

Moderní technologie a sociální sítě v životě dospívajících

Kateřina Kostrhunová

Bakalářská práce
2022



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2021/2022

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	Kateřina Kostrhunová
Osobní číslo:	H19501
Studijní program:	B0111A190011 Sociální pedagogika
Forma studia:	Kombinovaná
Téma práce:	Moderní technologie a sociální sítě v životě dospívajících

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti adolescence, sociálního kapitálu a kyberšikany.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

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

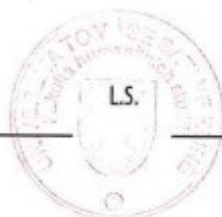
Seznam doporučené literatury:

- ČERNÁ, Alena, DĚDKOVÁ, Lenka, MACHÁČKOVÁ, Hana, ŠEVČÍKOVÁ, Anna, ŠMAHEL, David, 2013. Kyberšikana. Průvodce novým fenoménem. Praha: Grada. ISBN 978-80-210-6374-7.
- CHRÁSKA, Miroslav, 2007. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
- KRAUS, Blahoslav, 2008. Základy sociální pedagogiky. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.
- KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ, 2001. Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky. Brno: Paido. ISBN 8073150042.
- ŠEVČÍKOVÁ, Anna, 2014. Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada, Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-7527-6.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Eva Šalenová**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **26. ledna 2022**
Termín odevzdání bakalářské práce: **29. dubna 2022**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 26. ledna 2022

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo - bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem citoval(a). V případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor.

Ve Zlíně 20. 9. 2022

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací

(1) Vysoká škola nevydávalečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledků obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být sčít nejméně pět pracovních dnů před

konání obhajoby zveřejněny k nabílení veřejnosti v místě určeném veřejně přístupnou výloží školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výtisky, o platy nebo rozmnožení.

(3) Platí, že odveřejněná práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3;

(3) Do práva autorského také nezahrnuje škola nebo školství či vzdělávací zařízení, u něhož není nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školství či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školství či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odepírá-li autor takového díla udělit svolení bez vázání důvodu, mohou se tyto osoby domáhat náhrady chybného projevu jeho vůle u soudu. Ústanovení § 35 odst. 3 náležitě nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užívat či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněným zájmem školy nebo školství či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školství či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výloží jin domácnosti v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřené přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložil, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přikládá k výši výloží domácnosti školou nebo školstvím či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Bakalářská práce je zaměřena na moderní technologie a sociální sítě v životě dospívajících. Zabývá se nejčastějšími motivy pro používání sociálních sítí a dobou, kterou s nimi adolescenti tráví. Teoretická část je tvořena 3 kapitolami, které popisují sociální sítě a jejich druhy, moderní a digitální technologie a vývojové období dospívání.

Praktická část se zabývá výzkumem pomocí dotazníkového šetření, které bylo provedeno s žáky 8. a 9. tříd na dvou základních školách a studenty 1. až 3. ročníku jedné střední školy. Cílem práce je zjistit, které sociální sítě využívají dospívající nejčastěji a jaké jsou motivy jejich používání.

Klíčová slova: sociální sítě, technologie, digitální věk, komunikace, dospívání.

ABSTRACT

The bachelor's thesis is focused on modern technologies and social media among teenagers. The main topic deals with the most frequent motives for using of social media and also considers the amount of time spent by adolescents. The theoretical part is composed with 3 chapters describing social media and their kinds, modern and digital technologies and evolution period of adolescence.

The practical part deals with the research from questionnaire's survey which was taken among teenagers from two elementary schools and one high school. The main purpose of this thesis is to research which social media are the most popular ones among teenagers and what are their motives for using them.

Keywords: social media, technologies, digital age, communication, adolescence.

Touto cestou bych ráda poděkovala Mgr. Evě Šalenové za její vstřícnost, ochotu, trpělivost a cenné rady při vedení mé bakalářské práce.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	9
I TEORETICKÁ ČÁST	10
1 SOCIÁLNÍ SÍŤE	11
1.1 CO JSOU SOCIÁLNÍ SÍŤE A JAKÉ JSOU JEJICH DRUHY	11
1.2 NADMĚRNÉ UŽÍVÁNÍ	15
1.3 RIZIKA SOCIÁLNÍCH SÍŤÍ	17
2 MODERNÍ TECHNOLOGIE	21
3 OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ	24
3.1 VĚKOVÉ VYMEZENÍ ADOLESCENCE	24
3.2 IDENTITA	25
3.3 VRSTEVNICKÉ VZTAHY	26
3.4 VOLNÝ ČAS	26
II PRAKTICKÁ ČÁST	29
4 VÝZKUM	30
4.1 VÝZKUMNÉ CÍLE	30
4.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	31
4.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR	32
4.4 VÝZKUMNÁ TECHNIKA	33
4.5 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT	34
5 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT	35
5.1 SHRNUŤÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU	43
5.2 DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	44
5.3 DISKUSE	45
ZÁVĚR	47
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	49
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	52
SEZNAM GRAFŮ	53
SEZNAM PŘÍLOH	54

ÚVOD

Sociální sítě jako prostředek komunikace naprosto ovládly životy dospívajících i dospělých po celém světě. Původní myšlenka Marka Zuckerberga na vytvoření sítě pro spolužáky se rychle rozšířila a dnes si lidé ve spoustě situací ani nedokáží představit život bez nich.

Především pro mladé lidi jsou sociální sítě místem, kde si mohou popovídat s přáteli, sdílet s nimi zážitky, najít si nové kamarády, a to vše ve velmi krátkém čase. Nejsou tak omezeni limity svého okolí a mají neomezený prostor k sebevyjádření, sebe prezentaci, a především mohou komunikovat s lidmi, kteří mají stejné zájmy. Velký nárůst uživatelů zaznamenal v poslední době Instagram, který je hlavně pro dospívající velmi atraktivní svou koncepcí a nabízí nejen sdílení fotografií, videí a krátkých stories, ale je také prostorem pro podnikání.

Dospívání je poměrně složitá část lidského života, kdy se z dítěte závislého na rodičích stává nezávislý jedinec. Pro někoho to může být komplikovanější období, kdy mnozí z nich hledají podporu a porozumění mimo svou rodinu. Dnešní doba je velmi otevřená a adolescenti mají přístup k mnoha informacím, které jim mohou pomoci při hledání vlastní identity. Zároveň jim také ale hrozí nebezpečí v podobě špatných vlivů a vzorů, falešných zpráv nebo různých forem obtěžování. K moderním technologiím mají mladí lidé přístup od narození a berou je tedy jako něco automatického, běžného. Tato práce bude zaměřena na vztah dospívajících k sociálním sítím, jaké jsou motivy k jejich používání a jaký obsah nejčastěji sdílejí.

Tato práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části jsou charakterizovány funkce sociálních sítí, jejich nejznámější druhy a také rizika obtěžování na sociálních sítích. Dále jsou popsány nové digitální technologie i jejich využití při studiu. A poslední částí je popis vývojového období adolescence. Praktická část je věnována výzkumu formou dotazníkového šetření, které bude provedeno na školách v okrese Uherské Hradiště. Cílem této práce je zjistit, které sociální sítě používají dospívající nejčastěji a jaké jsou motivy jejich používání.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 SOCIÁLNÍ SÍŤ

Primárním cílem sociálních sítí je seznamování a udržování kontaktů s kamarády a známými se kterými si lze vyměňovat velmi rychle informace. Zveřejněný obsah uvidí všechny kontakty, a pokud je to v nastavení povoleno, tak i kontakty kontaktů nebo všichni uživatelé dané sociální sítě. Obecně je doporučováno mít soukromý profil a povolit sledování pouze ověřeným uživatelům. Trendem mezi mladými lidmi je ovšem mít co nejvíc sledujících, což vede k povolení sledování téměř komukoliv.

Podle Koloucha (2016) je sociální síť skupinou lidí, kteří se ovlivňují a jejich vztahy se vytváří na základě zájmů, rodinných vazeb a jiných důvodů. Sociální sítě se mohou tvořit i v zájmových komunitách určitých specifických webů.

Rychlé a snadné založení účtu a kontakt s přáteli nebo novými známými jsou hlavními atributy sociálních sítí. Ty, které jsou jednoduché a přehledné, patří k nejpobulárnějším. Pouze několik minut stačí k vytvoření a založení profilu. Některé sociální sítě nabízí online překlad, takže lze lehce získat i zahraniční přátele bez nutnosti znalosti cizího jazyka.

Kromě komunikace je dalším znakem sociálních sítí sdílení obsahu. Na sociálních sítích lze sdílet vlastní fotografie, odkazy na webové stránky nebo různé profily, hrát hry, sledovat společně filmy nebo seriály, posílat domácí úkoly, ale také se dá sebezprezentovat a v pozici tzv. influencerů i v některých případech velmi dobře vydělávat.

1.1 Co jsou sociální sítě a jaké jsou jejich druhy

Mezi první druhy internetových sítí patřily v polovině 90let minulého století Geocities, Theglobe.com nebo Tripod.com, které se staly předchůdci dnešních sociálních sítí. Na konci 90let to byly Sixdegrees.com a Friendster, a potom v roce 2003 jeden z nejpoužívanějších portálů MySpace, díky němuž se prosadilo i několik umělců. Následoval LinkedIn, zaměřený hlavně profesně a v roce 2004 založil student Harvardu Mark Zuckerberg nejznámější sociální síť Facebook.

Facebook

V současnosti největší a nejznámější sociální síť. Alespoň jednou denně se na Facebook přihlásí 1,8 miliard lidí, v Česku je registrováno víc než 5 milionů uživatelů a každý den se přihlásí necelé 4 miliony z nich. (forbes, 2022)

Facebook je nejen zdrojem komunikace a propojení s přáteli, ale momentálně i velmi dobrý zdroj pro reklamu a obchod. Tuto platformu využívají jak velké firmy, tak menší prodejci nebo soukromníci. Díky nastavení obsahu se zadaný produkt objevuje konkrétní skupině, která sdílí podobné zájmy.

Jedním z pozitiv síly Facebooku je solidarita. Zprávy se šíří rychle a uživatelé se ve velkém počtu spolupodílí na pomoci potřebným, např. hledání osob nebo loňské tornádo v okolí Hrušek. Uživatelé se také mohou přidat do kterékoliv skupiny, buď školní, pracovní mezinárodní, zájmové nebo rodinné a vyměňovat si poznatky a zkušenosti.

Pod Facebook patří i Messenger, což je platforma na posílání zpráv, fotek, videí i odkazů a je oblíbená u těch, kteří si nechtějí založit profil na Facebooku, ale chtějí mít možnost kontaktu s ostatními a využít jeho širokou základnu uživatelů.

Instagram

Velmi rychle se rozvíjející sociální síť se stal Instagram, jehož hlavní funkcí je sdílení obrázků a krátkých videí. Na celém světě používají Instagram 3 miliardy lidí a v České republice přes 2,9 milionu lidí. (moyens, 2021)

Podstatou této sociální sítě je především vizuální komunikace, uživatelé se inspirují, objevují a sledují profily ostatních. Účty mohou být soukromé, kdy je potřeba povolit sledování nebo veřejné. Těch využívají především lidé, kteří se snaží ovlivnit smýšlení ostatních tzv., influenceri a pokud jsou úspěšní, dostávají nabídky od společností na spolupráci.

Profily na Instagramu mají založené nejen e-shopy, ale také školy, neziskové organizace, zpravodajství, pracovní agentury a mnoho dalších. Této sociální síti využívají také start-upy, kdy se o jejich nápadu dozví při malých nákladech velké množství potenciálních zákazníků nebo influencerů.

Jedním z úspěšných nástrojů Instagramu je Boomerang, kdy je možné natočit krátké video, které se ve smyčce vrací tam a zpět. Přes Stories je možné zavěsit krátká, efektní videa, která sama po 24 hodinách zmizí.

Twitter

Jednou z nejstarších sítí je Twitter, který denně využívá až 200 milionů lidí na světě a v České republice 389 000. (focus-age, 2019) Je to vlastně mikrobloginovací síť, kde specifická skupina hledá kvalitní informace.

Kromě novinářů a politiků jsou hlavními uživateli lidé z tzv. generace Z (jedinci narozeni mezi 90. léty a do roku 2012), kteří se zajímají o technologie, ekologii, sociální služby, životní prostředí, politiku a hudbu.

Na Twitteru lze zveřejňovat novinky z oboru, různé rady a zajímavosti, užitečné informace nebo vtipy a veselé historky. Tweety jsou limitovány maximálním počtem znaků na 140. Zprávy musí být proto jasné, stručné a výstižné, aby na ně mohli uživatelé reagovat, komentovat je a lajkovat.

LinkedIn

Tato sociální síť je největší profesní síť na světě orientovanou na profesní kontakty a propojení s trhem práce. V celém světě má víc než 690 milionů uživatelů a v České republice 1,5 milionů uživatelů. Jsou využívány uživateli např. Z firem Škoda, T mobile nebo O2 a ČEZ. (cz.linkedin, 2019)

Jednotlivec nebo firma zde může najít cenné kontakty nebo zaměstnance, prezentovat sebe nebo svůj e-shop, ale také vytvářet image a dobré jméno. Tomu by měla odpovídat také forma komunikace, vedená spíše víc formálně. Z profilu uživatele musí být vidět odbornost v oboru podnikání, mohou zde být také užitečné rady, zajímavosti, novinky z oboru nebo i odkaz na firemní blog.

Discord

Komunikační síť Discord je populární především mezi hráči počítačových her. Uživatelé zde mohou chatovat, volat si, sdílet obrazovku a u toho hrát hry jako např. Minecraft nebo Fortnite. Discord má přes 300 milionů uživatelů a denně ji používá polovina z nich.

Jeho výhodou je velmi snadné a stabilní sdílení obrazovky, lze sledovat i filmy a povídat si u toho. I skupinové hovory jsou velmi stabilní, je možné mít svoji místnost, ve které se sejdou spolupracovníci nebo spolužáci. Navíc je bez reklam, výdělků jdou výhradně z předplatného.

Je tedy otevřený nejen herním komunitám, ale ostatním a jeho mottem je “vaše místo pro pokec”. To vše ve velmi příjemném prostředí, kde si lze vytvořit i vlastní emoji. (androidaplikace, 2021)

Tellonym

Tato komunikační síť si dává za cíl pomocí anonymity zlepšit sociální vztahy a vytvářet nová přátelství. Uživatel anonymně odešle názor na dotyčného jednotlivce. Pokud se rozhodne odpovědět na tuto zprávu, objeví se v jeho konverzaci.

Původní myšlenkou bylo vytvořit nejpříjemnější místo na síti. Jeho zakladatel tvrdí, že “s rostoucí mírou sociální úzkosti je anonymita jednou z možností, jak zahájit konverzaci a promluvit si s ostatními”. (e-bezpeci, 2019)

Přesto právě anonymita složí k tomu, že se zde nejen dospívající stávají terčem kyberšikany, napadání a agrese. Uživatelé ztrácejí zábrany a snadno vyjadřují to, co by si otevřeně nikdy netroufli. Anonymní prostředí se tak stává nástrojem pedofilů a sexuálních agresorů.

I přes velkou snahu tvůrců zabránit těmto výpadům, se značná část dětí setkala s urážkami a šikanou a ani policie ani škola nejsou schopni potrestat pachatele.

Snapchat

Základním principem této sociální sítě je blesková komunikace probíhající hlavně formou videí a obrázků. Je určena ke sdílení fotek-momentek a jejím heslem je “Žijte přítomností”. Na celém světě má Snapchat 203 milionů uživatelů.

Na rozdíl od ostatních sítí nelze sdílený obsah uchovávat, zveřejněné selfie nebo obrázek se příjemci objeví na 10 sekund a poté zmizí. Pokud se někdo pokusí pravidla obejít a obrázek se snaží uložit, např. pomocí screenshotu nebo v módu letadlo, přijde ihned odesílateli upozornění na tuto neoprávněnou aktivitu. (uloztoasdilej, 2022)

Další z výhod je také oddělený obsah toho, co uživatele zajímá, a toho co nabízí vydavatel, jako jsou nevyžádané reklamy od sponzorů. Tato aplikace obsahuje velké množství zábavných filtrů, nálepek a efektů, a proto je tak oblíbená zejména u mladé generace.

TikTok

Nejrychleji se rozvíjející síť je momentálně TikTok s miliardou uživatelů na celém světě a 1,5 milionů uživatelů v České republice. “Je to sociální síť hodně používaná nejmladšími uživateli, pravidelně ji navštěvuje 32 % lidí ve věku 15 až 29 let. Mladší respondenty

průzkum AMI Digital Index nesleduje, ale reálně tam bude TikTok ještě populárnější. Naopak u starší části populace jsou to pouze jednotky procent". (cc, 2021)

Pomocí aplikace umožňuje tato síť vytvářet videoklipy nebo krátká videa. Zejména se proslavila trendem krátkých virálních tanečních kreací nebo synchronizovaných sestav. Profil si lze nastavit jako veřejný nebo soukromý, uživatel musí tedy souhlasit se sledováním. Pomocí TikToku lze natáčet i postupný proces během několika měsíců nebo Duet. Kdy se k jednotlivým videím může přidat se stejnou choreografií kdokoli.

Uživatelé se nazývají TikTokers (v Česku TikTokeři) a nejúspěšnější influenceri mají i kolem 80 milionů sledujících.

V současné době se TikTok zaměřil také na zdraví uživatelů a jakmile si uživatel prohlíží obsah více než 2 hodiny, vyskočí mu na tuto skutečnost upozornění.

1.2 Nadměrné užívání

Sociální sítě a internet se staly nedílnou součástí běžného života dnešních dětí. Na rozdíl od starších generací se dospívající s digitálními médii seznámili již v nejútlejším věku a v podstatě s nimi vyrůstali. Obecně panují obavy, že čas trávený na internetu vede k obezitě, spánkovým poruchám, sociálním fobiím, obavám ze sociální izolace. Také v médiích se často objevují zmínky o nadměrném užívání internetu nebo i o závislosti.

Podle Blinky je nadměrné užívání internetu takové, "které způsobuje jedinci fyzické, psychické či sociální problémy – nejedná se pouze o kvantitu, ale rovněž o kvalitu užívání. Naopak závislost na internetu je takové používání, které splňuje kritéria patologie a které je již mimo vůli jedince tuto patologii ovládat." (Ševčíková, 2014)

U mladších dospívajících se podle starších průzkumů uvádí časová relace 1 hodiny denně a u starších dospívajících 2 hodiny. Často je tato doba ovšem překročena, protože např. u online her, kdy jedna hra trvá i 3 až 4 hodiny, se uvádí průměr 25 hodin týdně, což odpovídá času, který stráví děti ve škole.

Sociální sítě jsou pro dospívající, kteří se snaží zahnat nudu, velmi atraktivní. Nemusí se dlouho soustředit na jednu aktivitu, ale mohou těkat. Velmi často tráví nadměrný čas na internetu děti, které mají nízké sebevědomí, slabou sebedůvěru, trpí depresemi nebo sociálními úzkostmi. Je to také otázka trávení volného času, jak s ním umí adolescent zacházet a jestli má i jiné zájmy, které by byly odsunuty na úkor doby strávené na internetu. "Nestrukturované aktivity (surfování po internetu, hraní online her) mají tendenci vytlačovat

jedna druhou, ale jen málo zasahují do časově strukturovaných aktivit (organizované mimoškolní aktivity jako například sportovní tréninky)”. (Ševčíková, 2014).

Nadměrné užívání internetu má i pozitivní dopady, neboť během doby strávené na počítači nebo mobilu, získávají děti další dovednosti, jako jsou zlepšení kognitivních a analytických schopností a zvýšení digitální gramotnosti. Naopak závislost na internetu vede ke zhoršení školních výsledků.

Zvýšená doba trávená na sociálních sítích má dopad také na fyzické zdraví. I když by se na první pohled mohlo zdát, že nadměrný čas strávený na internetu vede především k nedostatku pohybu a obezitě, není to tak jednoznačné. K obezitě přispívají především další faktory jako stravovací návyky v rodině a výživové složení každodenního jídla.

Nadměrné užívání internetu má značný vliv hlavně na spánkový režim. Během týdne musí dospívající většinou pravidelně vstávat poměrně brzy ráno, a čím více používají večer média, tím později chodí spát. Nedostatek kvalitního spánku je v dlouhodobém horizontu spojován s nervozitou, podrážděností, děti mají problém se soustředit, dochází častěji k úrazům a mohou mít sníženou funkci imunitního systému. (Blinka, 2014)

Chybí také opravdová síla prožitku, uživatelé se často soustředí na pořízení dokonalé fotografie, že zapomenou skutečný zážitek prožít. Dr. Tim Bono tvrdí, že “jestliže trávíme příliš mnoho času na telefonech, odpoutáme se tím od ostatních aspektů našich zážitků, a to nakonec podkopává pocit radosti, které z nich jinak získáváme.” (Bono, 2018)

Pokud se čas strávený na počítači, mobilu či internetu dostává mimo hranice kontroly a stává se příčinou zdravotních, školních či sociálních problémů, mluvíme o závislosti na internetu. Pro tuto závislost vznikl nový pojem – netolismus.

Ten lze charakterizovat jako závislostní chování na virtuálních drogách. Mezi ně patří nejenom sociální sítě, ale také počítačové hry, virální videa, online televize a jiné. Mezi hlavní znaky netolismu patří:

- **význačnost** - není nic důležitějšího, než čas strávený u počítače nebo na mobilu, který začíná ovládat myšlení, cítění a chování jedince, všechny ostatní aktivity jdou stranou.
- **změny nálady** - dochází ke změně nálad v důsledku zapojení se do určité aktivity, které mohou být vnímány jako vyrovnávací strategie za účelem zklidnění
- **tolerance** - dosažení určité míry uspokojení je neustále vzdálenější a je nutná větší délka aktivity, tedy delší čas na internetu, sociálních sítích atd.

- **odvykací symptomy** – v případě omezení nebo ukončení aktivity se dostávají abstinenci příznaky
- **relaps** – tendence opakovat dřívější vzorce závislostního chování (Kopecký, 2015)
- **konflikt** - závislost vyvolává problémy - ovlivňuje prospěch, narušuje vztahy v zaměstnání, dochází k výčitkám, ke ztrátě kontroly

K příznakům netolismu patří:

Ztráta kontroly nad časem - zvyšující se tolerance, jedinci vstávají velmi brzy nebo ponocují dlouho do noci z důvodu potřeby být online.

Psychické projevy - rostoucí neklid a nervozita, když člověk nepoužívá mobil nebo počítač delší dobu, pocit prázdnoty, přemýšlení o počítači nebo mobilu, když ho jedinec zrovna nepoužívá, zatajování informací o závislosti.

Psychosociální projevy - ztráta dřívějších přátel, narušení vztahů s rodinou.

Projevy spojených s prací - u dospívajících se zhoršuje prospěch, zanedbává učení nebo zvládne menší objem práce.

1.3 Rizika sociálních sítí

Podle Koloucha (2016) patří mezi rizika sociálních sítí zejména kyberšikana, kybergrooming, sexting a kyberstalking, která jsou primárně, ale ne výhradně spojená se sociálními sítěmi, a existují také další rizika spojená s internetem.

Kyberšikana

Je to forma zastrašování a obtěžování, která probíhá prostřednictvím informačních technologií. Zároveň je to jakékoliv chování, jehož účelem může být snaha o vyvedení z rovnováhy, zastrašení, ublížení nebo jiné ohrožení oběti pomocí moderních technologií.

Probíhá formou zasílání nenávistných zpráv, šířením fotografií, video či audio záznamů, verbálními útoky, zastrašováním a vyhrožováním, verbálními útoky, vytvářením nenávistných skupin, ale i krádeží identity, vydíráním, obtěžování pomocí nadměrného vyzvánění nebo nabouráním účtu s cílem ponížení oběti. Agresorem může být jednotlivec i skupina.

Mezi hlavní znaky podle Koloucha (2016) patří:

- Anonymita útočníka

- Útok bez hranic (čas, prostor, prostředky, okruh útočníků)
- Obtížná zjistitelnost
- Dlouhodobé přetrvávání

Nejčastějšími projevy kyberšikany mohou být:

- Pomlouvání, zastrašování, urážení, zesměšňování, ztrapňování
- Pořizování videa, audia nebo fotografií a jejich zveřejňování s cílem uškodit nebo jejich grafická anebo jiná úprava
- HappySlapping - natáčení videí, kdy je oběť schválně napadána
- Úprava osobních stránek a sociálních profilů nebo vytváření falešných účtů s cílem poškodit dotyčného
- Krádež identity-zneužití účtu
- Provokování a napadání ostatních uživatelů
- Odhalování cizích tajemství
- Vydírání a obtěžování přes mobilní telefon nebo internet

Kybergrooming

Při kybergroomingu dochází k psychické manipulaci prostřednictvím komunikačních a informačních sítí nebo internetu. Cílem takového chování je vzbudit v oběti důvěru a poté ji vylákat na schůzku. Často následuje sexuální zneužití, fyzické násilí či zneužití oběti pro pornografii. Tento proces může trvat od pár měsíců až po několik let.

Do nejrizikovější skupiny u dětí patří především adolescenti, děti s nízkou sebedůvěrou a nedostatkem sebeúcty, děti s emocionálními problémy nebo v těžké životní situaci i naivní a příliš důvěřivé děti.

Podle Koloucha (2016) postupuje kybergrooming v těchto fázích:

- Snaha o vzbuzení důvěry a izolaci oběti od ostatních
- Budování kamarádského vztahu pod příslibem dárků anebo různých služeb
- Vznik emoční závislosti oběti na osobě agresora
- Osobní schůzka
- Sexuální obtěžování, zneužití nebo jiná forma útoku

Nejen dospívající, ale i děti se stávají terčem těchto útoků, jedná se především o dívky, které se na svých profilech prezentují částečně odhalenými snímky. Dopadení pachatelů není jednoduché, neboť jejich profily jsou často falešné a nedají se dohledat.

Sexting

Tento pojem vznikl spojením slova sex a texting. Jedná se o „elektronické rozesílání, šíření vlastních sexuálně sugestivních či explicitních materiálů, tj. Textových zpráv, fotografií či videí, ke kterému dochází prostřednictvím internetu a mobilních telefonů. A dále pak přijímáním těchto materiálů.“ (Szotkowski, 2020)

V rámci sextingu dochází k posílání buď vlastních sextových materiálů, nebo jsou posílány sexty někomu jinému a sdílení probíhá nejčastěji mezi vrstevníky, kamarády a známými. Největší riziko spočívá v tom, pokud se původně soukromý materiál dostane do rukou třetí strany.

V počátku bývá využíván k flirtování a navazování nových vztahů tedy je vnímán jako součást romantických vztahů. Dalším důvodem může být pocit nudy, kdy si dospívající posílají sexuálně zbarvené a provokativní snímky spíše zábavného a humorného rázu. Mládež také někdy podléhá sociálnímu tlaku, dívky na popud svých partnerů svolí k výměně takových materiálů, ale při následném rozchodu se snadno stávají obětí kybergroomingu.

Sexting slouží mnoha lidem také jako nástroj sebe prezentace, je to možnost se předvést a zviditelnit se. Děti potom mohou nabýt dojmu, že prezentovat se sexem je normální. A v neposlední řadě je sexting vnímán jako nástroj pomsty. U dětí a dospívajících může docházet k nevhodnému vydírání, ale u mládeže starší 18 let už jde o šíření pornografie.

Kyberstalking

Vychází ze slova stalking-pronásledování a jedná se nebezpečné pronásledování oběti pomocí moderních informačních technologií. Útočník využívá komunikační a informační technologie k dlouhodobému, opakovanému a stupňovanému kontaktování - pronásledování své oběti, u níž chce úmyslně vyvolat pocit strachu o své zdraví, život a soukromí. (internetembezpecne, 2018)

Od roku 2010 je stalking, tedy nebezpečné pronásledování trestným činem. Kyberstalking může být klasifikován jako trestný čin - nebezpečné pronásledování dle § 354 trestního zákoníku (zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník). (sancedetem, 2021)

Kyberstalking může probíhat formou:

- zasílání zpráv SMS
- telefonování a prozvánění
- posílání zpráv přes messengery a emaily
- opakované komentování příspěvků oběti na sociálních sítích
- vkládání příspěvků na profily oběti na sociálních sítích
- krádež identity oběti a následné vystupování jejím jménem
- kontaktování oběti pod falešnou identitou nebo několika identitami
- monitorování počítače nebo mobilu oběti pomocí speciálních programů
- zveřejňování informací o osobním životě oběti
- obtěžování podobnými formami kontaktu přátel oběti

Mezi nejčastější motivy kyberstalkingu patří:

- demonstrace moci a síly (přímé nebo nepřímé vyhrožování)
- obtěžování, vyhrožování a vydírání oběti
- poškození oběti před ostatními
- opětovné navázání vztahu po odmítnutí

V nejednom případě dochází ke kyberstalkingu po nevydařeném vztahu, agresor obtěžuje svého bývalého partnera různými vzkazy, posílá citlivé fotografie nebo videa, která si vyměňovali během vztahu. Stalker může oslovit také přátele oběti např. na Facebooku s úmyslem oběť poškodit, pomluvit nebo ublížit.

2 MODERNÍ TECHNOLOGIE

Generace dnešních dětí a dospívajících doslova vyrůstala s digitálními technologiemi. Po celý svůj život jsou obklopeni videohrami, počítači, hudebními přehrávači, mobilními telefony nebo jinými hračkami a prostředky této moderní doby. Průměrný vysokoškolský student strávil četbou méně než 5000 hodin v životě, ale víc než 10000 hodin hraním videoher a přes 20000 hodin sledováním televize. Emaily, videohry, internet, mobilní telefony a okamžité zprávy jsou tak integrovanou součástí jejich života. (Prensky, 2019)

Mark Prensky, americký pedagog a publicista, nazval tyto jedince digitálními domorodci. Toto označení se vztahuje na generaci narozenou po roce 1980, pro niž jsou digitální technologie součástí jejich života a prostředí (v České republice se uvádí generace o desetiletí později). Jejich “mateřským jazykem” jsou počítače, videohry a internet.

Naopak rodiče nebo prarodiče těchto dětí jsou nazýváni digitálními přistěhovalci. Tito lidé vyrostli v analogovém prostředí a nejsou tedy tolik spjati s moderními technologiemi. Imigranti, kteří se v digitální době nenarodili, se musejí naučit ovládat digitální technologie a trvá jim to i déle. Mohou se objevit i výjimky, kterou dospívající přiřadí ke generaci X a mají nadání na ovládání moderních technologií a ovládají digitální gramotnost, ale přesto se nezbaví “přízvuku” v podobě používání manuálů nebo vyhledávání na internetu až jako druhé možnosti. (Prensky, 2001)

Podle amerického psychologa de Graffa (2015) má každá tato skupina svou charakteristiku:
Digitální domorodci

- nedělají takový rozdíl mezi národnostmi nebo třídami, vnímají svět více horizontálně
- s ostatními rádi sdílejí informace a myšlenky
- jsou orientováni na moderní hodnoty, proto spousta z nich nevěří tradičním hodnotám a institucím jako jsou manželství, vláda nebo náboženství
- domorodci vidí svět demokratičtěji a odmítají centralizované vlády založené na kontrole a ovládání druhých
- nejsou ale zase ochotni pracovat na dlouhodobých projektech s velkým rozsahem, kde jsou potřeba lidé zaměřeni na cíl a strukturovanou hierarchii, např. objevení léku na rakovinu

Digitální přistěhovalci

- jsou agresivnější, soutěživější, většinou zaměřeni hlavně na měřitelné výsledky
- snaží se urvat, co to dá, je mezi nimi spousta workoholiků
- dělají věci rychle a někdy jim uniká dlouhodobý dopad

Frans (educause, 2000) popisuje charakteristiku této generace takto:

- Počítače nejsou technologie, ale denní všednosti, digitální mládež je má pouze za prostředky a nástroje, které používáme každý den
- Internet je lepší než televize, protože nabízí interaktivitu oproti pasivnosti televize. Mládež může okamžitě reagovat, sdílet, podělit se o zjištěné informace. Také snáze přijímá vyjádření od někoho blízkého nebo známého než od komentátora v televizi.
- Realita už není reálná, každý uživatel má možnost upravit obsah, přidávat nebo odebírat informace
- Lépe je dělat než myslet, vzdělání už není tak důležité, informace mají větší cenu než znalosti
- Nintendo generace, přístup pokus-omyl nejlépe vystihuje tuto generaci, nepotřebují manuály, všechno chtějí rovnou prozkoumat, vyzkoušet
- Multitasking, dnešní děti jsou schopné při sledování pořadu psát maily, chatovat, telefonovat, jíst nebo psát úkoly, dlouhodobé prozkoumávání problému není žádoucí
- Psaní na klávesnici raději než ruční psaní, mladí preferují zápisky na notebooku nebo tabletu, i odpověď volí raději přes SMS nebo email nebo jiné sociální sítě, než aby je napsali ručně v dopise
- Být neustále online, pokud nejsou dospívající online, jako by neexistovali, ztrácejí informace a přátele a svět pro ně přestává existovat
- Nulová tolerance k čekání, s rozvojem technologií očekává digitální mládež odpovědi ihned a také 24hodinový servis
- Tvůrce/uživatel, smazává se rozdíl mezi tím, kdo je autorem a kdo pouze kopíruje nebo upravuje daný obsah

Termín digitální technologie lze definovat jako „elektronické nástroje, systémy, zařízení a zdroje, které umožňují uchovávat, zpracovávat a přenášet obrovské množství informací (dat, textů a obrázků) na úložných zařízeních-počítače, tablety, notebooky, mobily, digitální

fotoaparáty a kamery, e-knihy, e-časopisy, herní konzole, navigace, přehrávače (CD, DVD, MP3, MP4) a zařízení pro komunikaci (Wi-Fi, Bluetooth, internet).” (portaldigi, 2018)

Technologie tedy neslouží pouze zábavě, ale mohou také zlepšit efektivitu a kvalitu výuky nebo domácí přípravy. „Digitální technologie je třeba vnímat jako nástroje či pomůcky, které žákům pomohou dosáhnout stanoveného cíle.” (Kopecký, 2021)

Digitální kompetence jsou součástí nového RVP a tedy i ve školách pracují děti s moderními technologiemi. Spousta z nich získala během posledních dvou let zkušenosti s on-line výukou, kdy se během pandemie musely jak děti, tak i učitelé velice rychle adaptovat na nové technologie. Dospívající mají možnost si dělat zápisky na tabletech, stahovat obrázky k danému učivu, sdílet informace se spolužáky. Vyučující mohou děti písemně zkoušet na několika různých platformách např. Teams, Google forms, Moodle, Socrative, Kahoot atd.

Při výuce tak studenti mohou dohledávat informace, aktivně doplňovat znalosti a vytvářet prezentace nebo plakáty, které ihned sdílejí s učitelem i spolužáky. Vyzkoušet si jednoduché programování ozobotů, navrhování předmětů a následný tisk na 3D tiskárně. Výukové aktivity jsou zaměřené na samostatné učení žáků i skupinovou práci. „Velkým přínosem digitálních technologií ve výuce je jejich potenciál podporovat na žáka orientované didaktické postupy a vyvolávat aktivní osobní zapojení žáků do výukových aktivit.” (Kopecký, 2021)

I v domácím prostředí žáci mohou využívat jak technologie, tak sociální sítě ke studiu. Už žáci základních škol mají vytvořené skupiny na Messengeru, častokrát včetně učitele, kde si sdělují úkoly, rozdělují práci ve skupinách nebo poskytují zápisy z hodin. Pomocí Teamsů mohou učitelé připojit do výuky chybějící žáky, pokud to jejich zdravotní stav umožňuje, a ti pak nemají tolik zameškaného učiva. Velkou výhodou jsou např. pro vysokoškoláky digitální knihovny, které zpřístupňují odbornou literaturu, kterou si mohou stáhnout a číst off-line.

3 OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

V tomto období dochází k harmonizaci mezi duševním a tělesným vývojem. Člověk si hledá a vytváří vlastní identitu. Utváří se sebepojetí, to, jak vidím já ostatní a jak vidí oni mne. Je to období, ve kterém se jedinec pomocí hledání a přehodnocování snaží zvládnout vlastní proměnu, dosáhnout přijatelného sociálního postavení a vytvořit zralejší formu vlastní identity (Vágnerová, 2012).

3.1 Věkové vymezení adolescence

Období dospívání lze definovat jako období mezi dětstvím a dospělostí, obvykle bývá ohraničeno léty mezi 12 nebo 13 a 18 až 20.

Podle Macka (2003) se dá také rozdělit do třech období:

Raná adolescence (pubescence) od 10 do 13 let, která se vyznačuje hlavně výraznou změnou zevnějšku a pohlavním dozríváním. Mění se také způsob myšlení a emočního prožívání. Zároveň se jedinec snaží emancipovat a osamostatnit od rodičů a začíná upřednostňovat vrstevnické skupiny a přátele.

Je to také období druhého vzdoru, děti mají jiný názor než dospělí, i když názor často neodpovídá realitě. Dochází k rychlé změně nálad, první citová vzplanutí.

Střední adolescence 14 až 16 let, kdy dochází k hodnocení druhých podle chování, charakteru nebo toho, co člověk umí. Často si ale utvoří z jedné zkušenosti názor, který nehodlají měnit, nejsou schopni akceptovat kompromis a tím se stávají neobjektivními.

U dospívajících dochází k výrazným somatickým změnám a snaží se více vypadat jako jejich vrstevníci, a naopak se odlišit od dospělých ve stylu oblékání, mluvení, chování. Často až nekriticky obdivují své idoly nebo vrstevníky.

Pozdní adolescence 17 až 20 let, kdy u dospívajících přetrvává kritický pohled, ale přiklání se více k reálu. Dochází k ustálení citů i projevů názorů. Jedinec už není tak nejistý a nekompromisní a je více objektivní i k hodnocení druhých. Postupně se odpoutává od rodičů, jeho zájmy se ustalují.

Díky širším sociálním vztahům má i zážitky z neúspěchu, se kterými se umí lépe vyrovnat a má potřebu si něco dokázat a stát se sám sebou.

3.2 Identita

„Identita (identity) totožnost, prožívání a uvědomování si sebe samého, své jedinečnosti i odlišnosti od ostatních; soubor rysů, podle nichž je jedinec znám konkrétní skupině; skutečná identita představuje to, co jedinec skutečně je, na rozdíl od identity potenciální, která spočívá v neuplatněných vlastnostech; v dospívání člověk zpravidla prochází krizí identity.“ (Hartl, Hartlová, 2010).

V období dospívání je nejdůležitější hledání vlastní identity, sebepoznání. Podle Macka (2003) uvádí Erikson, že je to hlavní vývojový úkol adolescence. Utváří se sebepojetí, to, jak vidím sebe a jak vidí ostatní mne. Dítěti se rozšiřuje spektrum přijímaných rolí, vytváří si pocit smysluplnosti.

V tomto období se snadno stane, že se dítě identifikuje se silnou osobností a přijímá nekriticky identifikační vzor, což někdy vede k narkomanii nebo vandalismu.

Dospívající se začínají více zajímat o svůj vzhled a zevnějšek. Podle Vágnerové (2012) také vnější stylizace vyjadřuje sociální identitu, danou příslušností k vrstevnické skupině. Dítě se snaží osamostatnit od rodiny a místo ní se identifikuje s vrstevnickou skupinou. Tímto přechodným obdobím postupně objevuje svou vlastní jedinečnou identitu.

Vyvolá to v něm hypotetické otázky: kam patří, kam směřuje, jaké jsou jeho perspektivy, co považuje v životě za důležité, v čem vidí jeho smysl, jak je spokojen se svým životem, se sebou, zda má vliv na to, jak žije nebo co dělá.

Identita se rozvíjí v závislosti na úrovni kognitivních schopností jedince, jeho emoční zralosti, a zároveň je výslednou socializačních činností a individualizačním aspektem tohoto procesu (Macek, 2003). Nezávisle na vůli dospívajícího se jeho osobnost mění a tato proměna trvá určitou dobu a je potřeba ji zpracovat nejen kognitivně, ale i emocionálně.

Přijetí sebe sama a nespokojenost a nejistota se sebou samým je charakteristickým znakem tohoto období. Vágnerová (2005) zmiňuje fantazijní představu sebe sama jako ideál. Tyto představy bývají krásné, ale těžko uskutečnitelné a často nereálné. Další důležitou součástí utváření identity je míra naplnění očekávání ostatních lidí, především rodičů a vrstevníků a

mladý člověk dosahuje sebepoznání skrze hodnocení jiných lidí. Často dochází k tomu, že dospívající požadavky okolí odmítne nebo popře a projeví se zcela opačným způsobem, čímž se vlastně brání.

3.3 Vrstevnické vztahy

Vrstevnické skupiny nás provází celý život, ovlivňují naše hodnoty, náš pohled na svět, společnost i život, jelikož se setkáváme s novými lidmi a vzory, kteří nás nějakým způsobem formují, ovlivňují, mění naše názory. Vznikají zde jiné modely nebo situace, do kterých se chce dítě dostat, být jejich součástí a pochopit je.

Zdrojem emoční a sociální opory se stává pro dospívajícího vrstevnická skupina. „Vrstevnické společenství od dospívajících v tomto období vyžaduje často mnohem větší konformitu než dospělí.“ (Vágnerová, 2012) Jedinec zde nachází pochopení, stejné zájmy, stejné problémy a při snaze se vymanit citově od rodičů se stává členem party.

Adolescenti mohou porovnávat své pocity s vrstevníky, zkoušejí vlastní sociální kompetence a hodnoty. Sociální status, pocit vlastní hodnoty a zároveň respektování hodnot druhého jsou důležité aspekty, které mohou dospívající získat ve vztahu s vrstevníky.

Pokud se dospívající nezařadí do žádné vrstevnické skupiny, může to pociťovat za jakési sociální stigma. Adolescenti, kteří jsou méně pozitivně hodnoceni od svých vrstevníků, mají nižší sebehodnocení než ti, kteří bývají více pozitivně hodnoceni. Obliba u spolužáků výrazně ovlivňuje vlastní sebehodnocení.

Často také není podstatou vrstevnických skupin přátelství ani blízkost, ale konfrontace a střetávání. Dospívající touží po fyzické blízkosti druhých, chtějí mít možnost se s někým srovnávat, sledovat, vyjadřovat svůj názor, poslouchat a získávat zpětnou vazbu, což má vliv na jejich sebehodnocení.

3.4 Volný čas

Volný čas lze definovat objektivně jako čas, který zůstává člověku na relativně volné využití, při odečtení času, který potřebujeme na plnění svých povinností (školních, pracovních, občanských) a času, který potřebujeme na uspokojování základních potřeb (fyziologických a sociálních). Zato subjektivně ho lze definovat jako veškerý čas, který člověk vnímá jako čas pro sebe, pro svou vlastní realizaci.

Podle Hofbauera (2004) by bylo daleko přesnější a komplexnější charakterizovat volný čas jako činnost, do níž vstupuje člověk s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí a přináší mu uspokojení a příjemné zážitky.

Hlavními funkcemi času jsou odpočinek, zábava a rozvoj člověka. Geist (1992) tvrdí, že volný čas není jen doplňkem nebo protikladem k práci, ale úplně samostatnou oblastí každodenního života.

V současné době lze pozorovat u dospívající mládeže, že svůj volný čas netráví jen aktivně (sporty, umění), ale i tzv. pasivně, kdy sledují média, především internet a sociální sítě na mobilních telefonech. Komunikace přes sociální sítě s přáteli nebo novými kamarády zkontaktovanými na sociálních sítích je jednou z činností, které se dnešní adolescenti věnují. (Vašutová a Panáček, 2013).

„Využívání nových médií, především sociálních sítí (Facebook, MySpace atd.), komunikátorů (ICQ, SKYPE apod.), ale také mobilních telefonů a internetu obecně, je jednou z domén dnešních adolescentů.“ (Vašutová a Panáček, 2013)

Seznam charakteristických znaků, které mají vliv na propojení dospívajících se sociálními sítěmi:

- věk - je to generace, jejíž součástí běžné reality jsou sociální sítě - omezení věku při zakládání jednotlivých profilů (např. Facebook, Instagram od 13 let)
- identita - sociální sítě jako jeden z důležitých faktorů při utváření identity
- důležitost vzhledu, zvýšená sebereflexe- příležitost sebereprezentace v pozitivním úhlu na sociálních sítích
- zvýšení význam vrstevnických vztahů, podstatný vliv vrstevníků - potřeba interakce s vrstevníky a jejich reakce na sociálních sítích
- nová média a volný čas - pasivní trávení volného času u adolescentů
 - komunikace přes nová média, sociální sítě
 - trávení volného času na internetu

Volný čas pro dospívající znamená volnost, být se svými vrstevníky, užít si volnost. Objevují nepoznané, svobodu, touží sdílet svá tajemství se svými kamarády. Komunikace je pro adolescenty velmi důležitá a právě prostřednictvím sociálních sítí sdílejí své zkušenosti.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUM

Praktická část se zabývá otázkou, které sociální sítě jsou součástí života dospívajících a zda využívají moderní technologie. Vzhledem k událostem v posledních dvou letech se sociální sítě a moderní technologie staly každodenním průvodcem dospívajících nejen v soukromém životě, ale také při vzdělávání. Během lockdownů a karantén to byly právě sociální sítě, jejichž prostřednictvím se dalo komunikovat se spolužáky, ale i s příbuznými. Také on-line výuka se posunula rapidně dopředu, kdy už pro plnohodnotnou výuku nestačilo posílat zadání a zápisy mailem nebo si s vyučujícím skypevat. Moderní technologie umožnily interaktivní výuku, žáci mohli spolupracovat ve skupinách, pohotově hledat informace a být otestováni přes různé platformy.

Používání sociálních sítí s sebou nese také několik možných negativních projevů. Zejména mladiství jsou ohroženi nadměrným užíváním komunikačních sítí, kdy začnou dávat přednost bezpečí domova před opravdovým životem. Vyhýbají se opravdovému kontaktu, ztrácejí skutečné přátele, přestávají plnit každodenní povinnosti. Ve virtuálním světě mohou být kýmkoliv, mohou měnit svůj věk i jméno. Také se mohou stát obětmi kyberšikany, sextingu, kyberstalkingu.

Tento výzkum se bude zabývat tématem sociálních sítí, tím, co o sobě dospívající na sítích sdělují, jakým způsobem zacházejí s důvěrnými informacemi a zda je nějak upravují. Dále se bude věnovat otázkám ohledně využití sociálních sítí a moderních technologií při studiu a komunikaci s vyučujícími.

4.1 Výzkumné cíle

Hlavním výzkumným cílem je zjistit, které sociální sítě využívají dospívající nejčastěji a jaké jsou motivy jejich používání.

Dílejší výzkumné cíle:

1. Zjistit, jak často sociální sítě využívají.
2. Zjistit, jaký typ obsahu nejčastěji sdílejí.
3. Zjistit, jaké informace o sobě na sociálních sítích sdělují.
4. Zjistit, zda nějakým způsobem upravují informace, které o sobě sdělují.
5. Zjistit, zda nedochází k nadměrnému používání sociálních sítí.
6. Zjistit, jestli využívají sociální sítě a moderní technologie při studiu.

Dílčí cíl 1 se pojí s položkami 3,4 a 14.

Dílčí cíl 2 se pojí s položkou 5 a 6.

Dílčí cíl 3 se pojí s položkami 7 a 11.

Dílčí cíl 4 se pojí s položkami 8, 9 a 10.

Dílčí cíl 5 se pojí s položkami 15, 16, 17 a 18.

Dílčí cíl 6 se pojí s položkami 13, 19, 20, 21, 22 a 23.

4.2 Výzkumné otázky

Hlavní výzkumnou otázkou je, které sociální sítě využívají dospívající nejčastěji a jaké jsou způsoby jejich používání.

Dílčí výzkumné otázky:

1. Jak často využívají dospívající sociální sítě?
2. Jaký obsah nejčastěji sdílejí a hledají?
3. Jaké informace o sobě sdělují?
4. Jakým způsobem upravují informace o sobě?
5. Dochází k nadměrnému užívání sociálních sítí?
6. Využívají sociální sítě a moderní technologie při studiu?

Za účelem zodpovězení výzkumných otázek a s přihlédnutím k povaze výzkumného tématu byl zvolen kvantitativní výzkum ve formě dotazníkového šetření. Metoda dotazníkového šetření byla vybrána proto, že během krátké doby umožňuje získání velkého počtu dat. Chráska (2007) definuje dotazník jako soustavu předem připravených a pečlivě zformulovaných otázek, které jsou logicky seřazeny a forma odpovědí respondenta je písemná.

Tímto způsobem mohlo být v krátké době osloveno větší množství studentů na různých školách. Dotazník (vzor je uveden v příloze) obsahoval 23 uzavřených otázek, z nichž první dvě měly informativní charakter týkající se pohlaví a věku. Po sestavení byl dotazník testován dvěma studenty, zda jsou formulace otázek jasné a jednoznačné. Po konzultaci s nimi byla vyřazena možnost dislike, jelikož už není u většiny sítí uváděna. Dotazník byl

distribuoován ve dvou základních a v jedné střední škole v okrese Uherské Hradiště. Bylo rozdáno 120 dotazníků a navrátilo se jich 110.

4.3 Výzkumný soubor

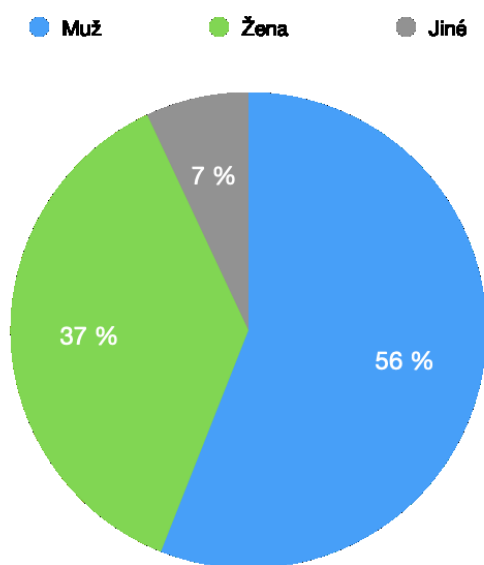
Základní soubor

Základním souborem jsou dospívající základních a středních škol ve Zlínském kraji. Většina sociálních sítí má nastavenou věkovou hranici právě od 13 let.

Výběrový soubor

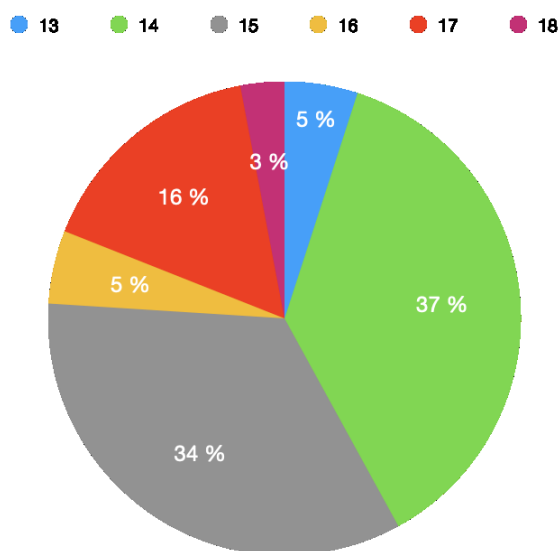
Výběrový soubor tvoří žáci 8. a 9. tříd základní školy a 1. až 3. ročníku střední školy v okrese Uherské Hradiště. Tyto školy byly vybrány na základě blízké dostupnosti a osobních kontaktů. Po domluvě s třídními učiteli jim byly předány dotazníky. Výběrový soubor tvořilo celkem 120 žáků z vybraných základních a středních škol. Věkové rozmezí výběrového souboru se pohybuje mezi 13 a 18 lety. Výzkum proběhl v únoru a březnu 2022. I přes drobné komplikace s nařízenými karanténami některých žáků bylo odevzdáno 110 dotazníků.

Z celkového počtu 110 respondentů bylo 56 % mužského pohlaví, 37 % ženského pohlaví a 7 % uvedlo jiné pohlaví, což lze chápat jako hledání identity, které je součástí dospívání. Toto rozložení je znázorněno v grafu č 1.



Graf 1: Rozdělení respondentů podle pohlaví

Věková kategorie respondentů byla v rozmezí 13 až 18 let. Největší zastoupení měla kategorie 14 (37 %) a 15 (34 %) let, poté kategorie 17 let (16 %) a nejméně respondentů bylo v kategoriích 13 (5 %), 16 (5 %) a 18 let (3 %). Toto rozdělení je znázorněno v grafu č. 2.



Graf 2: Rozdělení respondentů podle věku

4.4 Výzkumná technika

Pro získávání dat bylo zvoleno dotazníkové šetření. Byl vytvořen dotazník vlastní konstrukce. Třídní učitelé rozdali dotazníky žákům společně s informacemi o cíli výzkumu a anonymitě dotazníku. Vyplnění zabralo 10 minut, ale bylo uskutečněno v několika termínech, neboť část žáků chyběla z důvodu karantény.

Dotazník tvořilo 23 uzavřených otázek s výběrem odpovědi nebo několika odpovědí. Otázky obsažené v dotazníku se zabývaly těmito okruhy:

- nejčastěji používané sociální sítě
- motivy k používání sociálních sítí
- sdílený obsah
- rizikové chování
- využití sociálních sítí a moderních technologií při studiu

U některých otázek bylo uvedeno, že je možné zvolit více možností. Dotazník byl sestaven tak, aby odpovídal věkovému rozmezí výzkumného souboru.

4.5 Způsob zpracování dat

Po sesbírání všech dotazníků byla provedena jejich kontrola. Všechny byly řádně vyplněny, a tudíž nemusel být žádný z nich vyřazen. Dalším krokem bylo zpracování dat. Nejprve byly zaznamenány čárkovací metodou příslušné odpovědi ke každé otázce a po sečtení zaznamenány do tabulky četností, ve které byla vyjádřena číselně i procentuálně relativní a absolutní četnost. Pro každou otázku byl vytvořen graf zobrazující relativní četnost pro lepší přehlednost v aplikaci Numbers.

5 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

V této kapitole jsou vyhodnocena data, která byla získána při výzkumném šetření. Odpovědi získané prostřednictvím jednotlivých položek dotazníku jsou přiřazeny k odpovídajícím dílčím cílům. Vyhodnocená data jsou interpretována slovně a některá z nich, pro lepší přehlednost v grafech.

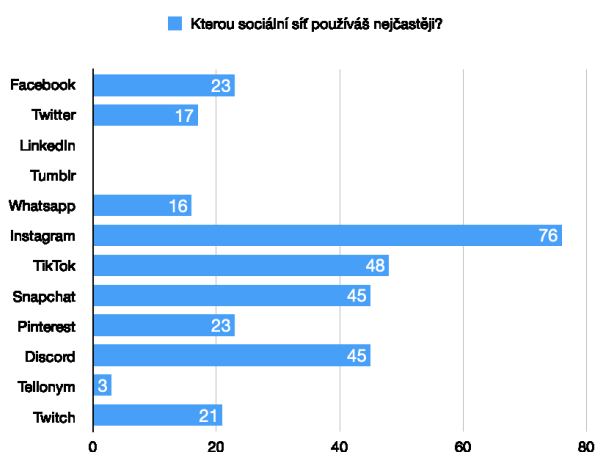
Prvním dílčím výzkumným cílem je zjistit, jak často dospívající používají sociální sítě. K tomuto výzkumnému cíli se vážou položky 3,4 a 14.

Položka č. 3: Jak často navštěvuješ sociální sítě?

V této položce mohli respondenti vybírat z nabídky každou hodinu, každý den a každý týden. Nejvíce byla zastoupena 66 % možnost každý den, celá třetina respondentů 33 % uvedla, že navštěvuje sociální sítě každou hodinu a pouze 1 % zvolilo možnost každý týden.

Položka č. 4: Kterou sociální síť používáš nejčastěji?

U této položky měli respondenti možnost vybrat více odpovědí. S velkou převahou byla nejvíce zastoupena sociální síť Instagram, kterou zvolilo 76 % respondentů. Téměř polovina dospívajících navštěvuje TikTok (48 %), Snapchat a Discord (obě shodně 45 %). Necelá čtvrtina žáků zvolila také Facebook a Pinterest (oba 23 %) a Twitch (21 %). Následují Twitter (17 %) a Whatsapp (16 %) a nejméně uživatelů zvolilo platformu Tellonym, pouze 3 %. Vůbec nikdo není uživatelem sítí LinkedIn a Tumblr.



Graf 3: Kterou sociální síť používáš nejčastěji?

Položka č. 14: Jsi schopen kontrolovat čas strávený na internetu?

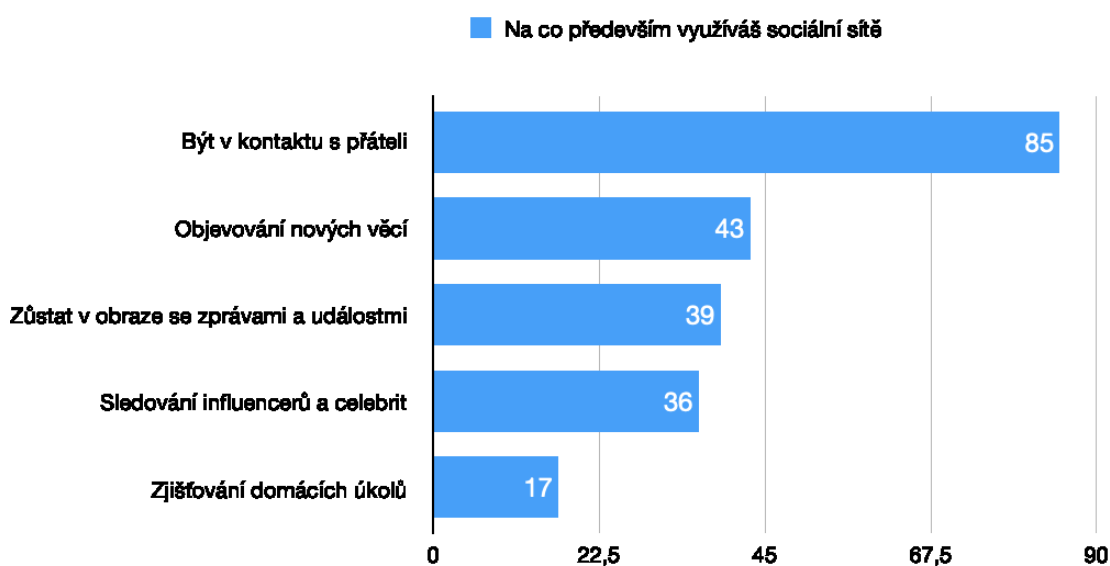
V této položce bylo možné vybrat pouze jednu odpověď z možností ano, spíše ano, nevím, spíše ne a ne. Téměř polovina respondentů zvolila možnost spíše ano (48 %). Více než čtvrtina žáků (26 %) spíše není schopna kontrolovat čas strávený na internetu a pouze 13 % studentů uvedlo možnost ano. Nejméně respondentů zvolilo možnosti ne (7 %) a nevím (6 %).

Z těchto údajů tedy vyplývá, že dospívající navštěvují sociální sítě každý den, téměř polovina z nich je schopna ovládat čas na nich strávený a jedná se především o platformy Instagram a TikTok, Snapchat a Pinterest, což jsou interaktivní sítě s krátkými videi, která se dají upravovat pomocí různých efektů. U dospívajících se rozvíjí kreativita podpořená inspirací z Pinterestu.

Druhým dílčím cílem je zjistit, jaký typ obsahu studenti sdílejí? K tomuto dílčímu cíli se váží položky 5 a 6.

Položka č. 5: Na co především používáš sociální sítě?

U této otázky mohli respondenti zvolit více možností. Žáci chtějí být především v kontaktu s přáteli (85 %). Téměř polovinu respondentů zajímá objevování nových věcí (43 %). V těsném závěsu je touha zůstat v obraze se zprávami a událostmi (39 %) a sledování influencerů a celebrit (36 %). Z těchto položek mají dospívající nejmenší zájem o zjišťování domácích úkolů (17 %).



Graf 4: Na co především využíváš sociální sítě?

Položka č. 6: Který typ obsahu sdílíš?

V této položce měli respondenti možnost zaškrtnout více odpovědí. Necelá polovina respondentů (44 %) zvolila kategorii videa, druhé nejoblíbenější byly vtipy (38 %) a následovaly politické komentáře (11 %) a aktualizace stavu (9 %). Nejméně studentů si vybralo články (7 %) a novinky (6 %) a minimum z nich nabídky (2 %) a kvízy (1 %).

Ze zjištěných informací vyplývá, že nejoblíbenějším obsahem ke sdílení jsou videa a vtipy, které chtějí sdílet hlavně se svými přáteli. Tato položka se objevila také jako hlavní motiv užívání sociálních sítí. Dospívající tedy upřednostňují sociální interakci před pouhým sledováním předložených zpráv nebo videí.

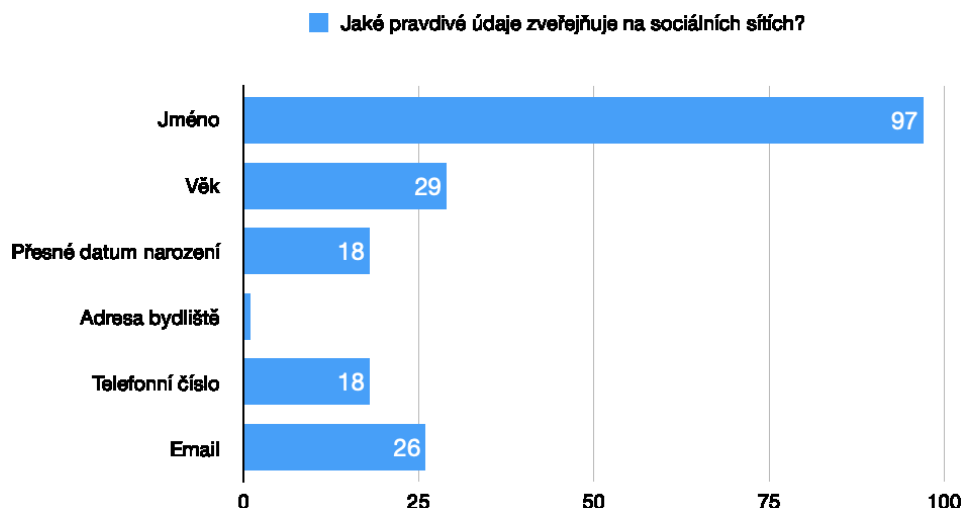
Dílčím cílem č. 3 bylo zjistit, jaké informace o sobě na internetu sdělují. Tento cíl se pojí s položkami 7 a 11.

Položka č. 7: Jaký typ informací o sobě sděluješ?

U této položky měli respondenti možnost zvolit více odpovědí. Nejčastěji se opakovalo zveřejňování zážitků z reálného života (43 %) a udělování lajků (41 %). Třetina studentů zveřejňuje fotografie své vlastní osoby (34 %). Téměř stejný počet žáků zvolilo možnosti komentáře (25 %), videa (24 %) a fotky přátel (24 %). Naopak nejméně respondentů reagovalo na možnosti rodinné foto a odkazy na filmy.

Položka č. 11: Jaké pravdivé osobní údaje o sobě zveřejňuješ?

V této otázce bylo opět možné vybrat více odpovědí. Téměř celá většina (97 %) uvedla, že zveřejňuje své pravé jméno. Mezi nejčastěji uváděnými možnostmi se objevuje také věk (29 %) a email (26 %). Shodný počet respondentů (18 %) udává, že podle pravdy sděluje přesný datum svého narození a telefonní číslo. Pouze jedno procento respondentů zveřejnilo svou adresu.



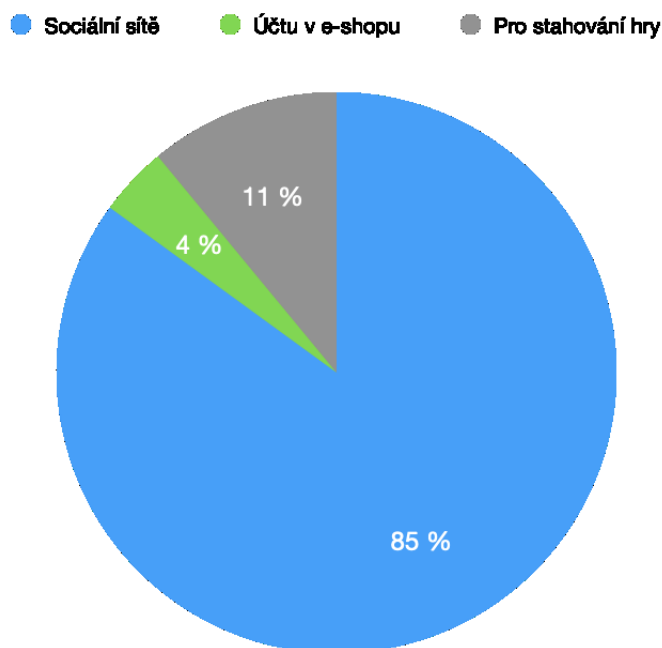
Graf 5: Jaké pravdivé údaje zveřejňuješ na sociálních sítích?

Ze zjištěných informací vyplývá, že dospívající rádi sdílí opravdové zážitky ze svého života nebo fotografie vlastní osoby. Respondenti také často “lajkují” zážitky ostatních nebo jim posílají komentáře. Upřednostňují sdílení prožitků před pasivním preposíláním. Až na výjimky všichni uvádí na některých sociálních sítích své pravé jméno a někteří z nich i svůj email. Tato informace nemusí být alarmující, neboť jsou vyžadovány např. při objednávání zboží z e-shopů nebo při stahování aplikací.

Dílčím cílem č. 4 bylo zjistit, zda nějakým způsobem upravují informace, které o sobě sdělují. S tímto dílčím cílem se pojí položky č. 8, 9 a 10.

Položka č. 8: Použil jsi někdy vyšší věk při založení...?

Tato položka obsahuje odpovědi sociální sítě, účet v e-shopu a při stahování hry. Velká většina respondentů (85 %) uvedla, že použila vyšší věk při zakládání profilu na sociálních sítích. Pouze 11 % dospívajících uvedla vyšší věk při stahování hry a minimum odpovědí (4 %) se objevilo u možnosti manipulace s věkem při zakládání účtu v e-shopu.



Graf 6: Použil jsi někdy vyšší věk při založení

Položka č. 9: Vystupuješ na sociálních sítích jako někdo jiný nebo pod jiným jménem?

V této položce bylo možné vybrat pouze jednu odpověď ano, ne nebo někde. Podstatná část respondentů (79 %) vybrala odpověď ano. 19 % dospívajících uvedla, že nepoužívá falešnou identitu a pouze 2 % z dotázaných vybrala odpověď někdy.

Položka č. 10: máš založenou identitu, kde vystupuješ ...?

Tato položka uvádí odpovědi pod jiným jménem, jako starší, jako jiné pohlaví a ne. Dospívající velkou většinou (80 %) preferovali identitu pod jiným jménem. 16 % adolescentů uvedlo, že používá vyšší věk pro svou identitu a pouze 4 % respondentů nemá založenou takovou identitu. Žádný z dotázaných ne zvolil možnost identity jako jiné pohlaví.

Ze zjištěných údajů vyplývá, že při zakládání profilu na sociálních sítích uvedlo vyšší věk, což souvisí s omezeními jednotlivých platforem. Nejčastější hranice pro založení sociální sítě bývá 13 let. Velká většina z nich také používá identitu s jiným jménem. Dospívající dávají přednost anonymitě při vystupování na sociálních sítích a jenom malá část z nich se prezentuje starší.

Dílčím cílem č. 5 bylo zjistit, zda u dospívajících nedochází k nadměrnému používání sociálních sítí. K tomuto cíli se pojí položky č. 15, 16, 17 a 18.

Položka č. 15: Stalo se Ti víc jak jednou, že jsi díky internetu spal/a méně než 4 hodiny?

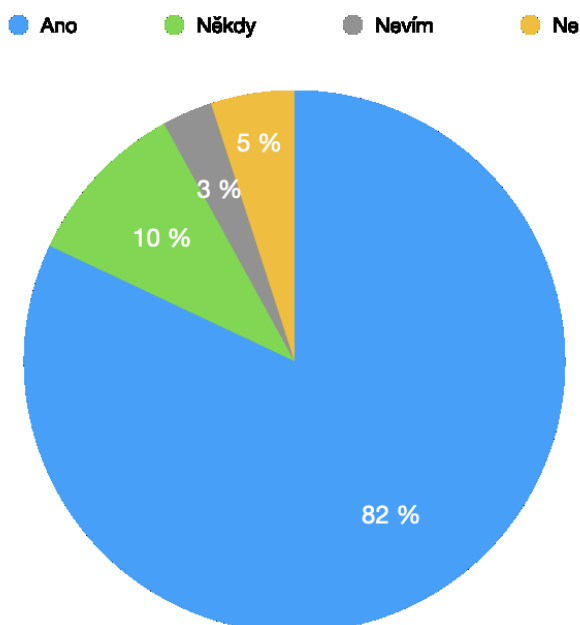
Respondenti mohli zvolit pouze možnost ano, ne a nevím. Více než třetina z nich (38 %) uvedla, že má tuto zkušenost. 54 % dospívajících odpověděla, že se jim to nestalo a pouze 8 % respondentů zvolila možnost nevím.

Položka č. 16: Zůstáváš dlouho do noci vzhůru na mobilu/ tabletu?

V této položce bylo možné vybrat pouze jednu odpověď ano, někdy, nevím a ne. Více než polovina respondentů (54 %) odpověděla, že někdy zůstává vzhůru dlouho do noci na mobilu. 29 % dospívajících zvolila odpověď ano na tuto otázku. 17 % teenagerů nezůstává dlouho do noci na mobilu a nikdo z nich nezvolil možnost nevím.

Položka č. 17: Kontroluješ si příchozí zprávy/ oznámení několikrát denně?

Respondenti mohli vybírat z možností ano, někdy, nevím, ne. Velká většina z nich (82 %) přiznala, že si kontroluje oznámení několikrát denně. Pouze 10 % dospívajících zvolilo možnost někdy. 3 % z respondentů neví, jestli si kontroluje oznámení několikrát denně a 5 % adolescentů to nedělá.



Graf 7: Kontroluješ si příchozí zprávy/oznámení několikrát denně?

Položka č. 18: Máš pocit úzkosti/ jsi nervózní, pokud nemáš přístup k sítím?

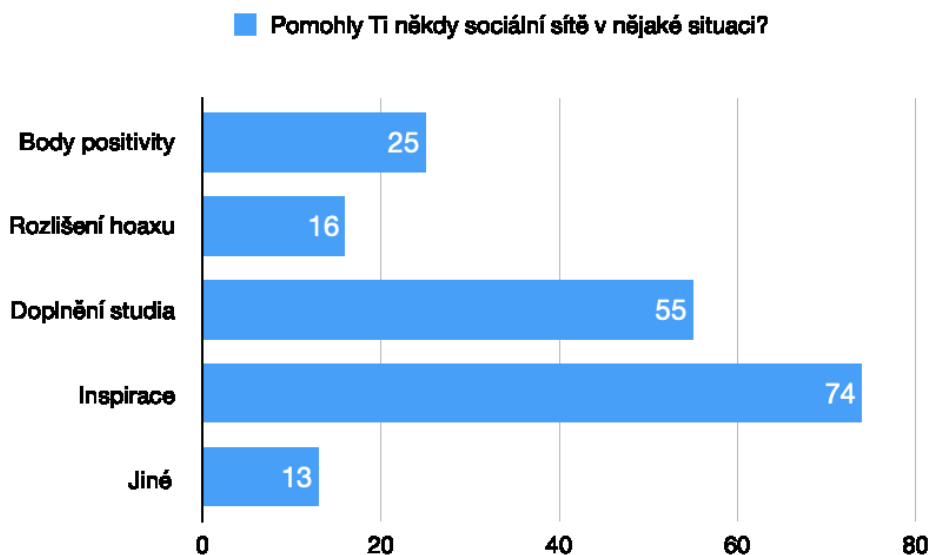
V této položce mohli respondenti zvolit pouze jednu odpověď ano, spíše ano, nevím, spíše ne a ne. Polovina dotázaných vybrala možnost spíše ne. 25 % respondentů zvolilo odpověď spíše ano. 10 % dospívajících neví a stejný počet se cítí nervózní, pokud nemají přístup k sociálním sítím. Pouze 5 % respondentů vybralo možnost ne.

Podle zjištěných údajů lze konstatovat, že u dospívajících dochází k nadměrnému užívání sociálních sítí. Spousta z nich používá mobil dlouho do noci, což může vést k poruchám spánku. Podstatná část respondentů má také zkušenost s nedostatečným spánkem, který způsobilo sledování internetu a sociálních sítí. Menší skupina dospívajících pociťuje nervozitu nebo úzkost, jakmile nemají přístup k sociálním sítím. Většina adolescentů si několikrát denně kontroluje zprávy a oznámení, přestože jsou doprovázeny zvukovým nebo vizuálním signálem a není potřeba přístroj kontrolovat.

Dílčím cílem č. 6 je zjistit, jestli dospívající využívají sociální sítě a moderní technologie při studiu. K tomuto cíli se vztahují položky č. 13, 19, 20, 21, 22 a 23.

Položka č. 13: pomohly Ti sociální sítě někdy v nějaké situaci?

U této položky bylo možné vybrat více odpovědí z možností body positivity, rozlišení hoaxy, doplnění studia, inspirace a jiné. Nejvíce respondentů (74 %) využívá sociální sítě jako inspiraci. Více než polovina dospívajících (55 %) čerpá na sociálních sítích informace k doplnění studia. Celá čtvrtina dotázaných má zkušenost s body positivity reakcí. 16 % respondentů pomohly sociální sítě při rozlišení hoaxy a 13 % dospívajících uvedlo možnost jiné.



Graf 8: Pomohly Ti někdy sociální sítě v nějaké situaci?

Položka č. 19: Používáš moderní technologie ke studiu?

V této položce mohli respondenti zvolit pouze jednu možnost ano, spíše ano, spíše ne a ne. Velká většina dotázaných (85 %) zvolila možnost ano. Odpověď spíše ano vybralo 15 % dotázaných a pouze 5 % dospívajících spíše nepoužívá moderní technologie ke studiu.

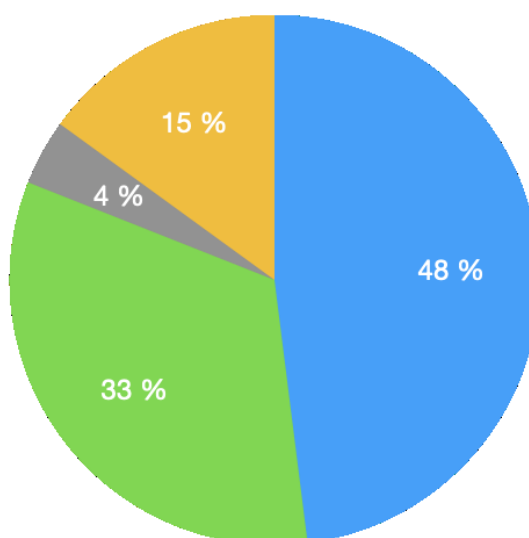
Položka č. 20: Sdílíš materiály ke studiu se spolužáky?

Respondenti mohli v této položce zvolit možnost ano, někdy a ne. Velká část dospívajících (65 %) uvedla, že sdílí materiály ke studiu se spolužáky. 28 % dotázaných zvolila možnost někdy a 7 % respondentů nesdílí materiály ke studiu.

Položka č. 21: Jaké platformy používáš ke studiu/ on-line studiu?

U této položky mohli respondenti vybrat pouze jednu platformu Teams, Google classroom/ učebna, Moodle nebo Bakaláři. Nejoblíbenějším nástrojem jsou Teams od Microsoftu, kterou používá 48 % dospívajících. Třetina dotázaných využívá ke studiu nebo on-line studiu platformu Google classroom/ učebna. Dalším oblíbeným prostředím jsou Bakaláři, které zvolilo 15 % respondentů. Pouze 4 % adolescentů vybrala platformu Moodle.

● Teams ● Google classroom/učebna ● Moodle ● Bakaláři



Graf 9: Jaké platformy používáš ke studiu/on-line studiu?

Položka č. 22: Jakým způsobem komunikuješ se svým učitelem?

Respondenti mohli vybírat ze způsobů komunikace přes email, Messenger, Whatsapp nebo Bakaláři. Nejčastější formou komunikace s vyučujícím je pro dospívající email, který využívá 71 % dotázaných. Druhým nejoblíbenějším komunikačním prostředkem dotázaných

(21 %) jsou Bakaláři. Pouze malá skupina studentů (7 %) využívá komunikační síť Messenger a nejméně oblíbeným prostředkem je Whatsapp (1 %).

Položka č. 23: Který přístroj nejvíce používáš?

V této položce mohli studenti vybírat volně z možností Mobil, tablet/ iPad, notebook nebo počítač. Největší počet uživatelů (86 %) zvolilo mobilní telefon. Téměř třetina respondentů vybrala počítač (31 %) a notebook (29 %). Nejméně uživatelů používá tablet nebo iPad (11 %).

Ze zjištěných údajů vyplývá, že přestože slouží sociální sítě hlavně ke komunikaci, dospívající je využívají také ke studiu. Jsou pro ně hlavně zdrojem inspirace nejenom pro umělecké aktivity, ale také pro vytváření prezentací a esejí. Žáci také sdílejí domácí úkoly a zápisy ke studiu. Většina z dotázaných používá moderní technologie při studiu a také sdílí studijní materiály se spolužáky. Mezi nejoblíbenější platformy patří Teams, které složí nejen k on-line výuce, ale také ke sdílení materiálů do výuky, odevzdávání úkolů nebo i k testování. Většina dospívajících komunikuje se svými vyučujícími přes email, kterému dávají přednost před Bakaláři či Messengerem.

5.1 Shrnutí výsledků výzkumu

Hlavním výzkumným cílem této práce bylo zjistit, které sociální sítě využívají dospívající nejčastěji a jaké jsou motivy jejich používání. Dílčími cíli bylo zjistit, jak často je používají, jaký typ obsahu sdílejí, jaké informace o sobě sdílejí a zda je nějakým způsobem neupravují. Dále se zjišťovalo, zda u dospívajících nedochází k nadměrnému používání a zda využívají moderní technologie ke studiu.

Výzkumné šetření bylo provedeno kvantitativním výzkumem formou dotazníku s 23 uzavřenými otázkami. Respondenti měli možnost zvolit buď jednu, nebo u některých otázek i více odpovědí. Dotazník byl rozdán ve dvou základních a jedné střední škole v okrese Uherské Hradiště, odpovědělo 110 respondentů ve věku 13 až 18 let.

Výzkumným šetřením bylo zjištěno, že mezi nejčastěji používanými sítěmi u dospívajících patří Instagram a TikTok, které umožňují sdílet a upravovat jakýkoliv obsah a také Snapchat a Pinterest, který slouží jako inspirace pro mládež. Sdílení videí a zážitků je také nejčastějším motivem k používání sociálních sítí, které uvádí víc než polovina respondentů. Dospívající dávají přednost sdílení vlastních zážitků nebo zážitků s přáteli před pouhým pasivním přeposíláním. Oblíbené je stále lajkování příspěvků.

Dospívající většinou uvádí své pravé jméno i emailovou adresu např. při objednávání v e-shopech. Ale někteří z nich přiznali, že při stahování aplikací nebo zakládání profilu na sociální síti uvedli schválně vyšší věk, aby jim tato aktivita byla umožněna. Dotázaní dávají přednost anonymitě a často se prezentují na sociálních sítích pod jiným jménem, ale nedělají se staršími.

Negativním zjištěním je, že dospívající používají internet a sociální sítě v několika případech nadměrně. Zůstávají vzhůru do noci a sledují filmy nebo seriály na úkor spánku. Někteří z nich jsou potom nervózní a úzkostní. Část z nich také pocituje nutkání několikrát denně mobil kontrolovat.

Přesto, že je hlavním motivem dospívajících k používání sociálních sítí komunikace, velmi často je používají i ke studiu. Studenti si přeposílají poznámky, zápisy, domácí úkoly, sdílejí studijní materiály. Často také hledají inspiraci ke tvoření nebo studiu a v neposlední řadě přes různé platformy komunikují se svými učiteli.

5.2 Doporučení pro praxi

Z výsledků tohoto výzkumu vyplývá, že sociální sítě jsou běžnou součástí života dospívajících, mají je všichni respondenti z tohoto výzkumného šetření a moderní technologie přispívají ke komunikaci a spolupráci mezi dospívajícími. Dospívající však tráví na sociálních sítích poměrně dlouhý čas, často až do noci, a proto by mělo být součástí např. Výchovy ke zdraví téma sebekontroly a duševní hygieny. V současné době se u dětí objevují neurologické poruchy, spánkové poruchy i záchvaty, které mohou mít souvislost s používáním mobilu před spaním. Lékaři doporučují nepoužívat mobilní zařízení i několik hodin před spaním. Často se ale stává, že dospívající si dlouho do noci povídají s přáteli nebo sledují TikTok nebo filmy. Pozitivem je, že si to vývojáři uvědomují a do svých produktů implementují omezení času používání a sledující je nucen s danou činností přestat.

Studenti také často udávají starší věk, aby si mohli stáhnout aplikaci, která je pro ně atraktivní, avšak z důvodu nízkého věku, nemusí rozlišit ohrožení, které by jim mohlo hrozit. Téma bezpečnosti na internetu se stalo součástí mediální výchovy ve školách a vyučující mají k dispozici spoustu materiálů o tom, jak se chovat na internetu. Příkladem může být promítání filmu *V síti*, které se uskutečnilo nejenom v kinech, ale především ve školách, kde se nacházejí právě ohrožené skupiny dospívajících hledajících pozornost.

Dalším možným problémem je nadměrné používání internetu. Dospívající si to mnohdy neuvědomují, ale v tomto období hledání identity jsou velmi zranitelní a ovlivnitelní. Pokud najdou podporu na sociálních sítích, mohou začít polevovat v plnění každodenních povinností, omezovat skutečná přátelství, vynechávat jídlo i spánek, což může vést i k agresivnímu chování nebo poruchám příjmu potravy. Každý uživatel má možnost si nastavit limit času stráveného na internetu, a i rodiče mohou mít přes různé aplikace přehled o času, které jejich děti tráví na internetu.

Ani moderní technologie nelze vyloučit z každodenního života. A přestože to mnohým přijde jako nesmírný pokrok, pro dospívající se staly věcmi denní potřeby a nepovažují je za něco výjimečného. Lze však doporučit opět duševní hygienu a občas se bez nich obejít, aby studenti věděli, že existují i jiné způsoby předávání informací než jenom kliknutím do Googlu.

5.3 Diskuse

Dospívání je složitým obdobím, je to hledání sama sebe, vlastní identity, kamarádů. Všechno se mění tělo, hlas, zájmy, preference. Ale je také o komunikaci, dospívající si přestávají rozumět s rodiči, kteří byli až doposud středobodem jejich světa. Adolescenti hledají nové vazby, přátele, různé formy komunikace a pro dnešní mládež jsou hlavním prostředkem komunikace sociální sítě. Americká etnografka danah boydová se zaměřila na zkoumání on-line chování dospívajících a popisuje toto chování jako jednoznačně zaměřené na sociální vazby a nikoliv technologie. Popisuje rodiče, jak se diví, že jejich děti chatují se svými přáteli, i když jsou s nimi v jedné místnosti. Sociálními motivy teenagerů jsou přátelské vazby, a nikoliv moderní technologie. Dospívající tedy vidí přístroje primárně jako prostředek umožňující navazování sociálních vazeb. (boydová, 2017) Tomu odpovídají i data v tomto výzkumu. Dospívající často sice bloumají po internetu jen tak, aniž by hledali něco konkrétního, ale hlavním důvodem je pro ně komunikace. Ať už s přáteli, které mají v opravdovém životě a na sociálních sítích sdílí spolu nejen osobní prožitky, fotografie, videa nebo domácí úkoly, ale také s virtuálními přáteli, které sice nikdy neviděli, ale mají stejné zájmy a jsou jim podporou v různých situacích. Mezi nejpopulárnější sociální sítě u dospívajících patří Instagram, který nabízí rychlou interakci, instastories a nově i reels podobné TikToku.

Psycholog David Šmahel tvrdí, že internet je nástrojem pro naplňování úkolů v období adolescence. Dítě v tomto období opouští známý a bezpečný svět rodinného prostředí a musí

se vyrovnat s faktem, že jeho identita je vnímána v novém prostředí novými lidmi jako prázdný list. Na něm samotném a jeho schopnosti se prezentovat závisí, jak ho budou lidé vnímat. (Ševčíková, Šmahel, 2014) Hledání této identity lze vidět i ve druhé otázce, kdy si 7 % dětí nevybralo ani muže ani ženu a uvedlo jiné pohlaví. Přesto nemají potřebu se prezentovat jako někdo jiný jiného pohlaví, ale pouze udávají vyšší věk nebo uvádějí na svém profilu vymyšlené jméno, čímž si chrání soukromí. Období upravování reality se už také blíží ke konci a sami dospívající jsou podporou pro ostatní, což prokázali volbou body positivity v jedné z otázek.

Naopak znepokojivé informace se objevily při výzkumu týkajícího se nadměrného užívání internetu. Více než čtvrtina dětí potvrdila zkušenost se spánkem kratším než 4 hodiny a také, že kvůli internetu zůstávají vzhůru dlouho do noci. Někteří z nich zažívají pocit úzkosti nebo nervozity, pokud jsou mimo dosah Wi-fi, což je jedna ze známek netolismu. Naprostá většina také bezmyšlenkovitě kontroluje zprávy i oznámení, což svědčí o tom, že plně neovládají svůj volný čas. Zdravotně-sociální rizika spojená s užíváním digitálních technologií popisuje německý neurolog Manfred Spitzer, podle kterého je ohrožený správný vývoj dětského mozku, pokud dítě komunikuje s počítačem místo ostatních lidí. Do naší schopnosti empatie zasahují technologie a náš mozek se vyvíjí tak, že jej používáme. Děti, které místo toho, aby si hrály, povídaly nebo se hádaly s rodiči, sedí u obrazovek, se nevyvíjejí tak dobře jako jejich vrstevníci. (Spitzer, 2012)

ZÁVĚR

Téma bakalářské práce Sociální sítě a moderní technologie v životě dospívajících bylo vybráno na základě zájmu o současný způsob komunikace mládeže a nové trendy ve výuce. Digitální technologie se vyvíjejí velmi rychle a pro rodiče je velmi obtížné je sledovat. Dospívající komunikují zcela odlišným způsobem než předchozí generace, a kterému přestávají rodiče rozumět a panují všeobecné obavy o jejich správný vývin. Hlavním záměrem bylo zjistit, které sociální sítě a jakým způsobem používají dospívající a zda využívají moderní technologie ve výuce.

Teoretická část se věnuje fenoménu sociálních sítí, které se rychle staly prostředkem komunikace nejen pro mládež, ale i pro dospělé. V první části jsou popsány jednotlivé druhy sociálních sítí, jejich atraktivní atributy, způsob používání i popularita mezi uživateli. Zmíněna jsou rizika nadměrného používání, možné fyzické i psychické obtíže a hlavní znaky netolismu. Další rizika sociálních sítí představuje obtěžování přes internet, kyberšikana, kyberstalking, kybergrooming a sexting. Ve druhé části je popsán vztah adolescentů k moderním technologiím, které jsou součástí jejich každodenního života a dospívající jsou nazýváni digitálními domorodci. Součástí moderní výuky jsou digitální kompetence, jejichž rozvoji se věnují učitelé ve všech předmětech. Poslední část se zaměřuje na dospívání z pohledu vývojové psychologie a sociální pedagogiky. Toto období je charakterizováno jednotlivými věkovými fázemi, hledáním identity, rozvíjením vrstevnických vztahů a také způsobem trávení volného času.

Praktická část je zaměřena na výsledky dotazníkového šetření, které bylo provedeno mezi dospívajícími v okrese Uherské Hradiště. Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit, které sociální sítě využívají dospívající nejčastěji a jaké jsou motivy jejich používání. Z výsledného šetření vyplývá, že nejpoužívanějšími sociálními sítěmi mezi adolescenty jsou Instagram, TikTok, Discord a Snapchat, tedy interaktivní platformy založené na sdílení cizích nebo vlastních příspěvků, upravených populárními nástroji. Mezi nejčastější motivy používání patří touha být v kontaktu s přáteli a sdílení videí. Dospívající sdílejí především své vlastní zážitky, ale také komentují prožitky ostatních. Téměř všichni sdělují své pravé jméno, ale v některých situacích udávají vyšší věk nebo používají přezdívky. Někteří dospívající tráví svůj čas na sítích dlouho do noci a občas pocítují úzkost nebo nervozitu, pokud nemají přístup k sítím. Studenti využívají sociální sítě a moderní technologie také ke studiu, ke sdílení poznámek a domácích úkolů, ale také ke komunikaci s vyučujícími. Nejpopulárnějším přístrojem je mobilní telefon.

V doporučení pro praxi se tedy objevuje především preventivní práce s dospívajícími na školách i doma, aby nedocházelo k nadměrnému užívání internetu, jehož znaky někteří z dotázaných již prokazují. Dospívající by měli věnovat velkou pozornost duševní hygieně. I přestože jsou pro ně sociální sítě hlavně prostředkem komunikace, která je v dospívání důležitá pro jejich rozvoj, je potřeba variovat činnosti a hlavně mít dostatek spánku.

Existuje spousta protichůdných názorů na sociální sítě a záleží na každém, jak se k tomu postaví. Dospívající při hledání identity a svého místa na světě potřebují svobodu vyjádřit se a prožít třeba i negativní zážitky. Moderní technologie a sociální sítě jim dávají nepřeborné možnosti, aby se svými přáteli sdíleli takové zkušenosti. A protože s nimi vyrůstají odmalička, je to jejich přirozené prostředí. Otázkou je, jak se toto prostředí bude měnit postupem času.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

BONO, Tim. *When likes aren't enough*. London: Orion publishing, 2018. ISBN 1538743418.

BOYD, danah. *Je to složitější: sociální život teenagerů na sociálních sítích*. Praha: Akropolis, 2017. ISBN 978-80-7470-165-8.

ČERMÁK, I., HŘEBÍČKOVÁ, M., MACEK, P. (eds.) *Agrese, identita, osobnost*. PsÚ AV ČR Tišnov: Sdružení SCAN, 2003. 315 s. ISBN 80-86620-06-9.

GEIST, B. *Sociologický slovník*. Praha: Victoria Publishing, 1992. ISBN 80-85605-28-7.

HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. 797 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1.vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 1.vyd. Praha: Grada, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.

KOLOUCH, Jan, 2016. *CyberCrime*. Praha: CZ NIC. 526 s. ISBN 978-80-88168-18-8.

KOPECKÝ, Kamil. *Rizikové chování českých a slovenských dětí na internetu*. Vydavatelství UPOL, 2015. 170 str. ISBN 978-80-244-4868-8.

KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky* 1.vyd. Praha: Portál, 2008. 216 s. ISBN 978-80-7367-383-3

MACEK, Petr, *Adolescence*. Praha: Portál, 2003. 144 s. ISBN 80-17178-747-7

SPITZER, Manfred. *Digitální demence: jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum*. Brno: Host, 2014. ISBN 978-80-7294-872-7.

ŠEVČÍKOVÁ, Anna. *Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80-210-7527-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. 2. vyd, rozš. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012, 531 s. ISBN 9788024621531.

VAŠUTOVÁ, Maria, PANÁČEK, Michal. *Mezi dětstvím a dospělostí: vybrané kapitoly z psychologie adolescence*. 1. vyd. Ostrava: Filozofická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě, 2013, 137 s. ISBN 978-80-7464-125-1.

Infografika: Sociální sítě v Česku v roce 2019: Marketing journal. *PR a digitální agentura s garancí výsledku* | Focus Agency [online]. Copyright © 2004 [cit. 03. 03.

2022]. Dostupné z: https://www.focus-age.cz/m-journal/aktuality/infografika--socialni-site-v-cesku-v-roce-2019_s288x14828.html

Marketing na Twitteru v České republice aneb vyplatí se do něj investovat? | Grapefruit. *Grapefruit* [online]. Copyright © Copyright 2022, Grapefruit Company s.r.o. [cit. 03. 03. 2022]. Dostupné z: <https://grapefruit.cz/blog/marketing-na-twitteru-v-ceske-republice-aneb-vyplati-se-do-nej-investovat-svuj-cas-2/#:~:text=V%20%C4%8Cesk%C3%A9%20republice%20to%20je,Twitteru%20v%20%C4%8Cesku%20je%20specifick%C3%A9>

[online]. Copyright © 2022 [cit. 03. 03. 2022]. Dostupné z: <https://cz.linkedin.com/pulse/v%C3%BDvoj-soci%C3%A1ln%C3%ADch-s%C3%ADt%C3%AD-v-%C4%8Desk%C3%A9-republice-za-rok-2019-jakub-lorenc>

Discord jako Skype pro „gamery“? Dneska už daleko více a dá se použít pro on-line komunikaci pracovní nebo školní – aplikace na mobil s Android. *Android aplikace – recenze nejlepších aplikací pro android* [online]. Dostupné z: <https://androidaplikace.cz/index.php/2021/04/discord-jako-skype-pro-gamery-dneska-uz-daleko-vice-a-da-se-pouzit-pro-on-line-komunikaci-pracovni-nebo-skolni/>

Tellonym - aplikace pro budování přátelství, nebo platforma pro kyberšikanu? - E-Bezpečí. *Projekt E-bezpečí – E-Bezpečí* [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1562-tellonym-aplikace-pro-budovani-pratelstvi-nebo-platforma-pro-kybersikanu>

[online]. Dostupné z: <https://www.uloztoasdilej.cz/snapchat-jak-funguje-tato-socialni-sit-a-proc-je-tak-oblibena/>

TikTok překonal miliardu uživatelů. V Česku má 1,5 milionu lidí. *CzechCrunch - byznys, technologie, startupy, lifestyle, vzdělávání* [online]. Copyright © 2014 [cit. 06. 03. 2022]. Dostupné z: <https://cc.cz/socialni-sit-tiktok-globalne-prekonala-miliardu-uzivatelu-v-cesku-ji-pouziva-15-milionu-lidi/>

[online]. Dostupné z: <https://www.netolismus.cz/#page2> [online]. [cit. 2022-03-06]

Kyberšikana – INTERNETEM BEZPEČNĚ. *INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem* [online]. Copyright © 2018 INTERNETEM BEZPEČNĚ. Všechna práva vyhrazena. [cit. 08. 03. 2022]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kybersikana/>

Marc Prensky – EMPOWERED! – Keynotes, Vision, Books [online]. Copyright © [cit. 08. 03. 2022]. Dostupné z: <https://marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>

The Information-Age Mindset: Changes in Students and Implications for Higher Education | EDUCAUSE. *EDUCAUSE Review | EDUCAUSE* [online]. Copyright © 2022 EDUCAUSE [cit. 11. 03. 2022]. Dostupné z:

<https://er.educause.edu/articles/2000/1/the-information-age-mindset-changes-in-students-and-implications-for-higher-education>

Digitální domorodci | Psychologie dnes. 302 *Found* [online]. Copyright © 2022 PORTÁL, s.r.o. [cit. 09.03.2022]. Dostupné z:

<https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/87552/digitalni-domorodci>

SZOTKOWSKI, René. *Sexting u českých dětí* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2020 [cit. 2022-03-12]. ISBN 978-80-244-5794-9.

Kyberstalking - INTERNETEM BEZPEČNĚ. *INTERNETEM BEZPEČNĚ – Užívejme internet bezpečnějším způsobem* [online]. Copyright © 2018 INTERNETEM BEZPEČNĚ. Všechna práva vyhrazena. [cit. 13.03.2022]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kyberstalking/>

Děti a rizika sociálních sítí | Šance Dětem. *homepage | Šance Dětem* [online]. Copyright © [cit. 13. 03. 2022]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/deti-rizika-socialnich-siti>

KOPECKÝ, Kamil. *Moderní technologie ve výuce* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého, 2021 [cit. 2022-03-10]. ISBN 978-80-244-5926-4. Dostupné z: <http://kopeckykamil.cz/index.php/ke-stazeni/category/1-knihy>

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Např. Například

Tzv. Takzvaný

Tj. To je

Č. Číslo

Sb. Sbírka

RVP Rámcový vzdělávací program

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1: Rozdělení respondentů podle pohlaví	32
Graf 2: Rozdělení respondentů podle věku.....	33
Graf 3: Kterou sociální síť používáš nejčastěji?	35
Graf 4: Na co především využíváš sociální sítě?	36
Graf 5: Jaké pravdivé údaje zveřejňuješ na sociálních sítích?.....	38
Graf 6: Použil jsi někdy vyšší věk při založení	39
Graf 7: Kontroluješ si příchozí zprávy/oznámení několikrát denně?	40
Graf 8: Pomohly Ti někdy sociální sítě v nějaké situaci?.....	41
Graf 9: Jaké platformy používáš ke studiu/on-line studiu?	42

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P 1: Dotazník

Příloha P 2: Tabulky četnosti

PŘÍLOHA P 1: DOTAZNÍK

- 1. Věk:**
- 2. Pohlaví**
 - muž
 - žena
 - jiné
- 3. Jak často navštěvuješ sociální sítě?**
 - každou hodinu
 - každý den
 - každý týden
- 4. Kterou sociální síť používáš nejčastěji?**
 - Facebook
 - Twitter
 - LinkedIn
 - Tumblr
 - Whatsapp
 - Instagram
 - TikTok
 - Snapchat
 - Pinterest
 - Discord
 - Tellonym
 - Twitch
- 5. Na co především využíváš sociální sítě?**
 - být v kontaktu s přáteli
 - objevování nových věcí
 - zůstat v obraze se zprávami a událostmi
 - sledování influencerů a celebrit
 - zjišťování domácích úkolů
- 6. Který typ obsahu sdílíš?**
 - novinky
 - nabídky
 - kvízy
 - články
 - videa
 - aktualizace stavu
 - vtipy
 - politické komentáře
- 7. Jaký typ informací o sobě zveřejňuješ?**
 - fotografie své osoby
 - zážitky z reálného života
 - fotky přátel
 - like
 - odkazy na filmy
 - videa
 - rodinné foto

- komentáře
- 8. Použil jsi někdy vyšší věk při založení**
- sociální sítě
 - účtu v e-shopu
 - při stahování hry
- 9. Vystupuješ na sociálních sítích jako někdo jiný nebo pod jiným jménem?**
- ano
 - ne
 - někde
- 10. Máš založenou identitu, kde vystupuješ**
- pod jiným jménem
 - starší
 - jako jiné pohlaví
 - ne
- 11. Jaké pravdivé osobní údaje zveřejňuješ na sociálních sítích?**
- jméno
 - věk
 - přesné datum narození
 - adresa bydliště
 - telefonní číslo
 - e-mail
- 12. Hledáš něco konkrétního nebo prohlížíš sítě jen tak?**
- konkrétně
 - jen tak
- 13. Pomohly Ti sociální sítě někdy v nějaké situaci?**
- body positivity
 - rozlišení hoaxu
 - doplnění studia
 - inspirace
 - jiné
- 14. Jsi schopen kontrolovat čas strávený na internetu?**
- ano
 - spíše ano
 - nevím
 - spíše ne
 - ne
- 15. Stalo se ti více jak jednou, že jsi díky internetu spal/a méně než 4 hodiny?**
- ano
 - ne
 - nevím
- 16. Zůstáváš dlouho do noci vzhůru na mobilu/tabletu?**
- ano
 - někdy
 - ne
 - nevím
- 17. Kontroluješ si příchozí zprávy/oznámení několikrát denně?**

- ano
- někdy
- ne
- nevím

18. Máš pocit úzkosti/jsi nervózní, pokud nemáš přístup k sítím?

- ano
- spíše ano
- nevím
- spíše ne
- ne

19. Používáš moderní technologie i ke studiu?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

20. Sdílíš materiály ke studiu se spolužáky?

- ano
- někdy
- ne

21. Jaké platformy používáš ke studiu/online studiu?

- Teams
- Google clasroom/učebna
- Moodle
- Bakaláři

22. Jakým způsobem komunikuješ se svým učitelem?

- email
- Messenger
- Whatsapp
- Bakaláři

23. Který přístroj nejvíce používáš?

- mobil
- tablet/ Ipad
- notebook
- počítač

PŘÍLOHA P 2: TABULKY ČETNOSTI

Tabulka 1

Věk	Počet	Procenta
13	6	5 %
14	40	37 %
15	37	34 %
16	6	5 %
17	17	16 %
18	4	3 %
Celkem	110	

Tabulka 3

Jak často	Počet	Procenta
Každou hodinu	36	33 %
Každý den	73	66 %
Každý týden	1	1 %

Tabulka 5

Využití	Počet	Procenta
Kontakt	94	85 %
Nové věci	47	43 %
Být v obraze	43	39 %
Sledování infl.	39	36 %
Dom. úkoly	18	17 %

Tabulka 7

Informace	Počet	Procenta
Fotky osoby	37	34 %
Reál. zážitky	47	43 %
Fotky přátel	26	24 %
Like	45	41 %
Odkazy na film	3	3 %
Video	26	24 %
Rodinné fotky	3	3 %
Komentáře	27	25 %

Tabulka 9

Vystupuješ	Počet	Procenta
Ano	87	79 %
Ne	21	19 %
Někde	2	2 %

Tabulka 11

Pravdivé údaje	Počet	Procenta
Jméno	107	97 %
Věk	32	29 %
Přesné datum nar.	20	18 %
Bydliště	1	1 %

Tabulka 2

Pohlaví	Počet	Procenta
Muž	62	56 %
Žena	40	37 %
Jiné	8	7 %

Tabulka 4

Soc.sítě	Počet	Procenta
Facebook	25	23 %
Twitter	18	17 %
LinkedIn	0	0 %
Tumblr	0	0 %
Whatsapp	17	16 %
Instagram	84	76 %
TikTok	53	48 %
Pinterest	25	23 %
Discord	49	45 %
Telionym	3	3 %
Twitch	23	21 %

Tabulka 6

Obsah	Počet	Procenta
Novinky	7	6 %
Nabídky	2	2 %
Kvízy	1	1 %
Články	8	7 %
Video	48	44 %
Aktualizace stavu	10	9 %
Vtipy	42	38 %
Poř. komentáře	12	11 %

Tabulka 8

Vyšší věk	Počet	Procenta
Ano	93	85 %
Ne	4	4 %
Někde	12	11 %

Tabulka 10

Identita	Počet	Procenta
Jiné jméno	88	80 %
Starší	18	16 %
Jiné pohlaví	0	0 %
Ne	4	4 %

Tabulka 12

Hledáš	Počet	Procenta
Konkrétně	41	37 %

Pravdivé údaje	Počet	Procenta
Tel. číslo	20	18 %
Email	29	26 %

Tabulka 13

Pomohlo	Počet	Procenta
Body pozitivní	27	25 %
Rozlišení hoaxu	18	16 %
Doplnění studia	60	55 %
Inspirace	81	74 %
Jiné	14	13 %

Tabulka 15

Spánek	Počet	Procenta
Ano	42	38 %
Ne	59	54 %
Nevím	9	8 %

Tabulka 17

Kontroluješ	Počet	Procenta
Ano	90	82 %
Někdy	11	10 %
Nevím	3	3 %
Ne	6	5 %

Tabulka 19

Studium	Počet	Procenta
Ano	94	85 %
Spíše ano	11	10 %
Spíše ne	5	5 %
Ne	0	0 %

Tabulka 21

Platformy	Počet	Procenta
Teams	53	48 %
Google classroom	36	33 %
Moodle	4	4 %
Bakaláři	17	15 %

Tabulka 23

Přístroj	Počet	Procenta
Mobil	95	86 %
Tablet	12	11 %
Notebook	32	29 %
Počítač	34	31 %

Hledáš	Počet	Procenta
Jen tak	95	86 %

Tabulka 14

Kontrola času	Počet	Procenta
Ano	14	13 %
Spíše ano	53	48 %
Nevím	7	6 %
spíše ne	29	26 %
Ne	7	7 %

Tabulka 16

Vzhůru do noci	Počet	Procenta
Ano	32	29 %
někdy	59	54 %
Nevím	0	0 %
Ne	19	17 %

Tabulka 18

Úzkost/nervozita	Počet	Procenta
Ano	11	10 %
Spíše ano	27	25 %
Nevím	11	10 %
Spíše ne	55	50 %
Ne	6	5 %

Tabulka 20

Materiály	Počet	Procenta
Ano	71	65 %
Někdy	31	28 %
Ne	8	7 %

Tabulka 22

Komunikace s učitelem	Počet	Procenta
Email	78	71 %
Messenger	8	7 %
Whatsapp	1	1 %
Bakaláři	23	21 %