

Univerzita Karlova v Praze

Filozofická fakulta

Katedra pedagogiky

Diplomová práce

Marek Hošek

IDENTIFIKACE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ VEDOUČÍ K ZÁVISLOSTI
NA INTERNETU U STUDENTŮ STŘEDNÍCH ŠKOL SE ZAMĚŘENÍM
NA IT OBORY

An identification of a risky Behavior leading to an Internet Addiction
by the High School Students specialized in IT

Praha, 2012

Vedoucí práce: PhDr. J. Lorenzová, Ph.D.

Poděkování

Rád bych poděkoval za kritické zhodnocení, konzultace, inspirace a cenné rady vedoucí diplomové práce PhDr. Jitce Lorenzové, Ph.D. a všem, kteří mi byli oporou při tvorbě této práce. Rád bych poděkoval za příjemnou spolupráci konzultantům, zaměstnancům Pedagogiko-psychologické poradny v Děčíně, pedagogům a studentům spolupracujících škol.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně, že jsem řádně citoval všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 20. 5. 2012

.....

Marek Hošek

Abstrakt

Závěrečná práce se zabývá problematikou internetu a internetové závislosti, která je v současné době častým tématem v odborných i populárních časopisech. Práce je především zaměřena na internetovou závislost a identifikaci rizik u studentů vybraných středních škol. Autor popisuje fenomén internetu a internetového prostředí a jeho dopad na identitu u adolescentů. Výzkumné šetření provedené empirickým šetřením mezi studenty poukazuje na potřebu více se věnovat internetu a internetové závislosti nejen v rámci specifické primární prevence, ale i v samotné edukaci. Práce poskytuje návrhy specifických přístupů v rámci primární prevence a intervence na středních školách. Práci lze využít i jako úvod do problematiky pro pedagogy působících v roli školního metodika prevence nebo výchovného poradce.

Klíčová slova: závislost, závislostní chování na internetu, deviace, dospívání, prevence

Abstract

This dissertation is occupied with the Internet Issues and the Internet addiction, which is currently a frequent topic in professional and popular journals. This work is primarily focused on the Internet addiction and the identification of risks for selected high school students. The author describes the phenomenon of the Internet and the Internet background and its impact on the identity of adolescents. Research investigation carried out by using an empirical investigation among students, points to the need to devote more Internet and Internet addiction, not only within specific primary prevention but also in itself education. Dissertation provides suggestions specific approaches in primary prevention and intervention in secondary schools. It can be used as an introduction to the Issue for teachers working in the role of the school prevention methodologist or in the role of the educational consultant.

Keywords: addiction, addictive behavior on the Internet, deviation, adolescence, prevention

Obsah

ÚVOD	8
1. TEORETICKÁ ČÁST.....	10
1.1 ZÁVISLOST JAKO RIZIKOVÝ JEV OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ.....	10
1.1.1 <i>Druhy závislosti na internetu v kontextu vztahu sociální pedagogiky a adiktologie</i>	14
1.1.2 <i>Gender a závislost na internetu</i>	20
1.1.3 <i>Způsoby odhalování závislosti na internetu</i>	20
1.2 PREVENCE ZÁVISLOSTÍ A SYSTÉM PREVENTIVNÍ PÉČE O DĚTI A MLÁDEŽE.....	23
1.2.1 <i>Primární prevence</i>	24
1.2.2 <i>Sekundární prevence</i>	28
1.2.3 <i>Terciární prevence</i>	28
1.2.4 <i>Legislativní a metodické opory pro preventivní činnost na školách</i>	29
1.2.5 <i>Role střední školy v primární prevenci</i>	30
1.2.6 <i>Ovlivňování studentů středních škol v primární prevenci</i>	32
1.2.7 <i>Prevence a léčba závislosti na internetu u dospívajících</i>	33
1.3 IDENTITA DOSPÍVAJÍCÍHO	35
1.3.1 <i>Utváření identity</i>	37
1.3.2 <i>Rizikové faktory u dospívajících při utváření identity</i>	39
1.3.3 <i>Rizikové faktory pro rozvoj identity spojené s využíváním internetu</i>	40
1.4 ZÁVĚREČNÉ SHRNUTÍ.....	42
2. EMPIRICKÉ ŠETŘENÍ	43
2.1 POPIS VÝZKUMU.....	43
2.2 CÍLE VÝZKUMU	44
2.3 VÝZKUMNÝ PROBLÉM.....	44
2.3.1 <i>Výzkumné otázky</i>	45
2.3.2 <i>Hypotézy</i>	46
2.4 STUDIUM DOKUMENTACE, INFORMAČNÍ BÁZE	48
2.5 VÝZKUMNÝ SOUBOR.....	48
2.6 VÝZKUMNÁ METODA	53
2.6.1 <i>Konstrukce dotazníku</i>	54
2.6.2 <i>Výsledky hodnocení dotazníku z předvýzkumu</i>	55
2.6.3 <i>Validita a reliabilita nástroje</i>	56
2.6.4 <i>Aplikace nástroje</i>	56
2.6.5 <i>Plán řízení a sběr dat</i>	57
2.6.6 <i>Zpracování získaných dat a výsledky šetření</i>	57
2.7 ZÁVĚRY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ	64
3. DISKUSE: SPECIFICKÉ RYSY VÝZKUMNÉHO DESIGNU.....	66
4. DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	68
5. ZÁVĚR	72
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:.....	74
PŘÍLOHY:	79

Seznam zkratek:

ADHD – „Attention Deficit Hyperactivity Disorders“ - hyperaktivita s poruchou pozornosti

IT – Informační technologie, počítačové technologie

KBT – Kognitivně-behaviorální psychoterapie

MKN - Mezinárodní klasifikace nemocí Světové zdravotnické organizace

MPSV ČR – Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky

MŠMT ČR – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky

MZ ČR – Ministerstvo zdravotnictví České republiky

RVP – Rámcový vzdělávací program

VŠ – Vysoká škola

WHO - „World Health Organization“ Světová zdravotnická organizace

1. LF UK – 1. Lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Úvod

V této práci se budeme zabývat velmi nebezpečným sociálně patologickým jevem, který studuje kromě adiktologie i sociální pedagogika, internetovou závislostí u dospívajících. Zaměříme se též na determinanty, které se mohou podílet na vzniku a udržení nevhodného chování, jež může vyústit v internetovou závislost, a to u studentů vybraných středních škol. Též se budeme hlouběji zabývat problematikou internetu ve školním prostředí. Zajímat nás budou rozdíly ve výskytu rizik, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu, u studentů IT oborů a u studentů, kteří nestudují obory zaměřené na IT. V textu budeme propojovat adiktologii, která je multidisciplinárním oborem, a sociální pedagogikou, která tvoří jeden z pilířů oboru adiktologie.

Z praxe adiktologů a na základě zkušeností pedagogů víme, že naše adiktologická obec se zabývá problematikou procesních závislostí na internetu okrajově a nebo k ní přistupuje stejně jako k procesním závislostem typu workoholismus nebo gamblerství. To se bohužel negativně odráží v samotných preventivních postupech.

Můžeme pozorovat, jak si dospívající utváří svou identitu prostřednictvím virtuálního prostředí, o to více je to pozorovatelné u tělesně, duševně či sociálně handicapovaných či nejistých jedinců. Tito jedinci obtížně vstupují do reálného světa, o to více se realizují ve světě virtuálním.

Školy jsou jedním z prostředí, kde se s touto problematikou můžeme setkat. Ze zkušenosti víme, že při školní edukaci se dbá více na předávání informací kolem samotných technologií, ale okrajově, spíše vůbec, se neotevřela otázka rizikovosti, ohrožení. Učitel studentům středních škol, ale i žákům na základních školách, předkládá internet jako bezpečný didaktický nástroj, který studiu především prospívá, zpřijemňuje a zjednodušuje ho. Jistým specifickým je omezená laická rodičovská identifikace rizik. Opilství či intoxikaci marihuanou dnes už pozná řada rodičů, avšak rizikové chování, jež může vést ke vzniku závislosti na internetu, nikoli. Rodiče často ztrácí kontrolu nad internetovým chováním svých dětí a věří, že škola, jež internet například k vyřizování úkolů doporučuje, je institucí, která to jednoduše ohlídá. Je obtížné rozlišit závislostní chování na internetu od závislosti na práci. Podobně je tomu i u studentů, kteří se lehce schovají za potřebu trávit tolik času na internetu z důvodu plnění školních povinností.

Dalším důvodem, proč se tématem zabýváme, je ten, že autor více než deset let pracuje s popisovanou cílovou skupinou a problematiku tak může uchopit a přiblížit i mimo roli diplomanta.

Práci jsme rozdělili do dvou hlavních částí. První část je zaměřena na teorii závislosti, adolescenci, identitu dospívajícího a na roli střední školy při realizaci specifické primární prevence.

V empirické části se zaměřujeme na ověření domněnek odborné veřejnosti v českém pedagogickém a adiktologickém prostředí ohledně výskytu rizikového chování, které může vést ke vzniku závislosti na internetu. Odborníci se domnívají, že mezi studenty středních škol se zaměřením na IT obory se toto riziko vyskytuje častěji. Dále se odborná veřejnost domnívá, že u dívek je výskyt rizik nižší. A v neposlední řadě si odborná obec myslí, že školy dostatečně preventivně nereagují, a to především u studentů se zaměřením na IT obory.

Cílem této práce je zjistit, zda se u středoškolských studentů studujících obory zaměřené na IT vyskytuje častěji rizikové chování, které může vést ke vzniku závislosti na internetu oproti studentům, kteří takto zaměřený obor nestudují. Také nás zajímá, zda je rozdíl ve výskytu rizik podle pohlaví. V neposlední řadě nás zajímá, zda učitelé dostatečně informují studenty IT oborů o rizicích, která mohou vést ke vzniku závislosti na internetu. Současně chceme touto prací přispět k rozšíření povědomí o této problematice nejen u sociálních pedagogů.

Empirické šetření bylo provedeno u rizikových skupin na záměrně vybraných středních školách, výzkumný soubor pak tvoří náhodně vybraní studenti. Výsledky empirického šetření nelze v žádném případě zobecňovat, a to s ohledem na základní a výzkumný soubor.

1. Teoretická část

V teoretické části se zaměříme na popis problematiky procesní závislosti ve vztahu k období dospívání. Dále se budeme zabývat vztahem mezi sociální pedagogikou a adiktologií. Je takřka nemožné domnívat se, že sociální pedagog například v roli školního metodika prevence či výchovného poradce se obejde bez znalosti teorie léčby, diagnostiky a následné péče u osob závislých na drogách, alkoholu či internetu. Sociální pedagog je nejen primární preventista, ale i včasný intervenista, který již pokládá základní kámen samotné léčby, neboť hranice mezi léčbou a primární prevencí je velmi neostrá.

Druhou neaktivnější roli má sociální pedagog při doléčování, kdy doprovází klienta po pomyslném mostě, jenž spojuje dočasnou izolovanost klienta v léčebně s reálným světem mimo zdi léčebny. Jedná se o velmi náročný úkol, který řada klientů nezvládne. O tomto procesu výstižně pojednává Milada Votavová v knize Pedagogika pro učitele: *„Lidé, kteří z pomáhajících zařízení odcházejí, už leacos vědí, často dokonce vědí i co chtějí a jak na to, ale mnohdy prostě nemají dost síly svá rozhodnutí realizovat. Nebo si potřebují své nápady ověřit (a přitom se často něco nepovede), jindy jde o to, v dotyku s realitou, posílit své schopnosti – nikoli být do reality vrženi nebo od ní izolováni.....Na tuto objednávku reagují doléčovací centra a doléčovací programy, v nichž jde zejména o sociální, psychologickou, ale často i existenční podporu.“* (Votavová In: Vališová, Kasíková a kol, 2007, s. 389).

Pro lepší pochopení problematiky jsou první kapitoly věnované obecné adiktologii. Teoretickou část jsme strukturovali od základních informací až k popisu konkrétních rizikových faktorů a možností náprav. Teoretická část je pojmovým a interpretačním východiskem části empirické.

1.1 Závislost jako rizikový jev období dospívání

V této kapitole přibližujeme klíčové pojmy a především popisujeme rizikové jevy v období dospívání ve spojitosti se závislostí.

Období dospívání, období psychosociálního moratoria

Definováním období dospívání se zabývá mnoho autorů orientovaných na ontogenetickou psychologii. Pro tuto práci jsme zvolili definice našich předních odborníků.

„V základním, biologickém smyslu, lze období dospívání vymezit široce jako životní úsek ohraničený na jedné straně prvními známkami pohlavního zrání a znatelnou akcelerací růstu, na druhé straně dovršením plné pohlavní zralosti a dokončení pohlavního růstu. Současně s biologickým zráním probíhá řada významných a nápaditých psychických změn. Do jisté míry dochází k novému sociálnímu zařazení jedince, které se odráží v odlišném očekávání společnosti.“ (Langmeier, Krejčířová, 1998, s. 138).

Z časového hlediska hovoříme o období poměrně krátkém, ale s pestrou měnlivostí na úrovni bio-psycho-sociálně-spirituální. Období dospívání začíná kolem 11. roku a končí 20. - 22. rokem. Pozorovatelné jsou individuální rozdíly, a to především v úrovni psychosociální. Biologicky zralý jedinec leckdy nedosahuje kvality dospělého ani po 22. roce.

Období dospívání je definováno různými autory podobně. Předmětem zájmu a studia se stalo až v nedávné době, a to díky studiu sociálního prostředí a jeho vlivu na jedince. Více jsme si začali všimnout přechodu z dětství do dospělosti a pokládat si otázky typu: *"Co to s tím naším dítětem je?"*, *"Proč se chová tak neurvale, podrážděně, opovržlivě...?"*, *"Proč se nechová jak dospělý, vždyť už není malé dítě?"* Výčet podobných otázek by byl jistě nevyčerpatelný. Období dospívání je nejspíš nejzřetelněji pozorovatelné v západní kultuře. Můžeme se jen domnívat, že je to sociokulturním vlivem. Západní svět tak svými teoriemi znatelně přispěl k lepšímu uchopení tohoto druhého vzdorovitého období.

„Do konce středověku se v naší civilizaci přecházelo z dětství do dospělosti naráz. Dětství do té doby nebylo obdobím, během něhož by člověk měl zvláštní potřeby a privilegia. Děti jsou v institucionálním a unifikujícím prostředí vystaveny více než v minulosti tlakům na dokonalou adaptaci.“ (Matoušek, Kroftová, 2002, s. 37-38).

Autorka Marie Vágnerová (2000, s. 209) poukazuje ve své knize i na jiný historický kontext dospívání. Podle autorky Sigmund Freud období dospívání připisoval bouři sexuálních pudů a nazval ho obdobím genitálním. Na Freudovu psychosexuální teorii stadiálního vývoje navázal Erikson svou teorií psychosociální. Ten v období dospívání spatřoval tzv. psychosociální moratorium. *„Ve fázi "identity versus zmatku (konfúze rolí)" se jedinec ptá " kdo jsem", "jaký má můj život smysl", "jak mě vidí ostatní"?"* Srovnává

se s druhými a hledá svou vlastní identitu často i prostřednictvím tzv. skupinové identity.“ (Kořa In: Jedlička, Klíma, Kořa, Němec, Pilař, 2004, s. 26). Je třeba zmínit, že identifikace s nevhodnou skupinou může být důvodem výskytu nežádoucích způsobů chování, kam můžeme řadit například zavadové trávení času na internetu.

Pro naši práci je však klíčové druhé období dospívání, adolescence, která začíná kolem 15. roku a končí 20. až 22. rokem. Vágnerová (2000, s. 254) ho definuje jako období přechodnosti, provizoria. Také ona vidí hlavní charakteristiku tohoto období jako Erikson a užívá termínu psychosociální moratorium vyjadřujícího skutečnost, že mnoha adolescentům se jeví dospělost příliš náročná nebo málo přitažlivá, a proto ji chtějí odložit. Adolescenti si vytvářejí svou vlastní kulturu, která se projevuje v demonstrování potřebě volnosti a experimentování.

Experimentování je na jedné straně nutným předpokladem k vytváření nových zdravých a ohraničených postojů, bohužel může být i cestou k vytváření společensky nežádoucích postojů, které mohou mít i fatální důsledky pro samotného jedince.

O negativní stránce experimentování, které je zároveň důležitou determinantou v dospívání pojednáme dále v této práci.

Cesta od nezávislosti přes závislost

„Hynkovi je 17 let. Počítače a počítačové hry ho neodolatelně přitahují. Než usedne k počítačové klávesnici, říká si, že si jenom na chvíli něco zkusí, ale pak pro něj přestává existovat čas.“ (Nešpor, 2000, s. 34).

K. Kalina a kolektiv (2003, s. 91) ve své knize uvádí, že problematika závislého chování obecně začala být předmětem výzkumu již v roce 1909 v protialkoholní léčebně ve Velkých Kunčicích na Moravě¹, která původně byla určena především horníkům. Kolem roku 1852 přišel na svět první zákon, který se zabýval i prevencí zneužívání u mládeže².

¹Léčebna zanikla v r. 1914 (Kalina, K. a kol. 2003, s. 91).

²Prvním zákonem omezujícím užívání psychoaktivních látek byl zák. č. 117/1852 ř.z., zákon o zločinech, přečinech a přestupků (dnešní trestní a přestupkový zákon), který upřesňoval nakládání s jedy a léčivy. Například trestním činem bylo užívání odvaru z makovic při dětech (§ 337) (Gajdošíková, H., 2001, s. 35).

Při pohledu na výchovně vzdělávací prostředí můžeme pozorovat, že daný jev má i širší podobu. J. Skalková (2003, s. 137-138) popisuje nelehkou úlohu při využívání médií ve výchovně vzdělávacím procesu, a to z důvodu, že s těmito prostředky žáci a studenti přicházejí do kontaktu i mimo školní prostředí. Avšak v našem školním prostředí dodnes nejsou provedené studie zaměřené na problémové chování, jež může vést k vytvoření závislosti.

J. Skalková (2003, s. 141) dále uvádí, že hypermédia přinášejí v řízení i problém v samotném vzdělávacím procesu, neb hypermédia jsou jistým klínem mezi žákem či studentem a učitelem, který ne vždy je zdatný v počítačově-internetové problematice.

B. Kraus (2008, s. 128) ve své publikaci představuje působení a účinky masmédií, jež jsou významným prostředkem ve výchově a vzdělávání, avšak působení médií vyvolává různorodé reakce. Autor dále uvádí: "*Před silným účinkem médií je třeba ochraňovat především jedince, kteří mají tendenci napodobovat sociálně nežádoucí jednání filmových i jiných hrdinů.*" (Kraus, 2008, s. 128). Zmíněná slova lze jistě použít i u internetového a počítačového prostředí. I tam můžeme velmi často pozorovat napodobování virtuálního hrdiny či vliv nerodinného referenčního prostředí, jímž je uživatelská obec. Stejně tak můžeme na chatu vnímat tendenci k vytváření identity, která jedinci může znesnadňovat vylézt ven do reálného života. Není zvláštností, že například jedinci nejistí či s nižším sebevědomím preferují toto prostředí, které jim může falešně pomáhat k získání obdivu a náklonnosti lidí, s kterými by v reálném životě vůbec nepřišli do kontaktu.

V. Spousta k problematice dodává: *Bohužel internet přináší i celospolečenské globální problémy, s nimiž si (doufejme, že zatím) nikdo neví rady. Protože se světová internetová síť úspěšně vymyká jakékoli kontrole....*" (Spousta In: Kraus, Poláčková et al., 2001, s. 62).

Naše přední odbornice na tuto problematiku Magdaléna Frouzová (2008, s. 245) uvádí, že lidstvo se posledních 20 let dělí na ty, kteří potřebují ke svému životu počítač, a na ty, kteří této vývojové úrovni nedosáhli.

Pochopitelně, že je třeba rozvíjet své schopnosti a znalosti, ale na druhé straně je důležité pracovat se svou sociální či mediální inteligencí. J. U. Rogge (1994, s. 60-74) uvádí, že teprve od 11 let se vyprávění zbavuje detailů a je schopno postihnout hlavní děj příběhu. Zároveň vzrůstá schopnost distancovat se od děje filmu. V této době vyprávění filmů - zejména těch, které mají ostatní děti zakázané - pomáhá vytvořit si pozici v sociální skupině. Děti baví, když mohou dospělé svými řečmi o filmech šokovat, a někdy zejména učitele záměrně provokují tím, že v jejich blízkosti hlasitě vyprávějí drsné scény ze zakázaných filmů. Z tohoto můžeme

odvodit, že teprve v 11. roku si dítě začíná uvědomovat hranici mezi tím, co je přípustné a co je již za pomyslnou hranicí nepřípustného. Bylo by vhodné opět výzkumem zmapovat prostředí virtuální reality v závislosti na věku žáků. Je spíše pozoruhodné, když se v klinické praxi vyskytne jedinec, který propadl závislosti na virtuální realitě.

S. Kimberly Young³ napsala první knihu o patologickém užívání internetu *Pathological internet use - PIU* - 1998. Je smutné, že až v roce 1998. Pro uchopení problematiky je dobré nastudovat tento materiál, neboť obsahuje mimo popisu diagnostiky i terapii.

Z praxe víme, že někdy je obtížné rozlišit závislost na práci od závislosti na internetu. Podobně je tomu i u studentů či žáků, kteří se schovávají za potřebu trávit tolik času na internetu z důvodu školních povinností. Ještě obtížnější je to u osob, které nadužívají internet pro hráčství. *Podle klinické praxe můžeme rozlišit dospívající s excesivním hraním her do tří skupin (většinou jde o chlapce): 1. zakomplexovaný, s malými sociálními dovednostmi, kteří používají hraní jako únik z nepříjemné reality - z hlediska možného vývoje závislosti na hře je tato skupina nejohroženější; oblíbenými jsou dobrodružné a akční hry; 2. průměrné schopnosti, hry jsou součástí sociálních aktivit s druhými, soutěživé srovnání se s nimi - má rád simulátory a sportovní internetové hry; 3. velmi inteligentní, hrající hlavně budovací, logické nebo strategické hry, jiní hrají hry účelové k vytváření sociálně zájmových skupin nebo k relaxaci.*“ (Frouzová, 2008, 245).

1.1.1 Druhy závislostí na internetu v kontextu vztahu sociální pedagogiky a adiktologie

V této subkapitole se budeme věnovat popisu jednotlivých druhů závislostí. Hlouběji se čtenář seznámí s internetovou závislostí v kontextu vztahu sociální pedagogiky a adiktologie.

Sociální pedagogika

Zařazení sociální pedagogiky mezi pedagogické obory je poněkud složité. Někteří autoři ji označují jako aplikovanou disciplínu, jiní zase jako obor. Tomuto stavu jistě nepřispělo její potlačení v době totality, v kterém část oblasti zájmu převzala etopedie, coby disciplína speciální pedagogiky. Dnes můžeme říci, že sociální pedagogika má své pevné místo mezi

³Prof. Dr. Kimberly S. je přední světovou odbornicí na problematiku internetové závislosti. Je ředitelkou světově uznávaného centra The Center for Internet Addiction (<http://www.netaddiction.com/>).

pedagogickými obory a stala se multidisciplinárním oborem, který úzce spolupracuje například s jinými pedagogickými obory, sociologií, právem, filozofií, sociální prací, psychologií či adiktologií. Sociální pedagogika je například spojena s takovými postavami pedagogiky, jakými jsou Bláha, Natorp či Lindner. V současné české sociální pedagogice se setkáme kupříkladu s těmito osobnostmi: B. Kraus, V. Poláčková, J. Lorenzová, J. Kořa či S. Klapilová. Pro vymezení předmětu zájmu sociální pedagogiky jsme použili slova našich předních sociálních pedagogů:

B. Kraus uvádí: *„Společně s V. Poláčkovou jsme přesvědčení, že se jedná o speciální (někteří autoři uvádějí aplikovanou) pedagogickou disciplínu s poněkud zvláštním charakterem, a tím je transdisciplinárnost. I když dominuje vztah se sociologií, nejde pouze o interdisciplinárnost. Má výrazně integrující charakter. Z pohledu životní praxe soustřeďuje a dále rozvíjí teoretické poznatky pedagogických, společenských, ale i dalších vědních disciplín. Zaměřuje se na každodenní život jedince, analyzuje jeho životní situace a navozuje takové změny v sociálním prostředí, které napomáhají optimálnímu rozvoji osobnosti a minimalizují rozpor mezi jedincem a společností.“* (Kraus In: Kraus, Poláčková et al., 2001, s. 12).

S. Klapilová (2000, s. 13) uvádí, že ani v zahraničí není jednoznačné vymezení sociální pedagogiky. Má velmi široký záběr od předškolní, mimoškolní mimorodinné výchovy až po celoživotní výchovu včetně přesahu do témat terénní sociální práce. S. Klapilová tvrdí: *„Česká sociální pedagogika se zaměřuje přednostně na tyto oblasti: 1. Prostředí a jeho vliv na utváření osobnosti a pedagogizace prostředí. 2. Prevence a terapie sociálních deviací jedinců a sociálních skupin.“* (Klapilová, 2000, s. 13).

Výčet jistě není vyčerpávající, ale poskytuje orientační pohled na tento progresivně rozvíjející se obor. Sociální pedagogika v rámci primární, sekundární i terciární prevence úzce spolupracuje při řešení otázek kolem závislého chování především s adiktologií. Což potvrzuje i doc. M. Miovský (Miovský In: Miovský, Skácelová, Zapletalová, Novák et al., 2010, s. 15) v monografii Primární prevence rizikového chování ve škole, který tvrdí, že primární prevence má mezioborovou povahu, kde se setkává pedagogika, psychologie, sociologie.

Adiktologie – obor spolupracující se sociální pedagogikou

K vymezení pojmu a samotného oboru jsme využili definici našeho předního adiktologa. „*Adiktologie je obor či odborná disciplína zabývající se zneužíváním drog, drogovými závislostmi a odbornou pomocí osobám a skupině, které jsou drogami ohroženy. Může mít čistě medicínský nebo mezioborový charakter. Pojem se vyskytuje v názvech odborných společností, knih a časopisů. V ČR vychází od r. 2001 odborný časopis Adiktologie.*“ (Kalina, K. et al., 2001, s. 12).

Jedná se o disciplínu, jež navázala na obor alkoholologie a toxikomanie. Jedním z hlavních důvodů vzniku této disciplíny byla skutečnost, že odborná veřejnost začala více pracovat s uživateli nealkoholových drog, a to hlavně nemedicínskou podobou. Jednou z cest bylo vytvoření multidisciplíny adiktologie, která je tvořena třemi pilíři. Pilíř biologický, kterým se zabývá medicína, farmacie, biologie. Dalšími pilíři jsou psychický a sociální, které jsou předmětem zájmu psychologů, sociálních pracovníků, sociologů a pedagogů.

Adiktologie v rámci multidisciplinarity primárně spolupracuje i se speciální pedagogikou a především se sociální pedagogikou a s pedagogy působícími především na základních a středních školách, kam je dnes nejvíce upřena pozornost „adiktologické“ primární prevence. Praxe „adiktologické“ primární prevence především pracuje s klimatem třídy, školy a s interakcemi ve skupinách, podskupinách, které mohou vést či vedou ke vzniku aberantního chování u jedince.

V současnosti se adiktologie vyučuje na 1. LF UK. V náplni studia je vedle léčby i primární prevence či procesní závislosti. Odborná obec se sdružuje díky České adiktologické asociaci⁴. S asociací spolupracují instituce například MŠMT ČR, MZ ČR či MPSV ČR.

Závislost

Odborná obec se přiklání k definování závislosti podle biopsychosociálního (nebo biopsychosociálněspirituálně-filozofického⁵) modelu. Výstižně popisuje závislost tento příklad: „*Jasně jsem si uvědomil, že jsem závislý, když jsem slíbil synovi, že přijdu domů za dvě hodiny, a místo toho jsem přišel za 14 dní.*“ (Nešpor, K. 2000, s. 14). Pozoruhodně

⁴Internetová stránka České adiktologické asociace: <http://www.asociace-adiktologu.cz/>

⁵Rotgers (Rotgers, F. a kol., 1999, s. 26) ve své knize cituje K. Wilbera, který spojuje spirituální oblast s tzv. esoterickou oblastí (vnitřní, skrytou), která nemá spojitost s exoterickou (vnější), známou spíše pod názvem náboženskou.

Jaroslav Skála (1987, s. 14) ve své knize charakterizuje osoby závislé jako jedince se směsí chorob a nedisciplinovanosti, kterým tato choroba život deformuje a zkracuje.

„Z lékařského hlediska je závislost (přesněji „syndrom závislosti“) definována v 10. r. MKN jako seskupení behaviorálních, kognitivních a fyziologických fenoménů, které se vyvinou po opakovaném užívání psychoaktivní látky. V typickém případě zahrnují silnou touhu získat látku, obtíže s kontrolou jejího užívání, trvalé užívání i přes nebezpečné konsekvence a dávání značné přednosti v užívání látky před jinými aktivitami a povinnostmi, zvýšená tolerance a někdy somatický odvykací stav.“ (Smolík, P., 2002, s. 121).

V praxi však většina odborníků pracující s procesními závislostmi si „půjčuje“ pro definování procesní závislosti definice pro drogové závislosti. Pozitivní na věci je, že se odborná obec usilovně snaží o vytvoření izolované diagnostické kategorie.

Závislost na procesech

Procesní závislosti jsou relativně nové, tedy v našem prostředí. Skrze rozvoj moderních technologií můžeme zaznamenat nárůst dotazů laické i odborné veřejnosti, směřující na determinanty způsobující či přispívající ke vzniku procesní závislosti – závislosti na internetu. Pro současnou střední generaci je často tento problém těžko uchopitelný. Děje se tak nejspíš kvůli nezdatnosti v počítačovém a internetovém prostředí, které využívá především k práci či k naplnění volného času, a to spíše sekundárně.

Problematiku léčebného přístupu vystihuje následující text. *„Závislost na procesech se dnes spíše považuje za návykové a impulzivní poruchy, nicméně praxe léčby těchto poruch se léčí společně či velmi podobným způsobem, jako na objektech specifikovaná závislost.“* (Frouzová In: Kalina, 2008, s. 237). Zde je pozorovatelný zobecněný přístup k léčbě těchto závislostí naštěstí před několika lety. Též Karel Nešpor (2000, s. 36) se ve své knize *Návykové chování a závislosti*, která u nás jako jedna z prvních otevírá danou problematiku, zmiňuje o velmi problematickém přístupu při terapii nesubstančních závislostí. Neorobiologové hovoří o velké podobnosti neuropatologie určitých mozkových center zodpovědných například za systém odměny. Zatím je však v praxi pedagogů a adiktologů prevence a léčba procesních závislostí neznámou. Už jen z důvodu, že u substančních závislostí v první fázi prevence odejmeme konkrétní látku. Bohužel u studenta VŠ obtížně můžeme přerušit jeho kontakt s internetem. Snad největší zkušenost s terapií procesních závislostí máme v léčbě patologického hráčství. Podle M. Frouzové (Frouzová In: Kalina

et al., 2008, s. 237-248) procesní závislosti dělíme především podle objektů, a to následujícím způsobem:

- Gambling (též patologické hráčství), závislost na hře,
- Závislost na komunikačních médiích, které dále dělíme:
 - *Závislost na rádiu, hudbě, televizi, videu,*
 - *Závislost na mobilních telefonech,*
 - *Závislost na internetu, virtuální realitě a hrách.*

Jiné dělení přináší V. Spousta (In: Kraus, Poláčková et al., 2001, s. 62-63), který vedle elektronických masmédií (rozhlas, televize, internet, počítač apod.) stanovil i tištěná masmédiá (noviny, časopisy, knihy apod.), ty však předmětem této práce nejsou.

Občas se v odborné literatuře a na internetu můžeme setkat s pojmem „netolismus“, který odborníci používají buď k označení závislosti na komunikačních médiích obecně, a nebo pro označení procesních závislostí on-line. Též se můžeme setkat s dalším pojmem, kterým je „prokrastinace“, což je chorobné odkládání úkolů a rozhodnutí. I tato závislost se řadí mezi procesní závislosti podobně jako „onimánie“, což je označení pro závislost na nakupování či chorobné utrácení peněz.

Závislost na internetu

Jak jsme popisovali v předcházející kapitole, závislost na internetu řadíme mezi tzv. procesní závislosti. I přes prvotní hrubou klasifikaci je velmi obtížné určit hranici pro syndrom závislosti na internetu. Odborná obec diskutuje, kam tento druh závislosti vlastně zařadit. Jedni se přiklání k zařazení k samotným substančním závislostem a jiní k nutkavým poruchám chování. Jiní zase navrhují vytvoření nového klasifikačního oddílu, a to především americká psychiatrická společnost. Dodnes tato kategorie neexistuje, což zákonitě přináší řadu nedorozumění v odborné obci.

„Fenomén problémového používání informačních technologií je diskutovaný již od konce 80. let 20. století.“ (Vondráčková Holcnerová, Vacek, Košatecká, 2009, s. 281). V roce 1989 vyšla kniha *Computer Addictin? A study of Computer dependency*, kterou napsala Margaret A. Shotton. Autorka v knize popisuje závislosti mužů na počítačích, kteří se zaobírali vývojem softwaru a hardwaru. Tito muži zanedbávali své zájmy, rodiny, přátelé.

„Poprvé se o internetové závislosti zmínil americký psychiatr Ivan Goldberg a to v roce 1995. Tento lékař jako první otevřel terapeutickou skupinu pro závislé na internetu.“ (Orzack, 1998, s. 2). Jako první přišel s pojmem závislost na internetu. Podle informací z internetových stránek Centra adiktologie 1. LF UK⁶ se o fenoménu závislosti na internetu zmínila v roce 1996 americká psycholožka Kimberley Young, která též navrhla i první diagnostická kritéria včetně diagnostického nástroje. Díky jejímu odbornému příspěvku se odborná obec začala detailněji zabývat tímto fenoménem.

Na stránkách Centra adiktologie 1. LF UK je zveřejněno praktické rozdělení závislosti na internetu, které více diferencuje tuto závislost podle zaměření uživatele. Odborníci rozlišují 3 hlavní typy závislosti na internetu:

- a) **závislost na online hrách** - nejčastěji se jedná o tzv. multiplayer RPG online hry, čili hry na hrdiny pro více hráčů. Tyto hry umožňují tisícům hráčů na celé planetě sejít se ve stejný čas na stejném místě ve virtuálním fantazijním světě. Mezi ty nejčastěji uváděné v souvislosti se závislostí patří World of Warcraft⁷ nebo Lineage⁸.
- b) **závislost na online komunikaci** - do této kategorie spadají uživatelé internetu, kteří tráví většinu času online komunikací, ať už se skutečnými, či pouze s internetovými přáteli. Může jít o e-mail, chatroomy, diskusní fóra, ICQ, Skype nebo různé sociální sítě typu Facebook, Twiter, Myspace a Lide.cz
- c) **závislost na stránkách s pornografickým obsahem** - sem patří návštěvníci webových stránek s pornografickým obsahem.

Odborná veřejnost uvedené dělení používá především pro zkoumání pohnutek, které rovněž vedou ke vzniku či udržení závislosti. Je to podobné jako u drog či alkoholu, kde sledujeme důvody pro užívání určité látky, což v zárodku vede k opakovanému a vyhledávanému užívání. Odborná veřejnost se v diskusích přiklání k faktu, že nejrizikovější je závislost na online komunikaci přes svou obousměrnou komunikaci, která má tendenci k udržení uživatele na internetu.

⁶Centrum adiktologie 1. LF UK [online]. 2011 [cit. 2012-01-02]. Dostupný z WWW: <<http://www.adiktologie.cz/>>.

⁷World of Warcraft – internetová hra

⁸Lineage – internetová hra

"V klinické praxi se často setkáme s velmi rozdílnými typy závislostního chování: Mladý inteligentní muž s malými sociálními dovednostmi a nízkým sebevědomím, který vyhledává kontakty prostřednictvím stylizované prezentace na internetu, chatu, MUD (typ hry, které se může účastnit více lidí) či kybersex (tj. digitální porno); mladý inteligentní muž nebo žena využívající neúměrně, ale účelově internet s cílem dosáhnout nadprůměrných výkonů ve studiu, podnikání či sebeprosazení - v případě, že dalším šetřením můžeme vyloučit workoholismus a dotýčný je schopný příležitostně i jiné emocionální sociální činnosti, IAD vylučujeme ("vypadá to jako, ale není to ono")." (Frouzová In: Kalina et al., 2008, s. 245).

1.1.2 Gender a závislost na internetu

Diskutujeme-li o závislosti, tak se zákonitě ptáme i na rizikové skupiny. Kdo je závislostí na internetu nejvíce ohrožený? Griffiths (2000, s. 211-218) na základě svých výzkumů zaměřených na výskyt závislosti na internetu podle pohlaví tvrdí, že u mužů je větší výskyt závislého chování, především z důvodu, že internet používají jako energii.

K nalezení odpovědí nám tak mohou pomoci především zahraniční výzkumy, které se identifikací cílových skupin zabývají. Bohužel v našem prostředí jsou provedené pouze dva rozsáhlé výzkumy, které realizovali Šmahel a Simková s Cincerou⁹. Šmahel se zabýval cílovou skupinou od 12 let. Simková s Cincerou se zabývali výskytem internetové závislosti pouze u vysokoškoláků. Ani jeden výzkum však primárně nesleduje výskyt závislosti na internetu podle pohlaví. Hlavním cílem výzkumů je zjistit incidenci internetové závislosti u základního souboru. Šmahel se ve svém výzkumu navíc zabývá i dalšími příbuznými tématy, jako jsou kyberšikana či praktické využívání internetu například při zvládání školních dovedností.

1.1.3 Způsoby odhalování závislosti na internetu

Pro samotné naplnění pojmu „internetová závislost“ je nutná diagnostika a naplnění diagnostických kritérií. Šmahel (2003, s. 140) uvádí obecná kritéria pro závislost na internetu podle Griffithse:

⁹ VONDRÁČKOVÁ, P. - VACEK, J. - KOŠATECKÁ, Z. Závislostní chování na internetu a jeho léčba. *Česká a slovenská psychiatrie*, 2009, č.6-8, s. 283. ISSN: 1212-0383.

- Důležitost - příslušná aktivita (například popíjení alkoholického nápoje nebo "brouzdání" po internetu) se stává nejdůležitější v životě, dominuje myšlení, pocitům, chování. A pokud se právě své závislosti závislý nevěnuje, přemýšlí alespoň, kdy se oné činnosti bude věnovat příště.
- Změna nálady - pokud činnost, na níž jsme závislí, právě nevykonáváme, mění se nám nálada - nejsme schopni se řádně soustředit atp.
- Zvyšování tolerance - tolerance na určitou látku nebo činnosti se zvyšují, to znamená, že musíme hrát počítačové hry čím dál víc, aby nás to těšilo a dostával se příslušný efekt.
- Abstinenční příznaky - po přerušení činnosti, na níž jsme závislí, se dostávají nepříjemné psychické či fyzické pocity.
- Konflikt - dochází ke konfliktu mezi naší závislostí a okolním světem - rodinou, zájmy, prací, školou apod.
- Recidivy - recidivami se rozumí opětovné návraty do dřívějších stavů vyvolaných činností, na níž jsme závislí, to znamená, že se při dalším kontaktu s předmětem naší závislosti dostaneme do již jednou zažívaného stavu podstatně rychleji než při prvním kontaktu.

Šmahel (2003, s. 141) dále uvádí, že různé studie považují za nadužívání (abusus) internetu v rozmezí mezi 5 - 25 hodin týdně a neshodují se ani v názoru, co znamená "normální používání internetu". Dnes však víme, že kvantita, množství stráveného času, není rozhodující pro stanovení diagnózy závislosti na internetu.

Při porovnávání diagnostickými kritérii pro substanční závislosti můžeme sledovat častou shodu, což může odborníky vést k využití kritérií i pro procesní, nesubstanční závislosti. Pro názornost a vlastní porovnání uvádíme diagnostická kritéria pro látkové závislosti. Vybrali jsme si definování podle P. Smolíka (2002, s. 122), který v r. 2002 přišel s druhým vydáním knihy Duševní a behaviorální poruchy. Kniha je nejen diagnostickým nástrojem, ale především terapeutickým. Co knihu dělá poutavou a vyhledávanou, je její srozumitelnost pro nelékařskou veřejnost. Podle 10. revize MKN diagnostikujeme syndrom závislosti podle těchto symptomů:

- silná touha nebo pocit nutkání získat látku;
- zhoršená schopnost sebeovládání ve vztahu k užívané látce týkající se začátku užívání, jeho trvání nebo velikosti dávek a projevující se častým užíváním látky ve velkých

množstvích nebo po období delší, než bylo původně zamýšleno, nebo neustálou touhou nebo neúspěšnými pokusy redukovat nebo regulovat užívání látky;

- patofyziologické projevy odvykacího stavu, jestliže je užívání látky redukováno nebo je látka vysazena, průkazné jako charakteristický odvykací syndrom od látky, nebo užíváním stejné látky (nebo blízkce příbuzné) za účelem oslabení odvykacích příznaků nebo vyhnutí se těmto příznakům;
- průkaz tolerance k účinku látky, kdy k dosažení intoxikace nebo žádoucího účinku je zapotřebí prokazatelně většího množství, nebo zřetelně snížený účinek při trvalém užívání stejného množství látky;
- zaujetí užíváním látky, projevující se opuštěním nebo zredukováním jiných důležitých zálib nebo zájmů v důsledku užívání látky; nebo je většina času věnována činnostem nezbytným k obstarávání, užívání nebo zotavování se z účinků látky;
- trvalé užívání látky navzdory jasnému důkazu škodlivých následků, jak vyplývá z trvalého užívání i v době, kdy si je jedinec vědom (nebo lze očekávat, že si je vědom) charakteru a rozsahu poškození.

V našem prostředí se již adaptovaly diagnostické nástroje, které neukazují přímo na závislost, ale na rizika, která mohou vést ke vzniku závislosti. Diagnostické nástroje identifikace závislosti na internetu se často opírají o nástroje pro jiné typy závislosti, především patologické hráčství. Stěžejní oporou pro nástroje jsou diagnostická kritéria podle Kimberley Young, která autoři Vondráčková Holcnerová, Vacek a Košatecká (2009, s. 282) ve svém článku zveřejňují po modifikaci Bearda a Wolfa. „*Pro diagnostikování závislosti na internetu musí být přítomno všech pět následujících příznaků:*

- 1. Zaujetí internetem (přemýšlení o předcházejících aktivitách na internetu nebo o těch budoucích).*
- 2. Potřeba používat internet ve stále delších časových úsecích, aby člověk dosáhl uspokojení.*
- 3. Opakovaná neúspěšná snaha kontrolovat, přerušit nebo zastavit používání internetu.*
- 4. Neklid nebo podrážděnost při pokusu přerušit nebo vzdát se používání internetu.*
- 5. Překračování původně plánovaného času připojení k internetu.*

Zároveň musí být přítomen alespoň jeden z následujících příznaků:

- 1. V důsledku používání internetu ohrožení nebo riskování ztráty důležitého vztahu, zaměstnání nebo příležitosti v kariéře.*
- 2. Lhaní členům rodiny, terapeutům nebo dalším osobám za účelem zastírání nadměrného používání internetu.*
- 3. Používání internetu jako způsobu útěku od problémů nebo snaha zbavit se dysforické nálady (například pocitů bezmoci, viny, úzkosti a deprese).“*
(Vondráčková Holcnerová, Vacek a Košatecká, 2009, s. 282).

Obecně můžeme tvrdit, že užívání internetu začíná být problematické v okamžiku, kdy zásadně negativně zasahuje do běžného života jedince.

Mezi negativní důsledky nadužívání a závislosti na internetu patří podle Vondráčkové Holcnerové, Vacka a Košatecké (2009, s. 285) na základě Black výzkumu například poruchy osobnosti, jiné závislé poruchy na drogách, afektivní poruchy, bipolární poruchy, úzkostné poruchy, poruchy ovládnání impulzů. Afektivní poruchy potvrzují i studie realizované K. Young. Korejští výzkumníci poukazují i na pozitivní korelaci mezi internetovou závislostí a ADHD.

K objektivnímu posuzování stupně problematického užívání nám slouží různé diagnostické nástroje. Nejčastěji se jedná o sebeposuzovací dotazníky. Jeden z klíčových dotazníků sestrojila již zmiňovaná Kimberley Young. Dotazník IAT (Internet Addiction Test) vychází ze zmíněných diagnostických kritérií. Vedle tohoto dotazníku můžeme využívat i další, ale pouze zahraniční. Podle Vondráčkové Holcnerové, Vacka a Košatecké (2009, s. 285) se jedná především o dotazníky OCS (Online Cognition scale), IRABI (Internet-Related Addictive Behavior Inventory) či CIUS (Compulsive Internet Use Scale).

Využití nástrojů je nosné pro práci s klienty v sekundární a terciární prevenci. Přináší objektivní pohled na aktuální stav. V primární prevenci se s diagnostikováním tohoto sociálně patologického jevu setkáme spíše okrajově. Avšak výsledky dotazníkových šetření mohou sloužit pro praxi primární prevence a včasné intervence.

1.2 Prevence závislostí a systém preventivní péče o děti a mládež

Pojem prevence je využíván především v pomáhajících profesích. Ale můžeme se s ním setkat například v dopravě, zemědělství či vojenství. Obecně hovoříme o opatřeních, systému opatření, které mají předejít nežádoucím vlivům. V případě sociálně patologických jevů

rozdělujeme prevenci do tří hlavních kategorií, a to na primární prevenci, sekundární prevenci a terciární prevenci.

K. Kalina (Kalina In: Kalina et al., 2001, s. 86) uvádí, že současné rozdělení prevence na primární, sekundární a terciární vychází ze zdroje WHO. Prevence se v 50. letech 20. století rozdělila na primární a sekundární. V 60. letech 20. století vznikla prevence terciární.

Pro oblast školskou se prevencí zabývá MŠMT ČR, Úsek prevence a institucionální výchovy. Na internetových stránkách MŠMT ČR se můžeme seznámit s aktualitami z oblasti prevence¹⁰, dokumenty¹¹ a nebo s důležitými kontakty¹².

V září 2011 proběhla konference "Prevence rizikového chování". Mezi „klasickými“ tématy, jako jsou například drogy, šikana, kyberšikana, záškoláctví se objevilo i téma rizikové chování v dopravě. Otevírání nových oblastí, v kterých hrozí výskyt patologického chování, je podle našeho názoru vhodná cesta v rozvoji prevence sociálně patologických jevů. Je správné, že mezi tyto oblasti patří i internetové prostředí, i když spíše ve spojitosti se šikanou, agresivitou či pornografií.

Zajímavé informace vztahující se k prevenci sociálně patologických jevů nalezneme například i na stránkách Národního informačního centra pro mládež, což je oddělení Národního institutu dětí a mládeže¹³, které je přímo řízeno MŠMT ČR. Další významnou institucí je kupříkladu Národní ústav pro vzdělávání¹⁴, který je rovněž řízen MŠMT ČR. Za pozornost určitě stojí i informace z portálu Škola OnLine¹⁵ či Česká škola - web pro základní a střední školy¹⁶. Výčet není zdaleka vyčerpáný. Existují i lokální portály, které mají co nabídnout i mimolokálním zájemcům o informace z oblasti sociálně patologických jevů. Jedním z těchto je Zkola - vzdělávací a informační portál školství Zlínského kraje¹⁷.

1.2.1 Primární prevence

Při studiu odborné literatury se setkáváme s různými definicemi pojmu primární prevence, avšak v základu se shodují. Například v brožuře Vybrané termíny primární prevence pojem autoři z MŠMT ČR definují následovně: " *Primární prevence v nejširším*

¹⁰<http://www.msmt.cz/socialni-programy/aktuality-15>

¹¹<http://www.msmt.cz/socialni-programy/dokumenty-13>

¹²<http://www.msmt.cz/socialni-programy/kontakty>

¹³<http://www.nidm.cz>

¹⁴<http://www.vuppraha.cz>

¹⁵<http://www.skolaonline.cz>

¹⁶<http://www.ceska.skola.cz>

¹⁷<http://www.zkola.cz/zkedu>

pojetí lze nazvat všechny aktivity a činy, které mají za cíl změnit názory, postoje a chování lidí tak, aby u nich nedošlo ke vzniku daného nežádoucího jevu (vzniku závislosti, kriminálního chování, rasismu atd.)." (Kol. autorů, 2007, s. 15).

Výstižnou definici nabízí i Mezioborový glosář pojmů z oblasti drog a drogových závislostí: „*Primární prevence si klade za cíl odradit od prvního užití drogy nebo alespoň co nejdéle odložit první kontakt s drogou. Specifickým cílem je předcházet zvyšování užívání mezi rizikovou populací. Preventivní aktivity se mohou zaměřovat na celou populaci, např. využití masových médií ve vzdělávání široké veřejnosti, na komunity zaměřené iniciativy a programy ve školách zaměřené na většinu studentů a mladých lidí. Primární prevence se může také zaměřovat na ohroženou populaci – jako jsou např. děti ulice, záškoláci, mladiství vyloučení ze školy, mladiství delikventi, děti uživatelů drog atd. V podstatě primární prevence obsahuje tyto hlavní složky:*

- 1. Vytváření povědomí a informovanosti o drogách a o nepříznivých zdravotních a sociálních důsledcích, se zneužíváním drog spojených.*
- 2. Podpora protidrogových postojů a norem.*
- 3. Posilování prosociálního chování v protikladu zneužívání drog.*
- 4. Posilování jednotlivců i skupin v osvojování osobních a sociálních dovedností potřebných k rozvoji protidrogových postojů.*
- 5. Podpora zdravějších alternativ, tvořivého a naplňujícího chování a životního stylu bez drog.“ (Kalina In: Kalina et al., 2001, s. 86).*

Z praxe víme, že největší zastoupení má primární prevence zaměřená na adiktologickou oblast. Původně se orientovala na nealkoholovou drogovou problematiku. Postupem času se rozšířila na sekundární důsledky užívání drog, jako je například přenos pohlavních chorob. V současné době se zaměřuje i na procesní závislosti.

Jistou strukturu preventivních protidrogových programů utvářejí Standardy odborné způsobilosti poskytovatelů programů primární prevence užívání návykových látek MŠMT ČR. Standardy nařizují poskytovatelům primární prevence realizovat pouze komponované programy, které poskytují a zaměřují se i na neadiktologickou oblast. V praxi takový program může obsahovat adiktologickou problematiku jen okrajově a primárně se může orientovat například na rasismus, šikanu apod. Již je historií, kdy protidrogový primární program byl zaměřen výhradně na drogovou oblast. Vyskytne-li se v současné době takovýto program, můžeme hovořit o nekvalitním programu.

Vedle těchto dělení primární prevence se setkáváme s dělením na specifickou a nespecifickou primární prevenci.

Specifická primární prevence je realizována především pro rizikové skupiny. Programy jsou cíleně orientované na sociálně patologické jevy, ale též se můžeme setkat i se specifickým zaměřením například na xenofobii, šikanu apod.

Nespecifická primární prevence je často bází prevence samotné. Jedná se například o volnočasové programy, jež mají za cíl všestranný rozvoj jedince po stránce biopsychosociální. Právě pozitivní ovlivňování hodnotového žebříčku, postojů, výběr vzorů a identifikace s nimi je základním úkolem dnešní primární prevence.

Podle autorů Nešpora, Csémyho a Pernicové (1998, s. 6) je pro praxi intervenisty vhodné vycházet z dělení primární prevence na tyto tři podskupiny:

1. *Všeobecná prevence*, která je určena celé populaci, např. všem žákům ve třídě. Zde jsou nejúčinnější malé interaktivní programy jako jsou peer programy.
2. *Selektivní prevence*, je určena těm, u nichž existuje z nějakého důvodu zvýšené riziko (např. děti, jejichž rodiče jsou závislí, těm, kdo ve škole selhávají, atd.).
3. *Indikovaná prevence*, je určena těm, u nichž ještě není možné diagnostikovat škodlivé užívání nebo závislost, ale kteří vykazují některé varovné známky užívání návykových látek.

Například primární protidrogová prevence se podle Výroční zprávy o stavu ve věci drog v ČR z r. 2001 (2002, s. 85-88) realizuje na několika úrovních:

1. Ve školních zařízeních (například v rámci Minimálního preventivního programu).
2. V mimoškolních programech pro mládež – jedná se o volnočasové aktivity pro děti a mládež (např. sportovní a kulturní a jiné zájmové aktivity).
3. Jako rodinná prevence (v České republice máme 4 skupiny):
 - a) edukativní programy pro rodiče (např. besedy),
 - b) programy zaměřené na předcházení rizikovému chování rodičů (v praxi jsou min. realizovány),
 - c) programy s aktivním podílem rodičů (jedná se o programy komunitního typu, např. zapojení rodičů do programu minimálního preventivního programu školy),
 - d) podíl rodičů na úrovni spolupráce se školou.

4. Jako jiné programy

- a) Peer programy¹⁸,
- b) linky pomoci po telefonu,
- c) komunitní programy,
- d) masmediální kampaně,
- e) internet,
- f) primární prevence na pracovišti.

Z výše uvedeného přehledu dělení primární prevence můžeme vyvozovat, že se jedná o velmi širokou oblast, která se bohužel věnuje spíše školním dětem a mládeži.

Zajímavá diskuse se vede právě kolem intervence u předškoláků. Současný stav například výstižně kritizuje Jiří Pilař: „*Včasnou intervencí u rodin s dětmi ze sociálně rizikového prostředí v předškolním věku se u nás podstatně nezabývá nikdo a v odborných kruzích je k této problematice stále ambivalentní vztah.*“ (Pilař In: Jedlička, Klíma, Kořa, Němec, Pilař, 2004, s. 302).

Oblastí primární prevence u předškolních dětí se v našem prostředí zabývá zdravotnictví a sociální služby, které nabízí dva typy služeb. Jedná se o službu rané péče a sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi.

V pedagogice se setkáváme se službami pedagogicko-psychologickými, které jsou realizovány podle příslušné legislativy. Vyhláška MŠMT ČR č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, která určuje pravidla pro poskytování především prevence primární a sekundární, je jedna ze stěžejních legislativních opor.

Primární prevence směřovaná i na nevhodné chování na internetu doposud není vypracovaná. Proto se zahrnuje do oblasti drogové problematiky a závislostí obecně. Stejně tak sekundární a terciární prevence je realizována na základě přístupů jako například u patologických hráčů.

¹⁸Peer program byl popsán v Učitelských novinách č. 23/1994, č. 24/1994 a č. 37/1995.

1.2.2 Sekundární prevence

Můžeme tvrdit, že sekundární prevence se zaměřuje na předcházení vzniku, rozvoje a přetrvávání sociálně patologických jevů u osob, které jsou již zasažené sociálně patologickými jevy.

V praxi se se sekundární prevencí setkáme v rámci včasné intervence, poradenství, léčení či resocializace. Hlavním smyslem je zabránit chování, které může vést například k antisociálnímu chování.

Prevenčí jak primární, tak sekundární se zabývají různá poradenská centra. Jedná se o školy, pedagogicko-psychologické poradny, speciálně pedagogická centra a střediska výchovné péče pro děti a mládež či sociální a zdravotnické organizace.

Je velmi obtížné určit jasnou hranici mezi jednotlivými prevencemi a někteří autoři například primární a sekundární spojují, jak je tomu například v knize *Mládež a delikvence* od Matouška a Kroftové (2003, s. 265).

Při sekundární prevenci využíváme různých přístupů, avšak jistou bází je podle Jedličky (Jedlička In: Jedlička, Klíma, Kořa, Němec, Pilař, 2004, s. 26) vhodná orientace ohrožených dětí a dospívajících na skupiny s prosociálním programem, ať už jde o zájmové kroužky, různé mládežnické oddíly nebo sportovní či turistické kluby, v nichž se mladí mohou realizovat, kde se lze prospěšně zařadit a zažít uznání.

Můžeme doporučit i preventivní působení v různých kulturních, sociálních a zdravotních organizacích v rámci dobrovolnictví, které u nás nabývají na významu. Stejně významné je aplikování psychoterapie jak individuální, skupinové, tak i komunitní či rodinné.

1.2.3 Terciární prevence

Terciární prevence se orientuje na předcházení vážnému či trvalému psychosociálnímu poškození, které je způsobeno nevhodným chováním. V tomto smyslu je terciární prevencí poradenství, intervence, motivační pohovory, léčba, resocializace či rehabilitace. Terciární prevence se věnuje dětem, dospívajícím, u nichž již vzniklo odchýlné chování a kde je třeba zabránit dalšímu rozšiřování či recidivě tohoto nevhodného chování.

Například v adiktologii podle K. Kaliny (2001, s. 97, 109) do terciární prevence patří resocializace či sociální rehabilitace u klientů, kteří prošli léčbou vedoucí k abstinenci nebo se zapojili do substituční léčby a abstinují od nelegálních drog. Ale též tam patří intervence

u klientů, kteří aktuálně drogy užívají a jsou rozhodnuti užívání zanechat, souborně zvané Harm Redukcion¹⁹ – zaměřují se především na snížení zdravotních rizik, zejména přenosu infekčních nemocí při nitrožilním užívání drog.

Obtíž s určením hranice mezi terciární, sekundární a primární prevencí můžeme nalézt i u skupiny delikventní mládeže. K této problematice autoři Matoušek a Kroftová dodávají: *"Přesto se domníváme, že vést úplně jasnou hranici mezi preventivním programem a intervenčním programem není možné, některých druhů programů využívá jak mládež potencionálně ohrožená, tak mládež, která se již kriminálního chování dopustila"*. (Matoušek, Kroftová, 2003, s. 265).

Velmi diskutovanou je terciární prevence realizovaná při výkonu trestu odnětí svobody. Stejným dlouhodobým až trvalým negativním zážitkem může být i pobyt v psychiatrické léčebně. Při socializaci jedince je zážitek z pobytu v psychiatrické léčebně velmi negativní a doslova stigmatizující jev. Proto je vhodnější, když volíme, je-li to produktivní, ambulantní institucionalizovanou péčí. Dnešní trend jde ještě dál a preferuje terénní péči, která však často z etického a metodického důvodu není možná.

1.2.4 Legislativní a metodické opory pro preventivní činnost na školách

Při sestavování přehledu důležitých dokumentů, jež mohou sehrát roli opory pro preventivní práci, musíme nejdříve definovat, na jakou oblast se ptáme. V současnosti se téma primární prevence vyskytuje především v pedagogické, sociální a nebo zdravotnické legislativě. Pro tuto práci jsme zvolili oblast pedagogickou.

Záměrně se ve výčtu zaměřujeme na původní předpisy, neboť jsme si vědomi, že legislativa či metodické pokyny se neustále mění. Aktuální výčet příslušných předpisů najdeme například na internetových stránkách MŠMT ČR²⁰.

Mezi stěžejní předpisy řadíme například:

- Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon),

¹⁹**Program HR** (včasná intervence, minimalizace rizik). Program je nejčastěji realizován v rámci terénních programů nízkoprahových kontaktních center, nebo v metadonových programech. Z pohledu léčebného procesu je důležité stabilizovat klienta a začít tak pracovat s jeho motivací k terapii.

²⁰<http://www.msmt.cz/socialni-programy/prehled-vybranych-platnych-predpisu-pro-oblast-prevence>

- Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních,
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže.

Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže je dokument, který konkretizuje jednotlivé role a činnosti v oblasti primární prevence rizikového chování. Vychází z jiných metodik či plánů jako je například Strategie prevence rizikového chování u dětí a mládeže v působnosti resortu školství, mládeže a tělovýchovy, Národní strategie protidrogové politiky či Strategie prevence kriminality.

Důležitým, i když ještě ne zdaleka známým dokumentem vydaným MŠMT ČR v roce 2008, jsou Standardy odborné způsobilosti poskytovatelů programů primární prevence užívání návykových látek, revize 18. 12. 2008. Tento dokument upravuje činnost především externích poskytovatelů primární prevence. Zaměřuje se nejen na oblast adiktologickou, ale i na jiné sociálně patologické jevy. Na internetových stránkách MŠMT ČR nalezneme i mimoškolské oblasti, jež se prevencí zabývají. Jedná se o oblast trestněprávní, zdravotnickou či sociální.

Cílem této kapitoly není provést výčet všech předpisů, ale čtenáře seznámit především se základními zdroji informací. Kriticky se domníváme, že v den vydání této práce již některé dokumenty nebudou aktuální. Například MŠMT ČR v roce 2011 vydalo aktualizované Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže č.j.: 21291/2010-28, s doporučujícím materiálem (manuálem) „Co dělat když“, který obsahoval praktické doporučení, jak se zachovat při výskytu konkrétního rizikového chování ve školských zařízeních. Následně došlo k jeho stažení pro výskyt sporných pasáží. V roce 2012 by mělo být vydáno revidované Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže s novým doporučujícím materiálem „Co dělat když“.

1.2.5 Role střední školy v primární prevenci

V předcházející kapitole jsme představili obecné legislativní a metodické opory pro školská zařízení. Následně poukážeme na opory, které mohou školy využít. Jedním z ústředních materiálů je Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže vydaný a aktualizovaný MŠMT ČR. Neméně důležitou je Strategie prevence rizikových projevů chování u dětí a mládeže v působnosti resortu MŠMT na období

2009-2012. Strategie nejen vymezuje pojmy jako je primární či sekundární prevence, ale i identifikuje oblasti, na které je dobré se v daném období zaměřit. Strategie dále nabízí pohled na vertikální a horizontální organizační systém primární prevence v ČR. Na vertikální úrovni představuje organizaci směrem od MŠMT ČR k jednotlivým školám, školním metodikům prevence.

V dokumentech se hovoří nejen o významné roli školy v prevenci sociálně patologických jevů, ale též zdůrazňuje nezastupitelnou roli rodiny. Podle vertikálního organizačního schématu primární prevence je každá škola, tedy i střední škola zodpovědná za realizaci minimálního preventivního programu, na jehož tvorbě se podílí nejen ředitel, školní metodik prevence, případně výchovný poradce, psycholog, ale i třídní učitelé a vychovatelé. Preventivní působení není jen záležitost několika pedagogů, ale celé střední školy. Samotné nevhodné školní a třídní klima může být podhoubím pro vznik nevhodného chování u studentů.

Střední škola tvoří nejen preventivní program, ale například školní psycholog, školní metodik prevence či výchovný poradce může poskytnout poradenskou činnost v okamžiku výskytu sociálně patologického jevu. V případě potřeby odkazuje studenta do jiného odborného zařízení, pro které je indikovaný. Nedílnou součástí je i spolupráce s rodinou studenta a místní komunitou.

Podle Vyhlášky č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních má školní metodik prevence klíčovou roli při poradenství, koordinaci tvorby preventivního programu a metodickém vedení činnosti pedagogů v oblasti prevence sociálně patologických jevů. Školní metodik prevence má významnou roli při odkazování studentů k dalším odborníkům. Má přehled o službách, které student v tom či onom zařízení dostane. Zároveň s těmito zařízeními úzce spolupracuje a konzultuje případné problémy či samotnou tvorbu preventivního programu.

Minimální preventivní program staví na efektivní primární prevenci. Oporou může být i zmiňovaná spolupráce s jinými odborníky, i mimo oblast školství. Významným nástrojem jsou i Standardy odborné způsobilosti poskytovatelů programů primární prevence užívání návykových látek. Minimální preventivní program je dynamický nástroj, který neustále prochází revizí a tím reaguje na nové trendy a aktuální stav na půdě školy. Pro měření efektivity lze využít evaluace, která přináší objektivní informace třeba o stavu výskytu sociálně patologických jevů.

1.2.6 Ovlivňování studentů středních škol v primární prevenci

Prevenčí myslíme nejen náhodné setkávání za účelem předání potřebných informací o problematice, ale každodenní působení v rámci vyučování i mimo něj. Pouze aktivní nezastrašující informování o důsledcích zvýšeného a nevhodného používání internetu může vést k efektivnímu využívání tohoto i didaktického nástroje. V subkapitole Role střední školy v primární prevenci popisujeme konkrétnější činnosti střední školy při prevenci sociálně patologických jevů. Jedinec je na poli specifické primární prevence ovlivňován sekundárně například přes procesy učení, rozvoj prosociálního chování či kvalitních interakcí. Současné metodiky MŠMT ČR nabízejí řadu kvalitních i méně kvalitních programů, aktivit, které lze využít k ovlivňování výše uvedených oblastí. Dodnes v našem prostředí neexistují specifické preventivní programy zaměřené na prevenci internetové závislosti. Spíše se můžeme setkat s programy, které jsou zaměřené na kyberšikanu a bezpečné surfování na internetu. Jedním takovým programem je Saferinternet.cz Českého národního centra bezpečnějšího internetu. Mezi přínosné pokládáme i kampaň O₂ v rámci projektu Minimalizace šikany. Pro úplnost k problematice kyberšikany uvádíme klíčové weby²¹.

K. Nešpor²² na svých internetových stránkách nabízí materiály, které lze využívat při komponování programu specifické primární prevence se zaměřením na internetovou závislost. Mezi kvalitní tištěné zdroje zabývající se primární prevencí můžeme zařadit publikace Jak na škole vytvořit zdravější prostředí²³ a nebo doposud nejrozsáhlejší monografii Primární prevence rizikového chování ve školství²⁴. Bohužel ani jedna publikace nepřináší informace o internetové závislosti a práci s ní. Je proto úkolem sociálních pedagogů zaměřených na adiktologii působících v primární prevenci takový materiál vytvořit.

Internetové prostředí umožňuje vyhybat se významným vývojovým úkolům, které jedinec v realitě odmítá či zatím nezvládl. Primární prevence mu tak může nabídnout možnosti či konkrétní kroky k podpoře biopsychosociálního vývoje včetně vytváření příznivých podmínek pro rozvoj identity. Primární prevence je významnější u jedinců, kteří jsou ohroženi závislostí. K jejich vyhledávání můžeme v praxi využít kupříkladu nástroj

²¹www.e-bezpeci.cz, www.saferinternet.cz, www.minimalizacesikany.cz, www.hoax.cz či www.bezpecne-online.cz

²²<http://www.drnespor.eu/addictcz.html>

²³ÚŘAD VLÁDY ČR. *Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí. Příručka o efektivní školní drogové prevenci*. 1. vyd. Praha: Úřad vlády české republiky, 2005. ISBN: 80-86734-38-2.

²⁴MIOVSKÝ, M.- SKÁCELOVÁ, L.- ZAPLETALOVÁ J.- NOVÁK, P. ET AL. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. 1. vyd. Praha: Scan et 1. LF UK a VFN, 2010. ISBN: 978-80-87258-47-7.

Tarterův dotazník²⁵, který je adaptovaný pro naše prostředí. Jeho nevýhoda je, že je orientovaný spíše obecněji, ale jeho síla je v samotném zjišťování aberačního chování u dětí a mládeže. Obsahuje i část pro okolí dotazovaného (rodič, učitel). Na závěr hodnocení se provádí komparace výsledků z jednotlivých částí.

Při ovlivňování dospívajícího je nutné aktivovat triádu rodič - pedagog (škola) - student. Vést v triádě dlouhodobě debaty o patologii internetu a jeho vlivu na utváření mezilidských vztahů a osobnosti studenta. Zvýšenou pozornost je třeba věnovat citlivým obdobím jedince, prepubertě a pubertě. Nezbytná je i návaznost na specializovaná zařízení, zaměřující se na sociálně patologické jevy se zkušeností s internetovým prostředím (u mimopražských to bývá často problém).

Dále je nutná erudovanost pedagogů, především těch, kteří doporučují či určují počítač a internet pro zpracovávání úkolů, což je dnes poměrně běžné. Důležitá je též osvěta rodičů, například v rámci třídních schůzek. Ideál je, v rámci tvorby učebních plánů, počítat s průměrnou časovou dotací stráveného času na internetu u jednotlivých domácích úloh. Vedle zmíněných postupů můžeme doporučit zprostředkovat primární informace například na nástěnkách či zejména v těchto vzdělávacích oblastech: Člověk a zdraví, Člověk a jeho svět, Informační a komunikační technologie.

Důležité je také dát prostor výzkumu patologií v internetovém prostředí. Tento problém je v naší společnosti novým fenoménem. Doposud zahraniční ani tuzemská odborná obec dostatečně nezareagovala na tento plíživý problém. Pokud se nezačneme cíleně věnovat prevenci, je zde ohrožena zdárná socializace a osobnost jedince.

1.2.7 Prevence a léčba závislosti na internetu u dospívajících

V této subkapitole se budeme zabývat současným stavem v oblasti prevence a léčby závislého chování na internetu s přihlédnutím ke světovým trendům.

V současné době odborná veřejnost hledá inspiraci v přístupech zaměřených na procesní závislosti. Jedná se především o preventivní a léčebné postupy u patologického hráčství, které se stejně jako závislé chování na internetu řadí do stejné kategorie duševních nemocí - Nutkavé a impulzivní chování. Na svou konkrétní klasifikaci však stále čeká.

²⁵Tarterův dotazník: *Dotazník pro dospívající identifikující rizikové oblasti* (volně podle R. E. Tartera). Vydal Státní zdravotní ústav v nakladatelství Fortuna, Praha 1998.

Léčebné a preventivní přístupy pro dospívající jsou podobné jako u dospělých s přihlédnutím ke specifickým vývojového období. V naší zemi se touto problematikou zabývají psychoterapeuti, psychologové a v poslední době i adiktologové, sociální pracovníci či sociální pedagogové.

Specializovaná pobytová zařízení v ČR neexistují. S klienty se závislostí na internetu se můžeme setkat v PL v Bohnicích, kde primář Karel Nešpor je jedním z prvních českých odborníků. Ucelené a kvalitní informace o závislosti na internetu a její léčbě můžeme získat ze stránek Centra adiktologie²⁶ 1. LF UK, které zřídilo ambulanci i pro tento druh závislosti.

Karel Nešpor (2012, s. 1) přichází s doporučením, jak přemoci závislé chování na internetu. Ve svém doporučení upozorňuje na skutečnost, že se nejedná o závislost v pravém slova smyslu. Pro některé lidi je to ale reálný a vážný problém. Podobně jako u jiných návykových nemocí je často dříve zneklidněno okolí postiženého - například rodiče, když jejich dítě přestalo chodit do školy. Konkrétní doporučení je například vytvoření nejméně 12 nepříjemností souvisejících s internetem, plánování aktivit, používat počítač na konkrétní úkoly a ve vymezeném čase a občas si dávat počítačový půst. V případě nutnosti volat linku pomoci 284 016 666.

Mezi léčebné přístupy podle autorů Vondráčkové Holcnerové, Vacka a Košatecké (2009, s. 281-289) řadíme farmakoterapii a psychoterapii. Ve světě se problematikou závislosti na internetu zabývají specializovaná zařízení. V USA, Korei, Číně vznikají specializované kliniky pro uživatele se závislostním chováním na internetu. Mezi konkrétní psychoterapeutické přístupy patří kognitivně-behaviorální terapie, terapie realitou zaměřená na zvyšování sebevědomí a snižování závislosti a rodinná terapie. Autoři dále uvádějí, že většina autorů se shoduje na skutečnosti, že není reálné si v rámci terapeutických intervencí klást cíl v podobě celoživotní abstinence od používání internetu. Místo toho je doporučeno zaměřit pozornost na kontrolované používání internetu. Cílem je tedy spíše přerušit používání problematických internetových aplikací jako jsou online hry, pornografické stránky či chatování.

Young (2007, s. 672) při aplikaci KBT vychází z Devisova pojetí, které se zdá být vhodné i u jiných typů impulzivního a nutkavého chování. Mezi konkrétní metody patří: zmapování dne s praktikováním opaku, stanovování cíle, vnější upozornění, abstinence, upomínkové karty a zmapování zanedbaných činností.

²⁶<http://poradna.adiktologie.cz/>, tel. 224965097, 776560551, ambulance@ambulance.cz

Jako nepostradatelnou se jeví rodinná terapie, která se jako u jiných typů závislostí a poruch chování zaměřuje na edukaci rodiny, interpersonální oblast a celkovou podporu systému.

Z výše uvedeného plyne, že je třeba se orientovat na dvě hlavní oblasti, a to na samotné užívání internetu a na příčiny, které jedince vedou k nadužívání internetu. Proto se zaměřujeme například na sebevědomí, poruchy osobnosti, nálady a úzkosti a stavy plynoucí z nezdarů v dospívání, jako jsou například vztahové či intrapsychické spojené s vývojem identity.

1.3 Identita dospívajícího

Pojem identita je skloňován v různých vědách. Například v kriminalistice, psychologii či sociologii. Velmi obecně identita znamená nezaměnitelnost, specifčnost, individualitu. V této práci se však budeme zabývat identitou z pohledu společenských věd, konkrétně psychologických, sociologických a pedagogických. S pojmem identita se nejčastěji setkáváme při popisu ontogenetického období dospívání. Teorie psychosociálního stadiálního vývoje podle E. H. Eriksona identitě v dospívání přikládá velký význam, je stěžejní v samotném psychosociálním vývoji jáství. Ve společenských vědách pojem identita má širší, než jen intrapsychickou rovinu. Naši identitu můžeme nejen aktualizovat přes druhé osoby, skupiny, kultury, ale naše identita může aktualizovat identitu jiné osoby.

"Původní význam slova tak, jak jej nacházíme ve slovnících, říká, že identita znamená totožnost, stejnost osoby (věci) v čase ve všech okolnostech. Slovníky dále uvádějí jako synonymum slova identita také individualita, osobnost; skutečnost, že osoba je sama sebou, a nikoli něčím jiným." (Bačová In: Výrost, Slaměnik, 2008, s. 109). "Identita se soustavně tvoří a přetváří. Není daná. Je to hledání plurality měnících se významů. Ověřuje se praxí, nikoli teoriemi. Identita se vytváří v příbězích, které vyprávíme jiným i sobě." (Bačová In: Výrost, Slaměnik, 2008, s. 123). "Kontinuita identity já je udržována upevnováním jména, pocíťováním vlastního těla, majetnictvím a dalšími činiteli, zejména však chováním druhých lidí vůči nám." (Nakonečný, 1997, s. 181).

Zkoumáním identity se dlouhou dobu zabývají různé psychologické a sociologické směry. Podle Bačové (Bačová In: Výrost, Slaměnik, 2008, s. 114) se jedná především o psychoanalýzu reprezentovanou E. H. Eriksonem, jenž se zaměřuje na ego identitu, dále pak například o mikrosociologii či teorii sociální identity a meziskupinových vztahů.

Právě vnímání nás v očích druhých nám pomáhá při vytváření hodnocení, sebehodnocení a následně postojů k druhým a k okolí obecně. Přirozeností je výběr osob, skupin, kultur, které nám vyhovují, jež nás vnímají pozitivně nebo nám něco chybějícího dodávají. Bohužel tento výběr v období dospívání může být i nevhodný. Jedno z míst, kde výběr můžeme realizovat, je kupříkladu virtuální realita.

"Právě komunikace prostřednictvím elektronických médií (a internetu) podporuje a rozvíjí možnosti a úskalí postmoderního pojetí identity." (Šmahel, 2003, s. 39). Náš přední psycholog internetu David Šmahel (2003, s. 40) pojednává o reprezentaci naší identity prostřednictvím internetu, kde v rámci virtuální reprezentace vkládáme části svého myšlení a pocitů. „Stejně jako běžná identita obsahuje také identita virtuální aspekt osobní a sociální identity. Osobní virtuální identita se vztahuje k tomu, čím jsem jako osoba ve virtuálním prostředí, či spíše čím je moje reprezentace této osoby ve virtuálním prostředí. Sociální virtuální identita charakterizuje to, kam patřím ve virtuálním prostředí, čeho jsem součástí, respektive kam patří moje virtuální reprezentace.“ (Šmahel, 2003, s. 41).

Občasná snaha o striktní oddělování běžné reálné nevirtuální identity od identity virtuální není zcela na místě. Ve virtuálním prostředí jsme to přeci pořád mi, akorát že nás neovlivňuje kupříkladu rodina, škola, tisk, ale virtuální prostředí. To co žijeme ve virtuální prostředí má velkou podobu s prostředím reálným. I v reálném máme sklony ke stylizaci, především jednali se o neznámé prostředí, a to například z důvodu našeho přijetí, stejně tak, jak se tomu děje na internetu. Spíše je vhodné si pro pochopení rozdílů mezi reálným a virtuálním, pojmenovat virtuální obecně jako anonymní. Avšak velmi obtížně se můžeme reprezentovat jako jedinec s opačným pohlavím či jedince bez zjevného rozsáhlého tělesného handicapu, pokud ho máme.

Autor dále pokračuje: *"Do své virtuální reprezentace však také můžeme vložit více či méně vědomě aspekt sebe sama, své osobnosti, například sebe jako osobu opačného pohlaví, sebe jako vysoce agresivního jedince, sebe jako osobu vysoce komunikativní, sebe jako starce nebo naopak mladého adolescenta. Jednání této virtuální reprezentace pak může být ovlivňováno nevědomými tendencemi jejího majitele, stejně jako je tomu v reálném prostředí." (Šmahel, 2003, s. 41).*

V této kapitole jsme již otevřeli téma identita versus virtuální prostředí. Pro zájemce je literatura od Davida Šmahela²⁷ velmi cenným zdrojem tuzemských informací. Jako jeden z mále zabývá psychologií a sociologií internetu. Podrobně se ve svých pracích zaobírá jevy,

²⁷Osobní stránka doc. PhDr. Davida Šmahela, Ph.D.: <http://is.muni.cz/osoba/davs>

kteří mohou ovlivňovat dospívající v internetovém prostředí. V dalších kapitolách se budeme zabývat různými pozitivními a negativními aspekty virtuální identity především u dospívajících, kteří jsou podle výzkumů nejpočetnější skupinou co do stráveného času na internetu.

1.3.1 Utváření identity

Identita vyjadřuje především jedincovu neopakovatelnost, jedinečnost. Zdálo by se, že se jedná o statický jev, opak je však pravdou. Tento jev má mnoho dynamického, vývojového. Identita se vyvíjí od našeho narození a významnou gradaci zaznamenáváme v období dospívání. Druhá polovina pubescence a především adolescence jsou obdobími, kde u jedinců můžeme pozorovat velké duševní změny například v postojích k druhým, k sobě, k světu.

V předcházející kapitole jsme hovořili o E. H. Eriksonovi, který při tvorbě své psychosociální teorie primárně vycházel z Freudovy psychosexuální teorie. Podle autora psychosociální teorie E. H. Eriksona je v období adolescence hlavním vývojovým úkolem vytvoření vlastního já (tzv. ego-identity). Vágnerová (2000, s. 222) uvádí, že E. H. Erikson připisuje období pubescentnímu významnou úlohu, neboť v tomto období dochází k rozvoji identity. *„Dětská identita byla závislá na konkrétní realitě, hlavně na názorech jiných osob. Pro dítě bylo podstatné, jak vypadá, co dělá a jak je definují dospělí, zejména subjektivně důležité authority.“* (Vágnerová, 2000, s. 222).

Pubescent však dětskou identitu odmítá a pomalu začíná přijímat identitu novou, směřující k dospělosti. Výsledkem má být v ideálním případě integrovaná, stabilní osobnost znající a přijímající své životní role. *"Adolescenti si vytváří svou vlastní kulturu, která se projevuje v demonstrování potřebě volnosti a experimentování, nechutí k definitivnímu řešení vlastní situace, k volbě, která by pro ně znamenala omezení a ochuzení."* (Vágnerová, 2000, s. 254).

Matoušek a Kroftová (2003, s. 81) k problematice separace od původní rodiny uvádí, že dospívající si svou identitu musí vytvořit při střetu se „světem dospělých“ a hlavním prostředkem při hledání svého já je vrstevnická skupina, která se stává nejvýznamnější referenční skupinou, a která zastihuje i doposud nejvýznamnější skupiny, včetně původní rodiny.

Můžeme konstatovat, že právě vlivem pestré individuální variability může adolescent v experimentu zkoušet i nevhodné, nezdravé způsoby, mezi které řadíme kupříkladu

zneužívání drog, nevhodné využívání internetu například při hledání odpovědí na životní otázky typu: *"Co jsem?, Kam směřuji?, Proč musím.....?"*

Langmeier, Krejčířová popisují problematiku vývoje sebepojetí, kde identita je součástí, takto: *".....součástí širšího vývojového úkolu dospívajícího, kterým je bezesporu kromě emancipace od rodiny i dosažení jasného a stabilního pocitu vlastní identity. Mladý člověk, v tomto období hledá odpověď na řadu základních otázek: kým jsem a jaký jsem, kam patřím a kam směřuji, jaké hodnoty jsou v mém životě nejvýznamnější."* (Langmeier, Krejčířová, 1998, s. 156).

Vágnerová (2000, s. 255) zdůrazňuje, že také naše vlastní tělo je důležitou součástí identity, tento postřeh považujeme za zvláště významný v období, kde se dokončuje tělesný vývoj a zevnějšek se stává důležitou součástí sebeobrazu. Utváření identity v dospívání je spjato i s nejistotou. Z nejistoty pak můžou pramenit například stavy úzkosti, deprese, útoky z reality přes drogy, promiskuita, přejídání se či internetové brouzdání.

Zajímavý existenciální pohled přináší R. D. Laing (2000, s. 109), který poukazuje i na další specifika, která se vyskytují při utváření uvědomování si sebe sama v období adolescence: *„Ke zvětšení a zesílení pocitu uvědomování si vlastního bytí prakticky vždy dochází v adolescenci. Doprovázejí ho dobře známé jevy, jako je plachost, červenání a všeobecná rozpačitost. Taková neohrabanost snadno probouzí nějaký pocit viny subjektu.“* (Laing, 2000, s. 109). Opět můžeme tvrdit, že těmto specifickým se velmi obtížně vyhneme v reálném nevirtuálním prostředí, avšak virtuální nás může těchto pocitů i zcela zbavit.

Internetové prostředí může být tak vhodným prostředím pro vytváření identity a separace od primární rodiny. Opět je třeba upozornit na skutečnost, že referenční skupina nemusí být zcela bezpečná, ale pro dospívajícího může být vhodným okamžitým tlumičem neuspokojení, nenaplnění v reálném nevirtuálním světě. Sebereflexe a sebekritika jsou to, co u dospívajících je zatím ve vývoji, avšak nevhodný vzor a výběr preferencí může tento vývoj omezit, ohrozit, znemožnit.

V následující kapitole se budeme hlouběji zabývat rizikovými faktory v období dospívání při utváření identity.

1.3.2 Rizikové faktory u dospívajících při utváření identity

Obecně můžeme rizikové faktory rozdělit do dvou hlavních oblastí, intrapsychické a sociální. Pro tuto práci je významná oblast sociální. Je však třeba zdůraznit, že nelze tyto oblasti od sebe separovat, neboť se navzájem podmiňují.

Každý dospívající prochází riziky a náročnými životními situacemi, i když se některé nezdůrazňují. Jedná se mimo oblast interpersonální například o poruchy nálady a emocí. Sníženou či depresivní náladu můžeme identifikovat u mnoha dospívajících, a mohou vést až k suicidálním tendencím

Autoři Langmeier a Krejčířová (1998, s. 149-150) k tomuto tématu uvádějí, že dospívající má problémy k uchopení vlastních emocí, nerozumí jim, je ze svého chování zmatený a v rámci racionalizace si ho zdůvodňuje. Jiní dospívající se chovají inhibovaně. Nechávací se unášet vlastními fantaziemi nebo si libují v pocitech ublížení. Setkat se můžeme s filozofováním, které je útekem od reálného bytí ve své rodině. Problém jsou predisponovaní jedinci, kteří mohou trpět úzkostnými stavy a nejistotami, které se mohou vyhrotit v osobnostní rys a nebo v neurotické či psychotické symptomy.

Tlak, který je na dospívajícího vyvíjen ze strany rodičů či školy je velký, stresující, frustrující a každý citlivější dospívající není zcela schopen mu odolat. Volba obran je tak východiskem z diskomfortu.

Hovoříme-li o rovině sociální, zákonitě se zaměřujeme na referenční skupiny, jež dospívající volí v rámci skupinové identity, která je předstupeň identity individuální. Skupinová identita je významná pro budoucí individuální jedincovo bytí. Jako rizikové vnímáme nevhodnou volbu referenční skupiny.

Vágnerová (2000, s. 268-269) zdůrazňuje, že skupina nabízí sebevymezení jedince přes vnější znaky (oblékání, chování apod.) a přes příslušnost k nějaké skupině. Identifikace se skupinou je většinou přechodná fáze, která zbavuje jedince určité zodpovědnosti. Mezi nevhodné můžeme zařadit identifikace se skupinou, která se chová disociálně až antisociálně. S těmito projevy chování se můžeme setkat například u rasisticky či agresivně orientovaných skupin či sekt.

Mnoho dospívajících nevidí v období dospělosti moc co atraktivního, snaží se oddálit vstup do tohoto období alespoň psychosociálně. Z legislativního či biologického hlediska je to nemožné. Vágnerová (2000, s. 266) uvádí, že při oddálení dospělosti dospívající prochází moratoriem, které se může projevit různými způsoby. Jeden ze způsobů spočívá v odkladu

přijetí zodpovědnosti a rozhodování, které jsou pro dospělost typické. Dalším je tzv. difuzní identita, což znamená k nevyznání se v sobě samém, jež vede k různým obranným reakcím v podobě ztráty motivace k aktivitám či nesoustředěnost. Problematická a riziková je volba negativní identity, ke které Vágnerová uvádí: "...volba negativní identity, která je spojena s odmítnutím rolí, preferovaných rodinou a společností. Adolescent se vymezí přesně naopak." (Vágnerová, 2000, s. 267). Další rizikovou oblast můžeme nalézt při navazování dyadických vztahů s vrstevníky, které jsou významným sociálním objektem.

Mezi další způsoby chování v dospívání můžeme zařadit sexuální experimentování, které může přinášet řadu komplikací a někdy i fatálních. Z dnešní praxe víme, že osvěta v této oblasti není dostačující a rodiče málokdy vhodně své potomky poučí o rizicích v sexuální oblasti.

Velmi důležitou oblastí je sebepřijetí přes stránku tělesnou. Obtíže můžeme pozorovat třeba u handicapovaných dospívajících, kteří mohou dostávat od vrstevníků záporné hodnocení svého zevnějšku. Vágnerová výstižně konstatuje: "*Zevnějšek se stal cílem i prostředkem. Adolescent se potřebuje líbit jiným i sobě, aby se ubezpečil o své hodnotě. Zevnějšek je prostředkem k dosažení sociální akceptace a prestiže.*" (Vágnerová, 2000, s. 256). Autorka (2000, s. 256-266) dále uvádí, že tělesná odlišnost může vést k pocitům agrese, autoagrese či úzkosti v situacích, kde vzhled hraje nějakou roli. Adolescenti známi svou tendencí neodkladného uspokojení považují odklad za zátěž. Neodkladné uspokojení může vést k nerozvážené volbě či preferenci.

Výše uvedený výčet není zcela vyčerpáný, je však hlavní a pro naši práci dostačující. Dospívající adolescent v dnešní době musí odolávat silným společenským tlakům. Dostupnost nevhodného (například drog, informací) je dnes značně velká a lehce dostupná především díky internetu či mobilu. Zároveň málokterý rodič ví, co dělat, když u svého dítěte zpozoruje varovné signály. Rodiče často nemají ani minimální znalost sítě odborných zařízení. Není náhodou, když tyto varovné signály rodiče řeší přes zákazy, hádky a obviňování druhého partnera.

1.3.3 Rizikové faktory pro rozvoj identity spojené s využíváním internetu

Popisujeme-li rizikové faktory spojené s častým užíváním internetu, přirozeně nám vyvstane na mysli oblast pedagogická, psychologická, zdravotní a nebo viktimologická. Dnes se často nejen u odborné veřejnosti diskutuje právě o internetové kriminalitě, zneužívání dat

a bezhraničí internetového prostředí. Můžeme se setkat s jedinci, kteří zažili kyberšikanu či zneužití svých dat. Proto se primární prevence zaměřuje nejen na oblast závislostní, ale i na oblast kriminální.

Pro tuto práci je však preferencí zaobírat se oblastí sociálně pedagogickou. Šmahel (2003, s. 39-43) popisuje obtíže s definováním virtuální reality a identity v internetovém prostředí. Stejně jako běžná identita obsahuje též identita virtuální aspekt osobní a sociální. Do této identity mohou uživatelé internetu vkládat nežádoucí vědomý aspekt sebe sama, například sebe jako agresora, hyperkomunikavce, seniora či osobu opačného pohlaví. Virtuální prostředí tak umožňuje hrát různé role a sebezpřentovat se jinak, než jací jsme ve skutečnosti a nechat tak prosadit ideální já, neboť je to ve virtuálním prostředí přeci jen snazší.

Vhodné je při posuzování rizikových faktorů vycházet z přirozených motivů adolescentů. Například: Proč experimentují se svou identitou? Šmahel (2003, s. 50-51) uvádí, že internet pomáhá s vypořádáním základních úkolů. Kam kupříkladu patří úkoly typu hledání referenční skupiny, separace od rodiny, hledání intimního vztahu, odreagování se.

Není neobvyklé, že adolescent preferuje virtuální komunikaci s jedinci, skupinami, jež ho oslovují, berou ho a umožňují mu vnímat sebe sama pozitivně. Velmi problematické je i vyhledávání sexuálních aktivit, tzv. cybersex, který je hojně vyhledávaný i dospělými. Stát se ideálem nejen v oblasti sexuální je preferováno velmi často mezi dospívajícími. Šmahel k tomuto dodává: „*Toto se odráží v chování adolescentů také ve virtuálním světě – chtějí zkusit, jaké to je být ideálem, „hvězdou“, změnit sebe sama k lepšímu.*“ (Šmahel, 2003, s. 55).

Zvláštností je podle Šmahela (2003, s. 62) fenomén opravdového já. „*Fantazie o „skutečném virtuálním přátelství“ tak mohou dávat pocit projevení „pravého já“, obzvláště pokud dospívajícímu chybí skutečné přátelství nebo intimní vztah v reálném životě.*“ (Šmahel, 2003, 62). Šmahel (2003, s.62-63) upozorňuje na negativní fakt, že virtuální já se může stát subjektivně opravdovější než reálné já. Jedinec takto často kompenzuje nedostatky svého reálného života, jako jsou pocity méněcennosti, problémy v komunikaci či neschopnost žít ve skupinách.

Šmahel (2003, s. 92-96) dále popisuje ambivalenci při navazování vztahů pod vlivem přetvářky a lži na internetu. Vztahy se tak mohou stát iluzí, a to nejen ve virtuálním prostředí. Deziluze z prvního setkání v reálném prostředí je tak jakýmsi standardem. Šmahel ve své knize uvádí takovýto případ: „*....dívka uvádí nepříjemnou zkušenost z prvního reálného*

setkání, která ji odradila od dalšího reálného seznamování s muži z prostředí internetu.“ (Šmahel, 2003, s. 96).

Velký problém může představovat stav, kdy jedinec ve virtuálním prostředí hledá únik z reálného prostředí kupříkladu z důvodu eliminace tlaku rodiny, vrstevníků či školy. A virtuální svět se tak začne stávat prostředím pro klid, svobodu a bezpečí. Jedinec tak zákonitě začne nekontrolovatelně preferovat toto prostředí, které se mu může více a více stávat dobrým útočištěm. O čemž rovněž výstižně pojednává Šmahel: *„Problém může nastat, když adolescent nepřekročí plytkost virtuálních vztahů a virtuální prostředí se stane jediným zdrojem jeho sebedůvěry. Prostředí internetu a vztahy v něm se pak můžou stát kompenzací a dospívající může být v řadě případů na cestě k závislosti.“ (Šmahel, 2003, s. 98).*

Šmahel (2003, s. 92-96) upozorňuje na větší výskyt sklonů k agresivitě ve virtuální realitě. Jedná se o agresivitu v anonymitě, s kterou se můžeme setkat i v reálném, nevirtuálním světě. Sama anonymita zvyšuje agresivitu jedince.

Nutno dodat, že dospívající není jen ten, který je obětí agresora, ale i on sám se agresorem může stát a často se jím i stává. Anonymní prostředí internetu tak může umožňovat rozvoj agresivity právě v domnění, že agresor nebude nikdy odhalen.

O důsledcích nadužívání internetu jsme pojednali v předcházejících kapitolách. Vzhledem k neprobádanosti této oblasti se můžeme domnívat, že důsledků může být podstatně více. Je jen na vědcích i studentech, aby napomohli svými výzkumy přispět k objevení nových poznatků.

1.4 Závěrečné shrnutí

V kapitole Teoretická část jsme se nejdříve zabývali druhy závislosti na internetu s důrazem na procesní závislosti. Zkoumali jsme, jak může kontakt s internetovým prostředím ovlivnit utváření identity dospívajícího. Dále jsme přiblížili problematiku sociálně pedagogického působení ve školním prostředí při ovlivňování rizik, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu. Konstatovali jsme, že v našem prostředí není dostatek opor, materiálů ani preventivních programů, které by se problematikou internetové závislosti ve školním prostředí zabývaly, a tak nezbyvá, než aby budoucí sociálně pedagogický vývoj směřovat i tímto směrem. Celý text je orientovaný mezioborově a sleduje tak kontext vztahu sociální pedagogiky s adiktologií. Na teoretickou část navazuje část empirická.

2. Empirické šetření

V empirické části jsme se zaměřili na problematiku internetové závislosti a na výzkum, kterým jsme testovali vytyčené hypotézy a odpovídali na výzkumné otázky. Dále jsme se zaměřili na popis výzkumu, výzkumného problému, cílové skupiny, aplikovaných metod a způsobů vyhodnocení dat.

Zvláštní část (navazující na empirickou) jsme věnovali výsledkům, specifickým rysům výzkumného designu, ve kterém se věnujeme determinantům výzkumu, doporučením pro praxi a závěru.

2.1 Popis výzkumu

Při realizaci výzkumu jsme se maximálně snažili o co největší objektivitu, neboť realizátor výzkumu zná velmi dobře terén, v kterém se výzkum realizoval. Diplomant pracuje více jak deset let v adiktologické oblasti a zaobírá se i primární prevencí na školách. Snažili jsme se vyhnout problému subjektivního ovlivnění, který například popisuje ve své knize J. Pelikán: *„Nebezpečným ovšem může být stav, kdy zanícení badatele přeroste v emocionalitu, která nabude vrcholu nad racionálním přístupem k řešení výzkumného problému.“* (Pelikán, 2007, s. 36). Různá úskalí vyskytující se při realizaci výzkumu, jsou popsána v kapitole Specifické rysy výzkumného designu.

Pro naši práci jsme použili kvantitativně orientované šetření. Výzkum jsme realizovali v hlavních krocích, tak jak doporučuje například P. Gavora (2000, s. 13):

1. Pilotáž, předvýzkum, v kterých jsme provedli propracování výzkumného problému, informační přípravu výzkumu (studium především primárních tuzemských a zahraničních zdrojů). Dále jsme provedli několik návštěv a konzultací na půdách středních škol a v jiných odborných zařízeních (například v Pedagogicko-psychologické poradně). Současně jsme promýšleli použití výzkumných metod a nástrojů, které jsme před samotným výzkumem vyzkoušeli na vybraném vzorku lidí. Bližší popis jednotlivých částí předvýzkumu je v následujících kapitolách.

Pilotáž jsme provedli ještě před předvýzkumem. Obsahem pilotáže bylo zmapovat situaci především prostřednictvím rozhovorů s odborníky a zmapovat budoucí výzkumné pole.

2. Samotný výzkum, ve kterém jsme provedli sběr, vyhodnocení a interpretaci dat

Podrobný popis jednotlivých částí výzkumu popisujeme v následujících kapitolách této práce.

2.2 Cíle výzkumu

Cílem výzkumu v této práci bylo prověřit určené hypotézy, které vycházely z analýzy výzkumného problému a praxe diplomanta a pomoci tak k objasnění výzkumného problému. Výzkumný problém blíže popisujeme v následující subkapitole.

Hlavním výzkumným cílem zmapovat výskyt zvýšeného rizika vzniku závislosti na internetu u studentů IT oborů, tedy u skupiny, která byla identifikována a zkoumána především v zahraničních výzkumech jako ohrožená. K dalším výzkumným cílům patřilo:

- zjistit, zda z pohledu studentů IT oborů (kombinace dvou rizikových skupin) je učitelé dostatečně informují o rizicích, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu;
- zjistit výskyt rizikového chování, které může vést ke vzniku závislosti na internetu podle pohlaví, neboť se gender specifiky zabývá pouze zahraniční literatura;
- zjistit výskyt rizikového chování, které může vést ke vzniku závislosti na internetu u studentů se zaměřením oboru na IT, neboť se jedná o druhou rizikovou skupinu bez provedených výzkumů.

Fenomén internetové závislosti již u nás zdomácněl, proto je třeba o něm intenzivněji hovořit, zkoumat ho a přicházet s novými preventivními postupy a to především na primární úrovni. Problematika zasahuje jak jednotlivce, tak i jeho sociální okolí a v neposlední řadě i celou společnost.

2.3 Výzkumný problém

M. Chráska (2007, s. 12) ve své monografii tvrdí, že klasický pedagogický výzkum má určité standardní schéma, které je tvořeno formulací a ověřováním hypotézy, vyvození závěru a stanovení výzkumného problému. J. Pelikán (2007, s. 37) zdůrazňuje, že stanovení problému je to nejdůležitější ve výzkumu. S jistotou tak můžeme tvrdit, že bez vhodného stanovení a propracování problému nemůžeme provést kvalitní výzkum.

Učitelé, školní metodici prevence a adiktologové se domnívají, že mezi studenty středních škol se zaměřením oboru na IT se riziko vzniku závislosti na internetu vyskytuje častěji, a to z důvodu, že více přicházejí v rámci studia a samostudia ve svém volnu do kontaktu s internetem. U zájemců o IT oblast je větší nadšení a pohlčení moderními technologiemi včetně internetu, než je tomu u ostatních. Na internetu se pohybují a chovají ne jako běžný uživatel, ale experimentují s ním, zkoušejí a zkoumají nové technologické možnosti a překračují hranici probádaného. Z již provedených pouze zahraničních výzkumů je patrné, že u IT profesionálů je toto riziko vyšší. První kniha od M. A. Shotton *Computer Addictin? A study of Computer dependency* vyšla již v roce 1989. Autorka se v ní zabývá vztahem závislosti na internetu a IT profesionálů. Studující IT oborů jsou tak potencionálně další rizikovou skupinou, hned vedle dospívajících.

Dále se odborná veřejnost domnívá, že u dívek je nižší výskyt rizik. Názor plyne jednak z výsledků zahraničních šetření, ale také z pozorování učitelů chování dívek a chlapců na internetu. Odborníci vidí rozdíly především ve větším zaujetí internetem ze strany chlapců. Vykazují větší aktivitu, znalost internetového prostředí. Umí se v něm kvalitněji pohybovat. Bohužel, v našem prostředí se takto zaměřený výzkum doposud nerealizoval. Jeden z předních zahraničních odborníků na problematiku závislého chování M. Griffiths na základě svých výzkumů, které orientoval na výskyt závislosti na internetu podle pohlaví, tvrdí, že u mužů je větší výskyt závislého chování, a to především z důvodu, že internet a jeho virtuální prostředí používají jako zdroj energie.

Přirozeně, odbornou obec zajímá, zda jsou alespoň studenti IT oborů, tedy často budoucí profesionálové IT, dostatečně informováni o rizicích, která mohou vést ke vzniku závislosti na internetu. Tedy, zda učitelé preventivně působí na ohroženou cílovou skupinu.

Z výzkumného problému jsme následně vytyčili tři výzkumné otázky a u dvou výzkumných otázek jsme u každé z nich, vytyčili po jedné hypotéze. Hypotézy jsme statisticky testovali.

2.3.1 Výzkumné otázky

Gavora (2010, s. 58) ve své knize uvádí, že většina problémů se dá formulovat do tázací otázky a výsledek výzkumu je tak odpovědí na položenou výzkumnou otázku. Z výzkumného problému jsme vytyčili tyto tři výzkumné otázky:

1. Objevuje se u studentů středních škol se zaměřením na studijní obor výpočetní technika a informatika rizikové chování častěji než u studentů s jiným studijním zaměřením?

Pro první výzkumnou otázku jsme vytyčili dále uvedenou hypotézu H1, neboť se jedná o otázku pro relační typ výzkumu.

2. Objevuje se u dívek studující střední školu bez ohledu na zaměření oboru menší výskyt rizikové chování než u chlapců studující střední školu bez ohledu na zaměření oboru?

Pro první výzkumnou otázku jsme vytyčili dále uvedenou hypotézu H2, neboť se jedná o otázku pro relační typ výzkumu.

3. Informují učitelé středoškolské studenty se zaměřením na studijní obor výpočetní technika a informatika o rizicích závislosti na internetu?

Na druhou výzkumnou otázku jsme hledali odpověď pomocí deskriptivní statistiky s pomocí dotazníku. K odpovědi na tuto otázku směřují v dotazníku položky 2.1, 4.1, a 5.1.

2.3.2 Hypotézy

Na úvod kapitoly ve stručnosti představme funkci hypotéz. "Hypotézy tvoří jádro klasických (kvantitativně orientovaných) výzkumů." (Chráška, 2007, s. 17). "Empirický výzkum v podstatě hypotézu nedokazuje, ale pouze zdůvodňuje její přijatelnost." (Chráška, 2007, s. 17). Pracujeme-li s hypotézou, zároveň pracujeme i s proměnnými. "Hypotéza není ničím jiným než podmíněným výrokem o vztazích mezi dvěma nebo více proměnnými." (Pelikán, 2007, s. 44). V naší práci jsme pracovali pouze s relačními typy hypotéz.

Pro naši práci jsme stanovili dvě hlavní hypotézy a žádnou dílčí. Tyto hypotézy jsme určili v rámci předvýzkumu po hlubším zkoumání výzkumného problému a výzkumné otázky. Tvorba hypotéz též vznikla s ohledem na budoucí kategorizaci, statistické relační zpracování.

H1: U středoškolských studentů IT oborů je větší výskyt specifických rizik, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu, než u studentů nestudující IT obor.

Z odborných pramenů, zahraničních výzkumů a názorů odborníků vyplývá, že po dospívajících jsou další rizikovou skupinou IT profesionálové.

K ověření H1 směřují v dotazníku položky 2.1, 4.1 a položky 1-20 z Dotazníku Internet Addiction Impairment Index - IAI, Kimberly Young. Hypotéza je pokládána za vyvrácenou, pokud nenalezneme statisticky významné rozdíly.

H2: U středoškolských dívek je menší výskyt rizikového chování vedoucí ke vzniku závislosti na internetu, než u středoškolských chlapců.

Tuzemské studie se problematikou závislosti na internetu podle pohlaví nezabývají. Gender pohled nás zajímá k doplnění informací o rizikovém chování mezi středoškolskými studenty.

K ověření H2 směřují v dotazníku položky 1.1, 2.1 a položky 1-20 z Dotazníku Internet Addiction Impairment Index - IAI, Kimberly Young. Hypotéza je pokládána za vyvrácenou, je-li výskyt rizikového chování statisticky vyvážený jak u chlapců, tak u dívek.

Proměnné

V našem výzkumu jsme sledovali následující kategoriální proměnné:

- stupeň závislého chování na internetu
- pohlaví
- věk (pořadová data)
- zaměření oboru
- informovanost ze strany učitelů
- položky 1-20 z Dotazníku Internet Addiction Impairment Index – IAI sledují kritéria pro naplnění syndromu závislosti na internetu podle Kimberly Young.

Nadefinování proměnných je důležité pro následné statistické deskriptivní a relační zpracovávání vytyčených výzkumných otázek a hypotéz.

2.4 Studium dokumentace, informační báze

Při studiu problematiky internetové závislosti jsme studovali především primární zahraniční zdroje, neboť tuzemská literatura je velmi omezená či sekundární. Detailněji jsme problematiku rozepsali v teoretické části této práce.

Použitou literaturu především primární, ale i sekundární jsme uvedli v příslušné kapitole. Zahraniční zdroje jsme přeložili vlastními silami a nebo s pomocí překladatele. Dalším informačním zdrojem byla vlastní odborná zkušenost diplomanta a diplomantovy diskuse se zainteresovanými odborníky z řad pedagogů a adiktologů.

2.5 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor je tvořen studenty tří středních škol v Děčíně, s kterými diplomant spolupracoval v rámci realizace primární protidrogové prevence. Jedná se o obecně rizikovou skupinu, o které jsme více hovořili v teoretické části této práce. Zahraniční výzkumy se snaží konkretizovat cílovou skupinu. Jako riziková cílová skupina se jeví mladí, studenti a jedinci pracující v IT oborech. V médiích často odborná veřejnost velmi prodiskutovává problém rizikového chování u čínských či korejských studentů, kteří tráví příliš mnoho času na internetu a s tím spojené sebevražedné jednání.

Pro naši práci jsme se omezili na studenty, kteří studovali v daném období na záměrně vybraných děčínských středních školách. Pro výběr lokality Děčín jsme též zohledňovali časové a místní hledisko. Výzkumný soubor byl tvořen studenty těchto škol: Střední průmyslová školy dopravní a strojní v Děčíně, p.o., ul. Slovanská 1000/45, Děčín VI. Evropská obchodní akademie, p.o., Komenského náměstí 2, Děčín I a Gymnázium Děčín, Komenského náměstí 4, Děčín I.

Střední průmyslová škola dopravní a strojní v Děčíně byla založena v roce 1911 jako Technický vzdělávací ústav. Nabízí především technické obory, ale i obory administrativní či technické lyceum, které studenty intenzivněji připravuje na vysokoškolské studium. Ve školním roce 2011-2012 byly otevřeny celkem čtyři hlavní obory, elektrotechnika, provoz a ekonomika dopravy, strojírenství a technické lyceum. Ve čtyřech hlavních oborech je nabízeno 9 specializovaných oborů - zaměření, kterými se studenti specializují například od druhého či třetího ročníku studia. Mezi tyto specializované obory patří například

počítačové systémy, logistika v EU, počítačové systémy ve strojírenství, železniční doprava a přeprava. Na škole ve školním roce 2011-2012 studovalo celkem 420 studentů.

Evropská obchodní akademie v Děčíně byla založena v roce 1945 jako škola s obchodně podnikatelským zaměřením. Škola nabízí administrativní a obchodní obory. Ve školním roce 2011-2012 byly otevřeny tři obory, evropský hospodářský asistent, kreativní podnikání a sportovní marketing a management. Na škole ve školním roce 2011-2012 studovalo 403 studentů.

Gymnázium Děčín bylo založeno v roce 1899 jako reálné gymnázium. Dnes škola nabízí studium čtyřleté, osmileté a osmileté se zaměřením na hudební výchovu. Na této škole se studenti mohli v rámci výběrových předmětů specializovat i na IT oblast. Semináře využívají především studenti, kteří se chtějí oboru věnovat po střední škole a nebo v dalším studiu na vysoké či vyšší odborné škole. Na škole ve školním roce 2011-2012 studovalo celkem 526 studentů.

Klíčové pro záměrný výběr bylo, aby střední školy mezi svými obory měly alespoň jeden studijní obor zaměřený na informační technologie, výpočetní techniku. Dalším důležitým kritériem bylo, aby škola aktivně s diplomantem spolupracovala a byla ochotna mu poskytnout prostor pro realizaci výzkumného šetření.

Základní soubor tvoří všichni studenti jmenovaných škol, kteří ji ve školním roce 2011-2012 prezenčně navštěvovali. Kombinované studium se v daném roce na žádné škole nerealizovalo. Studenti byli ve věku 15 – 21 let. Ve školách bylo v období 2011-2012 celkem 1349 studentů v 50 třídách.

Do výběrového souboru jsme vybrali 338 studentů z 42 tříd a to stratifikovaného a prostého náhodného výběru. Chráska (2007, s. 22) k tomuto způsobu výběru dodává, že kontrolované výběry, též proporcionálně stratifikované, i při malém rozsahu, získávají na věrohodnosti právě skrz možnost kontrolovaného výběru.

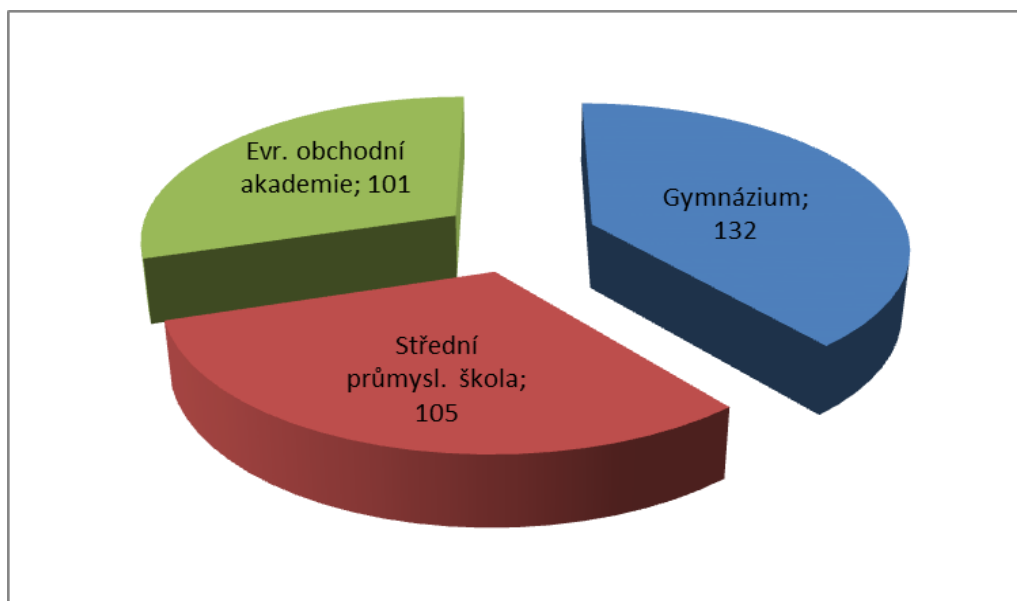
Častou otázkou při určování výběru v kvantitativním výzkumu je jeho velikost. J. Pelikán (1997, s. 52) na základě zkušeností ze společenskovedních oborů určuje spodní hranici $n=30$. Avšak například sociologové za malý rozsah považují $n=100$. Velikost souboru je tak závislá na typu výzkumu. Gavora (2010, s. 81) doporučuje při určování rozsahu souboru opírat se o návod podle Johnson a Christensen, kteří například pro velikost základního souboru 1000 navrhuji počet subjektů 278. Jedná se však pouze o doporučení, které není nikterak závazné. Může však být dobrým vodítkem při určování velikosti výběrového souboru. I pro naši práci

jsme využili tohoto doporučení k určení velikosti výběrového souboru. Velikost výběrového souboru ze základního souboru jsme určili 25%.

Pro naši práci jsme zvolili výzkumný soubor nad $n=100$, můžeme tvrdit, že se jedná o velký soubor. Gavora (2010, s. 81) k tomuto problému dodává, že velikost vzorku se odvíjí i od "závažnosti" výzkumu, neboť naše výsledky mohou být třeba argument pro zrušení školy. Velikost je též závislá od počtu proměnných. Čím více jich je, tím větší by měl být vzorek. Z tohoto plyne, že určit přesně velikost vzorku je takřka nemožné. Ve hře je jak naše morálka, poctivost, tak i třeba technické možnosti.

Výběr základního i výběrového souboru jsme rozmýšleli a navrhli v předvýzkumu a za pomoci školních metodiků primární prevence a expertů. Samotnou realizaci výběru jsme provedli takto:

1. Zmapovali jsme základní soubor.
2. Určili jsme procentuální velikost výběrového souboru.
3. Provedli jsme samotný prostý náhodný výběr do výběrového souboru, který jsme po školách provedli takto:
 - a. očíslovali jsme podle škol všechny studující studenty,
 - b. pro Střední průmyslovou školu dopravní a strojní v Děčíně (též SPŠDaS) jsme určili rozsah výběrového souboru $n=105$, pro Evropskou obchodní akademii (též EOA) $n=101$ a pro Gymnázium Děčín $n=132$,
 - c. provedli jsme samotný prostý náhodný výběr pomocí programu Microsoft Excel s pomocí funkce RANDBETWEEN, a to u každé školy zvlášť,
4. Distribuci dotazníku mezi studenty provedli školní metodici prevence sami a nebo s pomocí jiných učitelů (kolegů).



Graf 1 - Rozložení výběrového souboru podle škol (zdroj: vlastní zdroj)

Po sběru dotazníků byla diplomantem provedena studentům IT oborů přednáška na téma internetová závislost.

Studenti byli osloveni přímo školním metodikem prevence a nebo zainteresovaným kolegou učitelem. Pedagogové (třídní učitelé, školní metodik prevence) byli předem seznámeni s obsahem a smyslem výzkumu, stejně tak jako všichni respondenti. Respondenti byli před rozdáním seznámeni s dobrovolností při vyplňování dotazníku. Žádný z respondentů vyplnění dotazníku neodmítl. U výběrového souboru jsme nepředpokládali, že některý z respondentů nevyužívá internet. Jedná se o cílovou skupinu, která má v určitých okamžicích i povinnost internet využívat. Jedná se například o přípravu na výuku, psaní úkolů, vyhledávání informací či zaslání přihlášky na vysokou školu. Přímé oslovení respondentů ve třídách bylo přes učitele. Informace k vyplnění dotazníku studenti dostali na první straně samonavádějícího dotazníku:

„Dobrý den, jmenuji se Marek Hošek a jsem student sociální pedagogiky na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy v Praze a rád bych tě požádal o vyplnění tohoto dotazníku pro potřeby mé diplomové práce na téma „Identifikace rizikového chování vedoucí k závislosti na internetu u studentů středních škol se zaměřením na IT obory“. Vyplnění by nemělo zabrat více jak 10 minut. U prvních otázek je buď možnost výběru, například pohlaví,

a nebo je u otázky prázdné políčko k vyplnění, například u věku. U zbývajících otázek je nabídnuta škála odpovědí, ze kterých si vyber pouze jednu nejvíce vyhovující. Odpověď „neplatí“ zaškrtni, když se tě otázka netýká. Odpověz, prosím, na všechny otázky v dotazníku. Neexistuje dobrá či špatná odpověď. Tvé odpovědi jsou zcela důvěrné! Dotazník je anonymní.

Předem děkuji za spolupráci. “

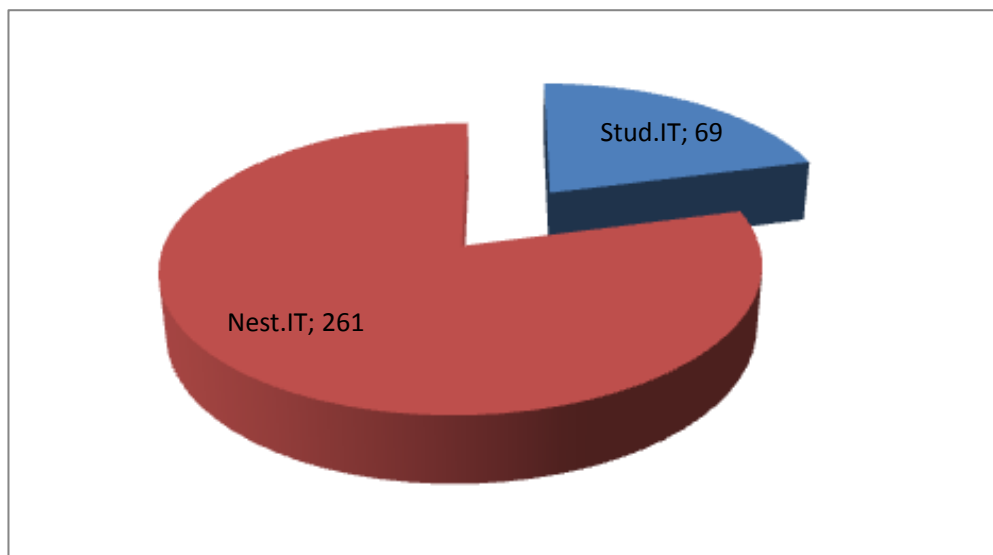
Celkem bylo vybráno 338 dotazníků, což je 100% návratnost. S tak vysokou návratností jsme přirozeně počítali, a to především z důvodu zvoleného způsobu distribuce a sběru dotazníků.

Z vybraných dotazníků jsme použili celkem 330 dotazníků. Vyloučeny z analýzy byly dotazníky, ve kterých nebyly zaškrtnuté a vyplněné klíčové odpovědi, jako je pohlaví, zaměření oboru či některé z položek dotazníku od K. Young Internet Addiction Impairment Index - IAI. Rovněž jsme vyloučili z analýzy dotazníky, celkem 2, kde respondenti vyplnili u položek více odpovědí a tím znemožnili vyhodnocení.

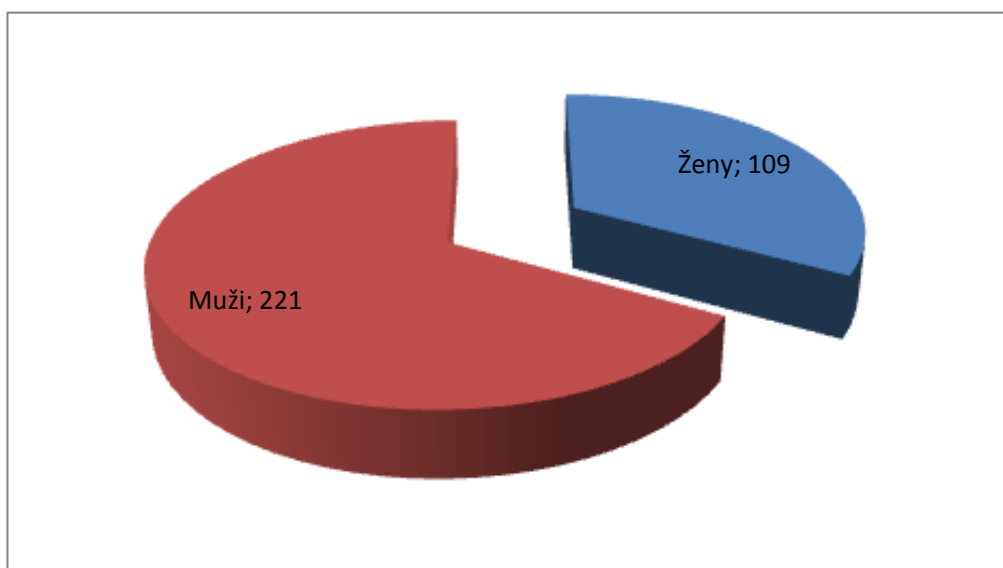
V samotném výzkumu tak bylo použito o 8 dotazníků méně, než se původně mezi náhodně vybranými respondenty rozdalo. Po vyřazení dotazníků bylo složení výběrového souboru následující:

	ženy	muži	Celkem
studující IT	3	66	69
nestudující IT	106	155	261
celkem	109	221	330

Tabulka 1 – Rozložení výběrového souboru podle zaměření oboru
(zdroj: vlastní zdroj)



Graf 2 - Rozložení výběrového souboru podle zaměření oboru
(zdroj: vlastní zdroj)



Graf 3 - Rozložení výběrového souboru podle pohlaví (zdroj: vlastní zdroj)

2.6 Výzkumná metoda

Jeden z často využívaných nástrojů při sběru dat v kvantitativním pedagogickém výzkumu je dotazník. Pro náš výzkum jsme využili právě tento nástroj, který jsme zkonstruovali dále popsaným způsobem.

2.6.1 Konstrukce dotazníku

Zkonstruovali jsme jeden dotazník pro všechny respondenty bez ohledu například na pohlaví či zaměření oboru. V jeho rámci jsme ke zjištění míry závislosti na internetu použili 20 položkový dotazník K. Young Dotazník Internet Addiction Impairment Index - IAI²⁸. U dotazníku byla autorkou testována vnitřní konzistence. Tento dotazník má reliabilitu²⁹ škál vyjádřenou pomocí Crombachova Alpha 0,855, což vypovídá poměrně o vysoké homogenitě, vnitřní konzistenci.

Dotazník Internet Addiction Impairment Index - IAI jsme použili z důvodu jeho praktického vyzkoušení odborníky nejen u nás, ale i v zahraničí. Sám diplomant měl s tímto nástrojem bohaté zkušenosti. Jedná se o první diagnostický dotazník, který prošel hlavní revizí, v které se rozšířil původní osmi položkový dotazník na 20 položkový. Pro naši práci jsme použili rozšířený, zrevidovaný 20 položkový dotazník.

Následně vznikl nový dvaceti položkový dotazník. Na pětibodové intervalové škále (zřídka, občas, opakovaně, často, vždy) respondenti určují, jak často se v jejich případě objevuje určité chování. Respondenti mohou využít i odpověď „neplatí“, kterou volí v okamžiku, když se jich otázka netýká.

V dotazníku je možné dosáhnout minimálně 20 a maximálně 100 bodů. Hodnocení skóre je následující:

- 50-79 bodů občasné nebo častější problémy způsobené internetem
- nad 80 bodů vážné problémy způsobené internetem.

Odpovědi jsou obodované následujícím způsobem (klíč k dotazníku):

- zřídka – 1 bod
- občas – 2 body
- opakovaně – 3 body
- často – 4 body
- vždy – 5 bodů
- neplatí – 0 bodů.

²⁸ YOUNG, K. S. *Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment*. In: VANDECREEK, L. - JASKSON, T., *Innovations in clinical practice: a source book*. 17. Serasota, FL: Professional Resource Press, 17, 1999.

²⁹ Reliabilita – přesnost, spolehlivost nástroje

Podle přehledu výzkumů sestaveného Vondráčkovou Holcnerovou, Vackem a Košatecké (2009, s. 283) dotazník například využil pro svůj výzkum (druhý nejrozsáhlejší výzkum na světě) W. Wang a kol. v r. 2003 na vzorku 13588 adolescentů (studentů). Na základě výzkumu bylo diagnostikováno celkem 3,5% závislých na internetu a 18,4 % respondentů bylo označeno jako potenciálně závislí. W. Wang nesledoval výskyt závislosti podle pohlaví, či zda se respondenti zaměřují na IT oblast.

Úvodní otázky v našem dotazníku zjišťovaly pohlaví, věk, třídu, zaměření oboru, informovanost o rizicích (Likertova škála), které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu. Jednotlivé položky dotazníku:

Úvodní položky dotazníku:

- Datum vyplnění
- Pohlaví
- Věk
- Třída
- Zaměření studijního oboru
- Postoj studenta k jeho informování o rizicích, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu ze strany učitelů.

Vlastní dotazník identifikující rizikové chování, které může vést ke vzniku závislosti na internetu:

- Položky 1-20 dotazníku Internet Addiction Impairment Index – IAI.

2.6.2 Výsledky hodnocení dotazníku z předvýzkumu

Původní množství šesti úvodních otázek v dotazníku jsme zredukovali na pět. Vypustili jsme otázku „*Kterou školu navštěvuješ?*“, která neplnila podle hodnotitelů důležitý význam. A přidali jsme jednu odpověď „*Ano, informuji mě, ale nedostatečně*“ u poslední, páté úvodní otázky. Redukce byla provedena na základě první pilotní verze dotazníku. První verze dotazníku v rámci předvýzkumu byla hodnocena dotazníkem ze strany pedagogů vybraných škol (viz příloha této práce). Druhou verzi dotazníku hodnotili studenti spolupracujících středních škol, pro které dotazník je určený (viz příloha této práce).

V rámci předvýzkumu jsme došli ke dvěma verzím dotazníku. Poslední verze dotazníku byla uznána jako konečná a po drobných úpravách (gramatické, estetické) byla určena pro přímou aplikaci.

Výběr respondentů do pilotní fáze z řad studentů byl proveden metodou sněhová koule. Kdy oslovený student pedagogem či pedagog byl požádán o vyplnění a ohodnocení dotazníku a též k předání dotazníků k ohodnocení dalšímu, který provede to samé. Celkem jsme získali 8 dotazníků od pedagogů a 11 dotazníků od studentů.

Po úpravách druhého dotazníku jsme provedli zjištění validity expertním zhodnocením Likertovy škály u páté položky dotazníku, které hodnotí názor studentů. Experti (školní metodik prevence a adiktolog, supervizor) vysoce zhodnotili validitu dotazníku.

Experti nezávisle na sobě zhodnotili obsah a způsob použití škály u páté otázky nástroje. Všichni tři experti uznali validitu za přijatelnou.

2.6.3 Validita a reliabilita nástroje

Validitu³⁰ jsme provedli interní validitou (obsahovou a konstruktovou). Obě interní validity byly ohodnoceny 100%. Externí validita nástroje nebyla měřena. Reliabilitu jsme provedli shodou mezi pozorovateli – experty (školní metodik prevence a adiktolog). Shoda byla nad 75%. Validitu a reliabilitu celého dotazníku jsme provedli v rámci druhé pilotní verze.

2.6.4 Aplikace nástroje

V období od února 2012 do března 2012 byl proveden sběr dat prostřednictvím dotazníků, které byly distribuovány zaškoleným pedagogům, ti je dále distribuovali ve svých hodinách či prostřednictvím svých kolegů. Respondenti vyplňovali dotazník anonymně a dobrovolně. Vyplněný dotazník respondenti odevzdali přímo pedagogovi. Dotazníky byly anonymní z důvodu zajištění maximální otevřenosti a ochrany dotazovaných. V období dubna 2012 jsme provedli zanesení dat do datové matice a data jsme následně zpracovali.

³⁰Validita – schopnost zjišťovat co zjišťovat nástroj má. Jedná se o nejdůležitější vlastnost společně s reliabilitou.

V první fázi bylo provedeno vyhodnocení části identifikující stupeň závislého chování. Následně jsme provedli zanesení zakódovaných odpovědí podle kódovacího klíče do datové matice. Poté jsme data statisticky zpracovali a interpretovali.

Výzkum byl ukončen v dubnu 2012.

2.6.5 Plán řízení a sběr dat

Struktura výzkumu je v přílohách této práce. Samotný sběr a řízení dat jsme provedli takto:

1. Rozhodování o způsobu zpracování a vytvoření systému pro evidenci – archivace vyplněných dotazníků, záloha dat.
2. Získávání a zpracovávání dat – sběr proběhl ve třídách prostřednictvím dotazníku a zpracovávání jsme provedli za pomoci programů MS Excel, sw Statistica Cz.
3. Před samotným zaváděním dotazníku diplomant provedl seznámení s nástrojem zainteresované pedagogy.
4. Data jsme roztřídili podle způsobu statistického zpracování. V první fázi jsme provedli zpracovávání pro četnosti, střední hodnoty, procenta a graficky je znázornili. V další fázi jsme sledovali data v popisné statistice a testovali vazby mezi proměnnými.
5. V závěru jsme popsali výstupy ze statistických výpočtů.

2.6.6 Zpracování získaných dat a výsledky šetření

Pro výzkum jsme sbírali primární kvantitativní data. Využili jsme metody a způsobu měření popisnými a analytickými metodami, konkrétně jsme testovali vytyčené hypotézy.

Data jsme zpracovávali za použití výše uvedených statistických programů. Před samotným zpracováváním dat jsme vytvořili kódovací klíč, který je v příloze této práce pro převod dotazníků na elektronický soubor dat. V další fázi jsme provedli přípravu souboru dat zanesením hodnot do datové matice v programu MS Excel. Data z dotazníku Internet Addiction Impairment Index - AIII jsme zpracovávali mimo datovou matici. Do té jsme zanesli již výslednou hodnotu. Kvůli identifikaci a nezaměnitelnosti jsme každý dotazník v pravém horním rohu označili arabskou číslicí (budoucí ID).

1	A	B	C	D	E	F	G	H
ID	ot1-po	ot2-vě	ot3-tří	ot4-stú	ot5-rlz	ot6-zá	poznám	
110	109	2	2	E3A	2	3	1	
111	110	2	2	E3B	2	3	1	
112	111	2	2	E3B	2	3	1	
113	112	2	3	E3A	2	3	1	
114	113	2	2	E3B	2	1	1	
115	114	2	4	E3A	2	3	1	
116	115	2	3	E3A	2	2	1	
117	116	2	3	E3A	2	3	1	
118	117	2	3	E3A	2	3	2	
119	118	2	4	E3A	2	3	1	
120	119	2	2	E3B	2	1	1	
121	120	2	2	E2B	2	2	1	
122	121	2	2	E2B	2	1	1	
123	122	2	2	E2B	2	3	1	
124	123	2	2	E2B	2	3	1	
125	124	2	2	E2B	2	3	1	
126	125	2	1	E2B	2	3	1	
127	126	2	2	E2B	2	3	1	
128	127	2	1	E2B	2	3	1	
129	128	2	2	E2B	2	3	1	
130	129	2	2	E2A	2	1	1	
131	130	2	2	E2A	2	3	1	
132	131	2	2	L2	2	3	1	
133	132	2	2	L2	2	3	1	

Obrázek 1 - Ukázka datové matice (zdroj: vlastní zdroj)

Hypotézy jsme statistiky ověřovali s ohledem na typ proměnných pomocí analýzy kategoriálních dat testu nezávislosti chí-kvadrát v kontingenční tabulce (χ^2) při statistické významnosti α 0,05 (5%). V první fázi jsme pracovali s četnostní tabulkou empirickou (též pozorovanou) a teoretickou (též očekávanou). Dále jsme formulovali nulové (H_0) a alternativní hypotézy (H_1) a analyzovali pomocí: $\sum_{i=1}^r \times \sum_{j=1}^c \times \left(\frac{n_{ij}^2}{n_i \times n_j} \right) - n$. Kategoriální data pro druhou výzkumnou otázku jsme v rámci deskriptivní statistiky zpracovali a interpretovali s pomocí výběrového rozdělení (frekvenční tabulky, histogramu) a míry polohy (modu).

První a druhá výzkumná otázka - testování hypotéz (relační typ výzkumu)

Hypotézy jsme testovali pomocí chí-kvadrátu/kontingenční tabulky, kterou jsme zjišťovali neshodu frekvencí u nominálních (kategoriálních) dat. Test je založený na posouzení rozdílu mezi empirickými četnostmi ve výběrovém souboru a teoretickými četnostmi.

H1: U středoškolských studentů IT oborů je větší výskyt specifických rizik, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu, než u studentů nestudujících IT obor.

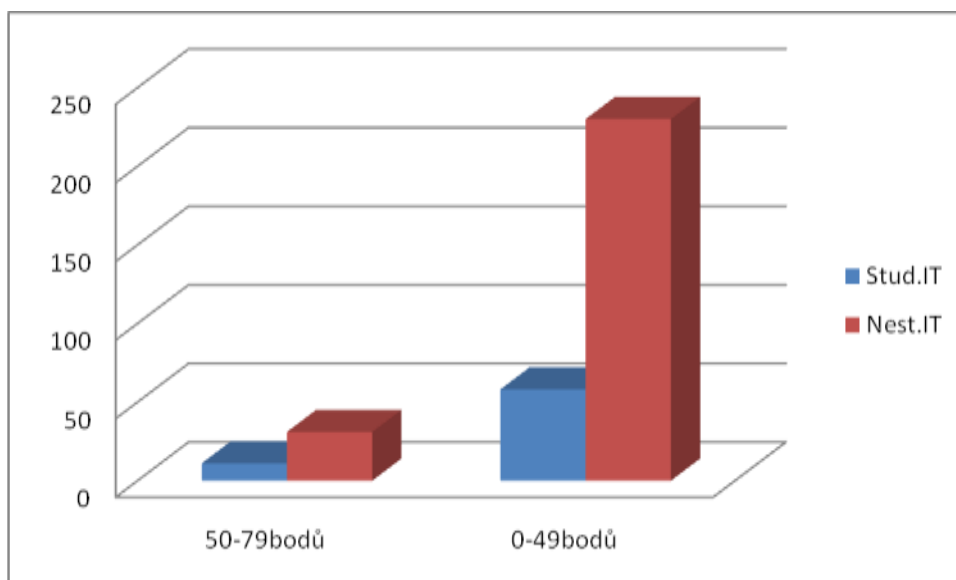
K ověření H1 směřují v dotazníku položky 2.1, 4.1 a položky z Dotazníku Internet Addiction Impairment Index - IAI, Kimberly Young. Hypotéza je pokládána za vyvrácenou, pokud nenalezneme statisticky významné rozdíly.

H₀: Neexistují rozdíly mezi studenty IT a studenty nestudující IT.

H_A: Existují rozdíly mezi studenty IT a studenty nestudující IT.

	Data	50-79 b.	0-49 b.	Celkový součet
IT	počet	11	58	69
	%	15,94203	84,05797101	100
Student	počet	31	230	261
	%	11,87739	88,12260536	100
Celkem počet		42	288	330
Celkem %		12,72727	87,27272727	100

Tabulka 2 - Datová matice pro H1 (zdroj: vlastní zdroj)



Graf 4 – Výsledky empirických četností podle vyskytujících se rizik pro H1 (zdroj: vlastní zdroj)

Pro aplikaci vzorce jsme provedli výpočet očekávané četnosti:

	50-79 b.	0-49 b.	n_j
studující IT	8,78	60,22	69
nestudující IT	33,22	227,78	261
n_i	42	288	330

Tabulka 3 - Očekávaná četnost pro H1 (zdroj: vlastní zdroj)

Testové kritérium po dosazení do vzorce: $G = 0,813$

Kritická hodnota: $\chi_{(1-\alpha);df} = 3,841$

Rozhodnutí: Na hladině významnosti 5% nulovou hypotézu o nezávislosti jednotlivých znaků nevyvracíme.

Závěr: Na základě našeho testování hypotézy u středoškolských studentů IT oborů není větší výskyt specifických rizik, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu, než u studentů nestudující IT obor.

Diskriptivní analýzou četností (M_o) jsme však zjistili procentuální rozdíl mezi studenty IT a studenty nestudující IT obory. I přes nepotvrzenou H1 na hladině významnosti 5 % je vizuálně patrné, že u studentů IT (15,94 %) je větší výskyt rizikového chování vedoucí ke vzniku závislosti na internetu než u studentů nestudující obory zaměřené na IT (11,88 %), u našeho souboru. Průměr četnosti ve výběrovém souboru je 12,73 %.

H2: U středoškolských dívek je menší výskyt rizikového chování vedoucí ke vzniku závislosti na internetu, než u středoškolských chlapců.

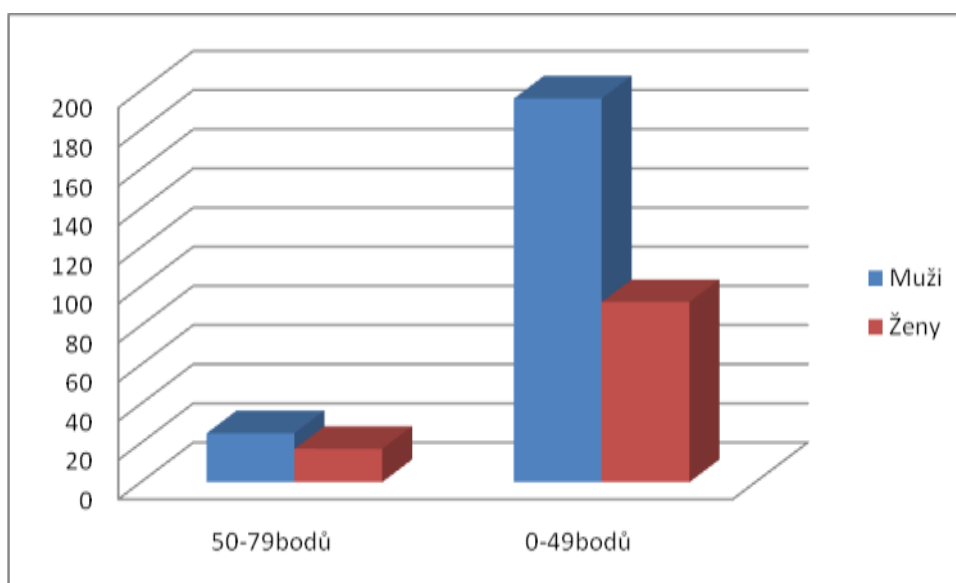
K ověření H2 směřují v dotazníku položky 1.1, 2.1 a položky z Dotazníku Internet Addiction Impairment Index - IAI, Kimberly Young. Hypotéza je pokládána za vyvrácenou, je-li výskyt rizikového chování statisticky vyvážený jak u chlapců, tak u dívek.

H_0 : Neexistují rozdíly mezi muži a ženami.

H_A : Existují rozdíly mezi muži a ženami.

	Data	50-79 b.	0-49 b.	Celkový součet
Muž	počet	25	196	221
	%	11,31222	88,68778	100
Žena	počet	17	92	109
	%	15,59633	84,40367	100
Celkem počet		42	288	330
Celkem %		12,72727	87,27273	100

Tabulka 4 - Datová matice pro H2 (zdroj: vlastní zdroj)



Graf 5 – Výsledky empirických četností podle vyskytujících se rizik u pohlaví (zdroj: vlastní zdroj)

Pro aplikaci vzorce jsme provedli výpočet očekávané četnosti:

	50-79 b.	0-49 b.	n_j
muži	25	196	221
ženy	17	92	109
n_i	42	288	330

Tabulka 5 - Očekávaná četnost pro H2 (zdroj: vlastní zdroj)

Testové kritérium po dosazení do vzorce: $G = 1,208$

Kritická hodnota: $\chi_{(1-\alpha);df} = 3,841$

Rozhodnutí: Na hladině významnosti 5% nulovou hypotézu o nezávislosti jednotlivých znaků nezamítáme.

Závěr: Na základě našeho testování hypotézy u středoškolských dívek není menší výskyt rizikového chování vedoucí ke vzniku závislosti na internetu, než u středoškolských chlapců.

Třetí výzkumná otázka - deskriptivní statistika

Deskriptivní statistiku jsme použili k analýze a popisu dat u výběrového souboru. Pro popis jsme použili uspořádání četností, grafické znázornění v histogramu a vypočetli jsme modus (M_o).

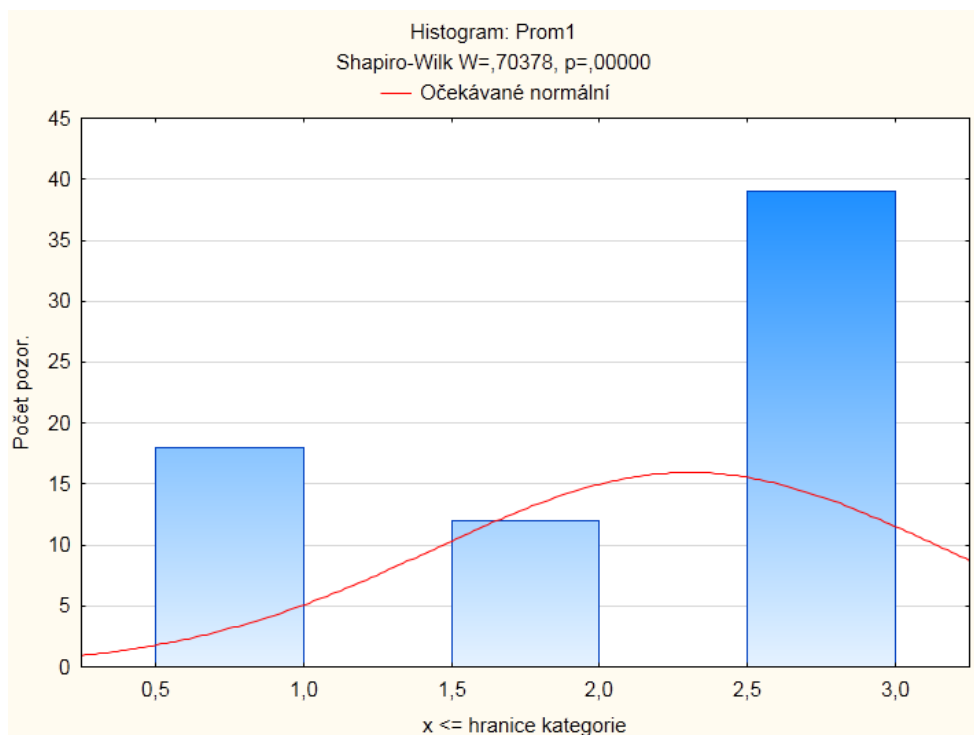
Třetí výzkumná otázka směřuje k zjištění názoru studentů na jejich informování ze strany učitelů, kteří je učí na škole „*Informují učitelé středoškolské studenty se zaměřením na studijní obor výpočetní technika a informatika o rizicích závislosti na internetu?*“.

Na třetí výzkumnou otázku jsme hledali odpověď pomocí deskriptivní statistiky s pomocí dotazníku. K odpovědi na tuto otázku směřují v dotazníku položky 2.1, 4.1, a 5.1.

Kategorie	Četnost	Kumulativní četnost	Relativní četnost (%)	Kumul. rel. četn. (%)
Ano	18	18	26,08693	26,087
Ano, ned.	12	30	17,3913	43,4783
Ne	39	69	56,52174	100

Tabulka 6 - Frekvenční tabulka pro 3. výzkumnou otázku
(zdroj: vlastní zdroj)

Frekvenční analýzu dat jsme provedli pomocí histogramu. Soubor jsme podle četností odpovědí na 5. Položku z dotazníku rozdělili do tří skupin. Pomocí programu Statistica CZ jsme vygenerovali histogram tříděný, z kterého jsou vizuální analýzou patrné rozdíly a dominující skupina.



Obrázek 2 - Histogram četností pro 3. výzkumnou otázku
(zdroj: vlastní zdroj s pomocí programu Statistica CZ)

Modus šetření o informovanosti studentů IT je odpověď u páté položky "Ne, neinformuji mě vůbec" s výskytem četnosti 39 (56,52173913%).

Výsledky dalších měření a testů:

	N platných	Modus	Četnost modu	Minimum	Maximum
Položka	69	3	39	1	3

Tabulka 7 – tabulka měření pro 3. výzkumnou otázku
(zdroj: vlastní zdroj)

Závěr: Většina (56,52174%, četnost modu: 39) studentů středních škol studující obor se zaměřením na výpočetní techniku a informatiku volili možnost, že je učitelé vůbec neinformují o rizicích, která mohou vést ke vzniku závislosti na internetu. Zbytek studentů volil takto: „Ano, informuji mě dostatečně“: (26,08693%, četnost: 18) a druhou odpověď

„*Ano, informují mě, ale nedostatečně*“ volilo (17,3913%, četnost: 12). Při kumulaci první a druhé odpovědi dostaneme kumulativní relativní četnost 43,4783%, což nevyvrací vypočítaný modus.

Z výsledků se můžeme domnívat, že určitá informovanost například jen od některých učitelů existuje.

2.7 Závěry dotazníkového šetření

Z výzkumného problému jsme vytyčili tři výzkumné otázky a z prvních dvou výzkumných otázek jsme vytyčili dvě hypotézy, které jsme po deskriptivním zpracování testovali - testování nezávislosti kategoriálních dat pomocí chí-kvadrátu, kontingenční tabulky.

První a druhá výzkumná otázka

Objevuje se u studentů středních škol se zaměřením na studijní obor výpočetní technika a informatika rizikové chování častěji než u studentů s jiným studijním zaměřením?

Objevuje se u dívek studující střední školu bez ohledu na zaměření oboru menší výskyt rizikové chování než u chlapců studující střední školu bez ohledu na zaměření oboru?

Obě vytyčené hypotézy (H1, H2) jsme nemohli přijmout na 5 % hladině významnosti. Na základě našeho testování hypotéz u středoškolských studentů IT oborů není větší výskyt specifických rizik, která mohou vést ke vzniku závislosti na internetu, než u studentů nestudující IT obor. Na základě našeho testování hypotézy u středoškolských dívek není menší výskyt rizikového chování vedoucí ke vzniku závislosti na internetu, než u středoškolských chlapců.

Třetí výzkumná otázka

Informují učitelé středoškolské studenty se zaměřením na studijní obor výpočetní technika a informatika o rizicích závislosti na internetu?

Většina studentů středních škol studující obor se zaměřením na výpočetní techniku a informatiku volila možnost, že je učitelé vůbec neinformují o rizicích, která mohou vést

ke vzniku závislosti na internetu. Při kumulaci první a druhé odpovědi dostaneme kumulativní relativní četnost 43,4783%, což nevyvrací vypočítaný modus.

Z výsledků se můžeme domnívat, že určitá informovanost například jen od některých učitelů existuje, avšak většina studentů si myslí, že není vůbec informována o rizicích, která mohou vést ke vzniku závislosti na internetu.

Cíle výzkumu tak můžeme považovat za splněné.

3. Diskuse: Specifické rysy výzkumného designu

Výzkum začal podle výzkumného plánu již v minulém roce, a to studiem zdrojů a diskusemi s odborníky. Problém byl především s tuzemskými primárními zdroji, které se v naší zemi takřka nevyskytují. Diplomant tak při zkoumání tuzemského prostředí volil rozhovory s předními českými odborníky, kteří se problematikou internetové závislosti zabývají. Jedná se především o doc. PhDr. Davida Šmahela, Ph.D., PhDr. Magdalénu Frouzovou a Mgr. Petru Vondráčkovou Holcnerovou. Především e-mailové a telefonické diskuse se vedly kolem využití diagnostických nástrojů identifikujících stupeň závislosti na internetu. V našem prostředí se spíše setkáme se zdroji sekundárními, a to v odborných časopisech. Stěžejním primárním pramenem je kniha Davida Šmahela Psychologie a internet. Děti dospělým, dospělí dětmi, která vyšla v roce 2003 v Tritonu.

Při zkoumání zahraničních primárních zdrojů diplomant využil vlastní překlad nebo využil služeb profesionálního překladatele, především při překladu použitého nástroje Internet Addiction Impairment Index - IAI a nebo diplomant využil již provedené překlady v českém tisku.

Dotazník jsme po pilotních verzích upravili gramaticky a designově, tak aby psychologicky neodrazoval respondenty. Proto jsme volili rozložení otázek pouze na jedné straně dotazníku. Rozložení jsme opět konzultovali i s pedagogy, kteří tuto variantu doporučovali.

Statistické zpracování dat provedl diplomat svépomocí a jednotlivé postupy konzultoval s PhDr. M. Chválem, Ph.D.

Diplomant se pohyboval ve známém prostředí. Při provádění především výběru studentů mohlo dojít k subjektivními zkresleními, které se diplomant snažil eliminovat konzultacemi se zainteresovanými i nezainteresovanými kolegy a v neposlední řadě i pomocí způsobu výběru výběrového souboru.

Výběrový soubor byl náhodně vybrán ze základního souboru tří děčínských středních škol, které diplomant záměrně vybral s ohledem na úzkou spolupráci v rámci specifické primární prevence a především vzhledem ke kvalitní spolupráci s pedagogy.

Studenti i pedagogové aktivně spolupracovali v každé fázi výzkumu. Výhodou byla znalost prostředí a dlouhodobá spolupráce jak s pedagogy - školními metodiky primární prevence, tak s pedagogicko-psychologickou poradnou v Děčíně. Před vstupem do výzkumného prostředí diplomant o svém záměru informoval všechny děčínské školní

metodiky prevence na pravidelném setkání s metodičkou prevence z pedagogicko-psychologické poradny v Děčíně. Zájem o spolupráci projeví především metodici ze základních škol, neboť prý dodnes nejsou pedagogům poskytovány vhodné "preventivní" metodické materiály a školení se orientují především na substanční závislosti alkoholového, nealkoholového a tabákového typu.

Jako negativní hodnotíme nezajištění dostatečného množství respondentů studujících IT obory. Především z řad dívek studujících IT obor. Problém je v tom, že z genderového pohledu IT obor preferují především chlapci. Podle sdělení pedagogů se situace začíná lepšit a IT obory začínají více preferovat i dívky.

V předvýzkumu diplomant provedl řadu setkání s různými zainteresovanými odborníky, s kterými vedl často náročné a dlouhé diskuse. Jedna z větších diskusí se vedla kolem role školního metodika prevence při informování studentů a kolegů o internetové závislosti. Neexistuje koncept prevence internetové závislosti na žádné škole v našem základním souboru. Diskuse s odborníky byly provedené především na lokální úrovni, avšak klíčové oblasti byly diskutované s odborníky z celé republiky. Z diskusí s pedagogy vyplývá, že je třeba obdobný výzkum zrealizovat i na půdách základních škol, především na druhém stupni.

Diplomant na školách, na kterých se realizoval výzkum nestudoval a není vůči školám jakkoliv zaujatý, podjatý.

4. Doporučení pro praxi

Vzhledem k aktuálnímu stavu v pedagogickém prostředí je velmi obtížné navrhovat konkrétní způsoby řešení, doporučení. Základní doporučení jsme nastínili již v teoretické části v kapitole Ovlivňování studentů středních škol v primární prevenci. V práci školských zařízení vidíme určité limity, na které je třeba reagovat. V této kapitole navrhuje možná konkrétní opatření, kroky, které mohou vést ke zlepšení aktuálního stavu při poskytování specifické primární prevence s důrazem na závislost na internetu.

Do již vytvořeného dvouletého komponovaného programu specifické primární prevence, který je realizován na základních a středních školách v Děčíně, a který probíhá dlouhodobě prostřednictvím externího adiktologického zařízení, je třeba vnést dva tematické bloky orientované na problematiku internetu. Hlavním cílem by mělo být zabránit rizikovému užívání internetu či oddálit ho na pozdější věk, na období mladší dospělosti (období, ve kterém je obecně lepší prognóza léčby závislosti). Tematické bloky by měly nabízet nejen všeobecné informace o internetové závislosti (vznik, klasifikace, biologicko-psychologicko-sociální důsledky, systém péče a léčby apod.), ale i prostor pro diskusi. Začlenění tematických bloků by mělo proběhnout před realizací celého komponovaného programu u nové skupiny žáků. Externí organizace, která již na školách poskytuje certifikovaný preventivní program, vytvoří návrh tematického bloku, který bude zaměřený na prevenci internetové závislosti. Návrh tematického bloku bude externí organizace hodnotit spolu se zainteresovanými pedagogy a Pedagogickou-psychologickou poradnou v Děčíně. Externí organizace závěrečnou podobu tematického bloku následně zakomponuje do komponovaného programu primární prevence.

Před aplikací samotných tematických bloků je třeba provést přípravu, která zahrnuje zjištění aktuálního stavu rizikového chování studentů s důrazem na internetovou závislost. Zainteresovaným pedagogům představit náplň tematických bloků a nabídnout jim individuální poradenství a vzdělávání. Bezprostředně po realizaci obou tematických bloků provést evaluaci výsledku. Na konci realizace dvouletého komponovaného programu primární prevence provést opětovnou evaluaci z důvodu sledování rozdílů ve výsledcích deskriptivní analýzy dat z dotazníkového šetření mezi studenty.

Návrh struktury komponovaného programu primární prevence

Celý současný komponovaný program (obsahující například téma šikana, agrese, návykové látky, sexuální život, trestná činnost) má následující schéma:

- 8. a 9. ročníky základních škol (každý ročník/3 bloky po 2 hodinách (celkem 6 vyučovacích hodin/rok),
- 1. a 2. ročníky středních škol (každý ročník/2 bloky po 2 hodinách (celkem 4 vyučovací hodiny/rok).

Po zařazení bloků by bylo schéma následující:

- 8. a 9. ročníky základních škol (každý ročník/3 bloky po 2 hodinách (celkem 6 vyučovacích hodin/rok)
 - v každém 8. a 9. ročníku proběhne jeden tematický blok po dvou vyučovacích hodinách,
- 1. a 2. ročníky středních škol (každý ročník/2 bloky po 2 hodinách (celkem 4 vyučovací hodiny/rok)
 - v každém ročníku proběhne jeden tematický blok po dvou vyučovacích hodinách.

Návrh podmínek realizace tematických bloků

Základními podmínkami pro všechny tematické bloky jsou:

- realizace na půdě školského zařízení,
- skupina je tvořena pouze žáky jedné třídy (nejedná-li se o selektivní či indikovanou primární prevenci),
- bloky probíhají v kruhovém uspořádání,
- rodiče jsou předem informováni o průběhu a obsahu bloků ze strany učitelů,
- bloky jsou interaktivní, mají zpětné vazby a mají návaznost na jiné bloky komponovaného preventivního programu.

Obsahy jednotlivých tematických bloků:

- 1. blok (bez ohledu na úroveň vzdělávání): vzájemné představení, zjištění očekávání od setkání a názoru na danou problematiku jednotlivých žáků/studentů,

předání všeobecných informací o procesních závislostech s důrazem na internetovou závislost včetně kyberšikany a efektivního využívání internetu a počítače, diskuse a zpětná vazba k bloku a očekávání od následujícího bloku.

- Pozn.: První blok je realizován vždy, neboť například v 2. pololetí 9. tříd již žádný jiný blok neproběhne, a to z časového hlediska.
- 2. blok (bez ohledu na úroveň vzdělávání): po vzájemném přivítání a zjištění aktuální představy o průběhu bloku se věnujeme v bloku praktickým dovednostem, které vedou k prevenci vzniku závislosti na internetu. Jedná se o zpřesnění informací z prvního bloku, prevence vzniku závislosti a dalších průvodních příznaků na tělesné, psychické a sociální stránce jedince. Blok je interaktivní s mnoha nácviky, diskusemi a návrhy konkrétních řešení modelových situací. Blok rovněž nabízí psychohygienické doporučení (například práce na počítači off-line, uvědomování si svého těla a potřeb – pohyb, odpočinek, spánek, strava apod., umět rozpoznávat své varovné příznaky). Druhý blok je rozšířením bloku prvního.

V každém bloku se zohledňuje úroveň školy a aktuální potřeby školy, třídy, jednotlivce. Žáci a studenti si z bloku odnášejí informace i v tištěné podobě. Program je orientovaný nejen na střední školy, které byly předmětem zájmu této práce, ale i na jejich „předstupeň“, na školy základní. Ne/efektivní preventivní působení na žáka základní školy se jednou následně může ukázat na i škole střední.

Mimo komponovaný preventivní program je možné realizovat i jednorázový program primární prevence internetové závislosti, a to v prostředí pro všeobecnou primární prevenci. Pro prostředí selektivní a indikované primární prevence doporučujeme realizovat komponovaný program s navrženými tematickými bloky.

Vedle samotné realizace tematických bloků v rámci komponovaného programu primární prevence je nutné, aby školy ve svém Minimálním preventivním programu zohledňovaly i oblast internetové závislosti (ani jediná škola nemá problematiku popsanou), to je však proveditelné po evaluaci dosavadního preventivního působení na škole. Evaluaci doporučujeme provádět pouze externistou. Školní metodik spolu s kolegy ze školy (třídními učiteli, ředitelem školy, výchovným poradcem, učiteli a dalšími pedagogickými pracovníky) a dalšími externisty (například s metodičkou prevence z Pedagogicko–psychologické poradny

či s zařízeními realizující certifikované programy primární prevence) úzce spolupracuje při tvorbě a revizi Minimálního preventivního programu.

Dále doporučujeme přidat do dalších vnitřních zdrojů školy (webové stránky školy, videotéka, školní časopis, školní rozhlas, nástěnky) potřebné aktuální preventivní informace kolem problematiky internetové závislosti. Školy v nich mají informace maximálně o kyberšikaně. Z důvodu budoucí aktualizace je vhodné jejich výčet uvést v Minimálním preventivním programu.

Vedle zmíněných postupů by školy měly zprostředkovávat základní preventivní informace (v osnovách nejsou obsažené) například v těchto vzdělávacích oblastech v rámci RVP: Člověk a zdraví, Člověk a jeho svět, Informační a komunikační technologie.

K dalším doporučením řadíme dále poskytování dostatečného prostoru pro výzkum patologií internetového prostředí. Provést tak opakované empirické šetření po provedení doporučení, zda došlo ke zlepšení incidence rizikového chování mezi studenty škol.

Žádoucí je zapojit rodiče do problematiky internetové závislosti. Případně jim nabídnout jednorázové individuální setkání s odborníkem (často v rámci selektivní či indikované primární prevence) a nebo besedy.

V závěru doporučení chceme upozornit na občas se vyskytující problém, kdy při jmenování do funkce školního metodika prevence je zvolen učitel, který není dostatečně zaangažovaný a kompetentní, což se následně negativně ukáže v kvalitě jeho práce na celé škole. Doporučujeme vybrat učitele, který je dostatečně kompetentní a zaangažovaný. Ředitelé škol by měli školním preventivním metodikům poskytovat dostatečnou metodickou podporu pro jejich práci.

5. Závěr

Cílem této práce bylo zjistit, zda se u studentů IT oborů studujících střední školy vyskytuje častěji rizikové chování, které může vést ke vzniku závislostního chování na internetu, oproti studentům bez takto specifického oborového zaměření. Také nás zajímal rozdíl ve výskytu rizik, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu podle pohlaví. Těž jsme chtěli zjistit, zda učitelé dostatečně informují studenty IT oborů o rizicích, která mohou vést ke vzniku závislosti na internetu. Vedlejším cílem bylo rozšířit povědomí o této problematice nejen mezi sociální pedagogy.

Můžeme říci, že se nám podařilo cíle práce naplnit. V kapitole 2.7 Závěry dotazníkového šetření přibližujeme výsledky statistických měření, která jsme provedli na datech sebraných prostřednictvím samonavádějícího dotazníku. Náhodně vybraný výzkumný soubor, který tvoří studenti tří děčínských středních škol, byl podroben deskriptivnímu popisu a testování hypotéz. Z důvodu záměrně vybraného základního souboru nemáme ambice výsledky zobecňovat na celou českou středoškolskou populaci. Výsledky však mohou sloužit jako podklad pro nové vytyčení výzkumných otázek.

V empirické části této práce jsme došli k závěru, že neexistují statisticky významné rozdíly ve výskytu rizikového chování, které může vést ke vzniku závislosti na internetu mezi vybranými studenty podle zaměření studijních oborů a též neexistují statisticky významné rozdíly mezi dívkami a chlapci. Závislost na internetu se v našem základním souboru vůbec nevyskytovala. Při popisném srovnání s jinými výzkumy můžeme tvrdit, že náš vzorek se výrazně neliší od jiných zkoumaných respondentů v zahraničí³¹.

Dalším šetřením jsme zjistili, že většina studentů se zaměřením na IT obory uvádí, že nejsou vůbec ze strany svých pedagogů informováni o rizicích, která mohou vést ke vzniku závislosti na internetu.

Jsme si vědomi, že v současnosti je situace kolem internetové problematiky spíše nepopsaná, a to především pro naše pedagogy, školní metodiky prevence. Po informacích volají i rodiče, kteří často mohou jen přihlížet nadužívání internetu ze strany svých dětí. Tato práce tedy slouží i jako jakýsi úvod do problematiky včetně obecného doporučení pro praxi, neboť sám diplomant byl při studiu informačních zdrojů konfrontovaný s výraznou absencí primárních i sekundárních zdrojů právě pro pedagogiku.

³¹W. Wang a kol. v r. 2003, vzorek 13588 adolescentů (studentů). Na základě výzkumu bylo diagnostikováno celkem 3,5% závislých na internetu a 18,4 % respondentů bylo označeno jako potenciálně závislí.

V samotném závěru je třeba upozornit, že internet není jen místem výskytu aberančního chování, ale je to prostor, ve kterém se vyskytují cenné informace a podněty pro socializaci a utváření identity. Je však na jedinci, jak se naučí s tímto i didaktickým nástrojem zacházet. Je naivní si myslet, že dospívající má plný náhled na své chování, proto je prevence jak ze strany školy, tak ze strany rodičů nutná. Úkolem škol je do budoucna propracovat stávající preventivní přístupy, způsob, jakým to lze uskutečnit, nabízíme v kapitole Doporučení pro praxi. Jedná se konkrétně o revizi stávajícího komponovaného preventivního programu, aktualizaci informačních zdrojů škol včetně Minimálního preventivního programu, obohacení stávajících osnov v RVP, prohloubení spolupráce s externími institucemi, vytvoření osvětové nabídky pro rodiče studentů a provedení opětovného empirického šetření u výzkumného souboru po realizaci doporučení pro praxi.

Seznam použité literatury:

BAČOVÁ, V. VI. Identita v sociální psychologii. In: VÝROST, J. - SLAMĚNÍK, I. *Sociální psychologie*. 2. vyd. Praha: Grada, 2008. Kapitola 6, str. 109-125. ISBN: 978-80-247-1428-8

FROUZOVÁ, M. Závislost na procesech. In: KALINA, K. et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. Kapitola 17, s. 237-251. ISBN: 978-80-247-1411-0.

GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2. vyd. Brno: Paido, 2010, ISBN: 978-80-7315-185-0.

GRIFFITHS, M. Does internet and komputer addiction exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology & Behavior*, 2000, č. 3, s. 211-218.

HARTL, P. - HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, ISBN: 80-7178-330-X.

HENDL, J. *Přehled statistických metod zpracování dat*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006, ISBN: 80-7367-123-9.

CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu Základy kvantitativního výzkumu*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007, ISBN: 978-80-247-1369-4.

JEDLIČKA, R. - KLÍMA, P. - KOŤA, J. - NĚMEC, J. - PILAŘ, J. *Děti a mládež v obtížných životních situacích, Nové pohledy na problematiku životních krizí, deviací a úlohu pomáhajících profesí*. 1. vyd. Praha: Themis, 2004. ISBN: 80-7312-038-0.

KALINA, K. A KOL. *Mezioborový glosář pojmů z oblasti drog a drogových závislostí*. 1. vyd. Praha: Úřad vlády ČR, 2001. ISBN: 80-238-8014-4

KALINA, K. A KOL. *Drogy a drogové závislosti I, II*. 1. vyd. Praha: Úřad vlády ČR, 2003. ISBN: 80-86734-05-6.

KOL. AUTORŮ. *Vybrané termíny primární prevence*. 1. vyd. Praha: MŠMT ČR, 2007.

- KOŤA, J. I. Socializace. In: JEDLIČKA, R. - KLÍMA, P. - KOŤA, J. - NĚMEC, J. - PILAŘ, J. *Děti a mládež v obtížných životních situacích, Nové pohledy na problematiku životních krizí, deviací a úlohu pomáhajících profesí*. 1. vyd. Praha: Themis, 2004. Kapitola 1, str. 15-62. ISBN: 80-7312-038-0.
- KRAUS, B. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008, ISBN: 978-80-7367-383-3.
- KRAUS, B. - POLÁČKOVÁ, V. ET AL. *Člověk-prostředí-výchova. K otázkám sociální pedagogiky*. 1. vyd. Brno: Paido, 2001, ISBN: 80-7315-004-2.
- LAING, R. D. *Rozdělené self. Existenciální studie o duševním zdraví a nemoci*. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 2000, ISBN: 80-86123-13-8.
- LANGMEIER, J. - KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 1998. ISBN: 80-7169-195-X
- MATOUŠEK, O. - KROFTOVÁ, A. *Mládež a delikvence*. 2. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN: 80-7178-771-X
- MIOVSKÝ, M. - SKÁCELOVÁ, L. - ZAPLETALOVÁ J. - NOVÁK, P. ET AL. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. 1. vyd. Praha: Scan et 1. LF UK a VFN, 2010. ISBN: 978-80-87258-47-7.
- NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*. 2. vyd. Praha: Academia, 1997. ISBN: 80-200-0628-1
- NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN: 80-7178-432-X.
- NEŠPOR, K. - CSÉMY, L. - PERNICOVÁ, H. *Problémy s návykovými látkami ve školním prostředí. Časná a krátká intervence*. 1. vyd. Praha: Sportpropag, 1998.
- PELIKÁN, J. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. 2. dotisk. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2007. ISBN: 978-80-7184-569-0.

PILAŘ, J. VII. Pedagogická rehabilitace. In: JEDLIČKA, R. - KLÍMA, P. - KOŤA, J. - NĚMEC, J. - PILAŘ, J. *Děti a mládež v obtížných životních situacích, Nové pohledy na problematiku životních krizí, deviací a úlohu pomáhajících profesí*. 1. vyd. Praha: Themis, 2004. Kapitola 7, str. 293-306. ISBN: 80-7312-038-0.

ROTGERS, F. A KOL. *Léčba drogových závislostí*. 1. vyd. Praha: Grada, 1999. ISBN: 80-7169-836-9

ROGGE, J.-U. *Kinder können fernsehen. Vom sinnvolle Umgang mit Medium*. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg, 1994.

SKALKOVÁ, J. *Pedagogika a výzvy nové doby*. 1. vyd. Brno: Piado, 2004. ISBN: 80-7315-060-3.

SKÁLA, J. A SPOL. *Závislost na alkoholu a jiných drogách*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1987.

SMOLÍK, P. *Duševní a behaviorální poruchy*. 2. vyd. Praha: Maxdorf, 2002. ISBN: 80-85912-18-X

SPOUSTA, V. Hromadné sdělovací prostředky a výchova. In: KRAUS, B. - POLÁČKOVÁ, V. ET AL. *Člověk-prostředí-výchova. K otázkám sociální pedagogiky*. 1. vyd. Brno: Paido, 2001. Kapitola 2.3, str. 61-77. ISBN: 80-7315-004-2.

ŠMAHEL, D. *Psychologie a internet. Děti dospělým, dospělí dětmi*. 1. vyd. Praha: Triton, 2003. ISBN: 80-7254-360-1.

Tarterův dotazník: Dotazník pro dospívající identifikující rizikové oblasti (volně podle R. E. Tartera). 1. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav v nakladatelství Fortuna, 1998.

VALIŠOVÁ A. - KASÍKOVÁ, H. A KOL. *Pedagogika pro učitele*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007, ISBN: 978-80-247-1734-0

VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese: variabilita a patologie lidské psychiky*. 3. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN: 80-7178-678-0.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost a stáří*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN: 80-7178-308-0

VESELÁ, M. *On-line závislost v kontextu různých internetových prostředí*. Brno, 2007. 82 s. Diplomová práce na Fakultě sociálních studií Masarykově univerzitě na katedře psychologické. Vedoucí diplomové práce PhDr. David Šmahel, Ph.D.

VONDRÁČKOVÁ, P. - VACEK, J. - KOŠATECKÁ, Z. Závislostní chování na internetu a jeho léčba. *Česká a slovenská psychiatrie*, 2009, č.6-8, s. 281-289. ISSN 1212-0383.

KOL. AUTORŮ. *Výroční zpráva o stavu ve věci drog v České republice v r. 2001*. Praha: Národního monitorovacího střediska pro drogy a drogové závislosti, 2002. ISBN: 80-238-9912-0.

VÝROST, J. - SLAMĚNÍK, I. *Sociální psychologie*. 2. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN: 978-80-247-1428-8

YOUNG, K. S. Cognitive-behavioral therapy with Internet addicts: Treatment outcomes and implications. *Cyberpsychology & Behavior*, 2007, č. 10, s. 671-679.

YOUNG, K. S. "Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder.". *Cyberpsychology & Behavior*, 1996, č. 3, s. 237-244.

YOUNG, K. S. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. In: VANDECREEK, L. - JASKSON, T., *Innovations in clinical practice: a source book*. 17. Sarasota, FL: Professional Resource Press, 17, 1999.

Legislativní zdroje

Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy České republiky k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže, čj.: 21 291/2010-28 ve znění pozdějších změn a dodatků.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky. Standardy odborné způsobilosti poskytovatelů programů primární prevence užívání návykových látek. 7. rev. Praha: MŠMT ČR, 2005.

Vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních s platností od 17. 2. 2005 ve znění pozdějších změn a dodatků.

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (Školský zákon) ve znění pozdějších změn a dodatků.

Internetové zdroje

EGGER, O. & RAUTERBERG, M. *Internet behaviour and addiction*[online]. c1996, [cit.2010-12-05]. Dostupné z:

<http://www.idemployee.id.tue.nl/g.w.m.rauterberg/ibq/report.pdf>

NEŠPOR, K. *26 cest, jak přemoci "závislost" na Internetu.* [online]. c2012, Praha, [cit. 2012-01-06]. Dostupné z: <<http://www.drnespor.eu/addictcz.html>>.

ORZACK, H. M. *Computer Addiction: What Is It?* [online]. c2011, USA, [cit. 2012-01-06]. Dostupné z: <<http://www.psychiatrictimes.com/p980852.html>>.

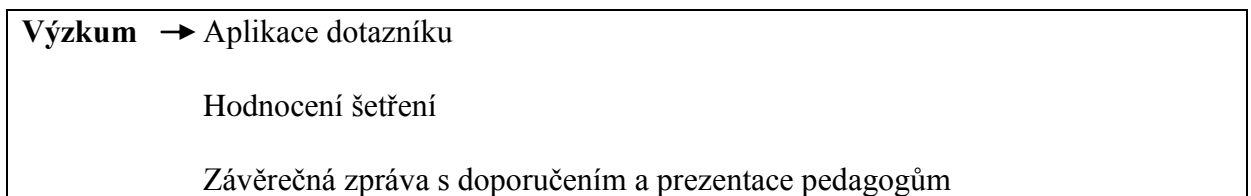
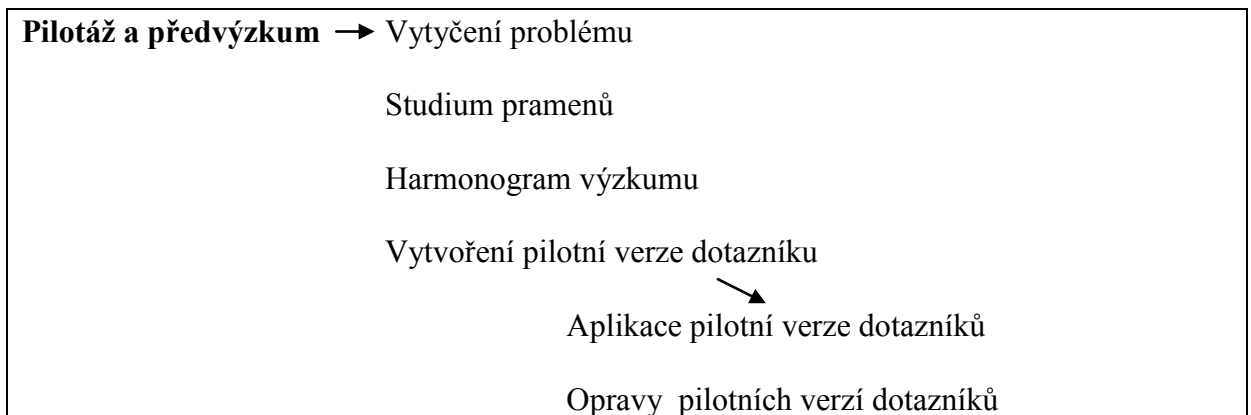
Přílohy:

I. Struktura empirického šetření

II. Dotazník s kódovacím klíčem

III. Dotazník pro hodnocení pilotní verze dotazníku ze strany pedagogů a studentů

I. Struktura empirického šetření



II. Dotazník s kódovacím klíčem

Datum vyplnění dotazníku:		2012	
1.1 Jsi žena či muž?		ŽENA (1)	MUŽ (2) <i>(vhodné zaškrtni)</i>
2.1 Věk		15let=7_16let=1_17let=2 - 21-25=6	
3.1 Třída			
3.1 Studuješ obor zaměřený na informační technologie (I		ANO (1)	NE (2) <i>(vhodné zaškrtni)</i>
4.1 Učitelé mě informují o rizicích, které mohou vést ke vzniku závislosti na internetu:		<i>(vhodné zaškrtni)</i>	
1	a) Ano, informují mě dostatečně.		
2	b) Ano, informují mě, ale nedostatečně.		
3	c) Ne, neinformují mě vůbec.		

Dotazník Internet Addiction Impairment Index - IAI, Kimberly Young

	1	2	3	4	5	0
1. Jak často se ti stane, že zjistíš, že jsi na internetu déle, než jsi zamýšlel(a)?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
2. Jak často zanedbáváš domácí práce/povinnosti, protože jsi online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
3. Jak často se ti stane, že upřednostíš internet před partnerem (partnerkou)?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
4. Jak často si vytváříš nová přátelství s lidmi online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
5. Jak často si tví blízcí stěžují, že trávíš příliš mnoho času online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
6. Jak často máš problémy se školními povinnostmi kvůli tomu, že trávíš mnoho času online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
7. Jak často se stává, že si kontroluješ e-mailovou schránku ještě před tím, než se pustíš do jiných povinností?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
8. Jak často se ti stává, že tvoje pracovní výkonnost je horší kvůli internetu?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
9. Jak často se obhajuješ nebo tajíš, co děláš online, když se tě někdo ptá?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
10. Jak často odháníš nepříjemné myšlenky o svém životě příjemnými myšlenkami na internet?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
11. Jak často se ti stává, že si uvědomíš, že myslíš na to, co budeš dělat, až budeš online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
12. Jak často máš strach, že život bez internetu by byl nudný a prázdný?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
13. Jak často nadáváš nebo jsi nepříjemný(á), když tě někdo otravuje během toho, co jsi online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
14. Jak často se ti stane, že nejdeš spát, protože jsi dlouho do noci online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
15. Jak často myslíš na internet, když jsi offline nebo si představuješ, že jsi online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
16. Jak často se přistihneš, že si říkáš „ještě pár minut“?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
17. Jak často se pokoušíš omezit čas strávený na internetu a bezvýsledně?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
18. Jak často se snažíš skrývat, kolik času jsi byl(a) online?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
19. Jak často upřednostíš být u internetu před tím jít ven s přáteli?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí
20. Jak často se cítíš skleslý(á), mrzutý(á) nebo nervózní, když jsi offline a jakmile jsi opět online, je ti líp?	zřídka	občas	opakovaně	často	vždy	neplatí

III. Dotazník pro hodnocení pilotní verze dotazníku ze strany pedagogů a studentů

Verze pro studenty:

Zkus ohodnotit kvalitu dotazníku v těchto bodech: <i>* hodící škrtni</i>						
1. Je otázek mnoho?	ano	ne				
2. Jaký máš celkový dojem z dotazníku?	1	2	3	4	5	<i>* 1 = nejlepší</i>
4. Kolik času Ti zabralo vyplnění dotazníku?minut					
3. Máš-li potřebu nám ještě k dotazníku něco sdělit, tak prosím využij níže vyhrazený prostor, děkujeme za Tvé postřehy k dotazníku.						
Děkujeme Ti za spolupráci.						

Verze pro pedagogy:

Zkuste ohodnotit kvalitu dotazníku v těchto bodech: <i>* hodící škrtněte</i>						
1. Je otázek mnoho?	ano	ne				
2. Jaký máte celkový dojem z dotazníku?	1	2	3	4	5	<i>* 1 = nejlepší</i>
4. Kolik času Vám zabralo vyplnění dotazníku?minut					
3. Máte-li potřebu nám ještě k dotazníku něco sdělit, tak prosím využijte níže vyhrazený prostor, děkujeme za Vaše postřehy k dotazníku.						
Děkujeme Vám za spolupráci.						

