

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Negativní vliv internetu na děti
Negative Influence of the Internet on Children

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

doc. PhDr. Petr Sak, CSc.

Autor:

Kateřina Franková, DiS.

Praha 2016

Poděkování

Chtěla bych poděkovat vedoucímu mé práce doc. PhDr. Petru Sakovi, CSc. za pomoc a odborné vedení při zpracování této práce.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou bakalářskou práci „Negativní vliv internetu na děti“ vypracovala samostatně s použitím níže uvedených pramenů literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne

Kateřina Franková

Anotace

Bakalářská práce „Negativní vliv internetu na děti“ se zabývá škodlivými vlivy internetu na dnešní děti. Na úvod nastiňuje vývoj internetu a vztah dětí k internetu. Dále jsou podrobněji rozebrány jednotlivé negativní vlivy internetu na děti, včetně závislosti na něm. Práce se zabývá též digitální demencí a multitaskingem. Na konci teoretické části této práce jsou také praktické rady a doporučení, jak negativní vliv internetu na děti omezit a kde hledat případně pomoc a rady. Praktická část obsahuje dotazník určený dětem druhého stupně základní školy, ve věku od 10 do 16 let. Cílem praktické části je zjistit, jak působí prospěch žáka na dobu trávenou na internetu a na míru závislosti na něm.

Annotation

The bachelor's thesis “Negative Influence of the Internet on Children” deals with negative influence of the internet on today's children. At the beginning it describes the evolution of the Internet and children's relationship to it. It further includes detailed analyzes of individual negative online influences on children, including addiction on the internet. The thesis also deals with digital dementia and multitasking. At the end of the theoretical part of this work there is also practical advice and recommendations how to reduce the negative impact of the internet on children, and where to find help and advice. The practical part consists of a questionnaire. It is created for children in elementary schools in the second grade, at the age between 10 and 16 years. The aim of the empirical part is to find out how the pupils school results influence the time spent on the internet and on the degree of dependence on it.

Klíčová slova

Internet, děti, závislost, negativní vliv internetu, digitální demence, multitasking

Keywords

Internet, children, addiction, negative influence of the Internet, digital dementia, multitasking

Obsah

Teoretická část	8
Úvod.....	8
1. Internet.....	10
1.1 Internet v ČR.....	11
1.2 Děti a jejich vztah k internetu	12
2. Negativní vliv internetu na děti	16
2.1 Závislost na internetu.....	16
2.2 Teorie závislostního chování na internetu	17
2.2.1 Kognitivně-behaviorální model	17
2.2.2 Teorie deficitu sociálních dovedností	19
2.2.3 Interpersonální teorie	19
2.3 Příznaky a projevy závislosti na internetu	20
2.4 Dopad netholismu na zdraví	22
3. Digitální demence.....	24
3.1 Ochabování paměti	24
3.2 Mentální pohodlnost	25
3.3 Multitasking fenomén dnešní doby.....	26
4. Negativní vliv sociálních sítí na děti	27
4.1 Disinhibiční efekt.....	27
4.2 Kyberšikana	28
4.2.1 Druhy kyberšikany	29
5. Negativní vliv sledování nevhodného obsahu na internetu.....	31
5.1 Pornografický materiál	31
5.1.1 Dětská pornografie	32
5.2 Násilný obsah.....	32
6. Prevence	33
6.1 Publikace a servery zabývající se problematikou internetu.....	33
Praktická část	36
7. Cíle výzkumu.....	36
7.1 Hypotézy výzkumu	36
8. Metodika výzkumu.....	37
9. Charakteristika výzkumného vzorku	38
10. Postup výzkumu.....	40

10.1	Metoda vyhodnocení dat.....	40
11.	Analýza dat a interpretace výsledků dotazníkové metody.....	41
11.1	Zkoumání hypotézy č. 1.....	41
11.2	Zkoumání hypotézy č. 2.....	44
11.3	Zkoumání hypotézy č. 3.....	47
11.4	Zkoumání hypotézy č. 4.....	50
11.5	Zkoumání hypotézy č. 5.....	53
12.	Diskuze	55
13.	Závěr výzkumu	55
	Závěr	56
	Seznam použité literatury	58
	Prameny	58
	Elektronické zdroje	60
	Elektronické dokumenty	61
	Seznam grafů	62
	Seznam tabulek	63
	Seznam příloh	64
	Příloha I.....	I
	Příloha II.	II
	Příloha III.	I
	Resumé.....	I
	Summary.....	I

Seznam zkratek

apod. = a podobně

ARPANET - Advanced Research Projects Agency Network

atd. = a tak dále

č. = číslo

ČSÚ = Český statistický úřad

DARPA = Defense Advanced Research Projects Agency

např. = například

soc. = sociální

Tab. = tabulka

tj. = to je

viz = odkaz na přílohu práce, nebo na jinou kapitolu práce

Teoretická část

Úvod

Zatímco v minulosti k vývoji médií potřebovalo lidstvo na další inovaci staletí, v devadesátých letech 20. století se objem přenášených informací znásoboval v průběhu každých několika let. „Změny v oblasti informačních technologií realizované v posledních dvaceti letech jsou zásadnější a objemnější než změny v oblasti informačních médií za celou historii lidstva.“¹ Internet se neustále rozvíjí a stává se dostupnější většímu počtu lidí. Dnešní děti jsou většinou zvyklé pracovat s internetem již od útlého dětství, což je zajisté ovlivňuje. Internet má na děti jak pozitivní tak i negativní vliv. V této práci posuzuji pouze vliv negativní, protože je dle mého mínění významnější a neměl by být opomíjen. Zaměřuji se právě na děti, protože je to má cílová skupina, se kterou chci v budoucnu pracovat. A negativní ovlivnění internetem jsem si vybrala, protože s ním mám zkušenosti prostřednictvím svého šestnáctiletého bratra, u kterého vše naznačuje tomu, že je na internetu dokonce závislý. Dále také proto, že jsem do této problematiky již pronikla při psaní své Absolventské práce.²

V anonymních internetových vodách nalezneme nekonečný počet rozdílných uživatelů, mezi nimiž se pohybují také děti, nadšené z možností, které jim online prostředí nabízí. Tato dle mého názoru nejzranitelnější skupina internetových uživatelů si mnohdy ani neuvědomuje, že na ně na síti číhají i mnohá nebezpečí. V této práci je popsána pouze jako příklad trestného činu kyberšikana, která se v naší republice stále více rozmáhá (více viz 1.1 Internet v ČR).

Teoretická část práce, nepočítaje tento úvod, je rozdělena do šesti kapitol, které popisují základní pojmy a informace týkající se negativního vlivu internetu na děti. První kapitola se zabývá Internetem a také jsou zde specifikovány děti druhého stupně základní školy, z pohledu ontogeneze a jejich vztah k internetu. Druhá kapitola se zabývá negativním vlivem internetu na děti, popisuje vznik závislosti na internetu a její rizika. Třetí kapitola popisuje digitální demenci, včetně multitasking. Čtvrtá kapitola popisuje negativní vliv sociálních sítí na děti a s tím spojený Disinhibiční efekt, dále jako příklad nebezpečí, s kterým se dítě může na sociální síti setkat, uvádí Kyberšikanu. Pátá kapitola

¹SAK, P. a kolektiv. *Člověk a vzdělání v informační společnosti: Vzdělávání a život v komputizovaném světě*. Praha: Portál, 2007. s. 22.

²FRANKOVÁ, K., *Rizikové faktory rozvoje závislosti na online prostředí u dítěte*. Praha: VOŠ Evropská. 2015.

nastiňuje negativní vliv toho, když děti na internetu sledují nevhodný obsah, jako je pornografický a násilný materiál. Šestá kapitola se zabývá prevencí.

Práce se zabývá obecně negativním vlivem internetu, ať již je zobrazen na jakémkoliv elektronickém přístroji, ale specifičtěji se zaměřuje na užívání internetu přes stolní počítač nebo notebook – hlavně na rizika spojené s jeho nadměrným užíváním a to jak toto užívání ovlivňuje mladého člověka, neboť právě tato možnost online připojení vyšla u dětí v mém minulém průzkumu³ jako nejčtenější.

V praktické části práce byla k výzkumu použita technika sběru dat dotazníkového šetření, kde byl za tímto účelem vytvořen dotazník, který byl osobně rozdán v 5., 7. a 9. třídách základních škol. Výzkumný vzorek je z okresu Kladno.

Potřebné informace jsou čerpány z odborné literatury, elektronických dokumentů s touto tematikou, vyhlášky ministerstva týkající se této problematiky a z internetových článků.

³ FRANKOVÁ, K., *Rizikové faktory rozvoje závislosti na online prostředí u dítěte*. Praha: VOŠ Evropská. 2015.

1. Internet

Internet je pro generace tohoto tisíciletí nedílnou součástí života již od útlého dětství. „Užívání internetu vedlo, vede a jistě i nadále povede k velkým změnám.“⁴ Internet je příčinou změny stylu zábavy, změny komunikace s přáteli, dokonce i místa provedení práce, protože nyní jistě nalezneme mnoho lidí, kteří pracují přes nebo minimálně s pomocí internetu. Internet jistě mění naše životy a neopomenutelný vliv má i na dětskou psychiku a vývoj.

Stále není zcela striktně ujasněno, zda psát slovo internet s malým či velkým „i“, jelikož se ve většině případů používá s malým, myšleno internet jako komunikační prostředek, propojené počítačové sítě, bude v této práci též použit s malým „i“.

Pokud se o Internetu hovoří v kontextu historickém, je použito velké „I“. Historie Internetu sahá až k počátkům tzv. Studené války. Spojené státy tehdy podporovaly rozvoj vzniku nových zbraní a technologií, které chtěly použít jako převahu nad soupeřem.

V roce 1969 vznikl experimentální program, který se nazýval Advanced Research Project Agency (ARPA), který měl za cíl propojit armádu, národní obranu a laboratoře zabývající se armádním výzkumem. Tento program byl též označován jako ARPANET, pak se k němu začali přidávat i různé obchodní společnosti a začalo se mu říkat DARPA Internet. Později začal být označován pouze jako Internet a tento název si nese dodnes. Po otevření internetu široké veřejnosti, byla rychlost jeho šíření po celém světě obrovská. Čtyři roky po jeho zpřístupnění veřejnosti získal 50 milionů uživatelů.⁵

Slovo internet pochází z mezinárodní předpony inter, v českém překladu znamenající mezi a z anglického slova net, neboli network – česky síť.

S internetem je neodmyslitelně spojen hypertext www – Word Wide Web což v překladu znamená „Celosvětová pavučina“⁶ Hypertext je systém vzájemně propojených dokumentů, které jsou přístupné s pomocí sítě Internet. Jedná se o jednu ze služeb internetu a je označovaná jako web. Je nutné podotknout, že web je pouze služba a nelze ji zaměňovat s pojmem internet, což se často stává.

⁴ HULANOVÁ, L. *Internetová kriminalita páchaná na dětech: psychologie internetové oběti, pachatele a kriminality*. Praha: Triton, 2012, s. 16.

⁵ *Co to je internet?* [online]. [cit. 2016-01-06]. Dostupné z: <http://www.imip.cz>

⁶ ECKERTO VÁ, L. *Huste j internet*. Praha: Petr Prchal, 2014, s. 74.

1.1 Internet v ČR

Člověk vytváří umělou neboli virtuální realitu, zde vedle přirozeného časoprostoru vzniká kyberprostor, jako produkt lidské civilizace. Pojem kyberprostor, který se v této práci často vyskytuje, vymyslel William Gibson (1992) a použil ho ve svém sci-fi románu. V tomto díle popisuje kyberprostor jako sdílenou halucinaci každý den pocíťovanou miliardami oprávněných operátorů všech národů, dětmi, které se učí základům matematiky. Dále kyberprostor označuje jako shluky a souhvězdí dat, linie světla seřazené v neprostoru myslí.⁷

Před rokem 1995 měl v tuzemsku ponětí o existenci Internetu jenom málokdo. To se však změnilo na přelomu let 1995 a 1996 kdy na trh vstoupila celá řada komerčních poskytovatelů připojení k Internetu. Od této doby se počet domácností připojených k Internetu rapidně zvyšoval až do dnešní doby, kdy z údajů ČSÚ vyplývá, že počítač má doma 73 procent rodin a stejné procento českých domácností má i připojení k internetu.

V roce 2015 mělo více než 3,1 milionu českých domácností internet i počítač. Pro srovnání před deseti lety měla počítač třetina bytů a internet jen pětina. Podle ČSÚ předstihla Česká republika dokonce průměr Evropské unie v podílu internetových uživatelů.⁸ V roce 2015 v tuzemsku využívalo internet téměř 80 procent dospělé populace, zatímco evropský průměr byl 78 procent. Na těchto údajích je jasně vidět, jak využívání internetu rapidně roste a tudíž je i většině dětské populace internet snáze dostupný.

To, že se rozšiřuje síť uživatelů internetu, s sebou zajisté nese i internetovou kriminalitu. Od roku 2011 se počet internetových trestných činů v Česku zvýšil téměř trojnásobně z 1500 na 4300 zločinů v roce 2014, což je velmi alarmující poznatek. Policie měla vytvořit pro boj s kybernetickým zločinem od roku 2016 nový útvar, který by aktivity v této oblasti koordinoval a do něj měli přejít policisté, kteří se již touto problematikou zabývají. Do budoucna se plánuje, že bude tento útvar činit zhruba 50 lidí. Na tiskové konferenci ke Dni bezpečnějšího internetu to uvedl ministr vnitra Milan Chovanec.⁹ Bohužel nikde není k nalezení informace, že by tento útvar v roce 2016 opravdu začal fungovat.

⁷ SAK, P. a kolektiv. ref.1.

⁸ ČT24: *Češi využívají internet více než většina Evropanů*. ČT24 [online]. Praha, 2015, 26. 11. 2015 [cit. 2016-01-06]. Dostupné z: <http://www.ceskatelevize.cz/ct24/ekonomika/1625520-cesi-vyuzivaji-internet-vice-nez-ostatni-evropane>.

⁹ *Počet internetových trestných činů se od roku 2011 ztrojnásobil*. [online]. 10. 02. 2015, 10:46. Praha, 2015 [cit. 2016-01-23]. Dostupné z: <http://www.financninoviny.cz/zpravy/pocet-internetovych-trestnych-cinu-se-od-roku-2011-ztrojnásobil/1179529>.

Kolem roku 2000 šlo podle Chovance téměř výhradně o trestné činy související s porušováním autorského práva, tedy například stahování pirátských kopií souborů. V roce 2014 se v online prostředí odehrávala mnohem vážnější trestná činnost a to hospodářská kriminalita, šíření rasové a národnostní nesnášenlivosti, kyberšikana nebo šíření dětské pornografie. Mimo jiné se také množí případy vylákání citlivých údajů přes sociální sítě, což se zajisté týká nezletilých.

„Množí se také počet případů kyberšikany mezi dětmi. Podle Jiřího Palyzy z Národního centra bezpečnějšího internetu se s ní setká zhruba polovina dětí, ale rodiče o tom ví jen v pěti procentech případů. Třetina rodičů pak podle průzkumu UPC nemá přehled, co jejich děti na internetu dělají a s kým se tam stýkají. Rovněž třetina dospělých neomezuje čas dětí strávený na internetu a neomezuje ratolesti ani v přístupu na sociální sítě. Zhruba dvěma třetinám dětí se od rodičů dostalo poučení, jak se na sociálních sítích bezpečně chovat.“¹⁰

Tato fakta zajisté ukazují na to jak moc je dítě v online světě zranitelné a jak aktuální je toto téma. Co se týče pojmu *online*, tento výraz je použit v této práci jako vyjádření připojení k internetové síti, přes jakýkoliv elektronický přístroj.

1.2 Děti a jejich vztah k internetu

Tato práce je zaměřena na děti druhého stupně Základní školy. Tyto děti se dle ontogenetického dělení Příhody¹¹ nachází v období Prepubescence a Pubescence. Ontogenetické období prepubescence trvá od 6 do 11 let, někdy se uvádí do 12 let. V tomto období se u dítěte dějí organické i psychické změny. Na konci tohoto období se objevují první známky pohlavního dospívání. Pro prepubescenta je typické, že tvoří ze svých poznatků systém, který však nemá dosud plný obsah historického dění, ale je omezen na souhrn vztahů k jednomu význačnému předmětu, k jakési konkrétní myšlenkové ose. Vztahy, kterým dítě tohoto věku rozumí, mají bodový charakter, nikoliv řetězcový. Vztah, který dítě vnímá je vždy ponořen do konkrétní situace, ještě ne zcela proanalyzovaně. Toto vnímání vztahů má na dítě dle mého názoru vliv při práci

¹⁰ Počet internetových trestných činů se od roku 2011 ztrojnásobil. [online]. 10. 02. 2015, 10:46. Praha, 2015 [cit. 2016-01-23]. Dostupné z: <http://www.financninoviny.cz/zpravy/pocet-internetovych-trestnych-cinu-se-od-roku-2011-ztrojnasil/1179529>.

¹¹ PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky: vývoj člověka do patnácti let*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977.

s internetem a informacemi nacházejícími se zde a na míru ovlivnitelnosti těmito informacemi.

Dále navazuje vývojové období pubescence, které trvá dle Příhody¹² od 11 do 15 let a toto období dále ještě dělí na prepubertu, která se odehrává od 11 do 13 let a na pubertu která trvá od 13 do 15 let. V pubertě dochází k prodloužení tělesné výšky, významným somatickým změnám a k myšlenkovému rozvoji, všechny tyto činitele proměňují v období pubescence od základu člověkům poměr k věcem a lidem. Pubescent již k dospělým nevhlíží zdola, ale začíná se na ně dívat horizontálně, dokonce ke konci tohoto období často i shora, zvláště pak na svou matku. Tyto fakta dle mého názoru ovlivňují například to, že rady a varování týkající se internetu, které přichází od rodičů, děti neberou příliš vážně. Internetové prostředí je dle mého názoru může v pocitu nadřazenosti nad dospělými podporovat, což na ně může mít negativní vliv.

V roce 2001 použil Prensky¹³ výraz *digital natives*, pro děti, které se již narodily do světa, kde je internet nedílnou součástí našich životů (v překladu tento pojem znamená digitální domorodci). Upozornil na to, že děti poprvé v historii předběhly své rodiče v důležitých znalostech technologií a v dovednostech souvisejících s nimi. Rodiče těchto dětí, kteří se narodili do světa bez internetu, označil jako digitální přistěhovalce. Tito „přistěhovalci“ se museli učit dovednostem a znalostem souvisejícím s používáním internetu a ostatně i dalších moderních technologií až v průběhu jejich života, kdežto jejich děti se s těmito vymoženostmi setkávaly a sžívaly již od útlého věku.

Při osobních rozhovorech v průběhu výzkumu, publikovaném v *Děti v ringu dnešního světa*¹⁴, uvedlo přes osmdesát procent starších školáků, že jsou „on-line“. Když se děti ptali na otázku „Co bys v životě spíše oželel/a – televizi, nebo internet?“. Tak by se pouze 11% dětí obešlo bez obojího. Televize by se vzdalo 32% a internetu pouze 18% dětí. Podle výzkumu by bez internetu nemohlo být 71% dětí.

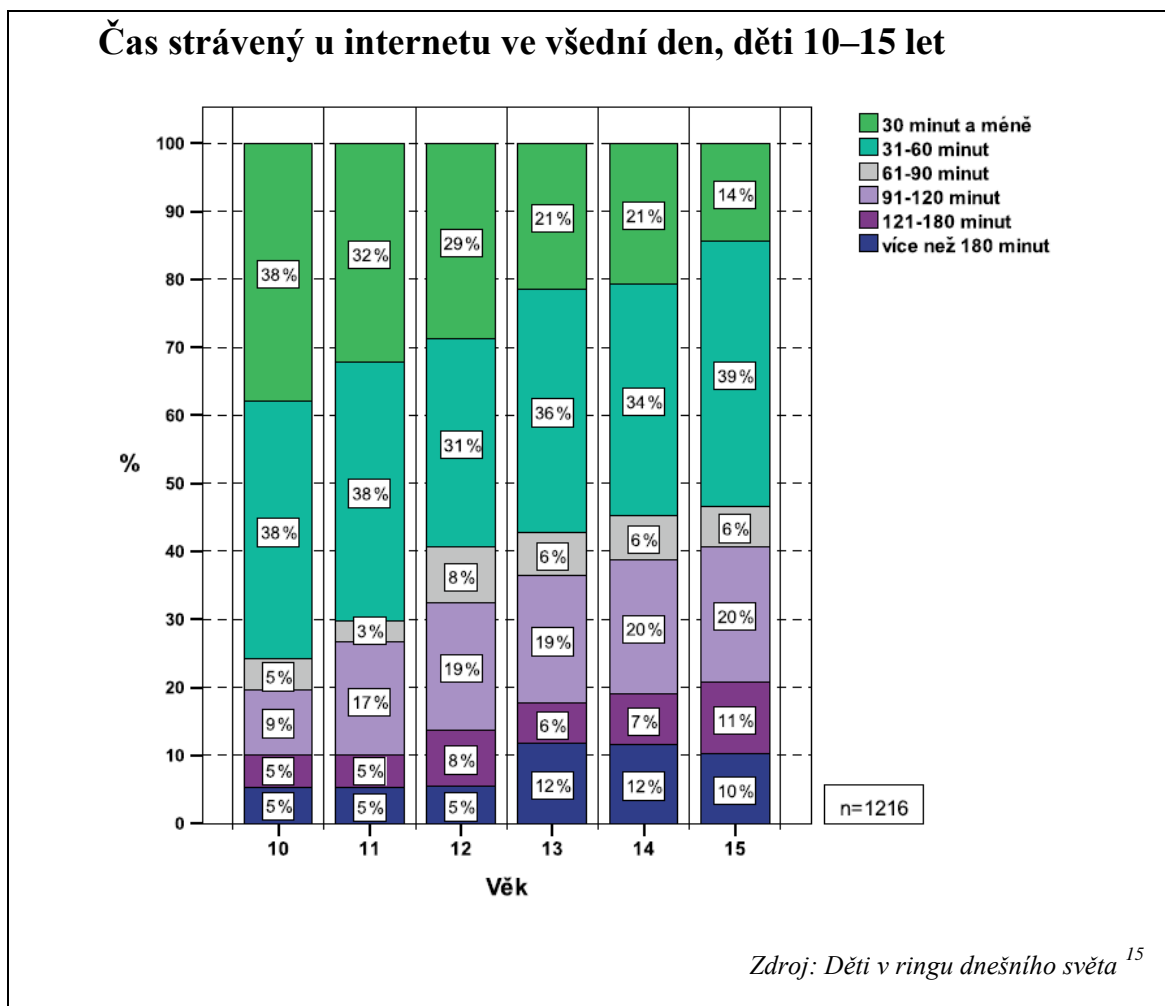
¹² PŘÍHODA, Ref. 11.

¹³ PRENSKY M. *Digital Natives, Digital Immigrants*. 2001. Available from: <http://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>

¹⁴ BOCAN, M., HOŠKOVÁ, I., MACHALÍK, T., MAŘÍKOVÁ, H., SPÁLENSKÝ, A., ZAJÍC, J. *Děti v ringu dnešního světa Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let*. Praha: Národní institut dětí a mládeže Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků a školské zařízení pro zájmové vzdělávání, 2012.

Jak je vidět z následujícího grafu, většina dětí ve věku 10 až 15 let jsou o všední den více jak 30 minut denně na internetu. A 12% dětí třinácti a čtrnácti letých v internetovém prostředí ve všední dny tráví dokonce více jak dvě hodiny denně. Používání internetu tvoří výraznou část jejich volného času, což na ně má zajisté vliv.

Graf 1: Čas strávený u internetu ve všední den, děti 10-15 let



Čím lepší je uživatelská dovednost, tím se prodlužuje čas surfování po internetu. Například dětí, které by trávily u internetu více jak dvě hodiny denně je v kategorii deseti-letých o polovinu méně než u dětí patnáctiletých. O víkend, kdy mají děti více volného času, jsou na internetu dvakrát více než o všední dny, mimo jiných aktivit jako jsou například hry, jsou v kontaktu se svými vrstevníky pomocí online technologií. A 20% z této věkové skupiny dětí se pohybuje o víkendech v internetovém prostředí dokonce více jak 180 minut denně.¹⁶

¹⁵ BOCAN, M., HOŠKOVÁ, I., MACHALÍK, T., MAŘÍKOVÁ, H., SPÁLENSKÝ, A., ZAJÍC, J. ref. 14.

¹⁶ Viz Příloha I., Graf – čas strávený u internetu o víkendu, děti 10-15 let

Z předchozích dat vyplývá, že pro děti hraje internet klíčovou roli a mnoho z nich je ohrožena dokonce i závislostí na něm. Online prostředí je pro ně nedílnou součástí jejich života, pokud by přestali používat některé aplikace nebo dokonce internet obecně, pravděpodobně by to dle mého názoru mohlo vést až k jejich sociálnímu vyloučení.

Také díky mobilním telefonům s možností připojení k internetu mohou být děti téměř neustále online. Myslím si, že pro děti se již stává jednodušším a pohodlnějším si s kamarády napsat například přes Facebook než s nimi jít ven a popovídat si osobně. Děti jsou schopny pomocí moderních technologií psát si v reálném čase, díky chatu mají možnost seznamovat se s lidmi z jiných koutů republiky nebo dokonce i z jiných částí světa. Mladiství na internetu nalézají mnoho zábavy, informací a dokonce i sociálních kontaktů až se pro ně reálný svět začíná stávat neatraktivním.

Tab. 1.: Fakta o dětech v Evropě

Fakta o dětech v Evropě

- Děti ve věku 9–16 let tráví online v průměru 88 minut denně.
- 49 % dětí používá internet v posteli.
- 87 % dětí používá internet doma, 63 % ve škole.
- 53 % dětí používá internet u kamarádů či spolužáků.
- 86 % dětí sleduje na internetu videa.
- 75 % dětí používá internet pro komunikaci – sociální sítě, e-mail,...
- 56 % dětí stahuje na internetu filmy a hudbu a sdílí obsah.
- 23 % navštěvuje chaty, sdílí soubory, bloguje a tráví čas ve virtuálních světech.

Zdroj: EU Kids Online II¹⁷

Z předchozí tabulky je jistě alarmující fakt, že 63% dětí využívá internet dokonce i ve škole, což dle mého mínění může mít negativní vliv na jejich vzdělávání. Pro děti je již zcela přirozené se pohybovat v tomto „online světě“, jsou schopni se tam i učit, např. pomocí nejrůznějších online nástrojů.

¹⁷ FINAL REPORT. *EU Kids Online II* [online]. 2012 [cit. 2016-01-10]. Dostupné z <http://eprints.lse.ac.uk/39351/>

2. Negativní vliv internetu na děti

Myslím si, že děti tráví převážnou většinu svého volného času na internetu místo toho, aby si šli ven zaběhat nebo se setkat se svými kamarády. Ale aby si člověk udržel dobrou duševní kondici, je k tomu potřeba i pohyb, který dětem zajisté v dnešní době dost často schází.

Dle mého názoru může na děti mít negativní vliv i obsah, s kterým se na internetu setkávají, ale také jeho samotné využívání, popřípadě i jeho nadměrné využívání a také zajisté i jiní uživatelé, s kterými se v kyberprostoru střetnou. Tato práce se snaží osvětlit všechny tyto činitele.

Dále je zde v důsledkem vlivu trávení času na internetu i zvýšené riziko nadváhy a dalších fyzických změn, které jsou blíže popsány v podkapitole 2.4. s názvem: Dopad netholismu na zdraví.

Používání internetu vede ke zhoršení paměti (viz kapitola 3. Digitální demence) a v dlouhodobém horizontu často vede k závislosti na internetu. Čím větší dobu děti na internetu pobývají tím na ně má pravděpodobně větší vliv, mimo jiné proto je velmi aktuální téma samotné závislosti na internetu, popsané v následující kapitole.

2.1 Závislost na internetu

Děti, které již od počátku svého bytí užívají nadměru internet, zůstává jejich duševní výkonnost pod úrovní svých možností. Vinou digitálních médií dramaticky klesá schopnost učení. V raném dětství může vést používání počítače k poruchám pozornosti a v předškolním věku k poruchám čtení. U dětí nadměrně užívající internet může docházet k úzkosti a otupělosti, k poruchám spánku, depresím a dokonce mohou mít sklony k násilí. „Několik výzkumů doložilo, že deprese se vyskytují mnohem častěji u lidí závislých na počítači a internetu než při normálním užívání médií.“¹⁸

¹⁸ SPITZER, M. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014.

2.2 Teorie závislostního chování na internetu

Při pohledu na to proč se u některých jedinců objeví závislostní chování na internetu, patří mezi nejčastěji citované teorie, se zaměřením na psychologické důvody: kognitivně-behaviorální model R. A. Davise¹⁹, teorie deficitu sociálních dovedností S. A. Caplana²⁰ a interpersonální teorie autorů Liu a Kuo, která vychází z interpersonální teorie H. S. Sullivana²¹.

2.2.1 Kognitivně-behaviorální model

Podle Davise²² jsou duševní problémy důsledkem spojení predisponované zranitelnosti a životní události. Predisponovanou zranitelností může být psychopatologická dispozice, jako je například depresivní porucha, sociální fobie nebo poruchy vyvolané užíváním psychoaktivních látek.

Životní událost je uvedena takto: Osoba, která poprvé využije určitou online aplikaci a spojí si užití této aplikace s příjemnou zkušeností například se zahnáním nudy, je pak motivována navštívit tuto aplikaci opakovaně, aby opět zažila příjemnou zkušenost. Probíhá zde proces operativního podmiňování, pak situační podněty, jako například znělka z této hry, nebo i vůně čaje, který tento člověk pil při užívání aplikace, spustí potřebu být opět online.²³

Podle Davise²⁴ je problémové užívání internetu výsledkem dvou druhů příčin a to vzdálených příčin a blízkých příčin. Mezi blízké příčiny závislosti na internetu řadí maladaptivní myšlenky, sociální izolaci anebo nedostatek sociální podpory. Maladaptivní myšlenky dělí do dvou základních skupin a to na myšlenky o sobě a myšlenky o světě. Tyto nezdravé myšlenky jsou základním faktorem blízkých příčin této závislosti. Nejčastěji se jedná o pochybování o sobě sama, sebepodceňování a negativní sebehodnocení.

¹⁹ DAVIS, R. A. *A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. Computers in Human Behavior*. 2001.

²⁰ CAPLAN, S. E.: *Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use and psychosocial wellbeing*. Communication Research. 2003.

²¹ VONDRÁČKOVÁ, P., VACEK, J., KOŠATECKÁ, Z. *Závislostní chování na internetu a jeho léčba*. [online]. Česká a slovenská Psychiatrie, 2009 [cit. 2016-03-24]. Dostupné z: http://www.cspsychiatr.cz/dwnld/CSP_2009_6_281_289.pdf

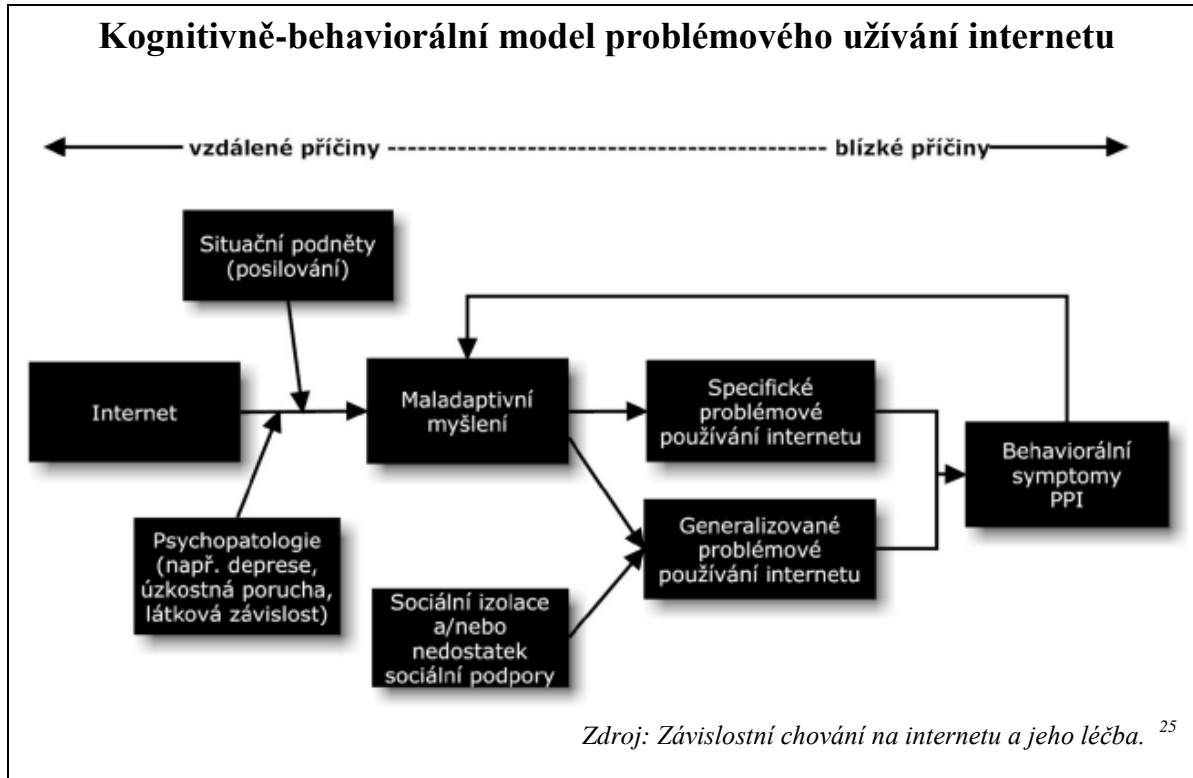
²² DAVIS, R. A. ref. 19.

²³ Tamtéž.

²⁴ Tamtéž.

Tito jedinci se snaží kompenzovat své negativní přesvědčení na internetu, který jim to svou anonymitou a interaktivitou dočasně umožňuje.

Schéma 1: Kognitivně-behaviorální model problémového užívání internetu



Vzdálené příčiny vedoucí ke vzniku symptomů závislostního chování dle autora jsou psychopatologická dispozice, internet a situační podněty, které mají podobu posílení v důsledku pozitivních emocí jako reakcí na používání určitých internetových aplikací.

Davis ²⁶ rozlišuje dva základní typy problémového užívání internetu a to specifické problémové užívání internetu a obecné problémové užívání internetu. Tyto druhy problémového užívání internetu jsou znázorněny i ve schématu výše, kde jsou vyobrazeny i vzdálené a blízké příčiny, které na dotyčného člověka působí.

a) **Specifické problémové užívání internetu**

Specifické problémové užívání internetu je definováno jako problémové užívání internetu specificky vázané k určité internetové aplikaci, například na stránky s pornografickým obsahem. Osoby s tímto typem využívání internetu by podobné chování vykazovaly i bez existence internetu.

²⁵ VONDRÁČKOVÁ, P., VACEK, J., KOŠATECKÁ, Z. ref. 21.

²⁶ DAVIS, R. A. ref. 19.

b) Generalizované problémové používání internetu

Generalizované problémové používání internetu zahrnuje obecné problémové užívání internetu, kde se jedná dle Davise²⁷ o přílišné nadužívání internetu, které je spojováno se specifickým sociálním aspektem internetu a to konkrétně s potřebou sociálního kontaktu a sociálního posílení. Toto problémové chování je vázáno na samotný internet, tudíž tito lidé by závislí nebyli, pokud by internet neexistoval.

2.2.2 Teorie deficitu sociálních dovedností

Caplan²⁸ je autorem teorie deficitu sociálních dovedností, popisuje v ní aktuální dynamiku vztahu mezi sociálními dovednostmi a užíváním internetu. Formuloval ji na základně výzkumu zaměřeném na interpersonální komunikaci v online i off-line prostředí. Podle něj se osoby s psychosociálními problémy, jako jsou například deprese, vnímají méně sociálně kompetentní než lidé bez těchto problémů. Lidé s psychosociálními problémy proto více vyhledávají online sociální interakce, protože se jim zdají bezpečnější a umožňují jim větší kontrolu nad informacemi, které o sobě prozradí. Komunikace prostřednictvím internetu je pro ně jednodušší, zábavnější a hlavně z jejich pohledu méně ohrožující, než komunikace tváří v tvář. Díky značnému času trávenému v online prostředí, se u nich zhoršuje sociální kompetence a to vede k zhoršování sociálních interakcí doma, ve škole nebo v zaměstnání.

2.2.3 Interpersonální teorie

Interpersonální teorie Sullivana²⁹ předpokládá, že každý člověk je neoddelitelný od mezilidských vztahů, ve kterých žije. Hladina úzkosti jedince je podle něj odvozena, podle toho jakou měli hladinu úzkosti lidé, kteří ho v dětství vychovávali. Negativní vztah s rodiči má vliv na problémy v mezilidských vztazích v pozdějším věku dítěte, tyto problémové vztahy vedou k zvýšené hladině sociální úzkosti. Tyto negativní faktory mají pak vliv na vznik a udržení závislosti na internetu.

²⁷ DAVIS, R. A. ref. 19.

²⁸ CAPLAN, S. E.: *Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use and psycho-social wellbeing*. Communication Research. 2003.

²⁹ VONDRÁČKOVÁ, P., VACEK, J., KOŠATECKÁ, Z. ref. 21.

2.3 Příznaky a projevy závislosti na internetu

Závislost na internetu a hrách se nazývá Netholismus. Rozpoznat jakoukoliv závislost není snadné, existuje však řada varovných příznaků, podle kterých se dá závislost rozpoznat. U závislosti na internetu platí stejné principy rozpoznání závislosti jako například u závislosti na alkoholu či gamblerství. Profesor psychologie John Suler³⁰ sestavil otázky, na které stačí odpovídat kladně nebo záporně – čím více má dotazovaný kladných odpovědí tím více je závislý. Tyto otázky znějí:

- Zanedbáváte kvůli internetu důležité věci ve svém životě?
- Narušuje internet vztahy s významnými lidmi vašeho života?
- Bráníte se nebo jste rozrušeni, když někdo kritizuje váš internetový život?
- Vyčetl vám někdo pro vás důležitý váš internetový život a byl při tom rozrušený
- Cítíte úzkost či vinu při přemýšlení o internetu?
- Zjistili jste někdy, že skrýváte před ostatními váš internetový život?
- Snažili jste se toho nechat, ale nešlo to?
- Když jste k sobě upřímní, myslíte, že je tady nějaký jiný důvod, proč to děláte?

To, že dítě často využívá internet, ještě nemusí znamenat závislost na něm. Podle odborníků se jedná o chorobnou závislost, pokud se objevují současně tři z těchto příznaků a projevů:³¹

Ztráta ostatních zájmů - Dítě má nepřekonatelné nutkání být online, když není, skoro neustále na připojení k síti myslí, internetu podřizuje své chování, zapomíná díky internetovému připojení na své problémy. Ztrácí zájem o jiné volnočasové činnosti.

Posouvání prahu tolerance - Závislý je online častěji a déle. Obsah jeho činností na internetu je extrémnější, pokud například hraje na internetu online hry, postupně přechází k více násilným hrám.

³⁰ ECKERTOVÁ, L.. DOČEKAL, D. *Bezpečnost dětí na Internetu - Rádce zodpovědného rodiče*. Brno: Computer Press, 2013.

³¹ Tamtéž.

Abstinenční příznaky - Pokud nemá postižený možnost být online, nebo nemůže být připojen dostatečně dlouho, objeví se u něj abstinenční příznaky, jako je nervozita, podrážděnost, někdy se může dokonce třást a nadměrně potit.

Ztráta kontroly - Závislý již nedokáže sám kontrolovat a dodržovat časová omezení doby trávené na internetu. Recidiva - Pokusy závislého přestat být online nebo pobyt na internetu omezit se opakovaně nedaří.

Dopad na běžný život - Ostatní činnosti, jako například kamarádi, škola, zájmy pro závislého ztrácejí význam ve srovnání s tím být na internetu. Což jen způsobuje další psychické potíže a spory s okolím.

Závislí lidé nedokáží ovládat své touhy, předmět závislosti v nich může vyvolávat euforii, kvůli které jsou schopni zanedbávat vše, co pro ně bylo dříve důležité – rodinu, přátele a dokonce i sami sebe. Závislí zanedbávají spánek a jsou schopni být na internetu dlouho do noci.

Až 61 % lidí si o sobě myslí, že „jsou závislí na internetu“. Dle odhadů je na internetu závislých až deset procent jeho uživatelů, ve většině případů jde o účastníky počítačových her. Mnohem více závislých je mladých lidí a z nich je větší procento dívek než chlapců.³²

“Vědci ze šanghajského střediska duševního zdraví podrobili skenerovému vyšetření mozky 17 dospívajících osob s touto závislostí a srovnali je se 16 snímky jejich zdravých vrstevníků. U závislých se v mozkových centrech kontrolujících citové reakce, pozornost, rozhodování a učení objevila bílá vlákna. Podobné změny jsou pozorovány v mozcích lidí závislých na alkoholu nebo kokainu.“³³ Tyto fakta dle mého názoru poukazují na to, jak moc je závislost na internetu nebezpečná, tím víc že např. lidé závislí na automatech jsou omezeni peněžními prostředky a když jim dojdou, musejí chtít nechtě svou závislost omezit. Kdežto lidé závislí na internetu, penězi omezeni takřka nejsou, protože v dnešní době se platí internet paušálně jednou měsíčně a to částkou, kterou si většina lidí může dovolit.

³² ČTK. *Závislost na internetu působí podobné změny v mozku jako alkohol nebo drogy*. [online]. 2012 [cit. 2016-01-10]. Dostupné z: <http://www.novinky.cz/internet-a-pc/256160-zavislost-na-internetu-pusobi-podobne-zmeny-v-mozku-jako-alkohol-nebo-drogy.html>

³³ Tamtéž.

2.4 Dopad netholismu na zdraví

Děti závislé na internetu a na počítačích mohou mít fyzické potíže, jako jsou průběžné poškozování krční páteře, špatné držení těla, které zhoršuje funkci krevního oběhu. V důsledku přetěžování určitých partií těla může docházet ke zduření šlach. Dlouhým sledováním monitoru počítače může docházet k průběžnému poškozování očí. Doporučuje se, že nepřetržité sledování televize či monitoru počítače by nemělo překročit 2 hodiny denně.³⁴

Přibližně 60-70% uživatelů počítače trpí bolestmi páteře, zad, očí a hlavy, tyto obtíže jsou důsledkem dlouhodobé, jednostranné a fyzicky monotónní činnosti, z počátku mají tyto symptomy většinou přechodný charakter. K anatomickým změnám a na ně případně navazujícím patologickým procesům u pohybové soustavy dochází přibližně po 5-7 letech, tedy po relativně delší době. Avšak čím mladší je člověk, který u počítače tráví většinu svého volného času, tím dříve se u něj potíže a případné změny projeví a tím širší a hlubší důsledky mají. To jasně poukazuje na to, jak jsou děti nadměrným užíváním počítače a internetu negativně ovlivněny.³⁵

Symptomy nadměrné a jednostranné zátěže, při užívání počítače, podle Pokorného a Telcové³⁶, jsou:

- pálení, necitlivost v prstech, dlaních, zápěstí,
- pocit chladných prstů – nedokrvení, křeče jednoho či více prstů,
- snížená pohyblivost v kloubech prstů,
- poškození v oblasti šíje, ramen, bolesti zad, krční páteře, bederní části páteře,
- mravenčení v nohou, sedacích svalech, necitlivost v těchto partiích,
- pálení, slzení očí, výskyt tiků, skvrny před očima, zarudlost očních víček, potíže při přenášení pohledu z blízkého na vzdálený cíl a naopak aj.

K předcházení těchto obtíží je doporučeno dělat přestávky v užívání počítače, umístit obrazovku přímo před sebe ve vzdálenosti 40-60 centimetrů od očí, pravidelně cvičit, aj.

³⁴ SIGMUND, E., SIGMUNDOVÁ D. *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011.

³⁵ POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Patologické závislosti*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r. s. Brno, 2002.

³⁶ Tamtéž.

Vyhledávání informací na internetu je pro organismus namáhavé a stresující, při stresu se vyplavují takzvané excitační aminokyseliny, které způsobují zvýšenou odúmrt' neuronů, tj. nervových buněk. Tento důsledek dlouhého surfování je zcela jistě velmi nebezpečný pro děti, kterým v důsledku zahlcením informacemi klesá pozornost a obtížněji se soustředí. Navíc malým dětem hrozí kvůli působení již zmíněné excitační aminokyseliny poškození mozkové kůry a tím i pokles intelektových schopností.³⁷

Mimo to děti v důsledku trávení svého volného času na počítači mají dle mého mínění i nedostatek pohybu. Z *Národní zprávy o zdraví a životním stylu dětí a školáků: na základě mezinárodního výzkumu uskutečněného v roce 2010*³⁸ vyplynulo, že přibližně tři čtvrtiny dětí nedosahuje na 60 minut pohybové aktivity každý den v týdnu. Právě tento časový údaj je doporučení udávané Světovou zdravotnickou organizací. S nedostatkem pohybu se pojí i riziko nadváhy, či dokonce obezity. Výskyt nadváhy a obezity v dětském věku má vážné zdravotní důsledky v oblasti fyzické a to v oblastech kosterního, svalového a kardiovaskulárního systému a také v oblasti psychické i sociální. Dle výše uvedeného mezinárodního výzkumu³⁹ trpí nadváhou nebo obezitou přibližně pětina chlapců a desetina dívek. Ve všech věkových skupinách chlapci ve výskytu nadváhy a obezity výrazně převyšují dívky. Ve skupině třináctiletých je počet chlapců s nadváhou a obezitou třikrát vyšší než ve skupině dívek. Tyto poznatky jsou jednoznačně alarmující.

Počítač se stává dle mého názoru náhražkou komunikace v reálném světě, důsledkem toho dochází k snižování výrazových prostředků. Velmi nebezpečné je to hlavně u dětí, které se v určitém věku musí naučit komunikovat i s vnějším světem. Počítač však dětem neumožňuje získat odpovídající sociální dovednosti.⁴⁰

³⁷ POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A., ref. 35.

³⁸ KALMAN, M. *Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků: na základě mezinárodního výzkumu uskutečněného v roce 2010*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011.

³⁹ Tamtéž.

⁴⁰ POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Prevence sociálně patologických jevů*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r. s. Brno, 2003.

3. Digitální demence

Německý psychiatr Manfred Spitzer se zabývá tématem digitální demence. Slovo demence je odvozeno z latinského *de* (dolů) a *mens* (duch). Proto můžeme jeho význam takřka doslovně vyjádřit jako duševní pokles. Demence je více než zapomětlivost. Digitální demence se víceméně týká duševní výkonnosti, myšlení, schopnosti kritiky a orientace ve velkém množství informací. K demenci patří i to, že se lidé stávají nekritickými, že nejsou schopni dále správně uvažovat a především si už vůbec neuvědomují, co se kolem nich vlastně děje. Spitzer tvrdí, že už jsme všichni digitálně dementní a právě proto si málokdo všimá jak sebe i své děti nadměrným užíváním digitálních médií „připravujeme o rozum“ a především proti tomu nikdo neprotestuje.⁴¹

Velké množství lidí se spoléhá na digitální pomocníky, místo toho aby zapojilo svůj vlastní rozum. Náš mozek funguje do jisté míry jako sval, není-li využíván a procvičován, zakrňuje. Digitální média jako jsou například počítače, chytré telefony a herní konzole, všechny „samozřejmě“ připojené k internetu, vedou k tomu, že je mozek méně používán, čímž jeho výkonnost časem klesá a dochází mimo jiné i k ochabování paměti.

3.1 Ochabování paměti

Část mozku nazývaná se Hipokampus je důležitá pro orientaci naší pozornosti a vybírání důležitých podnětů. Hipokampus je klíčový při procesu zapisování důležitých vzpomínek do dlouhodobé paměti a také pro jejich následné vybavování, vznikají zde nové paměťové spoje. Dále je důležitý při orientaci v prostoru. Mozkové buňky zde odumírají následkem zátěže a stresu. Avšak dorůstají zde nové buňky, které aby se začlenili do sítě spojů, musí být zatíženy učením, pokud zatíženy nejsou, odumřou během pár týdnů.⁴²

Dnešní děti si například schůzku napíší do telefonu, na místo kam se potřebují dostat, je zavede navigace a podobně, proto si jejich mozek nepotřebuje pamatovat tolik informací jako mozek člověka, který fungoval v minulosti bez jakékoliv technologie. Tito digitální pomocníci jim usnadňují život a pamatují si věci za ně, avšak tím, že člověk přestane vyvíjet duševní úsilí, mu začne ochabovat paměť. Nervové spoje v mozku

⁴¹ SPITZER, M. ref. 18. s. 50.

⁴² SPITZER, M. ref. 18.

odumírají a ty nové nepřežijí, protože jich není třeba. Mladá generace je zřejmě proto stále zapomnětlivější, na což poprvé poukázali korejští vědci v roce 2007.⁴³

3.2 Mentální pohodlnost

V procesu zapamatování je důležité, jak do hloubky o dané informaci přemýšlíme. Pokud se informací snažíme opravdu pochopit, je zde velká šance, že si ji vybavíme i po delší době, na rozdíl od toho když se například učební text naučíme nazpaměť a nesnažíme se ho pochopit.

Dnešní generace ráda často používá klávesy Ctrl C a následně Ctrl V, čímž text, který nalezne, většinou na internetu, pouze zkopíruje a vloží do svého dokumentu, například do školního referátu. Z vlastní zkušenosti vím, že děti na základních školách často takto referáty pouze zkopírují z internetu a skoro vůbec nad obsahem textu nepřemýšlí. Tím, že se textem zabývají jen velmi povrchně, se u nich snižuje schopnost zapamatování dané látky. Kdyby text přepisovali z knihy, museli by se obsahem více myšlenkově zabývat.

Digitální média způsobují mladým lidem úpadek vzdělání. Hloubku duševní práce, nezbytnou pro učení, nahrazuje digitální povrchnost a zmenšuje se hloubka zpracování. Dříve se texty četly, dnes se většinou jen povrchně přeletí očima. Elektronická média takto oslabují, nebo dokonce úplně odstraňují naše hlubší myšlenkové zapojení.⁴⁴

⁴³ SPITZER, M. ref. 18.

⁴⁴ Tamtéž.

3.3 Multitasking fenomén dnešní doby

Název multitasking je složeninou dvou slov – latinského multi v překladu mnoho a anglického task znamenajícího úkolů, doslovně tedy přeloženo jako mnoho úkolů. Život v dnešním „digitálním světě“ se vyznačuje především tím, že děláme spoustu věcí najednou. Příklad z reálného života: Můj šestnáctiletý bratr sedí u počítače a hraje hru, na telefonu sleduje návody na YouTube k této hře, má nasazené sluchátka, přes které na něj mluví kamarád pomocí Skypu a do toho se mi snaží („s velkým nadšením“) ještě odpovídat na moje dotazy.

Tento jev se však netýká pouze mého bratra. Spitzer ve své knize⁴⁵ popisuje, že podle studií mladiství využívají média v průměru 6,5 hodiny denně, celkový čas při započítání všech médií však tvoří 8,5 hodiny. Děti tedy „sbalily“ 8,5 hodin užívání médií do 6,5 hodiny tím, že využívají současně více než jedno médium.

Současné užívání více médií a s tím spojené současné vyřizování více úkolů naráz rozhodně hraje v duševním životě nezletilých velkou roli. Každá duševní aktivita zanechává v mozku stopy, které ovlivňují jeho budoucí fungování. Osoby provozující multitasking vykazují problémy s ovládním své psychiky, navíc může chronické intenzivní užívání médií vést k poruchám pozornosti.⁴⁶

⁴⁵ SPITZER, M. ref. 18.

⁴⁶ Tamtéž.

4. Negativní vliv sociálních sítí na děti

U nás lze považovat za nejznámější internetovou sociální síť Facebook. V roce 2015 mělo v České republice účet na této sociální síti 4,5 milionů obyvatel⁴⁷, domnívám se, že z toho zajisté nezanedbatelné procento dětí. Vytvoření profilu na této síti je velmi jednoduché a nabízí široké spektrum možností, také proto zřejmě roste nejen u dětí její popularita.

Trávení času na této internetové sociální síti má i negativní následky. Užívání digitálních sociálních médií jako například Facebook je spojeno s menším množstvím reálných kontaktů.⁴⁸ Méně častý kontakt tváří v tvář s přáteli, vede u dětí ke zmenšení velikosti sociálních oblastí mozku, a tedy i k jejich menší sociální kompetenci.

Spitzer také poukazuje na to, že kdo je více online, ten méně spí, naopak člověk, který má více reálných přátel spí více. Spánek má význam jak v otázce zdraví, ale také v procesech učení. „Avšak skutečnost, že užívání digitálních médií je spojeno s menším množstvím spánku, zavdává příčinu k tomu, abychom si dělali starosti o duševní výkonost příští generace.“⁴⁹

4.1 Disinhibiční efekt

„Na internetu se oproti reálnému světu více lže a podvádí a v důsledku toho se tak často chováme i my sami.“⁵⁰ Za svou interaktivní identitou se zde skrývá mnoho pachatelů trestných činů, právě anonymita a obtížnost vyhledání takového pachatele je velkým rizikem internetu a sociálních sítí. Protože s lidským vývojem souvisí potřeba prozkoumávat a experimentovat, jsou děti a dospívající potencionálně nejvíce ohroženou skupinou a potencionálními oběťmi internetových pachatelů trestných činů.

⁴⁷ Viz Příloha II.

⁴⁸ SPITZER, M. ref. 18.

⁴⁹ SPITZER, M. ref. 18. s. 105.

⁵⁰ SPITZER, M. ref. 18. s. 77.

Se zmíněnou anonymitou, souvisí i disinhibice, neboli ztráta zábrán v komunikaci a jakási odvázanost v chování, kterou by člověk v off-line světě neprojevoval. K tomuto chování dochází dle Sulera⁵¹ kvůli těmto faktorům:

- Disociační anonymita: aktér má možnost skrýt svou identitu, díky čemuž se cítí méně zranitelný než v reálném světě.
- Neviditelnost: Ostatní lidé v internetovém prostředí nevidí výraz uživatele, stejně tak on nevidí jejich výraz např. při reakci na to, co jim sdělil.
- Asynchronicita: komunikace přes internet neprobíhá nutně ve stejném čase a pokud probíhá stejně má uživatel čas na rozmyšlenou na rozdíl od reálného rozhovoru.
- Solipsistická introjekce: uživateli se komunikačního partner jeví podle toho, co o něm ví, ale také si do obrazu o něm promítá svou vlastní fantazii – své představy a přání. Výsledkem tudíž není reálný obraz druhého, ale směs některých charakteristik, viditelných prostřednictvím monitoru a vlastních představ o druhém.
- Disociální imaginace: spojení solipsistické introjekce se specifickým prostředím internetu vede člověka k smýšlení, že se konverzace odehrává ve virtuálním světě a tudíž není třeba myslet na následky.
- Minimalizace autority: na internetu člověk nevidí, jaký společenský status má ten druhý, tudíž obavy z toho se otevřít před někým, kdo by mohl mít vyšší společenský status nebo být autoritou mizí.

4.2 Kyberšikana

Jako jeden z negativních činů, s kterým se dítě může na internetu setkat je Kyberšikana a pokud se s ní nezletilý střetne má to na něj dle mého názoru negativní vliv. Jedná se o formu šikany, která se odehrává pomocí moderních komunikačních technologií a to zejména prostřednictvím internetu a mobilů. První výzkumy kyberšikany v ČR proběhly v letech 2009 a 2010, jedná se u nás tudíž o celkem nový pojem. „Kyberšikana stejně jako šikana není v České republice trestným činem. Takové chování ale může naplňovat

⁵¹ DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A. ŠMAHEL, D. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Editor Alena Černá. Praha: Grada, 2013. s. 15.

skutkovou podstatu některých trestných činů. V případě kyberšikany může jít například o vydírání, vyhrožování, nebezpečné pronásledování (stalking) nebo útisk.“⁵² Základní informace o kyberšikaně v oblasti školské legislativy jsou k nalezení v Metodickém pokynu MŠMT Č. j. 22294/2013-1, tento pokyn upravuje i zásady a prevence řešení kyberšikany.⁵³

Kyberšikana často souvisí se šikanou - jedna může přerůst v druhou. Rozdíly však mezi těmito pojmy jsou. Kyberšikana oběť ohrožuje i doma, což u šikany většinou neplatí. Šikana probíhá většinou na fyzické úrovni, kyberšikana na úrovni emocionální. Agresor může být v anonymitě, což ho může ujistovat v tom, že na jeho činy nikdo nepřijde. „Oběť, která nezná pravou identitu pachatele, může ztratit důvěru k ostatním lidem.“⁵⁴ Také zde dochází k opakovanému zraňování – i jeden útok se ve virtuálním prostředí stává opakovaným, trvalým. Stačí, např. když agresor natočí oběť v ponižující situaci a video umístí do virtuálního prostoru - oběť se na něj může dívat opakovaně a znovu a znovu ji ponižuje. Navíc si toto video může stáhnout kdokoli. Kyberšikana má také větší šíři publika - to, co v reálném světě vidí jen několik lidí je v tom virtuálním přístupné neomezenému počtu „obecenstva“. O to více může zraňovat. Na rozdíl od šikany souvisí více s věkem. Je to způsobeno jednak větší elektronickou vybaveností u starších dětí a jednak tím, že starší děti jsou ve virtuální komunikaci zběhlejší.

4.2.1 Druhy kyberšikany

Druhy šikany dle Rogersové⁵⁵:

Český název	Popis
Nářez	Internetové diskuse za pomoci elektronických zpráv, které používají agresivní a útočný jazyk.
Obtěžování	Opakované posílání útočných, urážlivých nebo nevyžádaných zpráv.

⁵² ROGERS, V. *Kyberšikana*. Praha: Portál, 2011.

⁵³ MŠMT. *Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních: Č.j. MSMT- 22294/2013-1*. [online]. MŠMT, 2013 [cit. 2016-01-08]. Dostupné z: www.msmt.cz/file/8272_1_1/

⁵⁴ ROGERS, V. ref. 52.

⁵⁵ Tamtéž.

Pomlouvání	Rozšiřování pomluv, drbů a lží o někom s cílem poškodit jeho pověst nebo vztahy.
Předstírání	Posíláním materiálů a komentářů pod cizím jménem.
Prozrazení	Sdělování cizích tajemství a citlivých informací bez souhlasu dotyčných. V angličtině outing – tzn. i záměrné a veřejné oznámení něčí homosexuální orientace bez souhlasu nebo proti vůli této osoby.
Podvod	Přesvědčení oběti k prozrazení tajemství či citlivých informací a následné zveřejnění na internetu.
Vyloučení	Záměrné vyloučení z online skupiny.
Kyberpronásledování	V angličtině Cyberstalking je opakované a intenzivní obtěžování a ponižování, které zahrnuje výhrůžky nebo zastrašování

Agresori při kyberšikaně využívají textové zprávy, fotografie nebo videoklipy pořízené kamerou mobilních telefonů, mobilní telefonáty, e-maily, chatovací místnosti. Dále používají Instant messaging což je internetová služba, umožňující svým uživatelům sledovat, kteří jejich přátelé jsou právě připojeni a dle potřeby je kontaktovat. V ČR většinou agresori obtěžují své oběti prostřednictvím Skypu nebo ICQ, pomocí sociálních sítí a internetových stránek, kde vedou např. hanlivé blogy nebo osobní stránky o svých obětech.

Centrum prevence provádělo výzkum na 21 tisících respondentech.⁵⁶ Dle jejich výsledků, mezi nejčastější druhy kyberšikany, se kterými se děti setkaly, patří:

- verbální útoky (33 %),
- obtěžování za pomoci prozvánění (24 %)
- vyhrožování či zastrašování (17 %).

Tyto čísla jsou jednoznačně alarmující a pravděpodobně by zaskočila většinu rodičů nezletilých uživatelů internetu.

⁵⁶ ČTK, *Kyberšikana ve světě zabíjí. U nás ji už poznala polovina dětí.* [online]. 17. 9. 2013. 2013 [cit. 2015-04-20]. Dostupné z: http://www.metro.cz/kybersikana-ve-svete-zabiji-u-nas-ji-uz-poznala-polovina-deti-p5y-co-se-deje.aspx?c=A130916_180656_co-se-deje_row

5. Negativní vliv sledování nevhodného obsahu na internetu

Dle mého názoru má velký vliv na děti sledování, pro ně nevhodného obsahu, se kterým se na internetu setkají například ve videích a obrázcích umístěných na webu nebo v online hrách. Hlavním důvodem, proč je pro ně tento obsah nevhodný a negativně na ně působí je ten, že děti nejsou schopny rozlišovat mezi fikcí a faktem a podléhají realisticky zobrazeným fiktivním příběhům, jako by se doopravdy staly či jako by se mohly stát – kritici poukazují na to, že dítě „neví“, že násilné scény odehrávající se například v kreslených seriálech nejsou možné. „Výzkum jasně dokazuje, že dostatek zkušeností a schopnost rozlišovat mezi jednotlivými typy realismu získává dítě zhruba kolem osmého roku života.“⁵⁷ Mezi nevhodné obsahy, s kterými se dítě na internetu může, ať již záměrně nebo náhodně setkat, patří pornografický materiál a násilný obsah viz podkapitoly dále.

5.1 Pornografický materiál

Pokud rodič nekontroluje, co dítě na internetu dělá, může se snadno dostat i k pornografickým materiálům. Žena je v porno-průmyslu předváděna jako nějaké zboží nebo jako otrokyně, to a další vlivy pornografie způsobují u dětí pokřivené představy o sexuálních vztazích lidí. Děti a dospívající, kterým je pornografie zpřístupněna, získávají velmi deformovanou představu nejen o sexu, ale zejména o navazování a udržování intimních vztahů mezi partnery. Navíc při sledování pornografického materiálu, který napodobuje sexuální důvěrnost, tělo diváka vypouští do organismu vlnu vnitřních chemikálií, což je přesně to co dělají léky na předpis i nelegální drogy. Čím názornější a živější jsou tyto zprostředkované zážitky, tím větší závislost vyvolávají. Pornografie takto manipuluje s myslí dítěte jak na chemické tak na psychologické rovině.⁵⁸

V dnešní době jsou největšími spotřebiteli internetové pornografie chlapci ve věku mezi dvanácti a sedmnácti lety. Tento fakt je zajisté alarmující jelikož, dle vědeckých výzkumů, které uvádí Mullerová ve své knize⁵⁹, vystavování pornografickým materiálům zvyšuje:

- o 31 % riziko sexuální deviace,
- o 22 % riziko sexuálních trestných činů,

⁵⁷ BURTON, G., JIRÁK, J. *Úvod do studia médií*. Brno: Barrister a Principal, 2001. s. 391.

⁵⁸ MULLER, M. M. *Jak ochránit děti před pornografií na internetu*. Praha: Portál, 2014.

⁵⁹ Tamtéž.

- o 20 % riziko nezdravých intimních vztahů.

Důsledky sledování sexuálního obsahu u dítěte předčasně probouzí sexuální touhy, na které ještě není připraveno. Výzkumy také prokázaly jednoznačnou souvislost mezi sledování pornografických obsahů a předčasným zahájením pohlavního života dospívajících. Alarmující je, že osoby, které často a od dětství sledují pornografii, se častěji stávají pachateli sexuálně násilných činů.⁶⁰

5.1.1 Dětská pornografie

Dětská pornografie je, dle mého názoru, jeden z nejhorších obsahů, s kterým se může dítě na internetu setkat a v nejhorším případě se stát i jejím „účastníkem“. Tato problematika je zajisté velmi rozsáhlá, v této práci však bude probrána pouze okrajově.

Typický věk zachycovaných dětí v pornografickém materiálu je mezi 6 a 12 lety, ale stále klesá. Na světě se nachází nejméně milion lidí, kterým připadají tyto hrůzné snímky a nahrávky zábavné či vzrušující.⁶¹

Nové výzkumy za použití metod zobrazování mozku a další experimenty prokázali, že zneužívání v dětství může trvale poškodit strukturu neuronů a fungování nedozrálého mozku (není-li zneužívání odhaleno a/nebo úspěšně léčeno).⁶²

5.2 Násilný obsah

Není lhostejné, co děti a mladiství celý den dělají, neboť to v jejich mozcích zanechává stopy. V případě násilných počítačových her je to narůstající násilnictví, otupělost vůči reálnému násilí, sociální osamělost a snížená šance na vzdělání.⁶³

Záleží také na tom, jak je násilí zasazeno do příběhu. Tam, kde dobro vítězí nad zlem, má násilí v příběhu důležitou funkci. V nynějších filmech však sociologové a psychologové tvrdí, že v posledních desetiletích stále častěji, vítězí zločinci a bezohlední sobci. Nebezpečná a také na děti negativně působící je drastičnost, se kterou je násilí zobrazeno.

⁶⁰ MULLER, M. M. ref. 58.

⁶¹ Tamtéž.

⁶² Tamtéž.

⁶³ SPITZER, M. ref. 18.

6. Prevence

Pokud mají děti zálibu v online počítačových hrách, dá se využít i k prospěšným věcem, například dítě přesměrovat na hry, které podporují rozvoj dítěte a rozvíjejí například logické myšlení. V dnešní době jsou hry i pro nejmenší děti, které mohou například poznávat ve hře zvířátka, tvary apod. Totéž platí i o internetu, je však dítě potřeba naučit zásadám bezpečného využívání online prostředí.

Je důležité jasně dítěti určit, kolik hodin denně může být připojeno k internetu. Rodiče si mohou pořídit program - hlídač, které dítě z internetu vyžene. K tomuto účelu může posloužit i obyčejný budík, existují však i různé softwary, které ohlídkají jak dlouho je dítě online a co v online prostředí dělá. V průběhu hraní, nebo surfování by si dítě mělo udělat po určité době přestávku a rodič by na dodržování přestávek měl dohlížet.

Rodič by měl sledovat, jaké hry dítě hraje a co na internetu dělá, je také dobré když si zahraje hru spolu s dítětem a pak si o ní s dítětem promluví, pomáhá to tak rozlišovat fikci od reality.

Mělo by se zjišťovat, zda dítě hraním počítačovým her, nebo trávením času v online prostředí neutíká od nějakých problémů. Rodiče by měli dítě podporovat i v jiných zájmech a předcházet tomu, aby se dítě nudilo. Také by se mělo podporovat zdravé sebevědomí dítěte

Zajisté by měl rodič poskytnout dítěti i odbornou publikaci nebo alespoň internetovou stránku, kde se dítě samo poučí o nástrahách internetu.

6.1 Publikace a servery zabývající se problematikou internetu

Existuje mnoho internetových stránek, ale i odborných publikací, kde děti, rodiče, učitelé a ostatně všichni uživatelé online prostředí mohou najít informace, jak se chránit před agresory na internetu. Také jak se na internetu chovat, jak postupovat pokud je někdo obtěžuje a podobně.

Děti se mohou poučit o rizicích internetu v knize *Hustej internet*⁶⁴ od Lenky Eckertové, kde je vtipnou formou s mnoha obrázky varuje před nástrahami internetu.

⁶⁴ ECKERTOVÁ, L. ref. 6.

Knihy je napsaná jako vyprávění desetiletého chlapce Michala, který nechápe, proč ho rodiče omezují v užívání internetu.

Vše je zde pro děti srozumitelně vysvětleno, publikace mimo jiné obsahuje ponaučení pro děti i rodiče, například: „Při výběru videohry pomohou symboly „PEGI“, nakreslené na obalu. Varují před drogami, násilím, sexem atd.“⁶⁵ Dále zde je vysvětlen Phishing – „Padouch „rhybář“ loví informace: rozesílá e-maily či vytváří podvodné webové stránky s úmyslem vylákat od tebe důvěrné informace (např. hesla, kódy). Tomu se říká „phishing“.“⁶⁶ Mimo jiné je zde uvedeno i téma Kyberšikany, sociálních sítí a jak vlastně vypadá závislost na počítači, podáno tak aby to každé dítě pochopilo.

Knihy také uvádí, kam se děti mohou obrátit, když si neví s nějakým problémem rady - na Linku bezpečí (116 111) nebo na Linku důvěry (241 484 149). Tato kniha je pro děti velmi poučná a doporučila bych každému rodiči, aby ji dal přečíst svému dítěti a aby si ji i každý rodič přečetl, předtím než jeho potomek začne používat internet.

Další zajímavou publikací jsou *Užitečné internetové tipy pro rodiče mladších dětí (do 10 let) a Užitečné internetové tipy pro rodiče starších dětí (nad 10 let)*⁶⁷, které vydal úřad vlády v rámci kampaně STOP násilí na dětech 2009. Tato publikace je určena rodičům

a jsou zde tipy a rady jak postupovat a co dělat, aby se minimalizovaly nástrahy číhající na nezletilé v online prostředí. Doporučují zde mimo jiné, aby v počítači nastavili Rodičovskou kontrolu, kterou nabízejí nejnovější operační systémy.

Mezi zajímavé knihy také patří *Jak ochránit děti před pornografií na internetu*⁶⁸. Tato kniha seznamuje s nebezpečím, jaké pro děti představuje pornografie na internetu. Kniha upozorňuje na možná úskalí internetu, kdy se dítě může jediným kliknutím dostat na pornografické stránky, obsahující explicitní scény. Tuto knihu by si měl přečíst každý rodič, jehož dítě chce užívat internet.

Na adrese www.jaknainternet.cz⁶⁹ se nachází osvětový projekt sdružení CZ.NIC. Tento projekt se jmenuje „Jak na internet“ a formou zábavných, dvouminutových videí, moderovaných Romanem Zachem, přibližuje divákům širokou problematiku Internetu. U každého videa je pak doprovodný text, který se věnuje dané problematice do hloubky.

⁶⁵ ECKERTOVÁ, L. ref. 6. s. 31.

⁶⁶ ECKERTOVÁ, L. ref. 6. s. 83.

⁶⁷ ONLINE SAFETY INSTITUTE Z S.P.O. *Užitečné internetové tipy pro rodiče mladších dětí (do 10 let): Užitečné internetové tipy pro rodiče starších dětí (nad 10 let)*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2009.

⁶⁸ MULLER, M. M. ref. 58.

⁶⁹ CZ.NIC. *Jak na Internet* [online]. [cit. 2016-01-08]. Dostupné z: <http://www.jaknainternet.cz/>

Dále zde jsou pro učitele ke stažení vzdělávací balíčky, s jejichž pomocí mohou obohatit výuku jak informatiky, tak i dalších předmětů ve škole.

Užitečné informace o tom jak se chránit v online prostředí poskytuje server Bezpečný internet.cz⁷⁰. Kde se mimo jiné nachází poučení o bezpečném užívání online prostředí, rady pro rizikové situace, ale i online test, který ověří znalosti týkající se internetu a především jeho bezpečného používání. Jsou zde přímo uvedeny varianty kam se obrátit, pokud má dítě - uživatel problém, narazilo na nevhodný obsah na internetu a podobně:

„Linka bezpečí pomáhá řešit problémy dětem na útěku, dětem týraným či zneužívaným, ale i těm, co pocítují znepokojení a ohrožení během prohlížení webových stránek, při chatování a hraní her. Pomáhá i těm, co jsou obtěžováni prostřednictvím mobilu nebo jiných komunikačních médií. Služba funguje zdarma 24 hodin denně, včetně nedělí a svátků a to z pevného i mobilního telefonu na telefonní lince 116 111.“⁷¹ Kromě telefonního kontaktu může dítě využít také chatovou službu nebo e-mailovou poradnu: <http://chat.linkabezpeci.cz>, pomoc@linkabezpeci.cz.

Další server Nebud' obět'⁷² provozuje Občanské sdružení Rizika internetu a komunikačních technologií. Toto sdružení se zaměřuje na preventivní osvětu žáků základních škol, pedagogů a rodičů v problematice nebezpečného užívání Internetu a komunikačních technologií, natáčí videoklipy, tvoří komixy, ale také v reálném světě organizuje vzdělávací programy, přednášky a mezinárodní kooperační projekty. Na jejich stránkách se nachází varování před možným zneužitím osobních údajů v online prostředí, informace o sextingu, groomingu, phishingu a happy slappingu.

⁷⁰ Bezpečný internet.cz. [online]. [cit. 2016-01-11]. Dostupné z: <http://www.bezpecnyinternet.cz/>

⁷¹ Kde hledat pomoc. [online]. [cit. 2016-01-08]. Dostupné z: <http://www.bezpecnyinternet.cz/deti/rady-pro-tebe/kde-hledat-pomoc.aspx>

⁷² Nebud' obět'! [online]. [cit. 2016-01-11]. Dostupné z: <http://nebudobet.cz/>

Praktická část

7. Cíle výzkumu

Hlavním cílem praktické části je zjistit vliv sociálního zázemí a prospěchu žáka na to jak dlouho pobývá na internetu a jestli se u něj objevují známky závislosti na internetu. Dílčími cíli je zkoumat využívání sociálních sítí dětmi a také jaké je u respondentů nejčastěji používané elektronické zařízení k připojení na internet.

7.1 Hypotézy výzkumu

Hypotézy výzkumu jsou následující:

1. Se zhoršujícím se prospěchem dětí roste objem času stráveného denně na internetu.
2. Se zhoršujícím se prospěchem dětí roste četnost známek závislosti na internetu.
3. Děti ze sociálně slabších rodin tráví na internetu více času, než ostatní vrstevníci.
4. Děti mají více přátel na sociálních sítích než v reálném životě.
5. K připojení na internet budou děti více využívat telefon, než ostatní elektronické přístroje.

Všechny ukazatele se budou ověřovat pomocí dotazníku a konkrétních otázek v něm zaměřených na konkrétní hypotézu.

8. Metodika výzkumu

Výzkum se provádí kvantitativně a sběr dat byl uskutečněn pomocí dotazníku⁷³. Tento dotazník je anonymní, pro účel zpracování jsou jednotlivé dotazníky označeny náhodně čísly. Před sestavením dotazníku byly stanoveny hypotézy, hlavním cílem výzkumu je stanovené hypotézy potvrdit nebo vyvrátit.

V dotazníku se nenachází úvodní část o cíli šetření a ostatní informace, protože toto sdělení je podáváno ústně před rozdělením dotazníků, stejně tak instrukce jak dotazník vyplnit.

Dotazník obsahuje devět otázek otevřených, dále jsou použity také otázky uzavřené a otázky polo-uzavřené, které dávají respondentovi možnost se vyjádřit. Většina otázek je pozitivně formulovaná. Škálové odpovědi na otázky jsou dvě liché, které obsahují neutrální odpověď a zbývající jsou sudé, které neutrální volbu neumožňují.

Závěrečné poděkování za vyplnění dotazníku je sděleno respondentovi osobně, proto se přímo v dotazníku nenachází.

⁷³ Viz Příloha III.

9. Charakteristika výzkumného vzorku

Praktická část této práce je zaměřena na děti od 10 do 16 let věku. V tomto období dochází k zásadním změnám a to k somatickým, psychickým i sociálním, tyto změny ovlivňují jak biologické tak i psychické a sociální faktory. Psychické a sociální faktory jistě působí i prostřednictvím internetu a v dnešním moderním světě jsou nezanedbatelnou částí mnohdy ovlivňující psychiku mladého člověka.

Například, ať se podíváme skoro na jakoukoliv internetovou stránku, nalezneme zde reklamy, mnohdy s nevhodným obsahem. Dále na dítě při otevření v České Republice oblíbeného prohlížeče Seznam.cz vyskočí hned na horní polovině stránky nefiltrované zprávy, které mnohdy informují o násilí a jiných trestných činech. Existuje mnoho dalších faktorů, které dítě na internetu ovlivňuje, aniž by samo tyto činitele vyhledávalo, mimo těchto s nadsázkou řečeno celkem neškodných nevyžádaných informací, cíhá na dítě mnohem větší nebezpečí například v podobě Kyberšikany, popsané v praktické části této práce. Cílem tohoto výzkumu je zjistit, jak dlouhou dobu se děti v tomto prostředí pohybují a tudíž z jak velké části je tyto faktory ovlivňují. Výzkum byl proveden na Základních školách v okrese Kladno, konkrétně v:

- Masarykově jubilejní základní škole Hřebeč,
- Základní škole Kladno, Cyrila Boudy 1188,
- Základní škole Kladno, Zd. Petříka 1756.

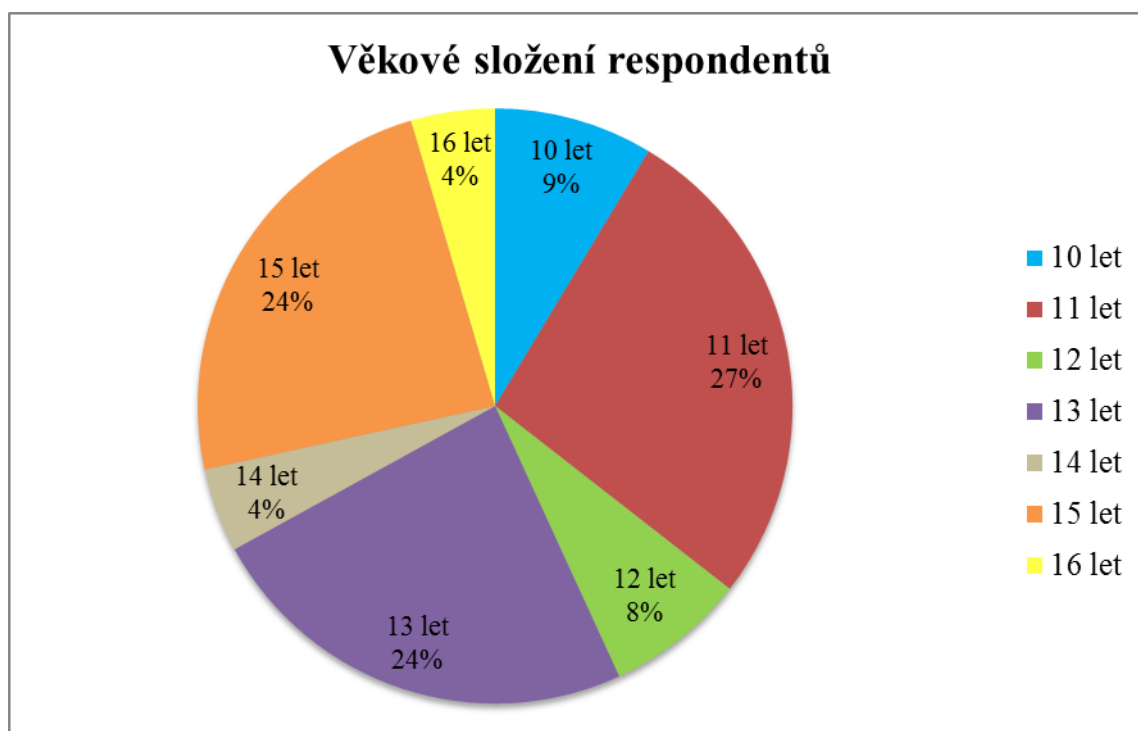
Celkem bylo dotázáno 197 dětí z toho 106 chlapců a 91 dívek. Jednalo se o žáky druhého stupně ve věku 10 až 16 let. Věkové složení respondentů znázorňuje následující tabulka a graf na následující straně.

Tab. 2: Věkové složení respondentů

Věkové složení respondentů		
Věk	Absolutní hodnota	Počet respondentů v %
10 let	17	9%
11 let	53	27%
12 let	15	8%
13 let	47	24%
14 let	9	5%
15 let	47	24%
16 let	9	5%
Celkem	197	100%

Zdroj: Vlastní výzkum

Graf 2: Věkové složení respondentů



Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z předchozího grafu nejmenší zastoupení měli respondenti ve věku 14 a 16 let, naopak nejvíce bylo jedenáctiletých dětí.

Data byla získána pomocí dotazníků⁷⁴, které byly osobně rozdány vždy po domluvě s ředitelkou nebo zástupcem ředitele a vyučující učitelkou v 5., 7. a 9. třídách, během vyučovací hodiny, v prostorách školy.

⁷⁴ Viz Příloha III.

10. Postup výzkumu

V první řadě proběhlo oslovení ředitelky v Masarykově jubilejní základní škole Hřebeč, zda se může provést průzkum pomocí dotazníku u žáků v její škole, po souhlasu a nabídce, že se průzkum může provést ihned, následovalo představení se konkrétním učitelkám, které učily v 5., 7. a 9. třídě.

Poté proběhlo představení se žákům, vysvětlení jak dotazník vyplnit, projití jednotlivých otázek, ujištění respondentů, že se jedná o dotazník anonymní a poté osobní rozdání dotazníků dětem. Děti vyplňovaly dotazníky zhruba deset minut až čtvrt hodiny. Po vyplnění všemi dětmi, poděkování za vyplnění a sesbírání dotazníků. Na konec bylo poděkováno učitelkám za spolupráci.

V Základní škole Kladno, Cyrila Boudy 1188 proběhlo oslovení zástupce ředitele, zda se může provést průzkum pomocí dotazníku u žáků v této škole, po souhlasu, následovalo domluvení termínu.

V domluvený čas a datum proběhlo představení se konkrétním učitelkám za přítomnosti zástupce ředitele školy. Následovalo představení se žákům, vysvětlení jak dotazník vyplnit, projití jednotlivých otázek, ujištění respondentů, že se jedná o dotazník anonymní a poté osobní rozdání dotazníků dětem. Děti vyplňovaly dotazníky zhruba deset minut v páté třídě čtvrt hodiny. Po vyplnění všemi dětmi, poděkování za vyplnění a sesbírání dotazníků. Na konec bylo poděkováno učitelkám a zástupci ředitele za spolupráci.

V Základní škole Kladno, Zd. Petříka 1756, proběhlo oslovení ředitelky a následovalo rozdání dotazníků, stejným postupem jako u předchozích dvou škol.

10.1 Metoda vyhodnocení dat

Následné vyhodnocení jednotlivých otázek proběhlo v Excelu na počítači, kdy každá otázka byla zpracována a odpovědi byly následně dále tříděny, například funkcí Countif. Výsledky byly dále zpracovány do pomocné tabulky, z které se poté vytvořil graf. Po zpracování všech otázek následovalo rozřazení otázek dle příslušnosti k jednotlivé hypotéze a postupná interpretace, přidání grafů a/nebo tabulek. Po předložení všech výsledků následovalo zhodnocení a nakonec celkové zhodnocení.

11. Analýza dat a interpretace výsledků dotazníkové metody

Výsledky výzkumu jsou roztrženy, podle toho jakou hypotézu zkoumají, interpretovány v tabulkách a grafech a následně vyhodnoceny.

11.1 Zkoumání hypotézy č. 1

První hypotéza zní: Se zhoršujícím se prospěchem dětí roste objem času stráveného denně na internetu. Na zjištění průměru dětí byla otázka č. 5. Děti byly roztrženy dle průměru do dvou skupin a to tak že děti s průměrem posledního Vysvědčení do 1,5 do první skupiny a děti s průměrem horším než 1,5 do druhé skupiny. Respondentů s průměrem do 1,5 bylo celkem 91 a dětí s průměrem horším než 1,5 bylo 104, 2 děti svůj průměr neuvědly, tudíž nebyly zařazeny do výsledků.

Na ověření nebo vyvrácení této hypotézy sloužila otázka číslo 3 a 4, tyto otázky byly otevřené a děti v nich odpovídaly, kolik času denně tráví na internetu o všední den a o víkendu. Výsledky byly roztrženy do škál, inspirací těchto škál byl výzkum z *Děti v ringu dnešního světa*.⁷⁵

Nejdříve interpretace výsledků týkajících se všedního dne:

Tab. 3: Čas na internetu o všední den, děti dle průměru

Čas na internetu o všední den, děti dle průměru		
Doba strávená na internetu	Respondenti s průměrem do 1,5 v %	Respondenti s průměrem horším než 1,5 v %
30 min a méně	30%	8%
31-90 min	23%	14%
91-120 min	26%	20%
121-180 min	14%	22%
181-300 min	4%	20%
301 min a více	2%	15%
Celkem	100%	100%

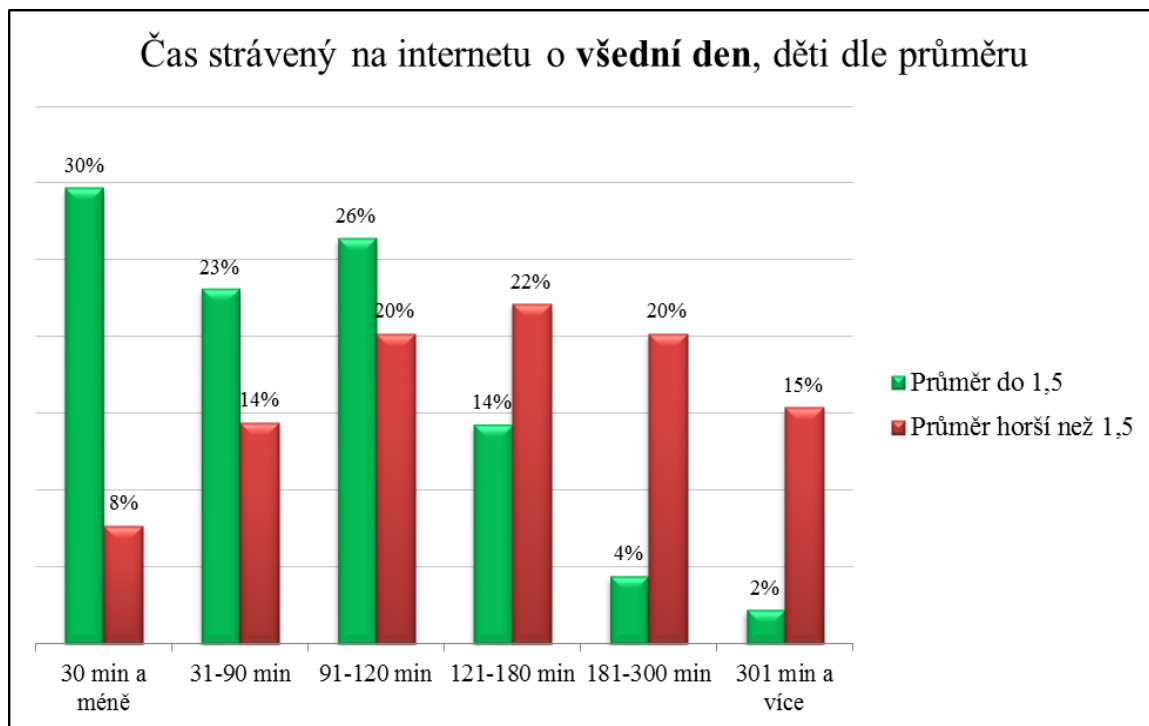
Zdroj: Vlastní výzkum

Z tabulky je vidět, že více jak polovina dětí s průměrem do 1,5 netráví na internetu o všední den více jak dvě hodiny a pouze 6% těchto dětí tráví na internetu více jak 3 hodiny denně.

⁷⁵ BOCAN, M., HOŠKOVÁ, I., MACHALÍK, T., MAŘÍKOVÁ, H., SPÁLENSKÝ, A., ZAJÍC, J. ref. 14.

Z následujícího grafu vyplývá, že u dětí s průměrem horším než 1,5 tráví více jak polovina respondentů na internetu více jak dvě hodiny a dokonce 15% těchto dětí je na internetu o všední den více jak 5 hodin denně, což je dle mého názoru celkem alarmující fakt.

Graf 3: Čas strávený na internetu o všední den, děti dle průměru



Zdroj: Vlastní výzkum

V této části ověření hypotézy, se mé domněnky potvrdily. Myslím si, že děti zajisté negativně ovlivňuje to, že jsou na internetu déle než by měli a zanedbávají pak svou přípravu na vyučování a mimo jiné proto pak mají horší známky.

Je třeba si však tuto hypotézu ověřit i co se týče víkendu, na další straně proto následuje interpretace výsledků týkajících se trávení času na internetu o víkendu.

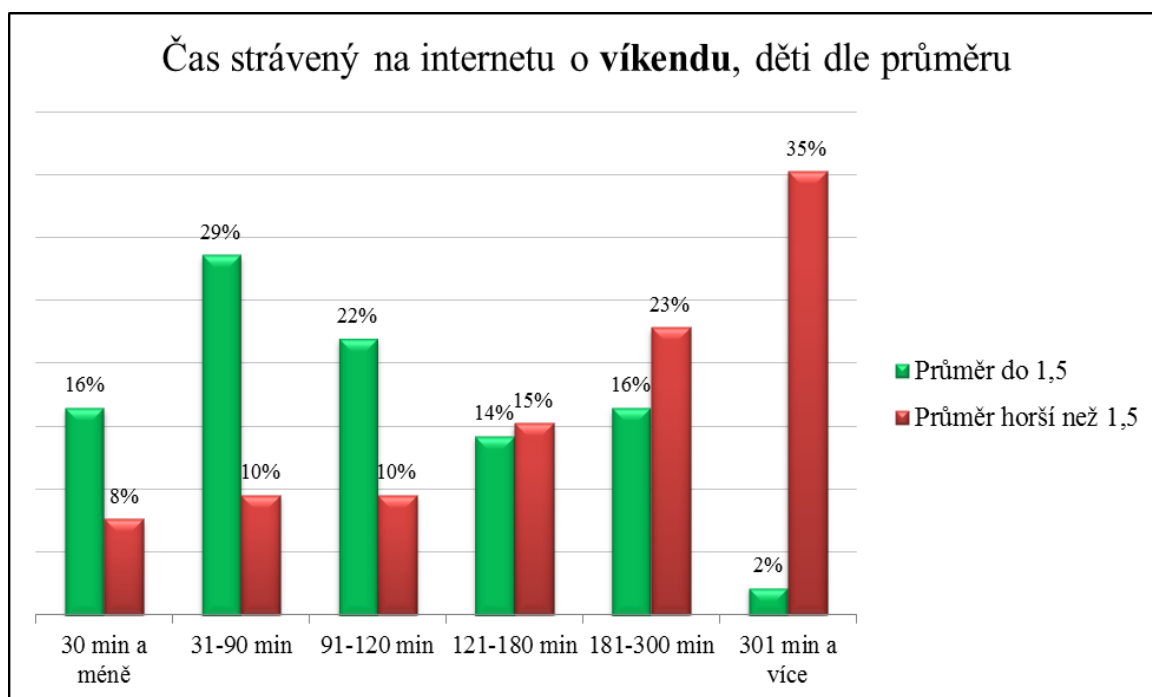
Tab. 4: Čas na internetu o víkendu, děti dle průměru

Čas na internetu o víkendu, děti dle průměru		
Doba strávená na internetu	Respondenti s průměrem do 1,5 v %	Respondenti s průměrem horším než 1,5 v %
30 min a méně	16%	8%
31-90 min	29%	10%
91-120 min	22%	10%
121-180 min	14%	15%
181-300 min	16%	23%
301 min a více	2%	35%
Celkem	100%	100%

Zdroj: Vlastní výzkum

První co v tabulce zaujme je zajisté poslední řádek, kde je dětí s průměrem do 1,5, které jsou na internetu o víkendu déle než pět hodin „pouze“ 2 %, kdežto u dětí s horším průměrem je to alarmujících 35% respondentů.

Graf 4: Čas strávený na internetu o víkendu, děti dle průměru



Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z předchozího grafu, tak více jak polovina dětí s průměrem do 1,5 netráví na internetu o víkendu více jak dvě hodiny denně. Pouze 2% těchto dětí tráví na internetu více jak 5 hodin denně.

U dětí s průměrem horším než 1,5 tráví 35 % dětí na internetu více jak 5 hodin a například jedna šestnáctiletá dívka s průměrem horším než 1,5 uvedla, že je o víkendu denně 13 hodin na internetu, což je dle mého názoru velmi šokující fakt.

Ukázalo se, že jak o všední den, tak i o víkendu tráví na internetu více času děti s průměrem horším než 1,5, tudíž se tato hypotéza **potvrdila**

11.2 Zkoumání hypotézy č. 2

Hypotéza č. 2 zní: Se zhoršujícím se prospěchem dětí roste četnost známek závislosti na internetu. Na zjištění známek závislosti byli otázky číslo:

6. Dokázal bys být bez internetu týden?
7. Jsi někdy místo jídla či spánku na internetu?
10. Zanedbáváš kvůli internetu důležité věci ve svém životě (např. kamarády)?
11. Dokážeš se zabavit bez internetu?
14. Uveď, kolik času bys dokázal být bez internetu?

Čtrnáctá otázka byla otevřená a sloužila pro kontrolu toho, jestli respondenti v otázce č. 6. odpověděli popravdě. Ukázalo se, že 14 dětí odpovědělo v otázce 6. že by dokázalo být bez internetu týden, ale v otázce 14. následně uvedly kratší časový údaj, který by se bez internetu obešly.

Tyto otázky byly inspirovány otázkami, které sestavil profesor psychologie John Suler⁷⁶ a více se jimi zabývá podkapitola 2.3 *Příznaky a projevy závislosti na internetu*, v teoretické části této práce.

⁷⁶ ECKERTOVÁ, L.. DOČEKAL, D. ref 29.

Následující tabulka zachycuje, kolikrát děti odpověděly tak, že jejich odpověď naznačuje závislost na internetu, např. u otázky č. 10. odpověděly, že kvůli internetu zanedbávají důležité věci ve svém životě, jako jsou například školní povinnosti a kamarádi.

Tab. 5: Závislost na internetu u dětí 10-16 let, dle jejich průměru

Závislost na internetu u dětí 10-16 let		
Znak závislosti	Respondenti s průměrem do 1,5 v %	Respondenti s průměrem horším než 1,5 v %
0 krát	76%	56%
1 krát	14%	27%
2 krát	7%	11%
3 a vícekrát	2%	4%
Celkem	100%	100%

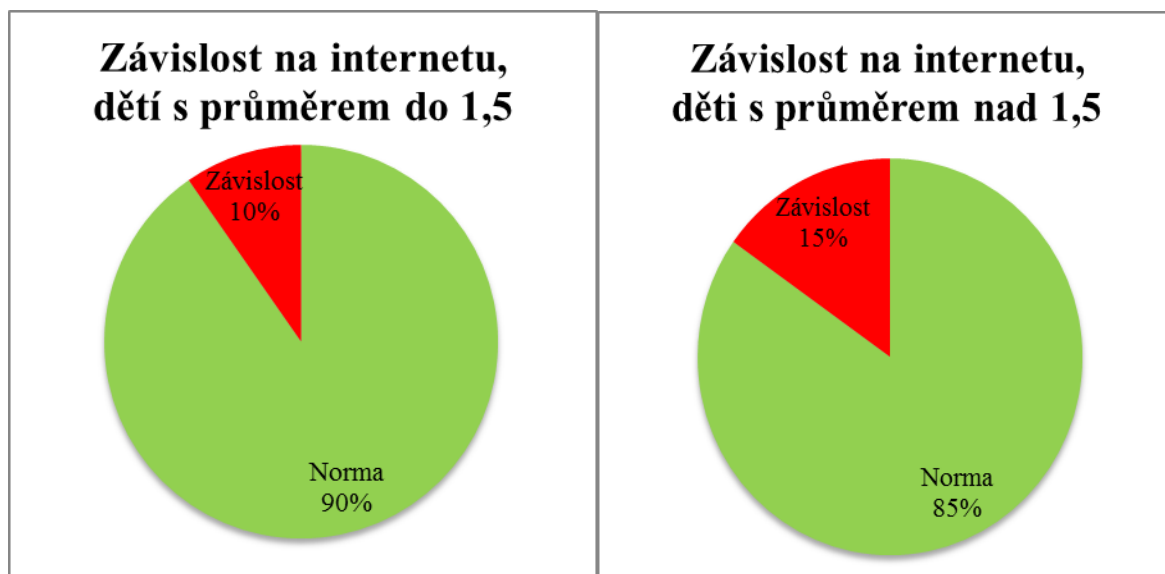
Zdroj: Vlastní výzkum

U dětí s průměrem do 1,5 nevykázalo známku závislosti na internetu 76% dětí, 14% pouze v jedné otázce a 7% dětí dvakrát anebo vícekrát vykázalo závislost a pouze 2% vykázalo závislost ve 3 a více otázkách.

Kdežto u dětí s průměrem horším než 1,5 bylo 56% dětí zcela bez závislostních rysů, 27% odpovědělo pouze v jedné otázce závislostně, ale 11% dětí odpovědělo dvakrát anebo vícekrát tak, že jejich odpovědi naznačují závislost na internetu a dokonce 4% respondentů odpověděla tak, že je u nich velké riziko možné závislosti na internetu.

Pro další srovnání následují grafy, kde jsou označeny děti ohrožené závislostí na internetu červeně, rozdělení grafů je dle průměru známek zkoumaných dětí.

Graf 5 a 6: Závislost na internetu, děti dle průměrů



Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z předchozích dvou grafů u dětí se známkami do průměru 1,5 je 10% z nich závislých na internetu, nebo touto závislostí ohroženo. U dětí s průměrem horším než 1,5 je těchto dětí 15%.

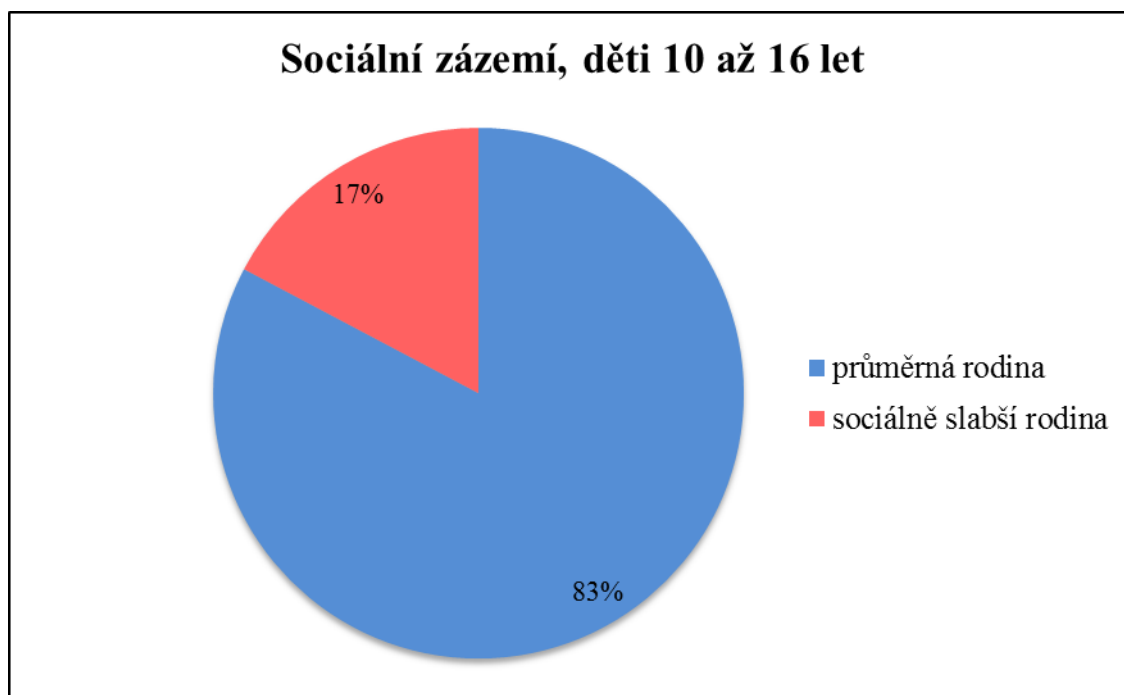
U této hypotézy se potvrdila má domněnka pouze z části, jelikož jsou statistické rozdíly mezi skupinami nepatrné, přesto je o 5% více dětí s průměrem horším než 1,5, které vykazují závislost na internetu. S přihlédnutím na potvrzení předcházející hypotézy, která má se závislostním chováním také spojitost, bych označila tuto hypotézu za **potvrzenou**.

11.3 Zkoumání hypotézy č. 3

Třetí hypotéza zní: Děti ze sociálně slabších rodin tráví na internetu více času, než ostatní vrstevníci. Na zjištění toho, z jakého sociálního prostředí děti pochází, byla položena otázka č. 17, která se ptala na práci jejich rodičů, nebo zde mohli místo profese uvést, že jsou jejich rodiče nezaměstnaní, pokud tomu tak je.

Jako sociálně slabší definuji rodiny, kde je jeden nebo oba rodiče nezaměstnaní, nebo oba dělají méně placenou práci (příjem obou rodičů dohromady méně jak 16 220 Kč měsíčně – což odpovídá dvojnásobku životního minima pro rodinu s jedním dítětem). Výzkum ukázal, že žádné dotazované dítě nemá nezaměstnané oba rodiče, což je zajisté velmi pozitivní zjištění. Ze sociálně slabšího prostředí pochází 34 žáků a z průměrných rodin je 163 dětí.

Graf 7: Sociální zázemí, děti 10 až 16 let

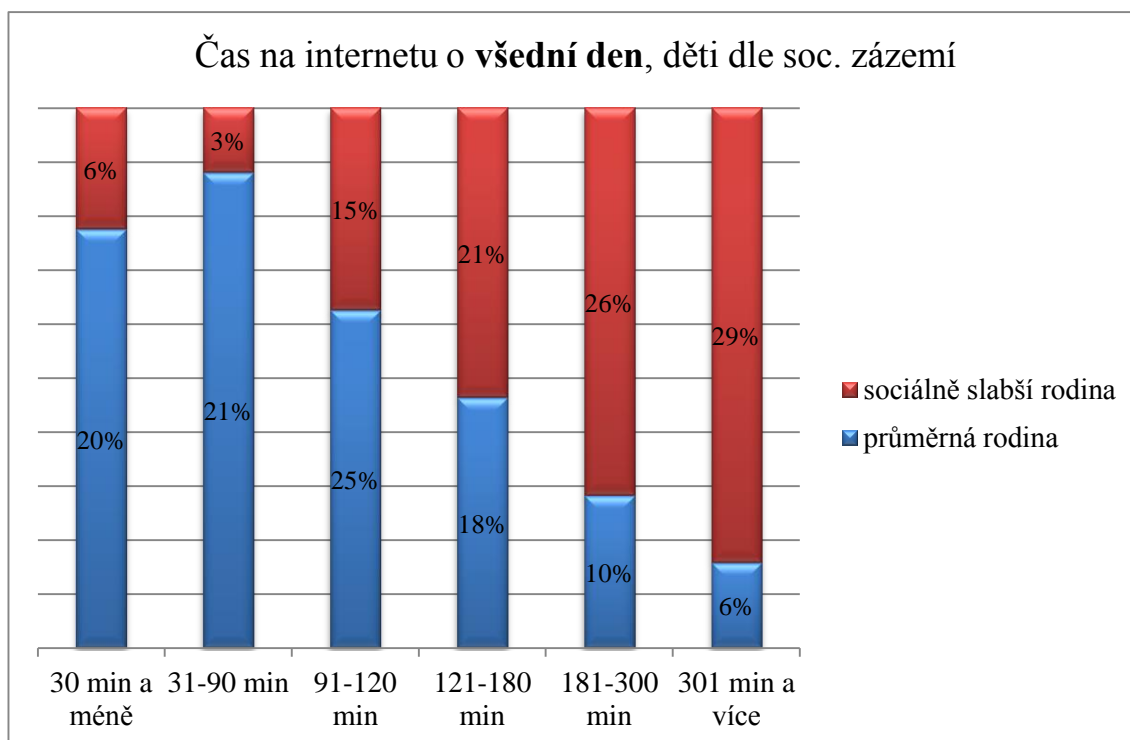


Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z předchozího grafu, převážná většina dětí je dobře sociálně zabezpečena, což je zajisté velmi pozitivní fakt. Pouze 17% respondentů pochází ze sociálně slabší rodiny.

Následuje porovnání času tráveného na internetu o všední den, respondenti jsou roztržiděni dle toho, z jakého pocházejí sociálního zázemí.

Graf 8: Čas strávený na internetu o všední den, děti dle sociálního zázemí



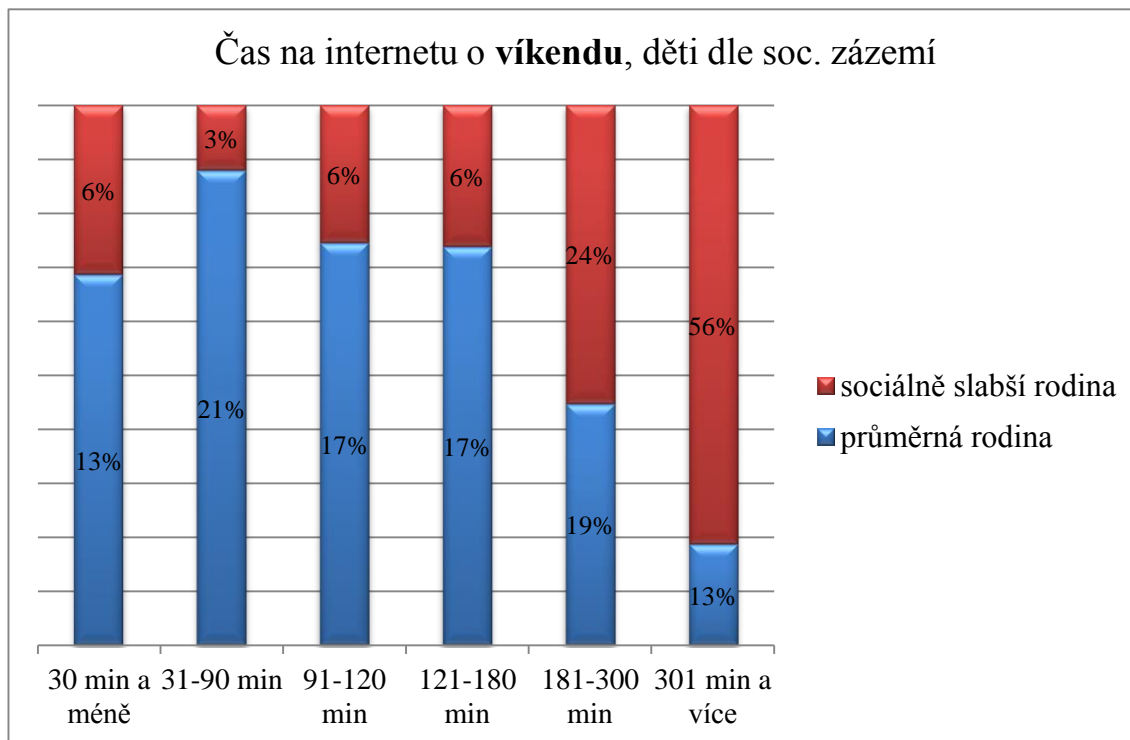
Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z předchozího grafu, více než polovina dětí s průměrného sociálního zázemí není o všední den na internetu déle než 2 hodiny, kdežto u dětí ze sociálně slabších rodin je nadpoloviční většina na internetu více jak dvě hodiny a 29 % těchto dětí je dokonce o všední den více jak 5 hodin na internetu, což je dle mého názoru velmi zneklidňující fakt.

Dle mého názoru v tomto může hrát roli to, že práce jejich rodičů je časově náročná a nemají proto čas se věnovat odpoledne a večer svým dětem. Také, dle mého mínění, nemají dostatek finančních prostředků na to, jim zajistit pro ně zábavný kroužek, nebo jinou volnočasovou aktivitu.

Dle následujícího grafu je výrazný rozdíl mezi dětmi u času tráveném na internetu dobu delší než 3 hodiny, kdy tuto a delší dobu tráví na internetu 80% dětí ze sociálně slabších rodin, kdežto děti z průměrného zázemí „pouze“ 32%.

Graf 9: Čas strávený na internetu o víkendu, děti dle sociálního zázemí



Zdroj: Vlastní výzkum

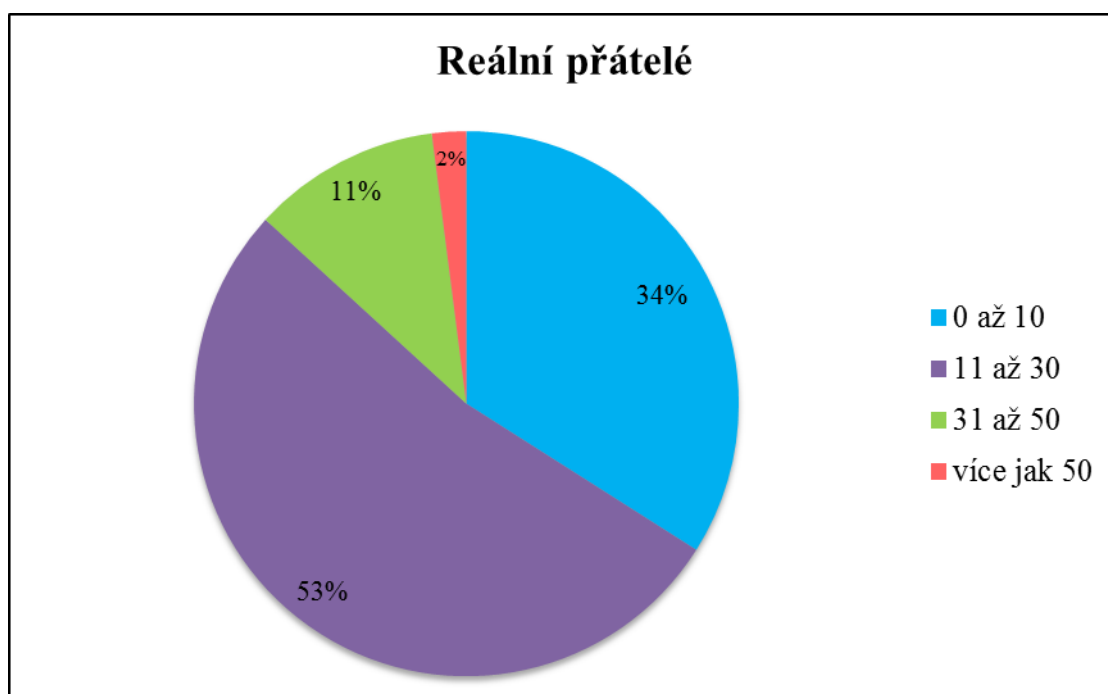
Jak je vidět z předcházejících grafů a závěrů, tak se **potvrdila** hypotéza, že děti ze sociálně slabšího prostředí tráví na internetu více času než děti z rodin lépe sociálně zabezpečených. Výrazný rozdíl byl hlavně u delších časových úseků trávených na internetu, kdy za tyto delší časové úseky pokládám více jak 3 hodiny na internetu denně.

11.4 Zkoumání hypotézy č. 4

Čtvrtá hypotéza zní: Děti budou mít více přátel na sociálních sítích, než v reálném životě. Počet přátel zjišťovali otázky číslo 8 a 13. V otázce č. 9 bylo zjištěno, že profil na sociální síti má 82% respondentů, pouze 35 dětí profil na sociální síti nemá.

Průměrně mají děti z výzkumného vzorku 19 přátel v reálném životě, s kterými se stýkají takzvaně tváří v tvář a chodí s nimi například ven. Kdežto na sociálních sítích mají respondenti průměrně 80 „přátel“. Jedna jedenáctiletá dívka dokonce uvedla, že má na sociální síti 2400 přátel, ale reálných přátel má oproti tomu „pouze“ 18. Kolik mají děti přátel v reálném životě, vyobrazuje následující graf.

Graf 10: Reální přátelé dětí

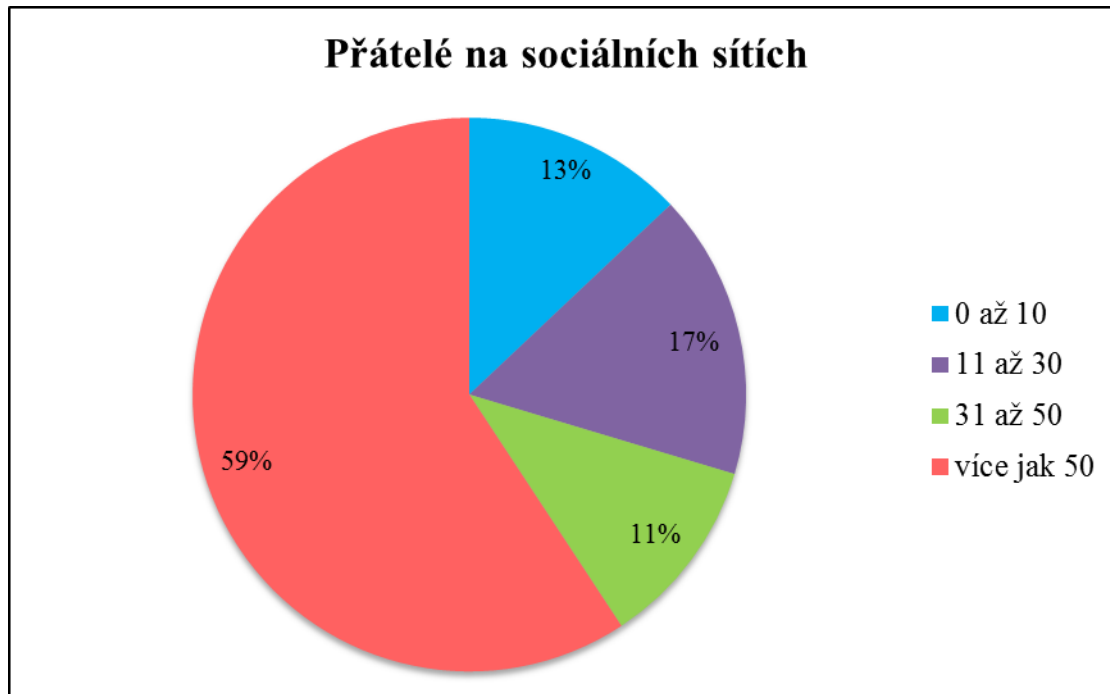


Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z předchozího grafu polovina dětí má v reálném životě 11 až 30 přátel, kdežto více jak 50 přátel v reálném životě mají pouze 2% dětí. Většina dětí má reálné přátele v rozmezí od 0 do 30 osob.

Naopak jak je vidět z následujícího grafu, který se zabývá „přáteli“ dětí na sociálních sítích, více jak polovina dětí má na internetu více jak 50 přátel. Jelikož se jednalo o otázky otevřené, často se objevovali i odpovědi v řádech stovek přátel, na sociální síti.

Graf 11: Přátelé dětí na sociálních sítích

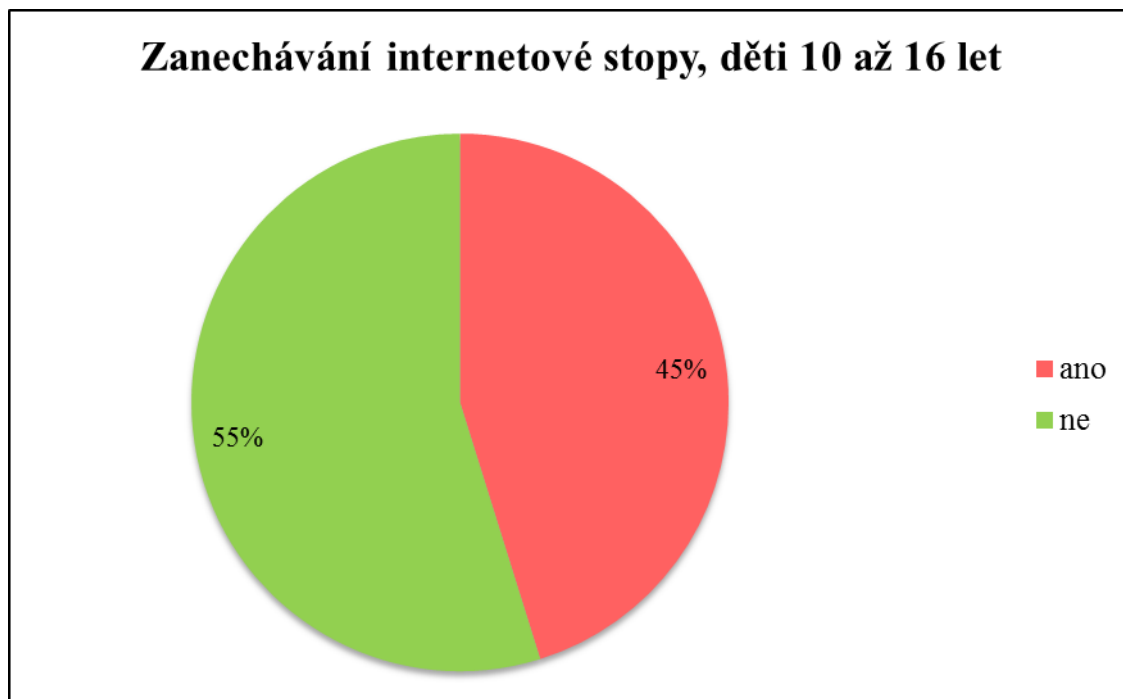


Zdroj: Vlastní výzkum

U přátel v reálném životě mělo 87% dětí přátele v rozmezí od 0 do 30, kdežto na internetu má toto rozmezí přátel pouze 40 % dětí, je zde vidět tedy jasný nepoměr přátel na internetu a přátel v reálném životě. Všechny děti, které používají sociální sítě, uvedli více přátel právě na těchto serverech, než v reálném životě, tato hypotéza se tudíž **potvrdila**.

Spojitost se sociálními sítěmi měli také otázky číslo 15 a 16. V otázce č. 15 byl zkoumán fakt, jestli děti na internetu zanechávají internetovou stopu, tj. například jestli dávají na sociální síť své fotky. Pokud odpověděli v této otázce respondenti ano, byla zde ještě doplňující otázka: jestli je pro ně důležité, aby byli na internetu „vidět“.

Graf 12: Zanechávání internetové stopy, děti 10 až 16 let



Zdroj: Vlastní výzkum

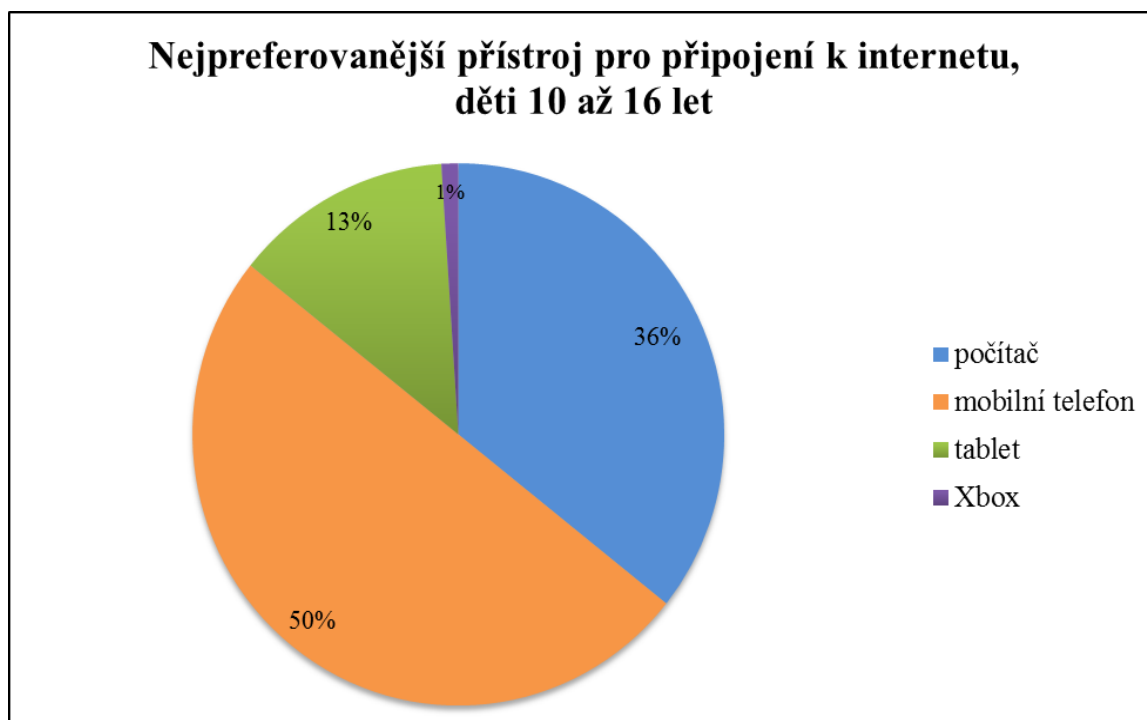
Z předcházejícího grafu je patrné, že 45 % dětí po sobě na internetu svou internetovou stopu zanechává. V doplňující otázce bylo zjištěno, že pro 14 dětí je důležité, aby byli na internetu vidět.

Jelikož se teoretická část práce zabývá i Kyberšikanou a nevhodným obsahem na internetu, tak byli děti dotazovány v otázce č. 16, jestli se někdy na internetu setkali s něčím, co je rozrušilo např. s násilím, nebo jim někdo na internetu nadával. Dle odpovědí dětí se 35% z nich setkalo s něčím, co je na internetu rozrušilo. Což zajisté pobízí k dalšímu zkoumání tohoto jevu.

11.5 Zkoumání hypotézy č. 5

Pátá hypotéza je zaměřena na to, na jakém přístroji se děti k internetu nejčastěji připojují, což zkoumala otázka č. 12. Dále také to kolik procent dětí využívá internet v mobilním telefonu, tímto faktem se zabývala otázka č. 18.

Graf 13: Nejpreferovanější přístroj pro připojení k internetu, děti 10 až 16 let



Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z předchozího grafu a následující tabulky přesně polovina dětí preferuje k připojení na internet mobilní telefon, kdežto například počítač pouze 36% respondentů. Tato otázka byla otevřená, tudíž děti mohly napsat jakýkoliv elektronický přístroj, dva chlapci napsali Xbox (tj. herní konzole)

Tab. 6: Nejpreferovanější přístroj pro připojení k internetu, děti 10 až 16 let

Nejpreferovanější přístroj pro připojení k internetu		
Odpověď	Počet respondentů	Počet respondentů v %
Počítač	70	36%
Mobilní telefon	98	50%
Tablet	26	13%
Xbox	2	1%
Celkem	196	100%

Zdroj: Vlastní výzkum

Jak je vidět z následujícího tabulky, tak 90% respondentů využívá internet v mobilním telefonu. Díky tomuto a předcházejícímu zjištění, že nejvíce respondentů využívá internet v mobilním telefonu, se má hypotéza **potvrdila**.

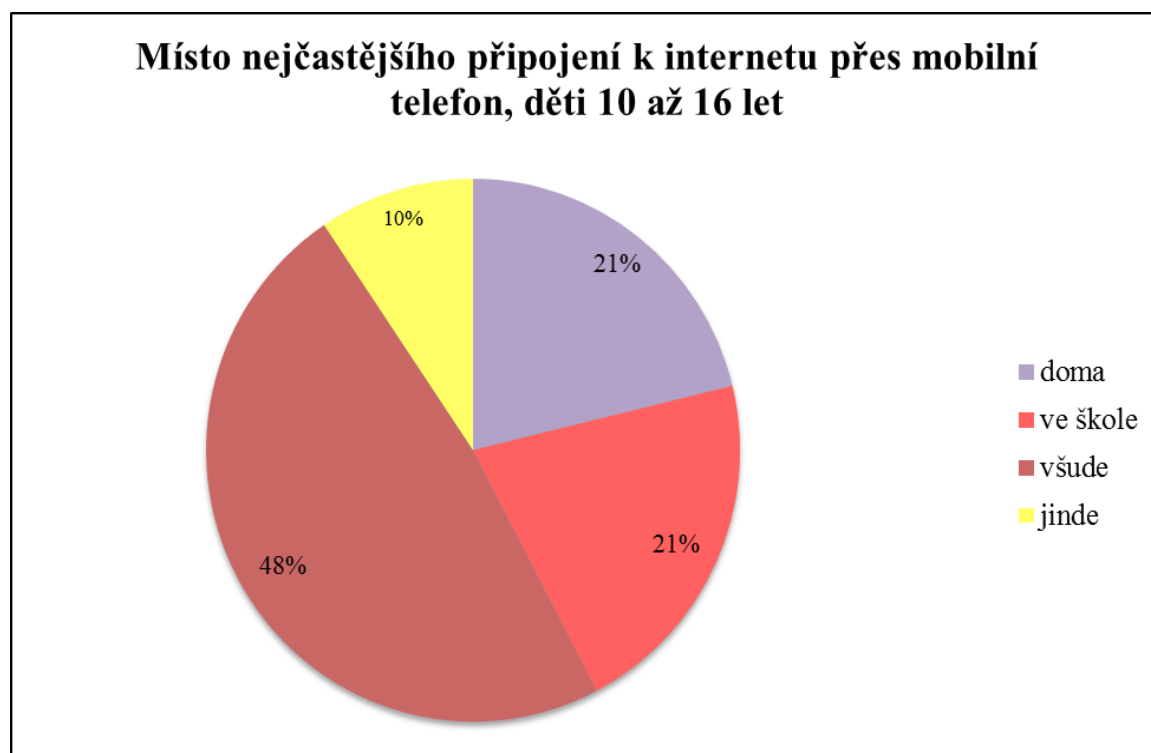
Tab. 7: Využívání internetu v mobilním telefonu, děti 10 až 16 let

Využívání internetu v mobilním telefonu		
Odpověď	Počet respondentů	Počet respondentů v %
Ano	177	90%
Ne	19	10%
Celkem	196	100%

Zdroj: Vlastní výzkum

Pokud respondenti odpověděli ano, u otázky jestli využívají internet v mobilním telefonu, byli dále dotazováni, kde ho nejčastěji využívají.

Graf. 14: Místo nejčastějšího připojení k internetu přes mobilní telefon, děti 10 až 16 let



Zdroj: Vlastní výzkum

Z dětí, které využívají internet v mobilním telefonu, využívá 21% dětí internet doma, 21% ve škole, a 48% uvedlo, že internet přes mobilní telefon využívají všude. Odpověď „všude“ psaly děti často do kolonky, kde mohly vyplnit jiné místo, než bylo ve výběru, proto byla tato možnost zahrnuta do interpretace výsledků.

12. Diskuze

Při zkoumání hypotézy č. 2, by bylo dobré, kdyby bylo do dotazníku zařazeno více otázek na zkoumání závislosti na internetu u dětí. Výsledky by pak mohly být více průkazné a jasnější.

Při zkoumání hypotézy č. 3, kde bylo zapotřebí zkoumat děti v závislosti na jejich sociálním zázemí, vyvstala menší komplikace. Tato komplikace byla, že ze sociálně slabšího prostředí pochází pouze 34 žáků a z průměrných rodin je 163 dětí, což je zajisté na výzkum jistý nepoměr zkoumaných respondentů, ideální by bylo rozložení poloviny dětí ze sociálně slabšího prostředí a druhé z průměrných rodin. Nenapadá mě však jak tohoto poměru respondentů docílit.

13. Závěr výzkumu

Praktická část je zaměřena na žáky druhého stupně základní školy, jelikož právě děti této věkové populace dle mého názoru negativně ovlivňuje nadměrné využívání internetu. Tento výzkumný vzorek byl z okresu Kladno, jednalo se o děti ve věku od 10 do 16 let.

Hlavním cílem praktické části bylo zjistit vliv prospěchu a sociálního zázemí na četnost využívání internetu těmito dětmi a také jestli má prospěch žáků vliv na výskyt ukazatelů závislosti na internetu. Za účelem naplnění těchto cílů byl vytvořen dotazník, který byl osobně rozdán ve třídách druhého stupně. Pedagogický personál během výzkumu spolupracoval, děti také, ale občas se snažily vyplňovat dotazníky společně, to jim však bylo zakázáno. Při odevzdání se správnost vyplnění dotazníků kontrolovala, pokud byla nějaká otázka zodpovězená špatným stylem například vepsáním slov místo číslic, následovala oprava společně s dítětem. Téměř všechny dotazníky se díky tomu vrátily správně vyplněné.

Všechny hypotézy byly v tomto průzkumu potvrzeny. Ukázalo se, že děti s průměrem horším než 1,5 tráví denně na internetu více času než jejich vrstevníci s lepším průměrem. Také děti ze sociálně slabších rodin jsou denně na internetu delší dobu než jejich zbylí vrstevníci. Ukázalo se, že děti mají více přátel na sociálních sítích na internetu, než v reálném životě. Bylo také zjištěno, že se děti nejčastěji připojují k internetu přes mobilní telefon a že 90% respondentů má internet v mobilním telefonu.

Závěr

Populace dnešních dětí tráví neopominutelnou část svého volného času na internetu, což má na ně, dle mého názoru negativní vliv, který je popsán v teoretické části této práce. Pravděpodobně je to zapříčiněno tím, že v dnešní době jsou hry a další online činnosti natolik graficky propracované a pro děti velmi lákavé, tudíž je pro rodiče těžké nalézt jim odpovídající zábavu, která by internetu konkurovala. Také si myslím, že jsou rodiče dětí velice pracovně vytíženi a často chodí domů až večer. Děti tudíž zvolí pro ně nej příjemnější a nejjednodušší zábavu a to zapnutí počítače nebo jiného elektronického přístroje, přes který mohou být připojeni k internetu.

V praktické části této práce je zkoumán právě vliv sociálního prostředí na to, kolik času denně tráví děti na internetu. Dále jsou v praktické části zkoumány souvislosti mezi průměrem žáka a jeho dobou trávenou na internetu a také ukazateli závislosti na něm. Všechny předem stanovené hypotézy se potvrdily pomocí dotazníkového šetření u 197 respondentů ve věku od 10 do 16 let.

Ukázalo se, že zde doopravdy existuje vliv prospěchu žáka na to, jak dlouhou dobu tráví na internetu. Dovolím si tvrdit, že toto působení funguje i opačně totiž, že to že dítě tráví na internetu převážnou část svého disponibilního času má vliv na jeho přípravu do školy a následně i na jeho prospěch. Bylo zjištěno, že se zhoršujícím se prospěchem dětí roste objem času stráveného denně na internetu. Ve výzkumu se dále ukázalo, že je 37% dětí o víkendu denně více jak 5 hodin na internetu. Z teoretické části této práce, však víme, že vyhledávání informací na internetu je pro organismus namáhavé a stresující, při stresu dochází k odúmrti neuronů, tj. nervových buněk. Tento důsledek dlouhého surfování je pro děti zcela jistě velmi nebezpečný, protože jim v důsledku zahlcením informacemi klesá pozornost a obtížněji se soustředí. Také to, že děti mají mnohem více přátel na sociálních sítích než v reálném životě, je dosti znepokojující fakt.

Všechny tyto negativní vlivy internetu vystihl psychiatr Spitzer, který svůj titul nazval naprosto výstižně: *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum.*⁷⁷ S názorem tohoto autora naprosto souhlasím a také si myslím, že internet pomalu ale jistě připravuje nejen děti, ale i nás o rozum.

⁷⁷ SPITZER, M. ref. 18.

Myslím si, že se velice podceňuje prevence hlavně mezi rodiči, ale i mezi učiteli. Dle mého názoru jedině prevencí ze strany rodičů, ale i školy, lze alespoň zmírnit negativní vliv internetu na psychický, ale i fyzický vývoj dětí. Důležitá je také důslednost rodičů v omezení času pobytu jejich dětí na internetu.

Seznam použité literatury

Prameny

- BOCAN, M., HOŠKOVÁ, I., MACHALÍK, T., MAŘÍKOVÁ, H., SPÁLENSKÝ, A., ZAJÍC, J. *Děti v ringu dnešního světa Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let*. Praha: Národní institut dětí a mládeže Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků a školské zařízení pro zájmové vzdělávání, 2012. ISBN 978-80-87449-24-0.
- BURTON, G., JIRÁK, J. *Úvod do studia médií*. Brno: Barrister a Principal, 2001. ISBN 80-85947-67-6.
- CAPLAN, S. E. Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use and psychosocial wellbeing. *Communication Research*, 2003.
- DAVIS, R. A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 2001.
- DĚDKOVÁ, L., MACHÁČKOVÁ, H., ŠEVČÍKOVÁ, A., ŠMAHEL, D. *Kyberšikana: průvodce novým fenoménem*. Editor Alena Černá. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4577-0.
- ECKERTOVÁ, L. *Hustej internet*. Praha: Petr Prchal, 2014. ISBN 978-80-87003-39-8.
- ECKERTOVÁ, L., DOČEKAL, D. *Bezpečnost dětí na Internetu - Rádce zodpovědného rodiče*. Brno: Computer Press, 2013. ISBN 978-80-251-3804-5.
- FRANKOVÁ, K., Rizikové faktory rozvoje závislosti na online prostředí u dítěte. Praha: VOŠ Evropská. 2015.
- HULANOVÁ, L. Internetová kriminalita páchaná na dětech: psychologie internetové oběti, pachatele a kriminality. Praha: Triton, 2012. ISBN 978-80-7387-545-9.
- KALMAN, M. Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků: na základě mezinárodního výzkumu uskutečněného v roce 2010 v rámci mezinárodního projektu "Health behaviour in school-aged children: WHO collaborative cross-national study (HBSC)". Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 9788024429830.
- KONEČNÝ, Š. *Fenomén lhaní v prostředí internetu*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISBN 9788021054882.F.

- MULLER, M. M. *Jak ochránit děti před pornografií na internetu*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0694-1.
- ONLINE SAFETY INSTITUTE Z.S.P.O. *Užitečné internetové tipy pro rodiče mladších dětí (do 10 let): Užitečné internetové tipy pro rodiče starších dětí (nad 10 let)*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2009. ISBN 978-80-7440-009-4.
- POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Prevence sociálně patologických jevů*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r. s. Brno, 2003. ISBN 80-86568-04-0.
- POKORNÝ, V., TELCOVÁ, J., TOMKO, A. *Patologické závislosti*. 2. vydání. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r. s. Brno, 2002. ISBN 80-86568-02-04.
- PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky: vývoj člověka do patnácti let*. 4. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977.
- ROGERS, V. *Kyberšikana*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-984-2.
- SAK, P. a kolektiv. *Člověk a vzdělání v informační společnosti: Vzdělávání a život v komputerizovaném světě*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-230-0.
- SIGMUND, E., SIGMUNDOVÁ, D. *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 9788024428116.
- SPITZER, M. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014. ISBN 978-80-7294-872-7.
- ŠEVČÍKOVÁ, A. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-210-7527-6.

Elektronické zdroje

- Bezpečný internet.cz. [online]. [cit. 2016-01-11].
Dostupné z: <http://www.bezpecnyinternet.cz/>
- Co to je internet? [online]. [cit. 2016-01-06]. Dostupné z: <http://www.imip.cz>
- CZ.NIC. *Jak na Internet* [online]. [cit. 2016-01-08].
Dostupné z: <http://www.jaknainternet.cz/>
- ČTK. *Kyberšikana ve světě zabíjí. U nás ji už poznala polovina dětí.* [online]. 17. 9. 2013. [cit. 2016-01-20]. Dostupné z: http://www.metro.cz/kybersikana-ve-svete-zabiji-u-nas-ji-uz-poznala-polovina-deti-p5y-/co-se-deje.aspx?c=A130916_180656_co-se-deje_row
- ČTK. *Závislost na internetu působí podobné změny v mozku jako alkohol nebo drogy.* [online]. 2012 [cit. 2016-01-06]. Dostupné z: <http://www.novinky.cz/internet-a-pc/256160-zavislost-na-internetu-pusobi-podobne-zmeny-v-mozku-jako-alkohol-nebo-drogy.html>
- ČT24: *Češi využívají internet více než většina Evropanů.* [online]. Praha, 2015, 26. 11. 2015 [cit. 2016-01-06]. Dostupné z:
<http://www.ceskatelevize.cz/ct24/ekonomika/1625520-cesi-vyuzivaji-internet-vice-nez-ostatni-evropane>
- Internet World Stats. [online]. 2016 [cit. 2016-04-04].
Dostupné z: <http://www.internetworldstats.com/stats9.htm>
- Nebuď obět! [online]. [cit. 2016-01-11]. Dostupné z: <http://nebudobet.cz/>

Elektronické dokumenty

- FINAL REPORT. *EU Kids Online II*. [online]. 2012 [cit. 2016-01-10]. ISSN 2045-256X. Dostupné z <http://eprints.lse.ac.uk/39351/>
- MŠMT. Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k řešení šikánování ve školách a školských zařízeních: Č.j. MSMT- 22294/2013-1. [online]. MŠMT, 2013 [cit. 2016-01-08]. Dostupné z: www.msmt.cz/file/8272_1_1/
- VONDRÁČKOVÁ, P., VACEK, J., KOŠATECKÁ, Z. *Závislostní chování na internetu a jeho léčba*. [online]. Česká a slovenská Psychiatrie, 2009 [cit. 2016-03-24]. Dostupné z: http://www.cspychiatr.cz/dwnld/CSP_2009_6_281_289.pdf

Seznam grafů

- Graf 1: Čas trávený u internetu ve všední den, děti 10-15 let.....14
- Graf 2: Věkové složení respondentů.....39
- Graf 3: Čas strávený na internetu o všední den, děti dle průměru.....42
- Graf 4: Čas strávený na internetu o víkendu, děti dle průměru.....43
- Graf 5: Závislost na internetu, děti s průměrem do 1,5.....46
- Graf 6: Závislost na internetu, děti s průměrem horším než 1,5.....46
- Graf 7: Sociální zázemí, děti 10 až 16 let.....47
- Graf 8: Čas strávený na internetu o všední den, děti dle sociálního zázemí.....48
- Graf 9: Čas strávený na internetu o víkendu, děti dle sociálního zázemí.....49
- Graf 10: Reální přátelé dětí.....50
- Graf 11: Přátelé dětí na sociálních sítích.....51
- Graf 12: Zanechávání internetové stopy, děti 10 až 16 let.....52
- Graf 13: Nejpreferovanější přístroj pro připojení k internetu, děti 10 až 16 let.....53

Seznam tabulek

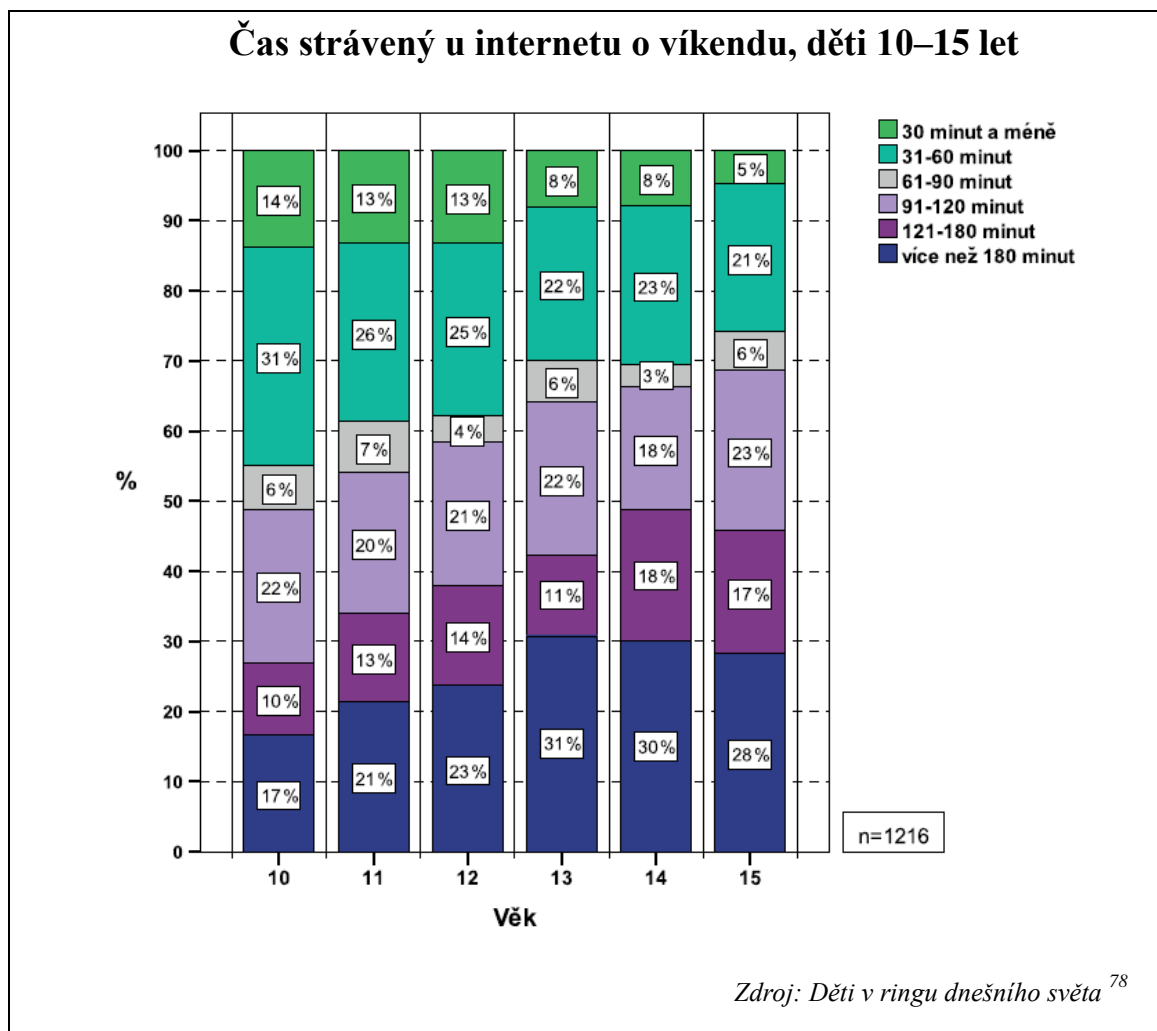
- Tab. 1.: Fakta o dětech v Evropě.....15
- Tab. 2: Věkové složení respondentů.....38
- Tab. 3: Čas na internetu o všední den, děti dle průměru.....41
- Tab. 4: Čas na internetu o víkendu, děti dle průměru.....43
- Tab. 5: Závislost na internetu u dětí 10-16 let, dle jejich průměru.....45
- Tab. 6: Nejpreferovanější přístroj pro připojení k internetu, děti 10 až 16 let.....53
- Tab. 7: Využívání internetu v mobilním telefonu, děti 10 až 16 let.....54

Seznam příloh

- Příloha I: Graf – čas strávený u internetu o víkendu, děti 10-15 let
- Příloha II. : Tabulka – Internetoví uživatelé v Evropské unii - 2015
- Příloha III. : Dotazník

Příloha I.

Graf – čas strávený u internetu o víkendu, děti 10-15 let



⁷⁸ BOCAN, M., HOŠKOVÁ, I., MACHALÍK, T., MAŘÍKOVÁ, H., SPÁLENSKÝ, A., ZAJÍC, J. ref. 14.

Příloha II.

Tabulka – Internetoví uživatelé v Evropské unii - 2015

Internet Users in the European Union - 2015					
<u>EUROPEAN UNION</u>	Population (2015 Est.)	Internet Users, 30-Nov-2015	Penetration (% Population)	Users % Table	FACEBOOK 15-Nov-2015
Austria	8,584,926	7,135,168	83.1 %	1.8 %	3,500,000
Belgium	11,258,434	9,569,669	85.0 %	2.4 %	5,900,000
Bulgaria	7,202,198	4,083,950	56.7 %	1.0 %	3,200,000
Croatia	4,225,316	3,167,838	75.0 %	0.8 %	1,800,000
Cyprus	847,008	804,306	95.0 %	0.2 %	590,000
Czech Republic	10,538,275	8,400,059	79.7 %	2.1 %	4,500,000
Denmark	5,659,715	5,432,760	96.0 %	1.3 %	3,500,000
Estonia	1,313,271	1,106,299	84.2 %	0.3 %	590,000
Finland	5,471,753	5,117,660	93.5 %	1.3 %	2,600,000
France	66,132,169	55,429,382	83.8 %	13.8 %	32,000,000
Germany	81,174,000	71,727,551	88.4 %	17.8 %	29,000,000

Zdroj: Internet World Stats⁷⁹

⁷⁹ Internet World Stats. [online]. 2016 [cit. 2016-04-04]. Dostupné z: <http://www.internetworldstats.com/stats9.htm>

Příloha III.

Dotazník

1. Kolik ti je let?
2. Jsi: a) chlapec b) dívka
3. Kolik času **denně** trávíš na internetu **o všední den**?
Uved':
4. Kolik času **denně** trávíš na internetu **o víkendu**?
Uved':
5. Jaký jsi měl v minulém pololetí průměr na Vysvědčení?
Uved':
6. Dokázal bys být bez internetu týden?
a) asi ano b) ano c) asi ne d) ne e) nevím
7. Jsi někdy místo jídla či spánku na internetu?
a) ano b) ne
8. Kolik máš přátel v reálném životě (s kterými chodíš ven, povídáš si tváří v tvář)?
Uved':.....
9. Máš profil na nějakém sociálním serveru (např. Facebook, Lide.cz,...)?
a) ano b) ne
10. Zanedbáváš kvůli internetu důležité věci ve svém životě (např. kamarády, úkoly)?
a) ano b) ne
11. Dokážeš se zabavit bez internetu?
a) ano b) ne c) nevím

12. Na jakém přístroji se **nejčastěji** připojuješ na internet?

Uved':.....

13. Kolik máš přátel na Facebooku (nebo jiné sociální síti)?

Uved':.....

14. Uved', kolik času bys dokázal být bez internetu?

.....dnů

.....hodin

15. Zanecháváš po sobě internetovou stopu? (dáváš na internet své fotky, píšeš o sobě,...)

a) ano Je pro tebe důležité abys byl na internetu „vidět“? Ano Ne

b) ne

16. Setkal ses někdy na internetu s něčím, co tě rozrušilo? (např. násilím, pornografií, někdo ti přes internet nadával,...)

a) ano b) ne

17. Co dělají tvoji rodiče (jakou mají práci, nebo jsou nezaměstnaní,...)?

Matka:

Otec:.....

18. Používáš internet v mobilním telefonu?

a) ano Kde nejčastěji? 1) doma 2) ve škole 3) jinde:.....

b) ne

Resumé

Práce na téma Negativní vliv internetu na děti má za cíl poukázat na negativní vliv internetu na dětskou psychiku. Jsou zde uvedeny negativní vlivy na mozek dítěte, negativní chování pachatelů trestných činů na internetu, vliv nevhodného obsahu, který dítě na internetu může shlédnout a mnoho dalšího. Poslední kapitola teoretické části této práce je věnována radám pro rodiče, děti a ostatně všechny, kteří jsou s dítětem v kontaktu. V praktické části jsou znázorněny výsledky dotazníkové šetření. Respondenti jsou ve věku od 10 do 16 let, ze tří základních škol z okresu Kladno. Práce s pomocí dotazníku dokazuje, že většinu volného času tráví dnešní děti na internetu. Děti, které mají průměr horší než 1,5 a děti ze slabšího sociálního prostředí tráví více času na internetu, než jejich zbylí vrstevníci.

Summary

The aim of my thesis entitled Negative Influence of the Internet on Children is to show the negative influence of the internet on child's mental health. There are presented negative effects on the child's brain, negative behaviour of criminals on the internet, the influence of the inappropriate content that a child can see there and much more. The last chapter of this work is devoted to advice for parents, children and all those who are in touch with the child. The practical part shows the results of the questionnaire survey. The respondents are aged 10 to 16, from three elementary schools in the district of Kladno. The survey work shows that today's children spent most of their free time on the internet. Children whose average mark is worse than 1,5, and children from weaker social backgrounds spend more time online than their remaining peers.