aktivitu také dělat:

„Půjčujete jí někdy telefon? (tazatel) To ne, ona kouká, jak hraju já Match3, párkrát si to chtěla zahrát, ale ta hra na ní byla moc složitá, na to konto, a kvůli cestování, jsem jí pořídila tablet.“ (R5)

Prostředí, ve kterých děti tráví čas na telefonu, jsou různá. Děti tráví na telefonu průměrně stejně času doma jako v jiném prostředí, např. v dopravním prostředku. **Aktivitou**, kterou děti na telefonu dělají, je nejčastěji prohlížení rodinných fotek/videí, sami také fotografují a natáčejí videa. Další činností je sledování různých pohádek/videí/písniček na YouTube a hraní her. Dále také využívají telefon k poslechu hudby (s pomocí rodičů např. přes Spotify, v autě) a volání s příbuznými (nejčastěji prarodiči či rodiči v případě střídavé péče):

„Telefon půjčuji synovi jen, když někde čekáme u doktora nebo v restauraci. Hraje na tom hry, sestřeluje ovoce. Telefon taky využíváme na hudbu v autě, že pouštíme písničky na YouTube.“ (R7)

„Nejčastěji si prohlíží fotky, natáčí vide a fotí. Natáčí si legový panáčky a vyrábí takový filmy s nima.“ (R2)

4.1.2 Tablet

Z 8 rodin nepoužívá tablet pouze 1 rodina. V 5 ze 7 rodin, které používají tablet, je tablet **určen výhradně dítěti**. Mnoho rodičů tablet do rodiny pořizuje kvůli dítěti, protože rodiče dětem nechtějí půjčovat své telefony či počítače/notebooky. Děti začínají projevovat **zájem o tablet** průměrně v 2,6 letech, tedy podobně jako u telefonu.

Tabulka 14: Projevení zájmu o tablet (v letech)

Tablet	R1 D1	R1 D2	R2 D1	R2 D2	R2 D3	R3 D1	R3 D2	R4 D1	R5 D1	R6 D2	R7 D1
Projevení zájmu v letech	4	ZN	0,45	1	1	4	ZN	2	5	2	4

R=rodina, D=dítě, ZN=
zatím neprojevený zájem

Děti **strávenou dobu na tabletu** ukazuje tabulka 14. Průměrně děti tráví na tabletu 1,7 hodin denně, což je výrazně déle než u telefonu.

Tabulka 15: Průměrná doba strávená na tabletu (v hodinách)

Tablet	R1 D1	R1 D2	R2 D1	R2 D2	R2 D3	R3 D1	R3 D2	R4 D1	R5 D1	R6 D2	R7 D1
Počet hodin	2	ZN	2	1	1	0,5	ZN	4,5	0,5	1	2,45

R=rodina, D=dítě, ZN=
zatím neprojevený zájem

Děti se **poprvé setkávají s tabletem** v různých situacích, někdy se jedná, podobně jako u telefonu, o fenomén „vyfoť to a ukaž mi fotku“ (viz kapitola 4.1.1 Telefon). Někdy se o tabletu děti dozvědí od vrstevníků. Spíše ale sami rodiče dětem tablet poskytnou z důvodů: zabavení dítěte (např. doma, při jídle, na cestách, na nočníku), seznámení s technologií, rozvíjení dovedností atd.:

„Tablet začala používat od $\frac{3}{4}$ roku, protože nechtěla jíst. Tak aby sem do ní něco dostala, plus mě hodně ovlivnily řeči rodičů a ostatních, že musí jíst, jsme zkusili před ní dát tablet a pustit jí písničky s videem na YouTube, jak na to koukala, tak u toho jedla.“ (R2)

Tablet je často přizpůsoben dítěti, rodiče mu ukáží, jak s ním zacházet, a jaké možnosti tablet skýtá. **Prostředí**, ve kterých děti tráví čas na tabletu, se liší, avšak děti využívají tablet více doma než v jiném prostředí. Tablet je také využíván na cestách (např. v autě či vlaku) a na dovolených:

„My jezdíme na Moravu za rodinou nebo na výlety autobusem, vlakem atd., tak aby se nenudila, ta jí bereme tablet, knížku a kreslení.“ (R5)

Rodiče zmiňují, že **specifické situace** jsou používání tabletu na nočníku, při jídle nebo také ráno v posteli, když děti nemusí vstávat, tedy nejčastěji o víkendech. Rodiče jsou rádi, že si mohou přispat, protože je děti nevzbudí:

„Někdy, když se vzbudí dřív než já, tak si vezme tablet a zahraje si, a já se třeba ráno ještě vyspím.“ (R6)

Nejčastějšími **aktivitami** jsou, podobně jako u telefonu, YouTube, hry, poslech hudby, prohlížení fotek a používání fotoaparátu, mimo to také možnost stáhnutí a přehrávání filmů:

„Chci, aby si na tom tabletu hrála, takže jsem jí tam stáhnul několik her, teď jich tam má zhruba 15, třeba Myšák. Ale některý si vybere sama, musím jí je ale schválit.“ (R5)

„Tablet má hlavně manželka na fotky, společně na ty fotky koukáme a ukazujeme si je, taky si děti tablet nosí ráno do postele, pouští si tam nejčastěji pohádky na YouTube, kreslený seriály: Prasátko Pepa, Veselý Autíčka. Na tabletu mají taky hry: vybarvování obrázků, ovládání aut, zoo, kde choděj a koukají se na zvířátka, krmí je atd. a taky nějaký poučný.“ (R6)

Rodiče referují, že děti si nejčastěji pouští videa na YouTube (např. krátké pohádky, písničky s klipy), a to v 75 % případů:

„Na tabletu má hry plus přístup na internet, kde jde na YouTube, dřív spíš hrál stažené hry, poslední dobou je ale hlavně na YouTube, kouká tam na YouTubery, jak hrajou hry např. Minecraft, anebo si tam někdy pouští různé pohádky.“ (R7)

Tablet je také často používán jako přenosná televize:

„Když jedeme na dlouhou dovolenou, tak jsme jim na sedadlo dali držák na tablet a děti se na něm koukaly v autě na pohádky, co jsme jim stáhli.“ (R3)

4.1.3 Televize

Všechny rodiny ve výzkumném vzorku mají v domácnosti nejméně jednu televizi. Děti začínají projevovat **zájem o sledování televize** průměrně ve 2 letech.

Tabulka 16: Projevení zájmu o televizi (v letech)

Televize	R1	R1	R2	R2	R2	R3	R3	R4	R5	R6	R7	R8
	D1	D2	D1	D2	D3	D1	D2	D1	D1	D2	D1	D1
Projevení zájmu v letech	2	1,5	1,5	2	1,5	2	ZN	2,5	3	1,5	2	2,45

R=rodina, D=dítě, ZN= zatím neprojevený zájem

Děti televizi sledují pasivně od narození většinou s rodiči. Jsou to nejčastěji rodiče, kteří se jim snaží pouštět a vybrat takové pohádky, které by je bavily, postupně u televize vydrží déle:

„Od malička jsme si ji pustili, ale od 1 a půl u toho vydržely sedět, ale ta starší, jak měla ten tablet, tak na tom vydržela dýl. Od 2 let se vydržely koukat na Večerníček.“ (R2)

Dobu strávenou sledováním televize ukazuje tabulka 17. Z hlediska **dnů v týdnu** většina rodičů zásadně rozlišuje sledování televize během pracovního dne a víkendu, jelikož pouze 2 děti nenavštěvují mateřskou školku (R3, R4). Počet hodin strávených sledováním televize je o víkendu oproti pracovnímu dnu dvojnásobný, v případech nemoci jsou čísla ještě vyšší:

„O víkendu se dívají ráno, když ještě my spíme a při snídani třeba 2-3 hodiny a potom i večer 2 hodiny. Když jsou nemocný, tak je potřebuju udržet v posteli, takže se koukají na televizi víc.“ (R1)

Tabulka 17: Průměrná doba strávená sledováním televize přes pracovní den a o víkendu (v hodinách)

Televize	R1	R1	R2	R2	R2	R3	R3	R4	R5	R6	R7	R8
	D1	D2	D1	D2	D3	D1	D2	D1	D1	D2	D1	D1
Počet hodin přes pracovní den	2	2	3	3	3	1,25	ZN	0	1	1	4	2,5
Počet hodin o víkendu	5	5	5	5	5	4	ZN	0	1,5	2	6	5,5

R=rodina, D=dítě, ZN= zatím neprojevený zájem

Průměrně děti sledují televizi přes **pracovní den** 2 hodiny, **o víkendu** jsou to 4 hodiny. V rodině 7 je televize určena **výhradně dítěti**, které ji má ve svém pokoji, z daného vzorku sleduje televizi nejdéle ze všech. V jeho a dalších 4 rodinách je televize často puštěna pouze jako kulisa k jiné činnosti. Rodiče tvrdí, že v tomto případě děti televizi plně nesledují. Buď si hrají s něčím jiným nebo dělají jiné činnosti, jako například čištění zubů nebo hraní na tabletu:

„Když jsme doma, tak o víkendu je puštěná televize od rána, zase se u ní nasnídá, oblíká se. Často má puštěnou tu televizi jako kulisu. Televize tam běží furt, ale reálně na to kouká třeba 2-4 hodiny, u toho si hraje třeba s legem.“ (R7)

Co se týká **prostředí**, děti nejčastěji sledují televizi doma, ale přirozeně i mimo domov, třeba i přes jiné zařízení:

„Na chatě, kde jsme skoro každý víkend, televizi nemáme, ale rok zpátky jsme si koupili kartu do počítače, takže přes notebook pouštíme televizi, je to ale složitější na zapínání.“ (R6)

Sledovanost televize u dětí je ovlivněna několika faktory. Jedním z faktorů je **počasí**, děti sledují televizi častěji v zimním období, a když je venku ošklivé počasí:

„Během zimy je to horší, když přijde ze školky, kolem 2 hodin denně, mezitím se ale třeba vykoupu atd.“ (R1)

„O víkendech kouká za jeden den večer asi hodinu a čtvrt, a ještě když je ošklivo koukáme na pohádky – na jednu nebo dvě, takže třeba 2-5 hodin navíc.“ (R3)

Děti mají sledování televize spojené s mnoha **situacemi**. Nejvíce sledují televizi po příchodu z mateřské školky, o víkendu typicky po probuzení a k večeru okolo 5. hodiny po nějaké aktivitě např. po procházce. Rodiče referují, že děti nejčastěji sledují televizi, když se nudí nebo jsou unavení:

„Přes víkend u snídaně, odpoledne, někdy při večeři, ale podle mě to nemá spojené s konkrétní situací nebo dobou, ale spíš, když už se fakt nudí, někdy i od té televize odejde, když jí má zaplout a jde si hrát s hračkami. Ta televize je taková náhražka za nudu.“ (R3)

Během pracovního týdne 3 z 8 rodičů pouštějí televizi dětem ráno (nebo si ji děti sami pustí), děti u televize snídají, oblíkají se a čistí zuby. 6 z 8 rodičů pouštějí takto ráno televizi i o víkendu (nebo si ji děti sami pustí, často i před tím, než se rodiče vzbudí):

„Kouká každý ráno, u toho snídá a oblíká se. Ráno kouká tak 30 minut, když je pracovní den, o víkendu dýl třeba 2-3 hodiny.“ (R7)

Ve většině rodin se děti dívají na televizi při jídle, nejvíce při snídání o víkendu, výjimečně při večeři. V některých rodinách televize plní **organizační funkci**, podle které se řídí, například čas se jít vykoupat či navečeřet:

„Přes pracovní týden je to různý, ale nedávno jsme se domluvili, že se začne koukat na Šmoulíky, vypne to po Kapitánu Jackovi a půjde se koupat.“ (R8)

Co se týká **sledovaného obsahu**, nejčastěji děti sledují dětské kanály (Děčko, Disney Channel, HBO) či pohádky na DVD. Ke sledování filmů a seriálů na televizi využívají také Apple TV nebo Netflix:

„Přes víkend si lehnou večer do naší postele a pustíme jim 2hodinovou pohádku a u toho třeba usnou. Taký je takovej spouštěč Apple TV, kde jsou všechny pohádky, a to, když ty děti vidí ty všechny pohádky, co tam jsou, tak si je chtějí pustit. Třeba při hlídání je necháme koukat na pohádky takhle celej večer no.“ (R2)

4.1.4 Počítač/notebook

7 z 8 rodin vlastní aspoň jeden počítač či notebook. Počítač/notebook je dětmi používán minimálně. **Aktivita**, kterou děti na počítači převážně dělají, je sledování různých filmů, které jim stáhnou či pustí rodiče.

Z hlediska **dnů v týdnu** děti sledují stažené pohádky hlavně o víkendu nebo když jsou nemocné. V jedné rodině dítě na notebooku sleduje videa na YouTube, notebook tedy zastává podobnou **funkci** jako tablet či telefon. Jedná se o starý notebook, který rodiče využívají minimálně:

„Když je nemocný, tak na něm kouká na stažený pohádky: Doba ledová, Králíček Petr atd., plus může na YouTube, kouká na ukázky Hot Wheelsových her, což jsou takový autíčka, kouká taky na ukázky her, taky na různé písničky a Cars.“ (R3)

Ve většině rodin jsou notebooky/počítače zařízeními rodičů, kteří je nejčastěji využívají k pracovním záležitostem, proto je dětem neposkytují:

„Notebooky máme já a manželka, každý 1 na práci. Výjimečně ho bereme na chatu, kde přes něj pouštíme televizi, rok zpátky jsme koupili tu kartu a stává se to jen když je zima. Počítač je pro děti spíš něco, přes co tatínek vydělává peníze.“ (R6)

4.1.5 Herní konzole

3 z 8 rodin používají herní konzole. V jednom případě je určená výhradně otci, v dalších dvou případech děti hrají hlavně s rodiči. Herní konzole jsou dětmi používané výjimečně a velice nepravidelně:

„Hraje někdy s tátou, přes léto vůbec, jak je nemocný, tak hraje obden. Na Xboxu hraje hlavně auta, vybere si závodní okruh a hraje si na řidiče. Je tam i lyžování, ale to ho nebaví.“ (R4)

4.1.6 Hudební přehrávač

Hudební přehrávače mají ve všech rodinách, co se týká **typu přehrávače**, jedná se nejčastěji o přenosné rádio a také rádio v autě. V 1 z 8 rodin je rádio s možností přehrávání CD určeno pouze dítěti, dítě si pouští pohádky před spaním:

„Máme rádio s cédéčkem po mně, má ho v pokojíčku, pouští si tam pohádky před spaním. Taky si pouštíme hudbu v autě.“ (R3)

Z hlediska **využití** jsou hudební přehrávače nejčastěji používané jako kulisa k jiným činnostem, např. při kreslení, hraní s hračkami, v autě atd.

4.1.7 Elektronická tužka

V 1 z 8 rodin dítě vlastní elektronickou tužku (od 2 let věku dítěte), ke které má několik knížek, ty s tužkou různě interagují. Dítě s elektronickou tužkou různě manipuluje, přikládá ji např. k textu ve speciálních knížkách. Elektronická tužka čte informace, vydává zvuky, hraje hudbu, podle toho, jestli je přiložená k textu, obrázku, názvu písničky apod. Rodina 8 jako jediná ze vzorku nepoužívá tablet. Z **časového hlediska** dítě tužku využívá třikrát do týdne, většinou 30-60 minut:

„On miluje knížky, ta tužka mě trošku nahrazuje, že na něj mluví. Jak často ji používá? (tazatel) V létě míň, ale teď tak třikrát do týdne. Používáme ji hlavně na cesty, u doktora, dovolené.“ (R8)

4.2 Moderní technologie a mateřská škola

4 z 8 rodičů uvedli, že jejich děti v mateřské školce používají moderní technologie, jedná se ve 3 případech o televizi, na které si pouštějí pohádky a v posledním případě o multifunkční tabuli, na které si kreslí a také pouštějí různé pohádky. Rodiče také zmiňují, že v rámci školky se děti dozvídají od vrstevníků o různých moderních technologiích, hrách či videích (především na YouTube):

„Minitablet dostal minulé Vánoce, kde má přes internet stažené hry, to mu vydrželo dlouho, ale potom se ve školce dozvěděl o tom YouTube a začal koukat skoro jen na to.“ (R7)

4.3 Přístup rodičů k moderním technologiím a internetu

Rodiče vnímají moderní technologie a internet jak **pozitivně**, tak i **negativně**, mají také **obavy z následků**.

4.3.1 Pozitivní stránky

Rodiče vnímají moderní technologie a internet jako prostředek k **zabavení dětí**, což je vnímáno jak negativně, tak i pozitivně:

„Taky se tím zabaví, to je pozitivní, v určitý míře to může být negativum, že se rodiče nevěnují dítěti, ale pozitivum to je, že prostě stihneš třeba uvařit.“ (R2)

„Jako malý vyžaduje pozornost a ty moderní technologie je nějaký zabavení a já se třeba ráno ještě vyspím nebo musím dělat něco do práce, na chatě taky někdy musí vydržet v posteli, než zatopíme, tak jim třeba pustíme pohádku.“ (R6)

Rodiče primárně chtějí, aby si děti na technologiích hrály. Věří, že tím **rozvíví fantazii a učí se zabavit se sami**.

Velké pozitivum vidí rodiče hlavně v edukativních aplikacích, kdy se dítě může **učit novým věcem, digitálním dovednostem a trénovat myšlení, logiku** atd.:

„Pozitivní je, že jsou aplikace, třeba ten Myšák je dobrý, který to dítě rozvíjí, taky že se těch technologií nebudou bát a naučí se na nich.“ (R3)

„Je to kreativní a taky rozšíření obzorů, například když je kluk nemocný, tak já pracuju z domova a někdy se nemůžu odtrhnout od práce, tak si vezme tablet a já ho poslouchám, jak hraje ty naučné hry a třeba slyším králíka ve hře, jak říká: „Ano, výborně!“, že to není zahazování času.“ (R6)

„Určitý hry můžou samozřejmě podporovat třeba myšlení, logiku. Jinak je myslím důležitý, aby se děti rozvíjely technologicky, nejdřív ovládnutí telefonu, potom počítače, internetu. Obecně se děti rychle učí, ty technologie se strašně vyvíjí, takže by měly k tomu mít přístup, aby to později využily i třeba pracovní.“ (R5)

4.3.2 Obavy a negativní stránky

V souvislosti s používáním moderních technologií a internetu popisují rodiče **problémové/závislostní chování** jejich dětí a **obavy z možných následků**. Rodiče pozorují **bezprostřední ovlivnění dítěte technologiemi a internetem**, ale i **dlouhodobé následky**. Některé zmíněné obavy rodičů z dlouhodobých následků používání moderních technologií a internetu, např. nedostatečné rozvíjení řeči, se ve výzkumném vzorku již u dětí projevují a jsou popsány v kapitola 4.4 Problémové/závislostní chování.

Rodiče vnímají technologie jako prostředek k zabavení dětí, což sami vnímají jako velice zádné. Technologie umožňují rodiči **nevěnovat se dítěti**, což je bráno jako negativum, ale v určité míře i pozitivum, jak bylo zmíněno v předchozí kapitole:

„Jednoduchá věc, jak se těch dětí dá zbavit. Potom najednou o tom dítěti nevíš, což je hrozně zádný, to znamená, že rodič ho takhle prostě uklidí.“ (R1)

„Já to vidím tak, že to je pro ty rodiče strašně jednoduše únik od dotazů, od starání se, prostě únik od dávání energie a pozornosti tomu dítěti.“ (R5)

Rodiče mají nejvíce obavy ze **závislosti** v souvislosti s moderními technologiemi a internetem. Závislost u dětí popisují jako **opakované vyžadování zařízení či konkrétní činnosti, nezáměr o jiné aktivity, dlouhodobé uzavírání se v pokoji** atd. Když se dětem nevyhoví, následuje **nežádoucí chování**:

„Největší riziko vidím v tom, že jsou na tom děti závislé a vyžadují to a potom dělají scény, taky, že bez toho nedělají jiný činnosti.“ (R1)

I přes to, že rodiče kontrolují, co jejich děti na zařízeních dělají, mají obavy hlavně z **nevhodného obsahu a komerčních rizik**. Jako velice negativní popisují možnost **přenesení daného chování do reality či vnímání reality podle obsahu**, který sledují:

„Moje obava je přenesení tý hry do reálného života, že to vůbec nerozliší. Třeba že někoho uhodí, takže násilí, nebo že nebude chtít chodit ven, že se bude uzavírat do virtuální reality. Teď ty děti jsou vystavováni mnohem většímu násilí všude ve filmech, reklamách nebo na tom internetu, kde to je na sociálních sítích, třeba i v hudebních klipech atd. Potom hodně inklinují k tomu, tu násilnost kopírovat. Takhle malý děti si neuvědomují, co je špatné a co ne. Když to dítě tomu jenom vystavuješ a nevysvětlíš mu, že to je špatně, že to není ok, tak on neví, co je ok a co není ok.“ (R2)

Dalšími obavami jsou **omezená slovní zásoba, špatné sociální dovednosti, problémy s řečí a motorikou, společenské vyčlenění a jiné**:

„Když si ty děti příliš na to zvyknou, tak jsou izolovanější, stále se o tom baví, protože se moc nedokáží bavit o ničem jiném. Dcerka mi potom říká, že se furt baví jen ve třech o nějakých hrách, který ostatní neznají.“ (R6)

Obavy vznikají také z **fyziologických následků**. Rodiče pozorují u svých dětí špatné držení těla při používání technologií a vzdálenost od zařízení. Mají také obavy o zrak dětí či spánek např. v souvislosti s modrým světlem:

„Vedlejší efekt je, že se u toho hrozně hrbí, řešíme, že se jí snažíme dát do nějaký polohy, aby si nekřivila záda. Taky aby na to nekoukaly zblízka a my jako ajťáci víme, že modré světlo není dobrý před spaním, takže jim to nedávat večer, maximálně televizi, a né těsně před spaním.“ (R1)

4.4 Problémové/závislostní chování

Co se týká **typu technologie**, rodiče pozorují problémové a závislostní chování u jejich dětí hlavně v souvislosti s tabletem.

Z hlediska **aktivit** je používání technologií dětmi (nejčastěji tabletu) na prvním místě, pokud nemají někoho, s kým by si mohli hrát:

„Na tabletu je, kdykoliv má příležitost. Když přijdeme ze školky, tak první, co chce vědět je, jestli k nám někdo přijde nebo jestli k někomu jdeme my, a když ne, tak chce tablet.“ (R7)

„Ten tablet není jako televize – náhražka za nudu, ten ho hodně baví, takže to je priorita, to jako chce vždycky. A v jakých situacích si ho bere? (tazatel) No vždy, když může, to je první, co chce. I ráno? (tazatel) No jo, hned jak se probudí, chce tablet, kdyby to bylo na něm, tak na tom je furt. Nezkoušela jsem to teda.“ (R3)

Nejčastějším **problémovým chováním** v souvislosti s moderními technologiemi u dětí je, že zařízení nechtějí vypnout/dát z ruky.

Vznikají tedy **situace**, kdy se děti snaží rodiče přemluvit, začnou se nejčastěji vztekat, brečet nebo se naštvou či urazí. Z **časového hlediska a intenzity** tyto situace trvají různě dlouho, avšak rodiče je shledávají intenzivnější u tabletu a telefonu než u jiných zařízení. Čím více děti zařízení používají, tím více ho vyžadují a nastávají výše zmíněné situace.

Rodiče si všimají změněného chování dětí bezprostředně po **delším používání zařízení** – nemají chuť si hrát nebo jít ven, jsou podrážděné, protivnější a vzteklejší:

„Já třeba pozoruju, že čím dýl na tom tabletu je, tak je potom vzteklejší. Já jí ho nedávám jen tak, protože potom najednou o tom dítěti nevíš, což je hrozně zrádný, to znamená, že rodič ho takhle uklidí, ale když se ten tablet vezme, tak je potom protivná.“ (R1)

„Problém v tom vidím takovej, že když jsou na tom dýl, tak potom nemají chuť si hrát nebo jít ven.“ (R2)

V rodinách, kde není používání tabletu nijak omezeno (R4, R7 – děti jsou jedináčci), se objevují u dětí tyto **problémové/závislostní jevy**: nezájem o jiné aktivity (kromě hraní si se svými vrstevníky), hyperaktivní chování v situaci, kdy dítě tablet nepoužívá (naopak na tabletu je dítě velice klidné) a nezájem mluvit v češtině (dítě češtině rozumí, ale mluví v angličtině):

„Pouští si videa na YouTube, hlavně Avengers, zajímají ho jen ty v angličtině. Hry tam má taky v angličtině, ale museli jsme mu začít vypínat zvuk, začal mluvit anglicky. V televizi ho zajímají jen reklamy, anglické slovíčko si hned zopakuje, česká ho nezajímají. Z tabletu je rozjivený, začne skákat třeba po posteli, když vidí, že tam někdo skáká, opakuje věci.“ (R4)

V některých případech rodiče nerozlišují, o jakou technologii se jedná, ale spíše jaké aktivity dítě na zařízení provádí, proto je kapitola dále strukturována podle těchto aktivit. Rozdělení je následující: YouTube, hraní her, fotografie/video, televize, filmy a seriály.

4.4.1 YouTube

Sledování videí na YouTube je z hlediska **zájmu** nejoblíbenější aktivitou dětí v předškolním věku, sledování YouTube videí vyžaduje přístup k internetu. Děti sledují videa na všech **typech zařízení**, které to umožňují – tabletech, telefonech či počítačích/noteboocích, nejvíce však na tabletech.

YouTube je internetový kanál, kde se nachází nekonečné množství videí, které se pokaždé nabízí ve frontě vedle sledovaného videa. Jak jedna z respondentek uvedla, je to „nekonečná studnice“ a velké lákadlo, které má dítě potřebu objevovat. Z **časového hlediska** děti sledováním videí v některých rodinách tráví až 3 hodiny denně, v jiných je YouTube kvůli obavám striktně omezován, tedy děti na něm tráví minimum času.

„Na dovolené se třeba ráno nebo večer v posteli koukají na pohádky na YouTube, ale není to rozhodně často, manželka to hodně hlídá, když to jednou ale uděláme, tak se to vrací.“ (R6)

Sledování YouTube videí sebou nese několik možných **problémů a rizik**. Jedním z nich může být výše uvedený nezájmem mluvit v českém jazyce. Nejčastějším rizikem je ovšem sledování nevhodného obsahu, nejčastěji se jedná o obsah násilný, nenávistný či sexuální:

„Sleduje na tom ty videa na YouTube a to je nejhorší, překlikává furt na další a další, už se několikrát stalo, že se dostala k videím, který nejsou pro děti, hlavně se sexuálním obsahem, to jim ho hned vezmu.“ (R2)

„Kdykoliv se vzdám z dohledu, tak si pustí Spidermana, Hulka atd, kde skáčou po autech, ale kreslený pro děti, ale nemyslím si, že je to vhodný, protože furt něco rozbijí a někde skáčou, perou se, prostě ptákoviny. K tomu se vždycky nějak prokliká.“ (R3)

V jedné rodině popisuje respondentka následující **závislostní chování**. Sledování YouTube videí bylo využito jako prostředek, jak přinutit dítě k jení. Dítě nechťelo jíst, když mu bylo okolo $\frac{3}{4}$ roku. Rodiče před něj postavili tablet, pustili videa na YouTube a dítě u sledování videí jedlo. Problém ale nastal ve chvíli, kdy tablet dítě před sebou nemělo, to jíst odmítalo a brečelo. Situace se změnila až ve chvíli, kdy se narodil dítěti sourozenec, který jedl bezproblémově bez tabletu, první dítě se mu časem přizpůsobilo. Tablet ale první dítě nepřestalo vyžadovat v jiných situacích, tráví na něm okolo 2 hodin denně:

„Tak jsme zkusili před ní dát tablet a pustit jí písničky s videem na YouTube, jak na to koukala, tak u toho jedla. Tím se navykla, potom nechťela jíst bez tabletu. Bylo to KidsTV 1,2,3 i třeba v angličtině, nejvíc se jí líbily videa, kde byly třeba mláďata zvířat. Když byla větší, tak se jí nelíbily animovaný pohádky, ale hraný český filmy pro děti. U toho tabletu takhle jedla do 2 let, ostatní, třeba babičku s dědou to iritovalo, že u jídla něco hraje no, ale ona se bez toho nenajedla. Potom, když se jí ve 2 letech narodil brácha, tak u něj viděla, že on jí bez toho, takže začali jíst spolu, a taky jsem si řekla, že už na ostatní kašlu, že když bude mít hlad, tak se přijde najíst a už jí to jídlo nebudu takhle nutit. Teď už jí častěji bez toho, ale furt ho chce dost doma.“ (R2)

4.4.2 Hraní her

Z hlediska **zájmu** je hraní her druhou nejoblíbenější aktivitou, kterou děti v předškolním věku na zařízeních dělají. Děti hrají hry na všech dostupných zařízeních, někdy také přímo s herními konzolami. Děti hrají hry nejčastěji samostatně, někdy ale i se sourozenci a vrstevníky.

Děti hrají převážně offline hry, tedy hry stažené do zařízení a nevyžadující připojení k **internetu**.

Z hlediska **obsahu** hrají děti hry, které jsou jak čistě zábavné, tak edukativní. Zábavné hry zaujímají zhruba 80 % veškerých her. Nejoblíbenější edukativní hrou je hra Jdu do školy! (rodiče jí říkají Myšák). Nejčastějšími zábavnými hrami pro děti jsou ty, které umožňují starat se o zvířátka (např. PetWorld 3D), skládat puzzle nebo vybarvovat obrázky. Dívky preferují hry, kde mohou někoho oblékat nebo dělat účesy, také vařit atd. Chlapci zase rádi

hrají hry, kde mohou jezdit s auty (např. Cars). Samozřejmě děti hrají různé jiné hry např. sportovní či střílečky.

V rámci her se děti vystavují také **rizikům** např. nevhodný obsah či komerční rizika. Většina rodičů se snaží mediovat hry s nevhodným obsahem, ale ne vždy se jim to však daří. Děti se setkávají ve hrách nejčastěji s násilným obsahem, například u svých vrstevníků ve školce. Děti obsah ve hrách napodobují, jak uvádí jeden z rodičů:

„Někdo mu řekl o nějaký hře Granny, což je hra na počítači, ale oni jí hrajou ve skutečnosti, já jsem se dočetla, že to je babička, co zabíjí. Oni to hrají tak, že hrají „naši“ babu, ale koho se dotkne, tak umře.“ (R3)

Hraní her sebou nese také rizika komerční, hry jsou často plné reklam, zvláště ty zadarmo. Děti se prostřednictvím her dostanou k možnosti zakoupit či objednat zboží nebo stáhnout jinou aplikaci, odkazy se objevují i v průběhu hraní hry. Tyto odkazy se také mohou snažit získat osobní informace či sami o sobě ukazují nevhodný obsah např. sexuální.

4.4.3 Fotografie/Videa

Nejčastější **aktivitou**, kterou děti s fotografiemi a videi dělají, je jejich prohlížení. Děti ale také sami fotí a natáčí videa, nejčastěji fotí/natáčí sebe či své hračky a média upravují:

„Nejčastěji si prohlíží fotky a videa, ale taky sama fotí a natáčí třeba legový panáčky a vyrábí takový filmy s nima.“ (R7)

Rodiče popisují, že využívání telefonu mají děti spojené s určitým **vzorcem**, který si zažily. Jedná se například o fenomén „vyfoť to a ukaž mi fotku“ nebo o situace, kdy rodiče potřebují děti rychle zabavit nebo zklidnit, a tak jim půjčí fotografie a videa k prohlížení, hlavně když není k dispozici něco jiného (hračky, tablet či televize). Typickým příkladem jsou situace v dopravním prostředku, u doktora, v restauraci, ale i na chatě či doma:

„Vždycky je to nějaký vzorec, který mají zažitéj, kterej se naučili. Jednou na chatě jsme jim dali do postele telefon, aby tam vydrželi a oni si vždycky vzpomenou, že by se ráno v posteli mohli podívat na telefon a tenhle vzorec zkopírujou i na jiný situace, třeba když jsme doma nebo na druhý chatě, že si někdy vzpomenou, že se v tý posteli chtějí na něco kouknout, takže říkají, přineste telefon nebo doma tablet.“ (R6)

„Nejčastěji jim půjčujeme fotky, třeba v restauraci, když čekáme na jídlo, aby se chovali slušně.“ (R2)

V souvislosti s fotografiemi a videi se objevilo v celém vzorku jen jedno dítě, u kterého rodič zaznamenává **problémové/závislostní chování**:

„Nejvíc ho zajímá ten telefon, protože by furt jen prohlížel fotky, takhle si je prohlíží třeba 20-30 minut denně, potom mu to musím vzít. Tam byl spouštěč to, že když jsem ho kojila, tak nechtěl přestat, to bylo hrozný, no a byly situace, kdy jsme byli třeba v restauraci, tak abychom ho odtrhli od kojení, tak jsme mu dali telefon s fotkama, takže byl na tom potom závislej. U něj je teď spouštěč toho, že chce mobil, když vidí, že na něm něco děláme. (R2)

4.4.4 Televize, filmy a seriály

Z **časového hlediska** je sledování televize, filmů či seriálu aktivita, kterou děti tráví nejvíce času ve srovnání s ostatními moderními technologiemi (existují však výjimky), přesto však rodiče ve srovnání s ostatními aktivitami neshledávají u svých dětí výrazné **problémové či závislostí chování**, děti většinou nemají problém televizi vypnout, naopak často od ní sami odchází.:

„Kouká spíš, když už se fakt nudí, někdy i od té televize odejde, když jí má zaplout a jde si hrát s hračkami. Ta televize je taková náhražka za nudu.“ (R3)

„Kouká tak akorát na reklamy, když skončí reklamy, tak odejde.“

Komplikace, které se sledováním televize rodiče pozorují, nastávají hlavně v situacích, kdy se děti musí připravit k odchodu – nasnídat se, oblíknout se atd., nechtějí televizi vypnout a nestíhají.

4.5 Stanovování pravidel a mezí

Každá rodina vytváří svůj vlastní systém, pravidla a řád. Pravidla a jejich dodržování rodiče zasazují do **kontextu výchovy**. Někdy jsou moderní technologie vnímány jako **součást dění v rodině**, někdy jsou naopak vnímány jako **samostatný prvek**, často je to ale kombinace obojího.

V některých rodinách nejsou pravidla jednoznačně stanovena v souvislosti s moderními technologiemi a internetem z mnoha důvodů. Faktorů ovlivňujících tento fakt je několik a souvisí s celkovým nastavením rodinného systému. Pokud rodiče nevidí problém v používání moderních technologií a internetu dětmi, nemají potřebu pravidla vytvářet:

„Jo jasně, zatím se mě vždycky ptá, já jí řeknu, je to tvůj tablet, takže samozřejmě můžeš, ale takhle to máme nastavený, protože ho používá málo, kdyby to sahalo do nějaké excesivity, tak už bych začala zasahovat víc. Brání z ruky, nejdřív udělej tohle, ale zatím není potřeba. Nedostali jsme se do stádia, kdybych to musela řešit. Často když hraje, tak jí to samotnou přestane bavit nebo jdeme dělat něco jinýho.“ (R5)

Rodiče spoléhají na to, že jejich **děti v předškolním věku nejsou dostatečně znalé** – neumí číst a psát nebo si často sami neumí zařízení zapnout, proto v těchto případech pravidla nejsou zapotřebí:

„Spoléháme na to, že neumí číst a psát, takže se jinam nedostane. A na YouTube? (tazatel) Tam se mu nabízejí dětské věci, když slyším, že má puštěný něco jinýho, tak se ptám co.“ (R3)

Rodiče vnímají, že důležitou roli hraje **učení příkladem**, kdy děti v mnoha ohledech rodiče napodobují, a tedy rodiče jim chtějí být dobrým vzorem:

„Pravidla moc nemáme, protože my sami si dáváme zásady, že se omezujeme a nekoukáme třeba na televizi atd., to spíš kvůli manželce, je hodně zásadová, já jsem se jí v tom přizpůsobil. Takže děti nás nevidí, že koukáme na televizi a zapneme si jí až potom, co děti jdou spát. Nepřichází problémy, tím pádem pravidla nejsou potřeba.“ (R6)

Pravidla tvořená v rodinách vznikají **intuitivně**, z **obav rodičů** a nejčastěji **podle vzoru vlastní výchovy**:

„Pravidla stanovujeme podle toho, jak jsme byli vychovávaný my. Když je hezky, tak se nekouká na televizi a tak.“ (R3)

Většina dětí má **zakázaný přístup** např. do prohlížeče nebo obchodu, výjimečně přístup na YouTube či hraní jakýchkoli offline her (online hry ve vzorku žádné dítě nehraje). V rodině 4 má dítě zakázáno pouštět zvuk, jelikož má problémy s mluvením v češtině:

„Začínáme mu vypínat zvuk hlavně kvůli angličtině, nechce říkat nic v češtině.“ (R4)

Ve většině rodin vznikají pravidla ohledně **doby používání různých technologií**. Doba je korigována buď rodičovským zámekem nebo přímo rodičem, který čas hlídá:

„Na tabletu má časový nastavení, takže se mu to po nějaké době samo vypne.“ (R7)

„Máme časový omezení, ale takhle malý dítě nevnímá čas, neví, co je týden, neví, co je půl hodina. Takže mu vždycky řeknu, až bude ručička tady.“ (R3)

Další pravidla se týkají **místního omezení**. Děti si někdy nesmí brát zařízení do svého pokoje, či ho používají v blízkosti rodičů, kteří sledují nebo poslouchají, co na zařízení dělají. Co se týká přenosných zařízení, tak ty jsou, například v době nepoužívání, uschovány v pokoji rodičů:

„Tablet je v mém šuplíku, takže se mě musí zeptat.“ (R1)

Používání moderních technologií a internetu slouží také jako **prostředek odměny či trestu**:

„Je to o tom, že dneska zlobíš, dneska nebude tablet.“ (R3)

5 z 8 rodin využívá „**rodičovský režim**“, který je k dispozici v různých formách. Někdy je přímo v nastavení, např. v tabletu, či v aplikaci nebo na prohlížeči či konkrétní internetové stránce např. YouTube. Nejčastější formou rodičovského režimu je rodičovský zámek, který nabízí možnosti časového omezení, uzamknutí různých možností, co se týká např. přístupu do nějaké ikony nebo stažení/nakupování aplikací. Samotné aplikace/internetové kanály mají možnost využití rodičovského režimu např. na YouTube, což nejčastěji spočívá ve funkci **omezení nevhodného obsahu**:

„Tablet sice má ho u sebe v pokoji, ale zapnout ho neumí a nejde to, máme tam rodičovský zámek a taky nezná kód.“ (R4)

Ke kontrole jsou také využívány **aplikace monitoringu**, které dokáží zobrazit veškerý obsah na druhém zařízení, někdy dokáží zařízení na dálku ovládat nebo znemožňují přístup do různých jiných aplikací:

„Já pracovně zkouším různé softwary na hlídání dětí. Je to aplikace, kterou mám já v telefonu a tím sleduju, co se děje s tabletem, má zakázané třeba sociální sítě. Někdy používá foťák ve hře, že se fotí a maluje. A zkrátka ví, že já vidím, co tam dělá.“ (R1)

Pravidla můžou také přebírat roli **rituální**. Děti používají moderní technologie v souvislosti s různými situacemi a v určitých chvílích:

„Je to takový rituál, že se začne koukat na Šmouliky a skončí to Kapitánem Jackem.“ (R8)

Jak bylo zmíněno na začátku kapitoly, každá rodina má svůj vlastní systém, pravidla či návyky. V souvislosti s tímto faktem dochází ke **konfrontaci názorů**, například mezi rodiči:

„Někde jsme byli a děti koukaly do jednoho tabletu, jak na tom někdo z nich hrál a teď se jeden rodič naštvál, že nechce, aby to to dítě mělo atd.“ (R6)

„Babička bydlí hned vedle nás, za ní chodí velmi rád, protože babička mu půjčí její počítač a nechá ho koukat, i když jsem mu to já zakázala.“ (R3)

5 SHRUTÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

5.1 Výzkumná otázka 1

Jaké moderní technologie dítě v předškolním věku používá, jaké aktivity na nich provádí?

V rámci výzkumu děti v předškolním věku používají **technologie typu** telefon, tablet, televize, herní konzole, počítač/notebook, hudební přehrávač a elektronická tužka. Všechny rodiny mají doma přístup k **internetu**.

Všechny rodiny mají minimálně jeden telefon, televizi a hudební přehrávač. Tablet a počítač/notebook vlastní vždy 7 z 8 rodin. Nejčastějším zařízením, které je určeno **výhradně dítěti**, je tablet, takto je tablet používán dítětem v 5 rodinách. 1 dítě ve vzorku vlastní svůj osobní telefon. Hudební přehrávač je určen **výhradně dítěti** také v 1 rodině, to samé elektronická tužka.

Na **telefonu** děti prohlíží fotky/video, sami fotografují a natáčejí videa, sledují YouTube, hrají hry, poslouchají hudbu a volají s příbuznými.

Tablet děti používají ke stejným aktivitám jako telefon, navíc na něm přehrávají filmy. Rodiče referují, že děti využívají tablet nejvíce ke sledování YouTube, a to v 75 % z veškerých aktivit.

Na **televizi** děti sledují dětské kanály (Děčko, Disney Channel, HBO) či pohádky na DVD. Ke sledování filmů a seriálů na televizi využívají také Apple TV nebo Netflix.

Počítač/notebook je dětmi využíván minimálně. Děti na něm nejčastěji sledují filmy či YouTube.

Na **hudebních přehrávačích** děti poslouchají hudbu a pohádky.

S **elektronickou tužkou** dítě různě manipuluje, přikládá ji k textu, obrázkům atd. v interagujících knížkách. Elektronická tužka například čte informace, vydává zvuky, hraje hudbu.

5.2 Výzkumná otázka 2

Kdy a v jakých situacích dítě v předškolním věku moderní technologie a internet používá?

Co se týče času tráveného s různými zařízeními jsou mezi rodinami značné difference. Z **hlediska dnů v týdnu** používají děti moderní technologie a internet více během víkendů a volných dnů, které tráví doma, což je běžné pro období, kdy mají prázdniny. Když jsou nemocné, používají moderní technologie dvakrát častěji. Z **hlediska smyslu náplně, cíle či aktivity** je děti používají jak doma, tak na cestách, typicky v dopravních prostředcích, nejčastěji v autě, ale i u doktora, v restauraci a na dovolených. 4 z 8 rodičů uvedli, že jejich děti používají moderní technologie v mateřské školce.

Děti začínají **projevovat zájem** o telefon průměrně v 2,8 letech, což je podobné jako u tabletu (v 2,6 letech). O televizi se začínají děti zajímat průměrně ve 2 letech, což je ve srovnání s ostatními technologiemi nejdříve ze všech.

Prvním důvodem zájmu o moderní technologie jsou u dětí fotografie, videa či situace, kdy dítě chce opakovat aktivity, které rodiče na zařízeních dělají. O technologiích se děti dozvídají od svých vrstevníků, ale nejčastěji je sami rodiče s technologiemi seznámí.

Doba strávená na různých zařízeních a internetu se u dětí v rodinách výrazně liší. Nejvíce děti tráví čas sledováním televize o víkendu (průměrně 4 hodiny denně) a přes pracovní týden (průměrně 2 hodiny denně). Na druhém místě z hlediska doby strávené na zařízení je tablet (průměrně 1,7 hodin denně), přičemž u ostatních moderních technologií je doba spíše nepravidelná. Z daného vzorku vyplývá, že děti, kterým je zařízení výhradně určeno, tráví na moderních technologiích a internetu delší dobu (nejčastěji se jedná o tablet).

Televize a hudební přehrávač jsou využity často jako kulisa k jiným činnostem.

5.3 Výzkumná otázka 3

Jak rodiče vnímají používání moderních technologií a internetu jejich dítětem/děti?

Rodiče shledávají u používání moderních technologií a internetu jak **pozitivní stránky**, tak **negativní stránky**, mají také **obavy z následků**.

Pozitivně i negativně vnímají moderní technologie a internet jako prostředek k zabavení dítěte.

Čistě **pozitivní stránky** vidí rodiče u svého dítěte/děti v procesu učení.

V souvislosti s **negativními stránkami** popisují rodiče problémové/závislostní chování a obavy z možných následků. Rodiče pozorují bezprostřední ovlivnění dítěte technologiemi a internetem, ale i dlouhodobé následky.

Rodiče mají převážně **obavy ze závislosti**, tu popisují jako opakované vyžadování zařízení či konkrétní činnosti, nezájem o jiné aktivity atd. Jako velice negativní popisují možnost přenesení daného chování do reality či vnímání reality podle obsahu, který sledují. Dalšími obavami jsou omezená slovní zásoba, špatné sociální dovednosti, problémy s řečí a motorikou, společenské vyčlenění a fyziologické následky.

5.4 Výzkumná otázka 4

Jaké problémové/závislostní chování v souvislosti s moderními technologiemi a internetem pozorují rodiče u jejich dítěte/děti v předškolním věku?

Z hlediska **typu technologie** popisují rodiče **problémové/závislostní chování** nejčastěji v souvislosti s tabletem. Jedná se nejčastěji o upřednostňování používání zařízení a

internetu před jinými aktivitami a situace, kdy dítě zařízení nechce vypnout/dát z ruky. Následně se děti snaží rodiče přemluvit, začnou se vztekat, brečet nebo se naštvou či urazí.

Z **časového hlediska a intenzity** tyto situace trvají různě dlouho, avšak rodiče je shledávají intenzivnější u tabletu a telefonu než u jiných zařízení. Čím více děti zařízení používají, tím více ho vyžadují a nastávají výše zmíněné reakce chování.

Rodiče si všímají změněného chování dětí bezprostředně po delším používání zařízení – nemají chuť si hrát nebo jít ven, jsou podrážděné, protivnější a vzteklejší.

V rodinách, kde není používání tabletu nijak omezeno (R4, R7 – děti jsou jedináčci), se objevují u dětí tyto **problémové/závislostní jevy**: nezájem o jiné aktivity, hyperaktivní chování v situaci, kdy dítě tablet nepoužívá (naopak na tabletu je dítě velice klidné) a nezájem mluvit v češtině (dítě češtině rozumí, ale mluví v angličtině).

Závislostní chování bylo popsáno v souvislosti se sledováním **YouTube videí**, které bylo využito jako prostředek, jak přinutit dítě k jedení.

Bylo zaznamenáno **problémové/závislostní chování** v souvislosti s **fotografiemi a videi**, kdy prohlížení médií nahradilo kojení.

V souvislosti s **hráním her** se děti vystavují rizikům např. komerčním či nevhodnému obsahu, který děti napodobují.

5.5 Výzkumná otázka 5

Jaký je přístup rodičů k moderním technologiím a internetu, jaké stanovují pravidla či meze a podle čeho tyto meze stanovují?

Pravidla a jejich dodržování rodiče zasazují do **kontextu výchovy**. Někdy jsou moderní technologie vnímány jako **součást dění v rodině**, někdy jsou naopak vnímány jako **samostatný prvek**, často je to ale kombinace obojího. V některých rodinách nejsou pravidla jednoznačně stanovena, pokud rodiče nevidí problém v používání moderních technologií a internetu dětmi, nemají potřebu pravidla vytvářet. Pravidla jsou nejčastěji tvořena na základě vzniklého problému.

Pravidla tvořená v rodinách vznikají intuitivně, z obav rodičů a nejčastěji podle vzoru vlastní výchovy. Rodiče dětem zakazují přístup např. do určitých aplikací, omezují dobu používání technologií, místo či ve specifických případech zakazují určitou činnost.

Rodiče vnímají, že důležitou roli hraje **učení příkladem**.

Používání moderních technologií a internetu slouží jako **prostředek odměny či trestu**.

Pravidla mohou také přebírat roli **rituální**.

Ke **kontrole** využívá 5 z 8 rodin „rodičovský režim“, který je k dispozici v různých formách, nejčastější formou je rodičovský zámek. Dále také rodiče využívají aplikace monitoringu.

6 DISKUZE A ZÁVĚRY

Cílem této práce bylo zmapovat problematiku používání moderních technologií a internetu u dětí v předškolním věku a zaměřit se na problémové/závislosti chování a rizika v souvislosti s těmito technologiemi na základě výpovědí 8 rodičů. Dalším cílem výzkumu bylo také zjistit přístup a postoj rodičů k moderním technologiím a internetu. Podrobnějším výsledkům tohoto zkoumání se věnuje předchozí kapitola.

V teoretické části se práce věnuje dítěti v předškolním věku a jeho vývoji, dále problematice moderních technologií a momentální situaci v České republice. Podstatnou oblast této části dále tvoří nelátkové závislosti se zaměřením na netolismus, tedy tzv. závislost na virtuálních drogách a s uvedením doporučení pro rodiče.

Ve výzkumné části jsou popsány veškeré poznatky získané z rozhovorů s rodiči dětí v předškolním věku podle určených kategorií a shrnutí výsledků výzkumu dle výzkumných otázek.

Výsledky této práce ukazují, že děti předškolního věku tráví používáním moderních technologií a internetu velkou část jejich volného času. Jedním z hlavních zjištění je, že sledování televize stále dominuje v používání moderních technologií, avšak není to pravidlem. Kromě sledování televize tvoří druhou hlavní aktivitu dětí sledování videí na YouTube, nejčastěji na tabletu, který má 7 z 8 rodin a je určen dětem v 5 z 8 rodin ve výzkumu. Sledování videí na YouTube vyžaduje připojení k internetu, které mají všechny rodiny ve výzkumném vzorku. To, že děti tráví nejvíce času sledováním televize a videí na YouTube, potvrzuje více studií zaměřených na tuto problematiku (například studie z roku 2017 „*The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*“ či studie z roku 2014 „*Parents' Perceptions about the Mobile Technology Use of Preschool Aged Children*“). Výskyt tabletu v rodinách je ve výzkumu oproti těmto studiím mnohem větší, s tím souvisí míra vlastnění tabletu (v první zmíněné studii vlastní tablet 42 % dětí), které je ve výzkumu také častější.

Děti tráví nejvíce času na moderních technologiích a internetu během víkendů a volných dnů, které tráví doma a dvakrát častěji v období nemoci. Z čehož vyplývá, že toto chování vede k pasivnímu způsobu života a zamezuje pohybu, který není žádoucí v období nemoci, avšak při běžném fungování ano. Je potřeba kompenzovat toto chování fyzickými aktivitami, které napomáhají k zdravému životnímu stylu.

Rodiče shledávají u používání moderních technologií a internetu jak pozitivní, tak negativní stránky a obavy z následků, které převažují. Díky pozitivům nechávají rodiče své děti vystavovat moderním technologiím již v útlém věku. Používání moderních technologií může napomoci například v procesu učení, což rodiče oceňují. Existují rizika, která si sice rodiče uvědomují, ale často je podceňují. Preventivní opatření nejsou také v některých případech rodičům vůbec známy. Problémové/závislosti chování se častěji vyskytuje v souvislosti s tabletem a mobilním zařízením nejčastěji v situaci, kdy používání zařízení je nedostatečně časově a místně omezeno. Děti ve výzkumném vzorku, které vykazují toto chování, splňují většinu komponent behaviorální závislosti stanovených Griffithsem (viz

kapitola 2.8.1 Netolismus). Rodiče nastavují pravidla pouze z vlastního přesvědčení, která jsou leckdy nedostačující a vedou k nežádoucímu chování dětí, se kterým si rodiče většinou neví rady. Začínají problémové situace řešit až ve chvíli, kdy pozorují negativní změny v chování u svých dětí. Doporučenou dobu strávenou na moderních technologiích a internetu uvedenou v kapitole 2.9 Doporučení pro rodiče a bezpečí na internetu dětí v předškolním věku, nedodrží žádná rodina ve vzorku, avšak většina z rodičů asistuje dítěti při manipulaci se zařízením, aspoň částečně využívá rodičovský režim a kontroluje sledovaný obsah. Výsledky práce ukazují, že rodiče by neměli nechávat své děti používat moderní technologie a internet bez časového a místního omezení. Je však potřeba stanovit jednotná doporučení pro rodiče i veřejnost, která by byla jednoduše dostupná a propagovaná, například mezi učiteli či pracovníky, na které se rodiče mohou obrátit s dotazy (např. pediatři).

U výše zmíněných výsledků je nutné zohlednit omezení, která mohla vést ke zkreslení. Jedním z nich je malý výzkumný vzorek – vybraných 8 respondentů, výsledky tedy nelze vztahovat k celé populaci. Dalším z nich je způsob výběru respondentů, který nebyl zcela náhodný a vzorek není zcela pestrý, i když například byla snaha zařadit do výzkumu jak ženy, tak muže či zajistit zastoupení dvoučlenné i vícečlenné rodiny s jedním i více dětmi. Všechny rodiny pocházely z podobné sociální vrstvy a většina z nich byla z Prahy a okolí, tudíž výsledky mohly být i tímto zkresleny. Daným nedostatkům by se dalo předejít větším počtem respondentů a důkladnějším výběrem s pomocí, například obecních úřadů či mateřských škol.

Další omezení představuje pravdomluvnost respondentů, která mohla ovlivnit spolehlivost dat. Je přirozené, že rodiče sebe i své děti prezentují jako vzorné. Rodiče často nechtějí přiznat problémy či nedůslednou výchovu.

Z výše uvedeného vyplývá potřeba detailnějšího výzkumu, jež by pomohl zmapovat rizika i aktivity, které děti v předškolním věku na zařízeních a internetu dělají. Jak ovlivňují jejich proces učení či vnímání okolí? Je potřeba stanovit jednotná doporučení pro rodiče a veřejnost, jak bylo zmíněno výše. Cílem doporučení je předcházet problémovému či závislostnímu chování a napomoci rodičům ve výchově v otázkách moderních technologií, které se vyvíjí obrovskou rychlostí a často tvoří propast mezi dětmi a dospělými, kteří technologiím dostatečně nerozumí a nemají o této problematice přehled.

Děti v předškolním věku se nicméně učí hrou a mohou se tedy vzdělávat skrz moderní technologie a internet. Další výzkum by se mohl zaměřit na konkrétní aktivity (aplikace, televizní a internetové kanály apod.), které by napomohly rodičům při výběru, například při instalaci aplikací.

Moderní technologie a internet jsou nedílnou součástí dnešní doby, stále se vyvíjí, proto je potřeba se těmto změnám přizpůsobit. Tento výzkum se například nezaměřuje na nové technologie, jako virtuální realita, nebyly položeny otázky, které by se této oblasti věnovaly. Je možné, že za pár let budou další nové technologie součástí rodin, stejně jako například dnes tablety. Je žádoucí mapovat tyto změny a pokusit se na ně reagovat.

7 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

AVG Digital Diaries. (2011). Kids are learning computer skills before life skills. Retrieved March 13, 2019 from <https://tumblr.co/ZJQRVx550yXW>

Bailey, K., Baron, N. S., Cantor, J., Kirkorian, H. L., Lin, L., Parsons, S. T., Rosen, L. D., Strayer D. L., Uncapher, M. R., & Wagner D. A. (2017). Media Multitasking and Cognitive, Psychological, Neural, and Learning Differences. *Pediatrics*, 140 (Supplement 2) S62-S66; doi: 10.1542/peds.2016-1758D Retrieved March 15, 2019 from https://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/140/Supplement_2/S62.full.pdf

Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377-383. doi:10.1089/109493101300210286

Bezpečný internet. (2019). Bezpečný internet pro děti. Retrieved March 26, 2019 from <http://www.bezpecnyinternet.cz/rodice/doporuceni-pro-rodice/bezpecny-internet-pro-deti.aspx>

Český statistický úřad (2018). *Výběrové šetření o informačních a komunikačních technologiích v domácnostech a jejich využívání jednotlivci 2018*. Retrieved March 15, 2019 from <https://1url.cz/yMqsj>

Disman, M. (2011). *Jak se vyrábí sociologická znalost: Příručka pro uživatele*. (4., nezměn. vyd. ed.). Praha: Karolinum.

ESRB. (2019). About ESRB. Retrieved March 26, 2019 from <http://www.esrb.org/about/>

Genc, Z. (2014). Parents' Perceptions about the Mobile Technology Use of Preschool Aged Children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 146, 55-60. doi:10.1016/j.sbspro.2014.08.086

Gutnick, A. L., Robb, M., Takeuchi, L., & Kotler, J. (2010). Always connected: The new digital media habits of young children. New York: The Joan Ganz Cooney Center at Sesame Workshop. Retrieved March 8, 2019 from <http://joanganzcooneycenter.org/publication/always-connected-the-new-digital-media-habits-of-young-children/>

Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. (Vyd. 1., 407 s.) Praha: Portál.

Hoffmann, T. (2013). Can Smartphones Make Kids Smarter?. Retrieved from March 15, 2019 www.education.com/magazine/article/smartphones-kids/

Johnson, G. (2006). Internet Use and Cognitive Development: *A Theoretical Framework*. *E-Learning and Digital Media*, 3(4), 565–573. <https://doi.org/10.2304/elea.2006.3.4.565>

Kolaříková, M. (2015). Dítě předškolního věku v prostředí sociální exkluze. Slezská univerzita. Ústav pedagogických a psychologických věd. Retrieved March 15, 2019 from <https://1url.cz/4MaMy>

Kontríková, V., Černíková, M., & Šmahel, D. (2015). Byl jednou jeden tablet: Děti (0–8) a digitální technologie. Národní report – Česká republika. Brno: Masarykova univerzita. Retrieved March 18, 2019 from <http://irtis.fss.muni.cz/category/publications/reports/>

- Krčmářová, B. (2012). Děti a online rizika: sborník studií. 1. vyd. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 178 s. Retrieved March 25, 2019 from <http://www.vyzkum-mladez.cz/zprava/1378730032.pdf>
- Mandlco, B. L. (2004). *Growth and development handbook: Newborn through adolescence*. Australia: Thomson/Delmar Learning.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396. Retrieved March 1, 2019 from <https://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>
- Nešpor, K., & Csémy, L. (2007). Zdravotní rizika počítačových her a videoher. *Practicus*, 6(5-6), 1213-8711, 194-198. Retrieved March 15, 2019 from <http://www.drnespor.eu/>
- Ólafsson, K., Livingstone, S., & Haddon, L. (2013). Children's Use of Online Technologies in Europe. A review of the European evidence base. [report]. *LSE, London: EU Kids Online*. Retrieved March 12, 2019 from <https://1url.cz/SMFZz>
- O'Neill, B. (2017). Toddlers and tech: Policy implications for families and parenting in the information age, *Digitising Early Childhood International Conference, Edith Cowan University, Perth*.
- Piaget, J., Inhelder, B., & Vyskočilová, E. (2014). *Psychologie dítěte*. Praha: Portál.
- Projekt NETOLISMUS. (2015). Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci. Retrieved March 10, 2019 from <http://www.netolismus.cz/>
- Raising Children Network. (2019). Retrieved March 15, 2019 from <https://raisingchildren.net.au/>
- Rideout, V. (2017). The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight. San Francisco, CA: Common Sense Media. Retrieved March 15, 2019 from <https://1url.cz/5MREA>
- Říčan, P. (2014). *Cesta životem: [vývojová psychologie]: přepracované vydání*. Praha: Portál.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck Jr., P. E., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic Internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57, 267-272. doi:10.1016/S0165-0327(99)00107-X
- Ševčíková, A. (2014). *Děti a dospívající online: Vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada Publishing.
- Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR. (2018). *MKN-10: Mezinárodní klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: desátá revize*. Praha. Retrieved March 14, 2019 from <https://www.uzis.cz/zpravy/aktualni-verze-mkn-10-cr>
- Vacek, V., Vondráčková P. (2008). Závislost na procesech. in Kalina, K. et al. (2008). *Klinická adiktologie* (513-527). Praha: Grada Publishing.
- Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum Press.
- Wallis, C. (2010). The impacts of media multitasking on children's learning and development: Report from a research seminar. New York, NY: The Joan Ganz Cooney Center at Sesame Workshop. Retrieved March 20, 2019 from <https://1url.cz/jMFZL>

8 PŘÍLOHY

8.1 Seznam obrázků

Obrázek 1: Mobilní technologie v domácnostech u dětí do 8 let, 2011-2017	13
Obrázek 2: Používání moderních technologií z časového hlediska u dětí do 8 let, 2011 vs 2017	14
Obrázek 3: Druhy sledovaných videí u dětí do 8 let, 2017.....	15
Obrázek 4: Domácnosti s mobilním telefonem	16
Obrázek 5: Domácnosti v ČR podle typu počítače, 2017.....	17
Obrázek 6: Domácnosti v ČR podle typu počítače, 2017 (2)	17
Obrázek 7: Klasifikace online rizik pro dětské uživatele internetu	20
Obrázek 8: 5 kroků k "digitální" rovnováze	26

8.2 Seznam tabulek

Tabulka 1: Používání médií v čase (1930s-1970s)	11
Tabulka 2: Používání médií v čase (1980s-2000s)	12
Tabulka 3: R1 (respondent otec).....	29
Tabulka 4: R2 (respondentka matka).....	30
Tabulka 5: R3 (respondentka matka).....	30
Tabulka 6: R4 (respondent otec).....	31
Tabulka 7: R5 (respondentka matka).....	31
Tabulka 8: R6 (respondent otec).....	31
Tabulka 9: R7 (respondentka matka).....	32
Tabulka 10: R8 (respondentka matka).....	32
Tabulka 11: Typy zařízení vyskytující se v rodině a jejich vlastnictví dítětem (tmavě modře).....	35
Tabulka 12: Počet zařízení vyskytujících se v rodině.....	35
Tabulka 13: Projevení zájmu o telefon (v letech).....	37
Tabulka 14: Projevení zájmu o tablet (v letech)	38
Tabulka 15: Průměrná doba strávená na tabletu (v hodinách).....	38
Tabulka 16: Projevení zájmu o televizi (v letech)	40
Tabulka 17: Průměrná doba strávená sledováním televize přes pracovní den a o víkendu (v hodinách)	40

8.3 Seznam grafů

Graf 1: Věk rodičů	28
Graf 2: Věk dětí.....	28
Graf 3: Demografické rozdělení respondentů	29

8.4 Informovaný souhlas

„Dobrý den, jmenuji se Kateřina Rokosová, jsem studentka adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy. V současné době pracuji na bakalářské práci s názvem: *Role moderních technologií a internetu u dětí v předškolním věku: rizika jejich používání z pohledu rodičů.*

Chtěla jsem Vám poděkovat za ochotu poskytnout rozhovor k mé práci, pokud budete chtít, mohu Vám zaslat odkaz na moji práci, až bude zveřejněna. Rozhovor bude trvat zhruba hodinu.

Cílem výzkumu je popsat vztah dětí v předškolním věku k moderním technologiím a internetu, zmapovat situace, kdy a jak tyto technologie používají, zaměřit se na problémové/závislostní chování a rizika v souvislosti s těmito technologiemi a zjistit přístup a postoj rodičů k moderním technologiím.

Vedoucím práce je Mgr. Jaroslav Vacek, odborný pracovník Kliniky adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy.

Data budou publikována anonymně, nebudou zveřejněna jména, ani konkrétní místa či názvy. Rozhovor bude nahráván na telefon. Na závěr jsem Vás chtěla poprosit o pravdivé a upřímné odpovědi. Máte nějaké další dotazy? Souhlasíte takto s podmínkami výzkumu?“

8.5 Struktura rozhovoru

1. Bydliště:

2. Stav domácnosti:

- otec (věk)
- matka (věk)
- děti (věk)
- další členové domácnosti (věk)

3. Pracovní vytížení rodičů:

4. Dítě:

- školka
- jiné aktivity

5. Volný čas:

- pracovní týden – doma i jinde

- víkend

6. Moderní technologie v domácnosti:

- internet
- telefony
- televize
- tablet
- počítač/notebook
- rádio
- další

7. Strávený čas přes týden/víkend, doma/mimo domov + jiné situace:

- samo
- společně s rodiči/starším sourozencem

8. Konkrétní situace, kdy dítě moderní technologie a internet využívá:

- doma – ráno, odpoledne, večer, při jídle, před spaním, když rodiče musí vařit/něco dělat + další
- mimo domov + na zahradě, u prarodičů/příbuzných/hlídání
- ve školce

9. Vidíte v tom problém, jaký?

10. Jak a jaké moderní technologie dítě vyžaduje? Kdy a jakým způsobem?

11. Dožaduje se, vzteká se/ je nervózní, nesoustředěné, otrávené/ závislost/ jiné nežádoucí chování?

12. Jaký je váš přístup?

- pozitiva
- negativa
- obavy

13. Stanovování mezí/pravidel:

- jak/jaké
- podle čeho

14. Napadá vás ještě něco dalšího?

