

Univerzita Karlova

1. lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



Karolína Bláhová

Zjišťování rodičovských strategií regulace užívání obrazovek
z pohledu žáků mladšího školního věku

Pilotní studie

Attitudes toward parental strategies for regulating the use of screens
in primary school children

Pilot study

Bakalářská práce

Vedoucí závěrečné práce: Mgr. Kateřina Lukavská, Ph.D.

Praha, 2023

[Sem zadejte text.]

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracoval/a samostatně a že jsem řádně uvedl/a a citoval/a všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu

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

V Praze, 23. 4. 2023

Karolína Bláhová

Identifikační záznam:

BLÁHOVÁ, Karolína. *Zjišťování rodičovských strategií regulace užívání obrazovek z pohledu žáků mladšího školního věku. Pilotní studie. [Attitudes toward parental strategies for regulating the use of screens in primary school children. A pilot study]*. Praha, 2023. 66 stran, 4 přílohy. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie, 1. LF UK 2023. Vedoucí práce Mgr. Kateřina Lukavská, Ph.D.

Poděkování

Chtěla bych především poděkovat vedoucí závěrečné práce, Mgr. Kateřině Lukavské, Ph.D., za odborné vedení, časovou flexibilitu, ochotu, bezproblémovou komunikaci a podnětné zpětné vazby během psaní bakalářské práce. Dále také za pomoc v metodologické oblasti práce, včetně pomoci se statistickým vyhodnocením dotazníků.^[1]_{SEP}

Dále bych chtěla tímto poděkovat vedení základní školy za spolupráci a vstřícnost, a hlavně všem žákům, respektive respondentům, za ochotu se dotazníkového šetření zúčastnit.

Jako poslední bych ráda poděkovala své rodině, svému synovi a svým přátelům za trpělivost, kterou se mnou v průběhu psaní závěrečné práce měli a za podporu, kterou mi poskytovali.

V Praze, dne 23. 4. 2023

Karolína Bláhová

Abstrakt

Východiska:

Vzhledem k stále se rozšiřující dostupnosti moderních zařízení, jsou dnes děti běžně v kontaktu s digitálním světem. Stejně jako je tento svět pro nás přínosem, skýtá mnohá rizika. Děti jsou z hlediska vývoje velmi citlivou skupinou, a právě rodičovský přístup k výchově ohledně digitálních médií obecně, může mít zásadní vliv na budoucí postoj dítěte k jejich využívání.

Cíle:

Cílem práce je zmapovat způsoby, kterými rodiče regulují užívání obrazovek u svých dětí a jak děti jednotlivé strategie vnímají. Práce zjišťuje povědomí dětí o riziku rozvoje závislostního chování na internetu. Pilotní studie zároveň ověřuje adaptaci české škály mediálního rodičovství z rodičovské do dětské verze

Metody:

Byl zvolen kvantitativní výzkum realizovaný dotazníkovým šetřením. Získaná data byla zpracována vybranými statistickými metodami (jednorozměrnou i dvourozměrnou statistickou analýzou) a zobrazena prostřednictvím grafů a tabulek.

Výsledky:

Výzkum ukázal, že matky oproti otcům vykazují vyšší stupeň mediace. Byl zjištěn statisticky významný rozdíl u aktivní mediace mezi třetím a čtvrtým ročníkem. Statisticky signifikantní vztah mezi pohlavím dítěte a uplatňovanou aktivní nebo restriktivní mediací u matek ani u otců nebyl prokázán. Rodiče se méně soustředí na dětmi konzumovaný obsah. Hlavním zdrojem povědomí o riziku rozvoje závislostního chování na internetu je rodina.

Závěr:

Děti reagují na aktivní i restriktivní mediaci poměrně pozitivně. Bylo by vhodné, aby rodiče více zaměřili svou pozornost na obsah, který děti na obrazovkách konzumují. Prevence na úrovni školy by se měla již na prvním stupni více zaměřovat na digitální média obecně.

Klíčová slova:

Rodičovská kontrola, závislostní chování na internetu, digitální média, rodičovská regulace užívání obrazovek, rodina

Abstract

Background:

Due to the ever-increasing availability of modern devices, children today are routinely in contact with the digital world. As much as this world benefits us, it also presents many risks. Children are a very sensitive group in terms of development, and it is the parental approach to education about digital media in general that can have a major impact on a child's future attitude towards its use.

Aims:

The aim of this research is to map the ways in which parents regulate their children's use of screens and how children perceive each strategy. The work investigates children's awareness of the risk of developing addictive behavior on the internet. The pilot study also verifies the adaptation of the Czech media parenting scale from the parent version to the child version

Methods:

Quantitative research conducted by questionnaire survey was chosen. The collected data were processed by selected statistical methods (univariate and bivariate statistical analysis) and displayed through graphs and tables.

Results:

Research has shown that mothers show a higher degree of mediation compared to fathers. A statistically significant difference was found in active mediation between the third and fourth year of school education. There was no statistically significant relationship between the gender of the child and the use of active or restrictive mediation for either mothers or fathers. Parents focused less on the content consumed by their children. The family is the main source of awareness of the risk of developing addictive behaviour on the Internet.

Conclusion:

Children react relatively positively to both active and restrictive mediation. It would be advisable for parents to focus their attention more on the content that children consume on screens. Prevention at the school level should focus more on digital media in general already at the first grade.

Keywords:

Parental control, addictive behavior on the Internet, digital media, parental regulation of screen use, family

Seznam zkratk

DSM – 5 Pátá verze diagnostického statistického manuálu duševních poruch od Americké psychiatrické společnosti

ESPAD Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách

MKN – 10 Desátá verze Mezinárodní klasifikace nemocí

MKN – 11 Jedenáctá verze Mezinárodní klasifikace nemocí

OCD Obsessive – compulsive disorder, Obsedantně – kompulzivní porucha

PIU Problematic internet use, Problématické užívání internetu

ÚZIS Ústav zdravotnických informací a statistiky České republiky

WHO World Health Organization, Světová zdravotnická organizace

Obsah

ÚVOD	10
1 MODERNÍ DIGITÁLNÍ MÉDIA	11
1.1 VYMEZENÍ POJMU	11
1.2 POZITIVA A PŘÍNOSY POUŽÍVÁNÍ MODERNÍCH TECHNOLOGIÍ	11
1.3 RIZIKA SPOJENÁ S POUŽÍVÁNÍM MODERNÍCH TECHNOLOGIÍ.....	12
1.3.1 <i>Poruchy nutkavého chování</i>	13
1.3.2 <i>Závislostní chování na internetu (netolismus)</i>	13
1.3.4 <i>Faktory závislostního chování na internetu</i>	15
1.3.5 <i>Dopady závislostního chování na internetu</i>	16
1.3.6 <i>Prevence závislostního chování na internetu</i>	16
2 RODIČOVSTVÍ ZAMĚŘENÉ NA MÉDIA	18
2.1 VYMEZENÍ POJMU	18
2.2 DRUHY MEDIA PARENTINGU	18
2.2.1 <i>Nástroje na měření media parentingu</i>	19
2.3 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ STYL RODIČOVSKÉ KONTROLY	20
2.4 EFEKTIVITA MEDIA PARENTINGU	20
3 MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK, RODINA A JEJÍ FUNKCE	22
3.1 MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK Z HLEDISKA VÝVOJE JEDINCE	22
3.2 FUNKCE RODINY A VÝCHOVNÉ STYLY.....	22
3.2.1 RODIČOVSKÁ VŘELOST A RODIČOVSKÁ KONTROLA	23
3.3 OBECNÉ PROTEKTIVNÍ A RIZIKOVÉ FAKTORY V RODINĚ.....	24
4 CÍLE EMPIRICKÉ ČÁSTI A VÝZKUMNÉ OTÁZKY	25
4.1 CÍL VÝZKUMU	25
4.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	25
5 METODOLOGIE.....	26
5.1 HARMONOGRAM STUDIE	26
5.2 ZÍSKÁNÍ RESPONDENTŮ.....	26
5.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR	27
5.4 DESIGN VÝZKUMU	28
5.5 METODY SBĚRU DAT	28
5.5.1 <i>Tvorba dotazníku</i>	28
5.5.2 <i>Administrace dotazníku a sběr dat</i>	28

5.6	KOMPLIKACE PŘI SBĚRU DAT	29
5.7	ETICKÉ ASPEKTY VÝZKUMU	29
5.8	ANALÝZA A ZPRACOVÁNÍ DAT	30
6	VÝSLEDKY VÝZKUMU	31
6.1	POPIS SOUBORU	31
6.2	PSYCHOMETRICKÉ OVĚŘENÍ DOTAZNÍKU	33
6.3	VZTAHY MEZI PROMĚNNÝMI	39
6.4	REAKCE NA JEDNOTLIVÉ STYLY MEDIA PARENTINGU	43
6.5	POVĚDOMÍ O RIZIKU ROZVOJE ZÁVISLOSTNÍHO CHOVÁNÍ NA INTERNETU	44
7	DISKUSE	47
8	ZÁVĚRY	50
9	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	52
10	PŘÍLOHY	58
10.1	SEZNAM TABULEK	58
10.2	SEZNAM GRAFŮ	59
10.3	INFORMOVANÝ SOUHLAS ZÁKONNÉHO ZÁSTUPCE (DOPIS PRO RODIČE)	60
10.4	DOTAZNÍK	61

Úvod

V současné době jsou děti vystaveny obrazovkám více než kdy jindy, a to jak doma, tak ve škole. To může mít negativní dopad na jejich spánek, fyzickou aktivitu, schopnost koncentrace, a dokonce i na sociální interakce (Kachlík, 2016). Regulace užívání obrazovek u dětí je tedy důležitá pro jejich celkové zdraví a vývoj.

Existují různé doporučené limity pro používání obrazovek u dětí, tyto limity však mohou být pro některé rodiny obtížně dosažitelné, a to zejména v současné době, kdy děti tráví více času doma. Kromě časových omezení je také důležité brát v úvahu typ obsahu, kterému jsou děti prostřednictvím obrazovek vystaveny. Například sledování násilných nebo příliš stimulujících televizních pořadů může mít negativní dopad na psychické zdraví dítěte (Ponte & Vieira, 2008). Na druhé straně však mohou vzdělávací aplikace a interaktivní hry pomoci rozvíjet kognitivní schopnosti dítěte (LeBlanc et al, 2017).

Rodiny by v souvislosti s výše uvedenými informacemi měly přemýšlet o zavedení vhodných pravidel pro používání obrazovek (týkající se zejména doby jejich používání a sledovanému obsahu), která zohledňují potřeby a preference dítěte. Rodiče by také měli být aktivně zapojeni do toho, co jejich děti sledují nebo hrají, a diskutovat s nimi o tom, které formy obsahu jsou vhodné. V praxi lze rozlišit různé druhy mediace, prostřednictvím kterých se rodiče snaží užívání obrazovek u svých dětí regulovat, přičemž lze uvažovat o tom, že některé druhy mediace jsou efektivnější než jiné. Některé rodičovské přístupy mohou být dokonce kontraproduktivní a škodlivé (Koning et al., 2018).

V tomto kontextu se předkládaná bakalářská práce zabývá problematikou zjišťování rodičovských strategií regulace užívání obrazovek z pohledu žáků mladšího školního věku. Cílem práce je pomocí dotazníkového šetření zmapovat způsoby, kterými rodiče regulují užívání obrazovek u svých dětí, pokud to vůbec dělají, a zároveň zjistit, jak děti jednotlivé strategie vnímají. Práce zároveň mapuje povědomí dětí o rizicích spojených s nadužíváním moderních technologií.

I přes značnou důležitost tohoto tématu, není problematika media parentingu v odborných zdrojích české provenience, dosud komplexně zpracována. Obecně je větší pozornost věnována media parentingu z pohledu samotných rodičů nebo starších dětí – děti mladšího věku jsou v tomto smyslu relativně opomíjeny. Jak je navíc ukázáno v teoretické části práce, výzkumy v oblasti mediálního rodičovství nejsou konzistentní a jednoznačné. Z tohoto důvodu se práce zabývá dětmi mladšího školního věku, kde lze zároveň předpokládat nejvyšší efekt mediace.

1 Moderní digitální média

První kapitola je věnována moderním digitálním médiím – a to sice vymezení tohoto pojmu a konstatování pozitiv i negativ spojených s používáním moderních technologií.

1.1 Vymezení pojmu

Digitální média bývají v odborné literatuře označována i jako nová média, nebo jako média kvartální, jelikož kombinují prostředky sekundárních médií, která využívají technologické pomůcky na straně sdělovacího (např. tisk), a médií terciárních, jež vyžadují technologické pomůcky na straně sdělovacího i příjemce (např. počítač, televize, telefon). Podle Osvaldové a Halady (2007) lze moderní digitální média definovat jako takové mediální technologie, které jsou založené na digitálním zpracování dat.

Pavliček (2010) definuje tzv. nová média prostřednictvím jejich stěžejních vlastností, kterými jsou:

- elektronická či digitální platforma;
- využívání výpočetního výkonu (tedy procesoru);
- interaktivita, kdy tato média reagují na podněty uživatele;
- podpora komunikace či přímá zpětná vazba.

Podle jiné definice moderních digitálních médií bychom je mohli charakterizovat jako média používající nové technologie a propojující interpersonální a masovou komunikaci (Jakubowicz, 2013). V kontextu tématu práce je třeba upozornit na to, jak se liší komunikace a publikum u tradičních (např. tisk, televizní vysílání) a nových médií. Zatímco publikum tradičních médií je anonymní a bez interakce, v případě nových médií může publikum interagovat jak s autorem sdělení, tak s jinými příjemci sdělení. Ztrácí se také naprostá anonymita publika (Macková, 2018).

Digitální média jsou zastřešujícím výrazem pro média, jako jsou blogy, sociální sítě (Facebook, Twitter, Instagram), virtuální světy, digitální hry apod. Členit však nová média na tyto kategorie je značně problematické, protože tato média se neustále proměňují a integrují nové funkce – například YouTube postupně získal prvky, které jsou typické pro sociální sítě jako Facebook apod., čímž se jeho funkce značně proměnily (Friedman & Friedman, 2008).

1.2 Pozitiva a přínosy používání moderních technologií

Ačkoli ve veřejném diskursu jsou častěji skloňovány nevýhody používání moderních technologií, nelze popřít, že mají i četná pozitiva a mnohé přínosy. Jednu z nejvýznamnějších výhod bychom mohli shrnout jako „být ve spojení“. Pokud využíváme moderní technologie střídavě a s rozumem, mohou nám pomoci k navazování nových kontaktů a k usnadnění komunikace s přáteli a rodinou. Potenciálně mohou fungovat i jako sociální a emocionální podpora (Greenfieldová, 2016).

Videohry jsou rovněž obvykle zmiňovány spíše v negativních konotacích – jak však konstatují například Granic, Lobel a Engels (2014), mají četné pozitivní přínosy – zejména podporují širokou škálu kognitivních funkcí, jako je například pozornost, motivace, prostorová představivost, mentální rotace apod., dále zlepšují náladu a odvracejí úzkosti. Obdobně Linderoth, Lantz-Andersson a Lindström (2002) konstatují, že hraní her v online prostředí podporuje schopnost kooperace, a dokonce vede ke zlepšování mezilidských vztahů.

LeBlanc et al. (2017) se ve svém příspěvku rovněž zabývají benefity času stráveného u obrazovek, přičemž se dle jejich názoru jedná zejména o výhody sociální (navazování kontaktů s druhými lidmi, kooperace, komunikace, vyšší míra tolerance) a kognitivní (zlepšení pozornosti, prostorového zpracování, schopnosti řešit problémy, rozvoj kreativního myšlení). V současné době jsou moderní technologie nepostradatelné i při hledání zaměstnání, podnikání a studiu. Zajímavé je zjištění, že uměřené množství času stráveného u obrazovek má pozitivní dopady na míru deprese u mladých lidí – autoři přirovnávají křivku souvislosti mezi délkou času stráveného online a mírou deprese k písmenu „U“, kdy velmi málo, a naopak příliš mnoho času online vedlo ke zvýšení skóre deprese, zatímco přiměřený čas strávený u obrazovky byl naopak pro psychiku spíše pozitivní (LeBlanc et al, 2017).

1.3 Rizika spojená s používáním moderních technologií

Více než výhody jsou v laickém i odborném diskursu zdůrazňována rizika spojená s využíváním moderních technologií. V současné době se zvyšuje doba, kterou tráví lidé u obrazovek, což má negativní vliv na různé aspekty života. Obecně se může jednat například o různá sociální rizika (kyberšikana, zneužití osobních údajů, vystavení fake news apod.), ale i o zdravotní následky (Kachlík, 2016). Rohanachandra (2023) konstatuje, že časné vystavení dětí vlivu obrazovek může vést k vývojovým opožděním, autistickému chování, problémům s pozorností, poruchám spánku a duševním problémům.

Stiglic a Viner (2019) se ve svém systematickém přehledu přehledových studií (tzv. meta – review) zaměřili na prozkoumání důkazů o škodlivosti a prospěšnosti času stráveného u obrazovek pro děti. Studie zahrnovala 13 různých zdrojů, které se zabývaly souvislostí mezi časem stráveným u obrazovky a dopady v oblasti zdraví a duševní pohody. A to sice dopady v oblasti stravy a energetického příjmu, duševního zdraví, fyzické kondice, spánku, bolesti, dopady na tělo jako takové i například na riziko kardiovaskulárních onemocnění. Nejsilnější důkazy byly evidovány pro dopady v oblasti zdravého životního stylu (nezdravé stravování, málo pohybu, narušený spánkový režim, obezita). Významný je dle studie i dopad na psychické zdraví, a to na pocit vlastní sebehodnoty (vysoké nároky na sebe a srovnávání se s nereálným světem sociálních sítí), následně spojený s možným rozvinutím depresivních příznaků a úzkosti. Důkazy o dalších dopadech na zdraví jsou většinou slabé. Studie zároveň nenašla žádné konzistentní důkazy o přínosech času stráveného před obrazovkou.

Ponte & Vieira (2008) rozdělili negativní dopady užívání internetu do 3 skupin. První z nich jsou rizika spojená s procházením nevhodných internetových stránek. Sem můžeme zařadit například vystavení mladých uživatelů pornografii nebo násilnému obsahu. Další skupinou

jsou rizika plynoucí z interakce s ostatními uživateli (sexuální zneužívání, kybergrooming, kyberšikana, sdílení osobních údajů). Poslední skupinou jsou dopady spojené s nadměrnou dobou expozice, která může vést k rozvoji nutkavého chování, závislosti, sociální izolaci a narušení sociálních vztahů uživatelů.

V následujících podkapitolách se věnuji vybraným negativním jevům, která přímo souvisí s nadměrným užíváním moderních technologií.

1.3.1 Poruchy nutkavého chování

Některé výzkumy (např. Anreassen et al., 2016) poukazují na možnou souvislost mezi nutkavým chováním (zejména ve formě OCD) a nadměrným užíváním obrazovek. Obsedantně-kompulzivní porucha (OCD) je duševní poruchou, kterou provází rušivé myšlenky a praktikování nejrůznějších rituálů, které zbavují jedince psychického nepohodlí. Obsesi můžeme charakterizovat jako opakující se a přetrvávající myšlenku, obraz či nutkání, vstupující do mysli rekurzivním, rušivým a nežádoucím způsobem. Jelikož tyto obsese způsobují jedinci úzkost, snaží se neutralizovat je jinými myšlenkami či aktivitami, například prováděním nutkání (Praško et al., 2019).

Guazzini et al. (2022) konstatují, že důsledkem nadměrného používání obrazovek, zejména pak sociálních sítí, může být vznik nových poruch souvisejících s online světem, které vykazují znaky nutkavého chování, nebo zhoršení již existujícího OCD. S tím souhlasí i Moretta a Buodo (2021), podle kterých sdílí závislost na internetu mnohé podobnosti s OCD. Podle autorek lze poruchu užívání internetu chápat jako stav charakterizovaný nadměrným či špatně kontrolovaným nutkáním a chováním, které způsobuje úzkost či narušuje normální fungování života. Podle výzkumu tento problém postihuje spíše jedince, kteří vykazují příznaky OCD.

Ačkoli netolismus není explicitně uveden v žádném diagnostickém manuálu (MKN-10, DSM-5), pro účely diagnostiky je u nás využívána diagnóza F 63.8, tedy jiné nutkavé a impulzivní poruchy (ÚZIS, 2022). Nová 11. revize Mezinárodní klasifikace nemocí obsahuje samostatnou kategorii pro tzv. gaming disorder (WHO, 2022), v DSM-5 zase nalezneme hráčskou poruchu uvedenou mezi behaviorálními závislostmi (Raboch et al., 2015).

1.3.2 Závislostní chování na internetu (netolismus)

Termínem netolismus označujeme závislostní chování na tzv. virtuálních drogách, zejména sociálních sítích a mobilních telefonech. Problémem jsou v této souvislosti zejména zdravotní rizika v oblasti fyzického, psychického a sociálního zdraví. Jedná se o nutkavé trávení času u obrazovek, o sníženou sebekontrolu a o ztrátu pojmu o čase u něj stráveném. Netolismus u dětí, které jsou pro svůj nízký věk rizikovější ve vztahu k rozvoji závislostního chování, se může projevovat tak, že děti tráví u obrazovek mnoho času i přes zákaz rodičů, přičemž u nich narůstá nervozita a neklid (Vališová & Kovaříková, 2021).

Blinka et al. (2016) konstatují, že s pojmem závislost na internetu souvisí mnohé nejasnosti – někteří autoři hovoří o závislosti na internetu, jiní zase operují s pojmem patologické,

problematické, nebo excesivní užívání internetu. Kritéria pro online závislost pak bývají odvozována od drogové závislosti, poruch impulzu, patologického hráčství a OCD. V současné době je závislost na internetu chápána spíše jako zastřešující termín pro různé dílčí poruchy, například pro kompulzivní surfování na internetu, obsesivní hraní her, závislost na kyber-vztazích apod. Podobným způsobem definují Fineberg et. al. (2018) „problémové používání internetu“ (Problematic internet use – PIU), kdy termín PIU zastřešuje řadu opakujícího se narušujícího chování, které se může rozvinout v souvislosti s používáním internetu. Mezi toto chování patří nadměrné a nutkavé hraní videoher, nutkavé sexuální chování, nakupování, používání sociálních sítí a streamování, ale i nadměrné a nutkavé hraní hazardních her v online prostoru. Autoři zároveň apelují na potřebu rozšířit výzkum v oblasti definice těchto poruch, jejich prevalence, klinických projevů, sociálně-zdravotně-ekonomických dopadů a možných osobnostních, dědičných, kulturních i demografických vlivů na rozsah a povahu typů PIU ve světě. V souvislosti s tím i posílit optimální zdravotní politiku a rozvoj služeb v této oblasti.

1.3.3 Prevalence a diagnostická kritéria

Bylo již realizováno mnoho studií zabývajících se prevalencí závislostního chování na internetu, jejich výsledky se však vzájemně značně odlišují, což pravděpodobně souvisí s nejednotným pojetím konceptu netolismu. Například u mladších věkových skupin se prevalence odhady pohybují od 2,4 % (Cao & Su, 2006) až do 38 % (Leung, 2004). Ševčíková et al. (2015) konstatují, že podle aktuálnějších studií je podíl problémových uživatelů internetu nižší, než by se dalo očekávat – podle autorů je přibližně 1 % českých dětí možné označit v tomto kontextu za silně problematické, přičemž u šestnáctiletých dětí toto číslo narůstá na 2 %.

Podle Evropské školní studie o alkoholu a jiných drogách ESPAD 2019 (2020) spadá 12,9 % šestnáctiletých do kategorie rizika v souvislosti s hraním digitálních her a 34,1 % je v riziku v souvislosti s trávením času na sociálních sítích. Aktuálním zdrojem informací je Zpráva o digitálních závislostech v České republice 2022, která shrnuje zjištění národních i mezinárodních studií zaměřených na problematiku netolismu. Zpráva zprostředkovává výsledky výzkumu HBSC Lockdown 2020, ze kterého vyplynulo, že prevalence rizikového chování a trávení času na sociálních sítích mezi dětmi a dospívajícími byla relativně vysoká – u jedenáctiletých chlapců byla zjištěna prevalence nadměrného hraní digitálních her 29,2 % a u dívek 10,3 %, v případě nadměrného trávení času na sociálních sítích se jednalo u chlapců z této věkové skupiny o 13,2 % a u dívek 19,7 % (Chomynová et al., 2022). Zvyšující se prevalence lze spojit s kontinuálním vývojem digitálních zařízení a jejich dostupností.

Pro diagnostiku závislostního chování na internetu již byla navržena mnohá diagnostická kritéria – tuto nejednotnost je možné opět vztáhnout k neukotvenosti pojmu. Mezi nejpoužívanější kritéria patří ta podle Younga v modifikaci Bearda a Wolfa (2001) – podle těchto kritérií musí být u jedince přítomno kumulativně následujících pět příznaků:

- zaujetí internetem (nutkavé přemýšlení o budoucích či minulých aktivitách na internetu;

- potřeba používat internet stále častěji a po delší dobu pro dosažení uspokojení;
- opakovaná neúspěšná snaha o kontrolu nebo přerušování používání internetu;
- neklid či podrážděnost při pokusu vzdát se používání internetu;
- překračování původně plánovaného času používání internetu.

Zároveň je nutné, aby byl u daného jedince přítomen alespoň jeden následující znak:

- ohrožení či riskování ztráty důležitého vztahu, zaměstnání, dobrého školního prospěchu či kariérní příležitosti v důsledku užívání internetu;
- lhaní rodině, terapeutům, či dalším osobám, aby bylo zastřeno problematické používání internetu;
- používání internetu jako způsobu, jak uniknout od problémů či dysforické nálady.

Podle Griffithse (2000) obsahuje závislost na internetu stejně jako jiné behaviorální závislosti šest jádrových komponent, a sice význačnost (aktivity na internetu získávají výsadní místo v životě člověka), změny nálady (jedinec se v souvislosti s používáním internetu např. uklidňuje), toleranci (je třeba stále více aktivity k dosažení předcházející míry uspokojení), odvykací symptomy při omezení aktivity, konflikt (interpersonální i vnitřní povahy) a relaps (tendence opakovat vzorce závislostního chování). Rizikové užívání internetu pokračuje i přes evidentní fyzické a psychické důsledky, což je jedním ze základních diagnostických kritérií závislostního chování (Blinka et al., 2016).

Jak již bylo konstatováno, závislost na internetu není oficiálně uznávanou diagnózou ani dle MKN-10 (potažmo MKN-11), ani podle DSM-5, tyto manuály nicméně uznávají existenci hráčské poruchy. Dle MKN-11 se hráčská porucha manifestuje přetrvávajícím nebo opakovaným hraním online her, přičemž v souvislosti s tímto chováním dochází k (WHO, 2022):

- narušení kontroly související s hraním online her;
- preferování hraní před jinými povinnostmi a zájmy;
- pokračování v hraní i přes negativní důsledky.

Tato diagnostická kritéria je možné (v modifikované podobě) vztáhnout i na problematiku netolismu. Jak doplňují Moretta a Buodo (2021), je zapotřebí více studií, aby byla pro netolismus vytvořena jednotná diagnostická kritéria.

1.3.4 Faktory závislostního chování na internetu

V odborných zdrojích lze nalézt různá vysvětlení vzniku závislostního chování na internetu. Anderson, Steen a Stavropoulos (2016) člení determinanty netolismu na individuální (osobnostní charakteristiky daného jedince, jako například úzkostnost, deprese a impulzivita), kontextuální (rodinné prostředí a vrstevníci) a související s vlastnostmi internetu.

Vondráčková (2015) navrhla obecný model vzniku vývoje netolismu, který operuje se čtyřmi obecnými a vzájemně propojenými kategoriemi vedoucími ke vzniku závislosti – jedná se o dysfunkční interpersonální vztahy v raném dětství, které mohou zapříčinit rozvoj určitých osobnostních charakteristik (inverze, emoční labilita, disociace, dysfunkční

myšlení, úzkost apod.), které ve spojení s aktuální problémovou životní situací (stres, sociální izolace, dysfunkce v rodině) a atraktivními vlastnostmi internetu (možnost spojit se s vrstevníky, hraní online her, stahování filmů, možnost stát se populární atd.) mohou vyústit v závislost na internetu.

Bílek et al. (2016) pracují s modelem sociálně kompenzační hypotézy, podle které se závislost na internetu týká spíše introvertních a sociálně úzkostných dětí a mladistvých, kteří mají problémy v oblasti navazování vztahů, a proto preferují komunikaci online před osobním setkáváním. Herring a Kapidzic (2015) považují za důležitý faktor sebeprezentaci, tedy snahu udělat na ostatní dobrý dojem a prezentovat se jako „ideální já“.

1.3.5 Dopady závislostního chování na internetu

S nadměrným užíváním internetu souvisí četná rizika – k těm fyzickým lze řadit obezitu vznikající ze sedavého způsobu života a celkově zhoršeného životního stylu (jedinec závislý na internetu dává přednost konzumaci polotovarů, jejichž příprava je rychlejší), bolesti kloubů a svalů, nemoci očí, zvýšenou únavu z nedostatku spánku, epilepsii a dlouhodobý stres, k těm psychosociálním zase zhoršení interpersonálních vztahů, zhoršení školního prospěchu či pracovního výkonu, vzrůst agresivity, poruchy paměti apod. (Ševčíková et al., 2015; Vališová & Kovaříková, 2021).

1.3.6 Prevence závislostního chování na internetu

Základním požadavkem pro prevenci závislosti na internetu je povědomí o potenciálním riziku závislosti – tedy co je netolismus, jaké jsou jeho projevy a s kterými negativními následky se pojí. Tyto informace je vhodné zařadit do školního kurikula digitální gramotnosti. Děti by zároveň měly být učeny sebemonitoringu, nejvýznamnější část prevence však závisí na rodičích (Ševčíková et al., 2015).

Vondráčková a Gabrhelík (2016) doporučují zaměřit se v rámci prevence na čtyři základní oblasti:

- dovednosti spojené s používáním internetu, jako je sebeovládání, schopnost abstinence od internetu, sebemonitoring;
- dovednosti spojené se zvládáním stresu a emocí, jako je rozvoj individuálních copingových strategií, zlepšení schopnosti regulovat a zpracovávat emoce;
- dovednosti spojené s interpersonálními situacemi, jako snížení interpersonální citlivosti, posílení emoční inteligence, posílení sociální kompetence, schopnost komunikovat tváří v tvář a realizovat volnočasové aktivity s vrstevníky;
- dovednosti spojené s denním režimem a využíváním volného času, jako je dodržování spánkového režimu, provádění skupinových aktivit a volnočasových aktivit a povzbuzování k účasti na kreativních, objevných a zdravých aktivitách.

V současné době existují preventivní programy, které jsou vytvářeny specialisty na problematiku závislosti. Tyto programy se orientují jak na poskytování informací, kdy informují o riziku závislosti na internetu a o možnostech prevence, tak na rozvoj osobních

dovedností (interaktivní programy). Blinka et al. (2016) dále upozorňuje na efektivní peer programy zaměřené na bezpečné užívání internetu.

2 Rodičovství zaměřené na média

Druhá kapitola je věnována problematice rodičovství zaměřenému na média neboli media parentingu. Vzhledem k tomu, že v odborných zdrojích české provenience není toto téma dosud komplexně zpracováno, bylo nutné vycházet zejména ze zdrojů zahraničních.

2.1 Vymezení pojmu

V souvislosti s rozvojem informačních a komunikačních technologií dochází k tomu, že děti tráví u obrazovek více času než kdy předtím. Ačkoli na jednu stranu nabízí internet mnoho možností, jak trávit volný čas produktivně například sebevzděláním, na stranu druhou zde hrozí nebezpečí rizikového nekontrolovaného excesivního zneužívání tohoto média. Významnou úlohu při ovlivňování míry konzumace médií u dětí hrají rodiče – způsoby, kterými rodiče determinují vystavení dětí specifickým typům mediálního obsahu, označujeme jako media parenting (Aftosmes-Tobio et al., 2016).

Pojem media parenting se zrodil v souvislosti s konceptem parentingu v období druhé poloviny dvacátého století, zaměřujícím se na sledování televize (Lukavská et al., 2021). O'Connor et al. (2013) konstatují, že ještě donedávna se výzkumy zaměřovaly téměř výhradně na parenting v souvislosti se sledováním televize, přičemž nebraly v úvahu paralelní používání více druhů obrazovek.

Nielsen et al. (2019) rovněž spojují původ pojmu media parenting (původně označovaný pojmem rodičovská mediace) se snahou o ochranu dětí před negativním dopadem televize ze strany rodičů. Termín rodičovská mediace byl v tomto kontextu vytvořen jako behaviorální strategie, kterou mohou rodiče aplikovat, aby omezili sledování televize u svých dětí. Nicméně s rozšiřováním internetu a dostupných technologií se obavy rodičů postupně přesunuly na používání obrazovek v širším slova smyslu (Boyd & Hargittai, 2013).

O'Connor et al. (2013) rozumí pod pojmem media parenting takové chování rodičů, které se zaměřuje na interakce rodičů s dítětem ohledně médií za účelem ovlivnění některých aspektů chování dítěte při používání obrazovek, například omezení času, který dítě stráví u obrazovek, nebo povzbuzování dítěte ke sledování určitého mediálního obsahu.

Samaha a Hawi (2017) charakterizují media parenting jako stanovení limitů na čas strávený před obrazovkou, případně jako používání obrazovky coby nástroje trestu či odměny. Jago a kol. (2013) na základě svého výzkumu konstatují, že vztahy mezi rodičovstvím a používáním obrazovky dětmi jsou nekonzistentní, přičemž v analyzovaných rodičovských opatřeních byly shledány významné nedostatky.

2.2 Druhy media parentingu

Beyens, Keijsers a Coyne (2022) rozlišují mezi rodičovskou mediací (týká se jednání, jehož cílem je omezit čas, který děti stráví používáním obrazovek, a minimalizovat negativní mediální účinky) a rodičovským dohledem (jedná se o jednání, kdy rodiče sledují, kolik času dítě tráví sledováním obrazovek a co na internetu dělají a s kým).

V souvislosti s rodičovskou mediací vědci obvykle rozlišují mezi dvěma vzájemně souvisejícími, ale obsahově odlišnými kategoriemi, a sice aktivní a restriktivní mediací. Aktivní mediace původně reflektovala, do jaké míry rodiče diskutovali se svým dítětem o obsahu médií, postupně však došlo k významovému posunu a aktivní mediace tak nyní odráží obecnou úroveň komunikace o médiích a sdílení zkušenosti s používáním médií mezi rodičem a dítětem (Lukavská et al., 2021).

Restriktivní mediace je pojem, který poukazuje na rodiči uplatňovaná regulační pravidla pro používání obrazovek dítětem. Rodič, uplatňující restriktivní typ mediace v souvislosti s digitálními médii, bude svému dítěti nastavovat jasná pravidla ohledně denní doby vhodné k používání těchto zařízení, pravidla týkající se celkového času stráveného u obrazovek za den i pravidla týkající se obsahu, které může dítě na internetu konzumovat. (Koning et al., 2018).

O'Connor et al. (2013) rozlišují další druhy media parentingu, konkrétně společné prohlížení (sdílené sledování obsahu dítětem a rodičem), které má pozitivní vliv na „sblížení“ rodiče s dítětem, díky času strávenému společnou aktivitou, a instruktivní mediací (účelové diskuse, které rodiče iniciují v souvislosti s mediálním obsahem). Dalším druhem media parentingu, který ale bývá často spojený spíše s restriktivním způsobem mediace, je několik typů technických omezení, jako je například software „time – limiting“, omezující čas, který děti denně u obrazovky stráví, software pro blokování odchozího obsah, nebo software filtrující a blokuující přístup k rizikovým webům (Mitchell et al., 2005).

Monitoring činnosti, tedy obsahů, které dítě na internetu sleduje a jeho aktivit zde, ať už v rámci aktivní, či restriktivní mediace, je dalším ze způsobů, jak na dítě působit v rámci mediálního rodičovství. Tento způsob mediace je možné uplatňovat v přímě přítomnosti dítěte, nebo tajně. Fyzicky, nebo prostřednictvím softwaru k tomu určenému (Mitchell et al., 2005). Je ovšem otázkou, zda tento model, pokud se uplatňuje tajně, bez vědomí dítěte, koresponduje s morálním pohledem na soukromí dítěte. Je zde riziko narušení důvěry mezi rodičem a dítětem (Livingstone & Helsper, 2008).

2.2.1 Nástroje na měření media parentingu

Existuje více nástrojů na měření media parentingu – jedním z nejvyužívanějších je nástroj (dotazník Parental Mediation Of Children's Internet Use) sestavený autorkami Livingstone a Helsper (2008), dále lze jmenovat nástroj The Parent Play Questionnaire od Ahmadzadeh et al. (2020). Za zmínku stojí i škála IPSI (Internet parenting styles instrument), která pracuje s obecnými výchovnými styly, mírou vřelosti a kontroly v přístupu k mediálnímu rodičovství (Valcke et al., 2010). Lukavská et al. (2021) tyto nástroje analyzovali, přičemž identifikovali jejich klíčové aspekty – aktivní mediaci a restriktivní mediaci, zahrnující aspekty rodičovské (regulační) činnosti a cíle této činnosti. K aktivní a restriktivní mediaci autoři přidali podstupnice pro rizikovou aktivní mediaci a rizikovou restriktivní mediaci. Bylo vygenerováno třicet šest položek, které vytvořily stupnici MEPA-36.

MEPA-20 je revidovanou zkrácenou stupnicí, skládající se ze tří dílčích stupnic pro aktivní mediaci (snaha naučit dítě, jak využívat technologie efektivně), restriktivní mediaci (regulace používání obrazovek dítětem, které mají zabránit nevhodnému používání

technologí) a hyperprotektivní mediaci (skládají se z některých rizikových restriktivních mediací). Tato verze byla vypracována s cílem zkrátit dobu měření tak, aby bylo testování vstřícnější pro zejména mladší respondenty (Lukavská et al., 2021).

2.3 Faktory ovlivňující styl rodičovské kontroly

Styl rodičovské kontroly ovlivňuje množství faktorů – Corcoran et al. (2022) v tomto kontextu jmenují zejména gender dítěte (rodiče dívek uplatňují vyšší míru sledování než rodiče chlapců) a věk dítěte (rodiče starších dětí uplatňují nižší míru omezení než u dětí mladších). Rovněž Livingstone a Helpser (2008) akcentují sociodemografické faktory. Tang et al. (2018) dodávají, že vliv má i gender rodiče.

Daneels a Vanwynsberghe (2017) jako významný faktor vyčlenili gramotnost rodičů v oblasti sociálních médií, která je spojena s volbou konkrétní mediační strategie. Jejich výzkum zjistil, že rodiče s vysokou gramotností v oblasti sociálních médií volí spíše aktivní zprostředkování, přičemž snadněji rozpoznávají příležitosti, které sociální média poskytují, a nechávají děti zkoumat tyto příležitosti samostatně.

Na volbu strategie má dle Nikkena a Jansze (2006) vliv i postoj rodičů k používání obrazovek – například ti rodiče, kteří sami hrají online hry, mají k tomuto způsobu trávení volného času pozitivnější vztah a jsou ochotnější přijmout aktivní strategii zprostředkování ve srovnání s těmi rodiči, kteří online hry nehrají vůbec.

Zaman et al. (2016) uvádí, že při určování mediační strategie hraje podstatnou roli i kontext – v této souvislosti rozdělili kontextové faktory na vnější a vnitřní. Mezi vnější faktory lze členit počasí, roční období, složení rodiny, rodinný rozvrh a infrastrukturu domu, mezi vnitřní faktory zase postoje rodičů k digitálním médiím a jejich zaměření na vyvážené trávení volného času zahrnující pravidelné fyzické venkovní aktivity.

2.4 Efektivita media parentingu

Lukavská et al. (2021) realizovali metaanalýzu, podle které jsou výsledky analyzovaných studií, zaměřujících se na efektivitu media parentingu, nejednoznačné – podle autorů je neprůkaznost výsledků alespoň parciálně vysvětlitelná metodickými problémy (studie vycházely z vlastních výpovědí dětí, které nemusí být zcela přesné, nebo používaly měřicí přístroje vlastní konstrukce s různou mírou psychometrické kvality). Většina těchto studií se navíc zaměřuje pouze na jeden typ obrazovek či médií (například pouze na internet), což neodráží realitu media parentingu, která se zaměřuje obecněji na používání veškerých médií a druhů obrazovek.

Rovněž Beyens, Keijsers a Coyne (2022) konstatují, že výsledky studií zkoumajících efektivitu media parentingu jsou poměrně nekonzistentní, nicméně se zdá, že dospívající vykazují méně problematické užívání obrazovek, pokud jejich rodiče používají více rodičovského dohledu, restriktivní či aktivní mediaci, nebo přísná pravidla pro používání internetu či chytrých telefonů. S tím však nesouhlasí Yu a Luo (2021), podle kterých je restriktivní mediace spojena s vyšším rizikem závislosti na internetu. Podle Samahy a Hawi

(2017) vede právě restriktivní přístup k tomu, že děti tráví před obrazovkou fakticky více času, než je doporučováno.

Ze zveřejněných studií (Bleakley, Ellithorpe, & Romer, 2016; Lee & Ogbolu, 2018; Nielsen et al., 2019; Young & Tully, 2022) vyplývá, že v pozdějším věku již nemají u dětí restriktivní mediace takový efekt. Například adolescenti vnímají trest v podobě odnětí přístupu k digitálním médiím negativně a v rozporu s modelem podporujícího rodičovství (Young & Tully, 2022). Nielsen et al. (2019), kteří zkoumali efektivitu jednotlivých druhů media parentingu, zjistili, že žádný z typů rodičovské mediace nebyl konzistentně spojený s nižší nebo vyšší měrou problematického používání obrazovky dospívajícími. Na mladších dětech, u nichž může být efekt media parentingu vyšší, je realizováno pouze minimum výzkumů.

Cheng et al (2000) ve své studii došel k závěru, že s rostoucím věkem dětí se snižuje míra uplatňování jakékoliv mediace v oblasti digitálních zařízení. Lukavská, Vacek a Gabrhelík (2020) ve své studii tento trend zaznamenali také.

3 Mladší školní věk, rodina a její funkce

Třetí kapitola práce se zaměřuje na problematiku mladšího školního věku, rodinu a její funkce. Jak již bylo konstatováno v předchozí kapitole, právě rodina je klíčovým faktorem v oblasti regulace užívání obrazovek.

3.1 Mladší školní věk z hlediska vývoje jedince

Ačkoli mladší školní věk je obdobím vývoje a změn, tyto vývojové změny nejsou tak zřetelné, jako v předcházejícím a nadcházejícím období (což se týká i tělesného růstu, který je rovnoměrně plynulý). Z tohoto důvodu psychoanalýza označuje toto období jako „období latence“ (Orel, Obereignerů & Mentel, 2016). Toto vývojové období bývá vymezeno věkovým rozpětím od 6 až 7 let do 10 až 11 let, kdy se začínají projevovat první známky pohlavního dospívání. Pugnerová et al. (2019) konstatují, že jde o relativně osobnostně i emocionálně stabilní čas.

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) jde o věk střízlivého realismu, kdy se dítě orientuje na svět, jaký skutečně je, chce ho pochopit a rozhodujícím faktorem je pro něj v tomto procesu škola a školní prospěch. Zprvu jde o naivní realismus, který je závislý na autoritách, až ke konci středního školního věku se tento realismus stává kritickým.

Kelnarová a Matějková (2010) konstatují, že dítě v tomto období začíná uvažovat jiným způsobem, který mu umožňuje zvládnout nároky učiva. Jde o fázi konkrétních logických operací, kdy je dítě schopno chápat identitu, zvratnost, vzájemné spojení různých myšlenkových procesů do jediné sekvence apod. Změny lze nalézt i v oblasti paměti, kdy jsou děti schopny trvale si zapamatovat to, na co zaměří svou pozornost (stále však převládá neúmyslná a mechanická paměť), dále v oblasti pozornosti, kdy roste schopnost soustředění, stálosti a přenosu pozornosti, a v oblasti motivace a inteligence.

V souvislosti s tělesným vývojem se významně zlepšuje hrubá i jemná motorika, nápadná je i lepší koordinace všech pohybů celého těla. Soustavně se vyvíjí rovněž smyslové vnímání, zejména zraková a sluchová percepce (Langmeier & Krejčířová, 2006).

3.2 Funkce rodiny a výchovné styly

Rodinu můžeme obecně charakterizovat jako přirozenou malou sociální skupinu složenou z jedinců různého pohlaví a věku, kteří žijí ve vztazích saturujících jejich základní biologické, psychologické, sociální a duchovní potřeby (Langmeier, Balcar & Špitz, 2010). Abychom mohli rodinu označit jako funkční, je podstatné, aby plnila své základní (univerzální) funkce, kterými jsou (Langmeier & Krejčířová, 2006):

- reprodukční funkce (plození nové generace);
- hospodářská funkce (v moderní společnosti oslabeno, rodina je spíše spotřební jednotkou);
- emocionální funkce (poskytování emočního uspokojení všem členům);
- socializační funkce (uvádí dítě rozhodujícím způsobem do lidské společnosti);

Pokud rodina některou z těchto funkcí plní nedostatečně, případně ji neplní vůbec, hovoříme o dysfunkční rodině.

Rodiče se vzájemně odlišují v tom, v jaké míře je v jejich výchově zastoupena permisivita a restriktivita a kolik demokracie v rámci rodinného života připouští. V tomto kontextu rozlišujeme různé výchovné styly (Hoskovcová, 2006). Existuje množství přístupů k rozlišení těchto stylů – nejčastěji citovaný je model čtyř stylů výchovy, který rozlišuje následující výchovné styly (Gillernová et al., 2011):

- autoritářský, který je uplatňován spíše náročnými rodiči, kteří spíše nerespektují potřeby a přání dítěte a mají tendenci využívat silové výchovné prostředky;
- autoritativně vzájemný styl, kdy jsou rodiče sice nároční a kontrolující, ale na druhou stranu i laskaví a akceptující potřeby dítěte;
- zanedbávající styl, který je typický pro lhostejnost rodičů k dítěti;
- shovívavý styl, vyznačující se emoční podporou dítěte a porozuměním, ale i tím, že na dítě jsou nakládány pouze malé požadavky a nejsou mu dostatečně jasně vymezovány hranice.

Langmeier a Krejčířová (2006) rozlišují triádu rodičovských stylů – konkrétně se jedná o autoritativní styl (akcentuje bezpodmínečnou poslušnost), liberální styl (ponechává dítěti maximální možnou volnost) a demokratický styl (respektuje dítě jako samostatnou bytost s právem rozhodovat o sobě úměrně svému věku).

Lukavská, Vacek a Gabrhelík (2020) shrnují, že variabilita koncepcí a opatření rodičovské kontroly je vysoká, přičemž lze rozlišit mezi behaviorální kontrolou (monitorování a zajímání se o dětské aktivity a nastavení regulačních pravidel) a psychologickou kontrolou (negativní praxe, zahrnující snahu přimět dítě k emoční závislosti na rodiči).

3.2.1 Rodičovská vřelost a rodičovská kontrola

Významný vliv na vývoj dítěte v rodině mají faktory rodičovské vřelosti a rodičovské kontroly. Vágnerová a Lisá (2021) konstatují, že rodičovská vřelost usnadňuje dítěti přijetí a zvnitřnění morálních norem. Jedná se o jeden z významných protektivních faktorů, kterými rodiče pozitivně působí na odolnost svého dítěte. Dávidová (2020) řadí emoční vřelost mezi zapamatované rodičovské chování, přičemž konstatuje, že existuje negativní vztah mezi emoční vřelostí rodičů a rizikovým chováním dítěte na internetu.

Rodičovská kontrola, kterou bychom mohli charakterizovat jako chování rodičů vůči dětem signifikantní pro určitou míru řízení a směřování dětí, může být protektivním i rizikovým faktorem v závislosti na tom, jakým způsobem je uplatňována (Ayers & de Visser, 2015). Míra rodičovské kontroly je determinována aplikovaným výchovným stylem – Baumrind (1991) v tomto kontextu rozlišuje čtyři druhy rodičovské kontroly, konkrétně asertivní, podporující, direktivní (běžnou) a dotěrnou kontrolu. Obecně lze rozlišit kontrolu pozitivní, která je svou povahou podporující, a negativní, která je mnohdy hyperprotektivní a dítě spíše obtěžuje.

Lukavská, Vacek a Gabrhelík (2020) se ve své studii zabývali vztahem mezi uplatňováním rodičovské vřelosti (warmth) nebo kontroly (control) a mírou problémového užívání

internetu u dětí (PIU). Studie byla realizována longitudálně na skupině dospívajících českých žáků. Z odpovědí respondentů vyšlo, že nejrizikovějším stylem uplatňovaným v prevenci problémového užívání internetu je autoritářský styl, tedy ten odpovídající kontrole. Naopak nejefektivnějším způsobem se zdá být styl autoritativní. Nejrizikovější kombinací pro rozvoj PIU ve studii vyšel autoritářský přístup matky a zanedbávající přístup ze strany otce.

3.3 Obecné protektivní a rizikové faktory v rodině

V rámci fungování rodiny lze identifikovat rizikové a protektivní faktory – zatímco faktory rizikové zvyšují pravděpodobnost výskytu rizikového chování, protektivní faktory naopak tuto pravděpodobnost snižují (Kalina et al., 2015).

Rizikové faktory můžeme obecně rozčlenit na vnější, demografické a na osobnostní faktory na straně rodičů a dítěte. Vnějšími faktory jsou zejména chudoba a sociální izolace, demografickými faktory příliš nízký věk rodičů, jejich nízké vzdělání a neadekvátní zaměstnání. Mezi osobnostní faktory na straně rodiče patří negativní osobnostní rysy, duševní problémy, závislost na návykových látkách, chronický stres a domácí násilí, osobnostními faktory na straně dítěte zase specifické potřeby a problémové chování (Pemová, & Ptáček, 2016).

Mezi obecné protektivní faktory můžeme zařadit rodinnou kohezi, flexibilitu rodinných rolí a vztahů, srozumitelnou a otevřenou komunikaci mezi všemi členy rodiny a jejich schopnost a ochotu řešit a zvládat konflikty i rizikové situace (Šolcová, 2009). Pemová a Ptáček (2016) doplňují faktory spočívající v příznivé rodinné anamnéze, schopnosti rodiče reagovat na základní potřeby dítěte, vytváření pozitivních a bezpečných hranic pro vývoj dítěte a v pečujícím chování. Podstatná je i schopnost rodičů zajistit rodinu sociálně i ekonomicky. Svou roli však hrají i vnější společenské faktory, jako je dostupnost zdravotních a sociálních služeb, přiměřené bydlení, dobré vzdělání a podpůrná sociální síť příbuzných či blízkých osob.

4 Cíle empirické části a výzkumné otázky

Kromě pozitiv, která s sebou užívání moderních digitálních médií přináší, je zde i spousta rizik a potenciálních negativních dopadů s touto problematikou spojených. Rodinné prostředí a rodičovský styl výchovy jsou bezesporu zcela zásadními faktory, které ovlivňují budoucí postoje a jednání našich potomků. Vzhledem k faktu, že v dnešní době patří internet a digitální zařízení obecně ke každodennímu, téměř nutnému, stereotypu, je důležité, aby rodiče působili na své děti i v těchto oblastech.

Mladší školní věk je věkem dítěte, kdy má jakýkoliv druh mediace smysl a pravděpodobně i největší efekt. Výzkumy v oblasti mediálního rodičovství nejsou konzistentní a jednoznačné. Lze to přisuzovat faktu, že jsou povětšinou prováděny na menších vzorcích, v různých socio-kulturně-ekonomických zázemích a v současné době hlavně na rodičích nebo starších, dospívajících dětech. To může mít zkreslující vypovídající hodnotu, vzhledem k potřebě rodičů obstát ve stylu své výchovy před ostatními a snaze starších dětí „neshodit“ své rodiče.

Dalším důležitým faktorem je absence vhodných nástrojů pro měření mediálního rodičovství u menších dětí. Proto jsem se rozhodla ve své bakalářské práci vytvořit nástroj pro měření mediálního rodičovství u dětí mladšího školního věku, tedy adaptovat již existující nástroj MEPA (Lukavská et al., 2021) do verze pro děti a provést pilotní studii ověřující její psychometrické vlastnosti. Vedle toho jsem se zaměřila i na porovnání media parentingu matek a otců a na sledování toho, jak děti na jednotlivé druhy media parentingu reagují.

4.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu bylo pomocí dotazníkového šetření zmapovat způsoby, kterými rodiče regulují užívání obrazovek u svých dětí, pokud to vůbec dělají, a zároveň zjistit, jak děti jednotlivé strategie vnímají. Výzkum se zaměřoval na děti mladšího školního věku, tedy na děti třetích až pátých tříd vybrané základní školy v Praze. Práce zároveň mapovala jejich povědomí o rizicích spojených s nadužíváním moderních technologií. Jedním z dílčích cílů výzkumu bylo vytvořit a otestovat adaptaci české škály mediálního rodičovství z rodičovské do dětské verze.

4.2 Výzkumné otázky

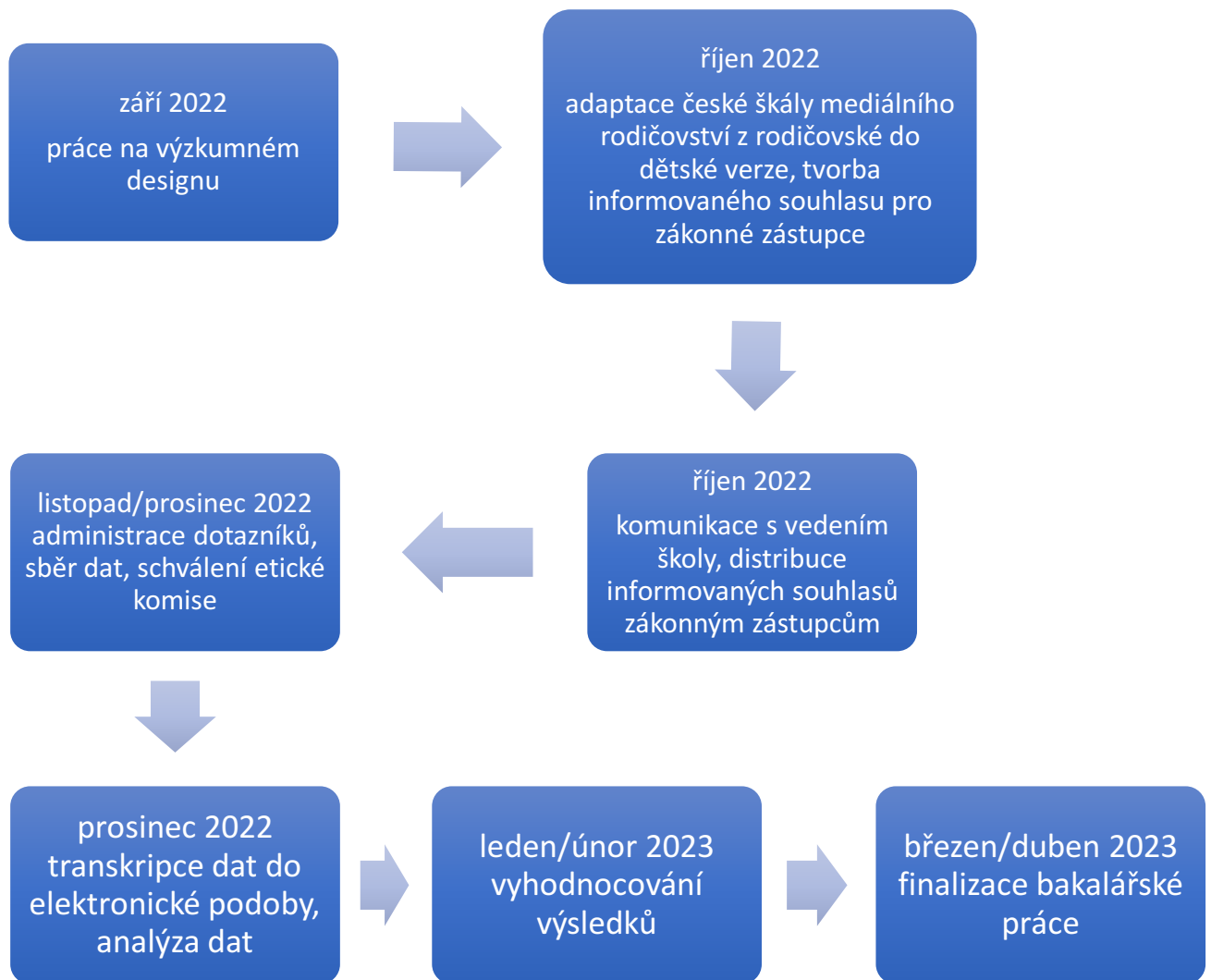
Pro účely výzkumného šetření byly stanoveny následující výzkumné otázky:

1. Dosahuje dotazník MEPA pro děti přijatelných psychometrických vlastností?
2. Je rozdíl mezi mateřskými a otcovskými strategiemi?
3. Reagují děti na jednotlivé rodiči zvolené strategie pozitivně nebo negativně?
4. Mají děti mladšího školního věku povědomí o riziku rozvoje závislostního chování v souvislosti s nadužíváním moderních technologií?

5 Metodologie

V následujících podkapitolách je vysvětlena metodologie výzkumné části bakalářské práce.

5.1 Harmonogram studie



5.2 Získání respondentů

Základní škola, která se dotazníkového šetření zúčastnila, byla vybrána záměrně, vzhledem k faktu, že na této škole externě pracuji jako lektorka primární prevence. Respondenty měli být žáci třetích, čtvrtých a pátých tříd této školy.

Celý proces začal komunikací se školní metodičkou prevence na vybrané základní škole v Praze, po jejím ústním souhlasu s výzkumem proběhla schůzka s ředitelkou dané ZŠ, která s výzkumem, po prozkoumání všech materiálů, taktéž souhlasila. Byl domluven způsob distribuce informovaného souhlasu žákům – osobně a v tištěné podobě, a také průběh

samotného sběru dat, tedy za mé přítomnosti a asistence. Ve chvíli, kdy bylo od vedení školy vše schválené, byla navázána komunikace s jednotlivými třídními učitelkami, se kterými bylo domluveno datum distribuce informovaných souhlasů. Tyto intervence proběhly všechny v druhé polovině října. Ve chvíli, kdy byla valná většina souhlasů vybrána, byly domluveny termíny sběru dat.

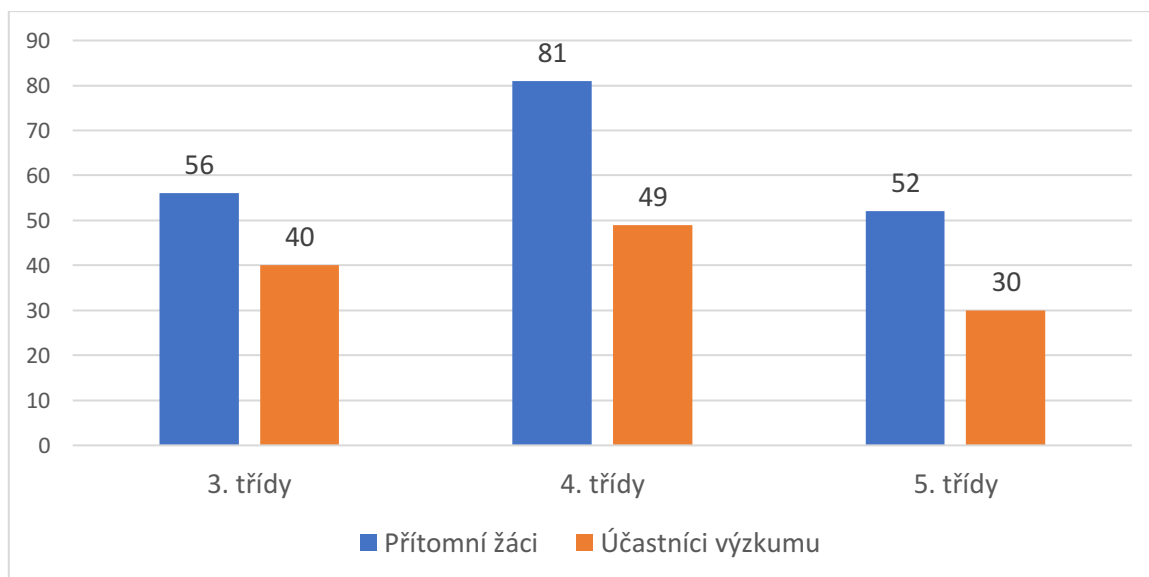
5.3 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor představovali žáci třetích, čtvrtých a pátých tříd vybrané základní školy v Praze. Celkový počet žáků v těchto třídách činil 188. Celých 100 % žáků bylo osloveno, aby se dotazníkového šetření zúčastnilo, a každý z nich dostal dopis pro rodiče / zákonné zástupce s informovaným souhlasem ohledně účasti ve výzkumu.

Dotazníkového šetření se nakonec zúčastnilo 119 z 188 oslovených respondentů, což je 63,2 %. Celkem 14,9 %, tedy 28 zákonných zástupců, neudělilo souhlas s účastí ve výzkumu. Vzhledem k věku žáků se v několika třídách stalo, že určitý počet žáků (9 žáků celkem, tedy 4,7 %) informovaný souhlas nedoručil třídní učitelce k datu, kdy sběr dat probíhal, a tak se daní jedinci šetření nemohli zúčastnit. Na obecně nižším počtu respondentů má podíl i doba sběru dat, tedy přelom podzimu a zimy, který je typický pro zvýšenou nemocnost dětí. Ve dnech, kdy se data sbírala, chybělo celkem 29 žáků, kteří měli souhlas zákonného zástupce s účastí ve výzkumu. Poslední překážkou byla jazyková bariéra některých nových žáků z Ukrajiny, kteří se díky neporozumění otázkám nemohli šetření zúčastnit. To se týkalo 3 žáků a žákyň.

Z dvou třetích tříd se dotazníkové šetření zúčastnilo 40 žáků z celkového počtu 56 v obou třídách dohromady. Čtvrté třídy byly tři a celkem se výzkumu zúčastnilo 49 z 81 žáků. Ve dvou pátých třídách se zúčastnilo nakonec 30 z 52 žáků.

Graf 1: Poměr mezi počtem žáků ve třídě a počtem žáků účastnících se výzkumu



Zdroj: vlastní výzkum

5.4 Design výzkumu

Studie byla koncipována jako kvantitativní výzkum. Výzkumným nástrojem byl dotazník v tištěné podobě. Dotazník se zaměřoval hlavně na zmapování jednotlivých rodičovských strategií kontroly užívání digitálních medií u dětí. Obsahoval také část demografickou, část mapující efektivitu jednotlivých přístupů a část mapující povědomí dětí o možnosti rozvoje závislostního chování na internetu. Dotazník byl z velké části tvořen škálami, obsahoval i několik samostatných uzavřených a jednu otevřenou otázku.

5.5 Metody sběru dat

V následujících podřazených kapitolách bude podrobněji vysvětlena metodika sběru dat, tedy tvorba dotazníku a jeho administrace.

5.5.1 Tvorba dotazníku

Tvorba dotazníku se skládala z několika rozdílných kroků. Nejdůležitějším z nich byla adaptace české škály mediálního rodičovství MEPA 20 (Lukavská et al, 2021) do dětské verze. To proběhlo reformulací jednotlivých položek z pohledu rodiče do pohledu ze strany dětí ve vztahu k jejich rodičům. Zároveň byla každá položka genderově rozdělena, aby zjišťovala jak přístup matky, tak otce. Místo číselné škály byla použita Likertova slovní škála (ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne), to hlavně z důvodu nízkého věku respondentů, a tedy jejich lepšího porozumění odpovědím, zároveň i proto, že číselná škála představovala riziko v tom, jak děti pochopí, které číslo patří jaké odpovědi.

Dalším krokem bylo vytvoření demografické části dotazníku, která se skládala ze 4 uzavřených otázek. Do další části dotazníku byly přidány nové položky, a to sice položky, které mapovaly efektivitu jednotlivých rodičovských stylů mediálního rodičovství, zde byly otázky uzavřené. Poslední částí byla část mapující povědomí dětí o riziku rozvoje závislostního chování na internetu. Tato část byla škálovací (ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne), a obsahovala jednu otevřenou otázku zjišťující zdroj tohoto povědomí.

5.5.2 Administrace dotazníku a sběr dat

Sběr dat proběhl ve třech různých dnech, vždy za přítomnosti pedagoga, který se věnoval žákům a žákyním, jejichž rodiče nesouhlasili s účastí svého dítěte ve výzkumu. Při sběru dat jsem byla vždy přítomna a celým dotazníkem žáky prováděla. Bylo to nutné vzhledem k jejich věku, délce a náročnosti dotazníku. Také kvůli tomu, že bylo potřeba některé položky dovysvětlit. Sběr probíhal v každé třídě jinak dlouho, čas se zkracoval s vyšším věkem žáků. Nejdéle se dotazníky vyplňovaly ve třetích třídách. Zde sběr zabral celou vyučovací hodinu a bylo nutné vyplňování v podstatě moderovat, vždy byla otázka nahlas přečtena, dovysvětlena a žáci poté každý sám za sebe odpověděli. Ve čtvrtých třídách se čas zkrátil na 35 minut, ale bylo také nutné, aby žáci vyplňovali dotazník najednou, společně, pod vedením administrátora. V pátých třídách byl čas vyplňování 25 minut a žáci vyplňovali dotazník samostatně, v případě nejasností postačila asistence jednotlivě. Následující tabulka

zobrazuje počty respondentů, kteří se výzkumu zúčastnili z celkového možného počtu a dále důvody, proč se někteří nezúčastnili.

Tabulka 1: Sběr dat

Třída	3. A	3. B	4. A	4. B	4. C	5. A	5. B
Datum sběru (rok 2022)	8. 12.	8. 12.	2. 11.	2. 11.	7. 12.	8. 12.	7. 12.
Celkem žáků ve třídě	29	27	28	25	28	25	27
Vyplněných dotazníků	25	15	18	15	16	17	13
Souhlas / nesouhlas	27/2	18/7	20/7	27/2	20/4	19/4	26/1
Absence žáků se souhlasem	2	3	2	3	4	2	13
Souhlas nedoručen žákem	-	2	1	-	4	4	-
Jiné (jazyková bariéra)	-	-	-	3	-	-	-

Zdroj: vlastní výzkum

5.6 Komplikace při sběru dat

Vzhledem k faktu, že po celém období karantény, v souvislosti s pandemií Covid – 19, byli učitelé i žáci ještě stále ve „skluzu“ ve výuce, bylo poměrně náročné s pedagogy domluvit den a čas, kdy by se sběr dat mohl konat. Bylo nutné, aby sběr proběhl v hodinách výtvarné nebo hudební výchovy. Nakonec se povedlo sběr provést ve třech dnech, nicméně v poměrně širokém časovém rozpětí. Další komplikací byla vysoká nemocnost dětí v období před Vánoci. Sběr ve 4. B se musel dvakrát přesunout. Poprvé z důvodu velmi vysoké absence žáků na výuce, podruhé z důvodu nemoci třídní učitelky.

V průběhu sběru dat se ukázalo, že u některých otázek v dotazníku byl použit dvojitý zápor, což žáky velmi mátló v porozumění a vyplňování dotazníku bylo tedy časově náročnější, než bylo zamýšleno.

5.7 Etické aspekty výzkumu

Velmi důležitým bodem celého výzkumu bylo správně eticky ošetřit nábor respondentů. Prvním nezbytným krokem, vzhledem k věku respondentů, bylo vytvořit informovaný souhlas pro zákonné zástupce jednotlivých žáků vybraných tříd. Byl vytvořen „dopis“ pro rodiče/zákonné zástupce, ve kterém byly informace o tématu bakalářské práce a účelu výzkumného šetření, informace o etické stránce celého výzkumu, o anonymitě, dobrovolnosti i o tom, jak bude s daty nakládáno. Do dopisu byly uvedeny i osobní kontaktní údaje, pro zodpovězení jakýchkoliv doplňujících otázek. Součástí dopisu byl informovaný souhlas, který mohl zákonný zástupce vyplnit a podepsat, pokud s účastí svého dítěte ve výzkumu souhlasil. Dopis je přílohou této práce.

Dotazníky byly vyplňovány anonymně, bez přidělování kódů. Respondenti byli před samotným zahájením sběru dat osobně informováni o účelu dotazníkového šetření, o

anonymitě, o dobrovolnosti i možnosti kdykoliv od vyplňování dotazníku odstoupit. Zároveň bylo respondentům připomenuto, že jejich rodiče/zákonní zástupci, souhlasili s jejich účastí ve výzkumu. Pokud byli přítomni i žáci, kteří souhlas zákonného zástupce neměli, seděli mimo kolektiv s třídní učitelkou, která se jim věnovala. Při přepisu dat do elektronické podoby bylo každému dotazníku přiděleno číslo (tedy od 1–119), aby bylo možné zpětně spárovat dotazníky v papírové formě s přepisem do elektronické podoby.

Celý výzkum byl schválen Etickou komisí pro posuzování studentských závěrečných prací Kliniky adiktologie 1. lékařské fakulty UK a VFN v Praze ke dni 12. 12. 2022. Datum zahájení sběru dat předcházelo datu tohoto schválení, nicméně tento fakt byl v žádosti dopředu ošetřen a komise zaujala k výzkumu souhlasné stanovisko.

5.8 Analýza a zpracování dat

Vzhledem k nízkému věku respondentů a snaze o co nejvyšší počet kvalitně vyplněných dotazníků, byla zvolena papírová forma dotazníku s osobní asistencí při vyplňování. To se nakonec ukázalo jako efektivní, jelikož byly všechny dotazníky vyplněny bez chybějících odpovědí. Prvním krokem při zpracování dat bylo tedy si správně zakódovat jednotlivé položky a jejich hodnoty a vytvořit tak tabulku v MS Office Excel, do které byla data následně ručně přepsána.

Veškeré statistické zpracování dat poté proběhlo za pomoci statistického softwaru Jamovi (The Jamovi Project, 2022). Byla provedena psychometrická analýza těch položek dotazníku, které byly adaptací již zmíněné MEPY do dětské verze, to sice pomocí koeficientu Cronbachova α a McDonaldova ω . K dalšímu statistickému zpracování dat v dílčích částech dotazníku jsem použila Anovu a T-test (párový i pro nezávislé soubory). Dále také korelaci mezi proměnnými (R Core Team, 2021; Revelle, 2019; Singmann, 2018; Lenth, 2020). Statistické zpracování dat proběhlo za pomoci vedoucí práce.

6 Výsledky výzkumu

Následující kapitola obsahuje výsledky realizovaného výzkumného šetření. Je rozčleněna na pět podkapitol, které se postupně věnují popisu výzkumného souboru, výsledkům psychometrického ověření dotazníku, vztahy mezi testovanými proměnnými, vysvětlením reakcí na jednotlivé styly media parentingu a vnímání rizika možného rozvoje závislostního chování na internetu.

6.1 Popis souboru

Soubor tvořilo 119 respondentů – žáků z třetích, čtvrtých a pátých tříd prvního stupně základní školy. V tabulce 2 je zobrazeno absolutní i relativní zastoupení jednotlivých ročníků – nejpočetnější skupinu tvořili respondenti z čtvrtého ročníku (41,2 %), naopak nejméně bylo respondentů z pátého ročníku (25,2 %).

Tabulka 2: Diferenciace souboru dle ročníku

Ročník	Absolutní počet	Relativní počet
3. ročník	40	33,6 %
4. ročník	49	41,2 %
5. ročník	30	25,2 %
Celkem	119	100,0 %

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce 3 je znázorněn poměr mezi dívkami a chlapci v souboru. Je evidentní, že převazovaly dívky, kterých bylo 57,1 %.

Tabulka 3: Diferenciace souboru dle pohlaví

Pohlaví	Absolutní počet	Relativní počet
Dívky	68	57,1 %
Chlapci	51	42,9 %
Celkem	119	100,0 %

Zdroj: vlastní výzkum

Dále byli respondenti tázáni, zda mají sourozence. Četnosti odpovědí jsou reflektovány v tabulce 4, ze které je evidentní, že většina respondentů sourozence měla (konkrétně se jednalo o 72,3 %).

Tabulka 4: Diferenciace souboru dle přítomnosti sourozenců v rodině

Přítomnost sourozence/ů	Absolutní počet	Relativní počet
Ano	86	72,3 %
Ne	33	27,7 %
Celkem	119	100,0 %

Zdroj: vlastní výzkum

Tato položka dotazníku byla konkretizována následující otázkou, směřovanou na počet sourozenců. Zjištěné výsledky jsou znázorněny v tabulce 5, ze které je evidentní, že nejvíce respondentů má jednoho sourozence (52,1 %). Druhou nejpočetnější skupinu tvořili žáci, kteří nemají žádného sourozence (27,7 %). V pořadí třetí nejvíce uváděnou možností bylo ta, podle které měli oslovení žáci dva sourozence (16,0 %). Další možnosti již byly méně početné.

Tabulka 5: Diferenciace souboru dle počtu sourozenců

Počet sourozenců	Absolutní počet	Relativní počet
0	33	27,7 %
1	62	52,1 %
2	19	16,0 %
3	3	2,5 %
4	2	1,7 %
Celkem	119	100,0 %

Zdroj: vlastní výzkum

Poslední položka dotazníku, která zjišťovala základní charakteristiky souboru, se tázala na uspořádání rodiny respondentů. Výsledky jsou zobrazeny v tabulce 6.

Tabulka 6: Diferenciace souboru dle uspořádání rodiny

Uspořádání rodiny	Absolutní počet	Relativní počet
Úplná rodina	90	75,6 %
Pouze matka	23	19,3 %
Pouze otec	2	1,7 %
Jiné uspořádání	4	3,4 %
Celkem	119	100,0 %

Zdroj: vlastní výzkum

Jak je z tabulky evidentní, nejvíce oslovených žáků žije v úplné rodině (75,6 %). Naopak nejméně respondentů uvedlo, že žije pouze s otcem (1,7 %).

6.2 Psychometrické ověření dotazníku

V konsensu s dílčím cílem empirického šetření bylo realizováno psychometrické ověření dotazníku. Testování reliability bylo u jednotlivých segmentů dotazníku prováděno zvlášť pro odpovědi týkající se media parentingu matky a media parentingu otce.

Škála aktivní mediace

Škála aktivní mediace o osmi položkách vykázala u matek vnitřní konzistenci v hodnotách: Cronbachova $\alpha = 0,782$; McDonaldova $\omega = 0,809$. U otců byly naměřeny následující hodnoty: Cronbachova $\alpha = 0,771$; McDonaldova $\omega = 0,798$. Kompletní výsledky reliability pro oba rodiče jsou znázorněny v tabulce 7.

Tabulka 7: Ověření škály aktivní mediace (dle pohlaví rodiče)

Rodič	Průměr	SD	Cronbachova α	McDonaldova ω
Matka	3,36	0,920	0,782	0,809
Otec	3,06	0,909	0,771	0,798

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka 8 ukazuje položkovou analýzu škály aktivní mediace s rozlišením podle pohlaví rodiče.

Tabulka 8: Položková analýza škály aktivní mediace (dle pohlaví rodiče)

Pořadí položky	Průměr		Směrodatná odchylka		Korelace položky ke škále	
	Matka	Otec	Matka	Otec	Matka	Otec
1.	3,48	3,07	1,39	1,51	0,5651	0,5311
2.	3,61	3,61	1,30	1,25	0,3610	0,3080
3.	3,45	2,99	1,50	1,50	0,4957	0,5428
4.	2,89	2,49	1,56	1,51	0,5303	0,5417
6.	3,27	3,23	1,53	1,55	- 0,0190	- 0,0382
7.	3,39	3,05	1,46	1,47	0,6597	0,7040
8.	3,52	3,19	1,44	1,42	0,6953	0,6601
9.	3,31	2,88	1,49	1,51	0,6971	0,6144

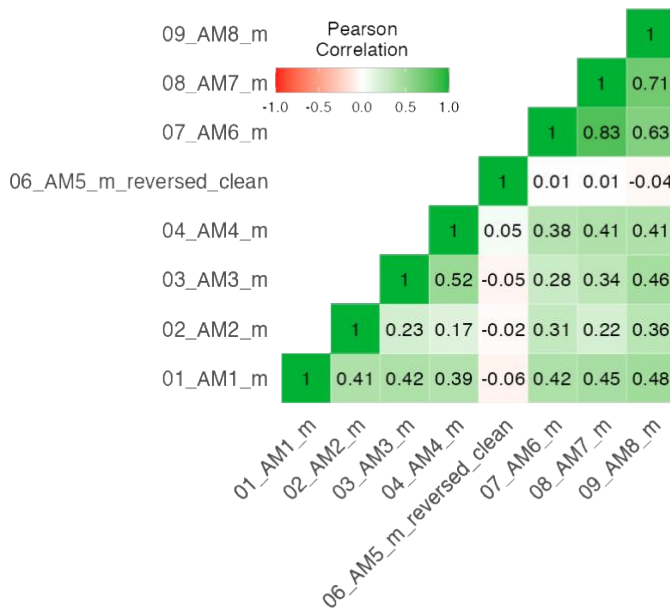
Zdroj: vlastní výzkum

Z ověření tohoto segmentu dotazníku je evidentní, že dotazník funguje v oblasti aktivní mediace u obou pohlaví rodičů s výjimkou reverzně kódované položky (položka č. 6, která vykazovala nejnižší korelaci ke škále) – položka se zabývala tím, do jaké míry rodič konzumuje před dítětem obsah, který není vhodný. Toto zjištění lze interpretovat tak, že kompaktní celek spolu tvoří teoretické aspekty aktivní mediace (povídání si o obrazovkách apod.), ale již ne působení na dítě coby vzor (Jinými slovy, rodiče své vlastní chování ve

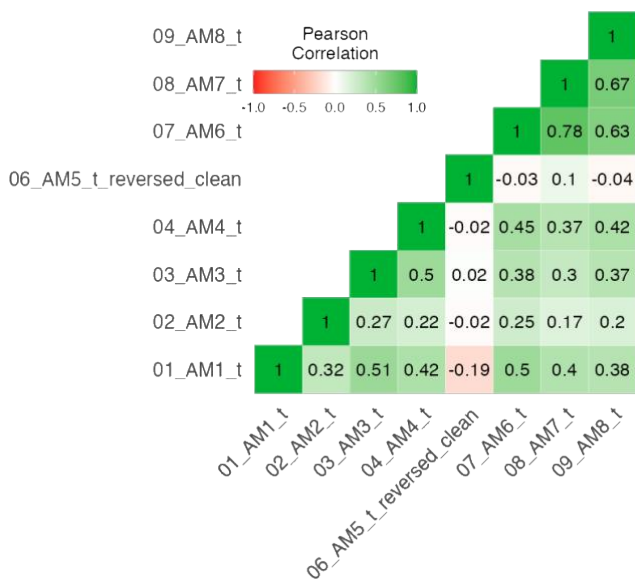
vztahu k obrazovkám nejspíše nevnímají jako součást svého výchovného působení v této oblasti).

V grafu 2 a grafu 3 jsou prostřednictvím heat map vizualizovány síly vztahů mezi proměnnými pro aktivní mediace u matek a otců.

Graf 2: Korelační heat mapa – aktivní mediace u matek



Graf 3: Korelační heat mapa – aktivní mediace u otců



Zdroj: vlastní výzkum

Škála restriktivní mediace

Škála restriktivní mediace o osmi položkách vykázala u matek vnitřní konzistenci v hodnotách: Cronbachova $\alpha = 0,814$; McDonaldova $\omega = 0,818$. U otců byly naměřeny následující hodnoty: Cronbachova $\alpha = 0,795$; McDonaldova $\omega = 0,798$. Kompletní výsledky reliability pro oba rodiče jsou znázorněny v tabulce 9.

Tabulka 9: Ověření škály restriktivní mediace (dle pohlaví rodiče)

Rodič	Průměr	SD	Cronbachova α	McDonaldova ω
Matka	3,19	1,020	0,814	0,818
Otec	2,85	0,974	0,795	0,798

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce 10 je uvedena položková analýza škály restriktivní mediace s rozlišením podle pohlaví rodiče.

Tabulka 10: Položková analýza škály restriktivní mediace (dle pohlaví rodiče)

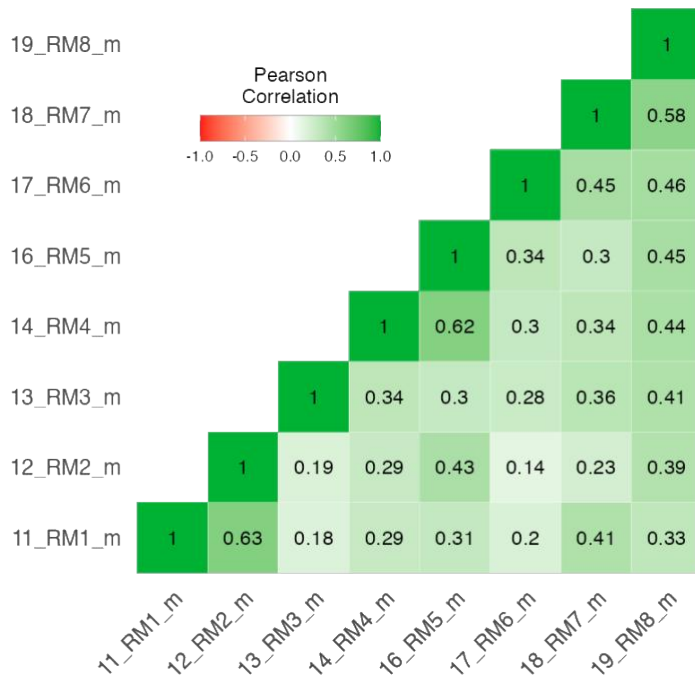
Pořadí položky	Průměr		Směrodatná odchylka		Korelace položky ke škále	
	Matka	Otec	Matka	Otec	Matka	Otec
11.	3,33	3,03	1,65	1,67	0,496	0,782
12.	3,48	3,16	1,44	1,49	0,488	0,790
13.	3,03	2,63	1,54	1,48	0,431	0,782
14.	2,98	2,82	1,67	1,65	0,556	0,757
16.	3,17	2,57	1,48	1,43	0,591	0,759
17.	3,14	2,77	1,44	1,40	0,458	0,788
18.	3,09	3,01	1,72	1,64	0,571	0,754
19.	3,32	2,84	1,44	1,36	0,672	0,790

Zdroj: vlastní výzkum

Jak je ze zjištěných dat patrné, dotazník funguje v oblasti restriktivní mediace u obou pohlaví rodičů. V obou případech jsou korelace dostatečně vysoké, žádná problematická položka nebyla zaznamenána.

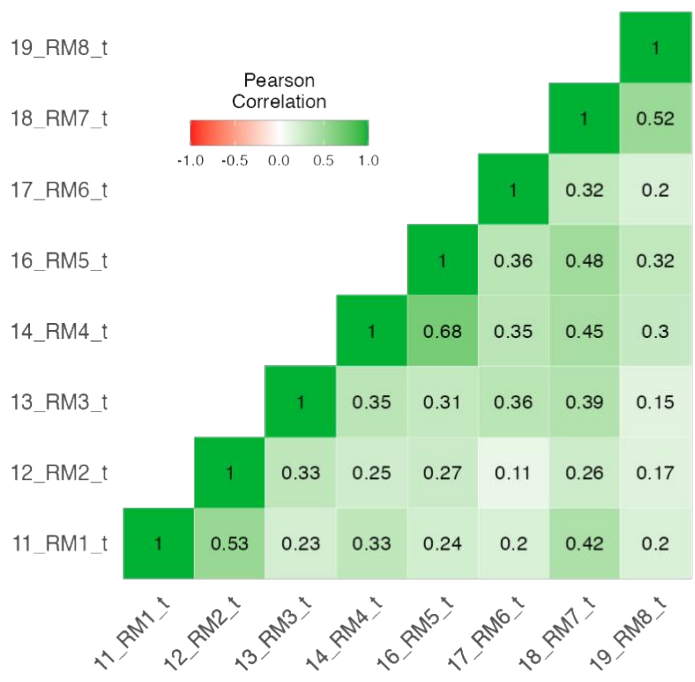
V grafu 4 a grafu 5 jsou prostřednictvím heat map vizualizovány síly vztahů mezi proměnnými pro restriktivní mediaci u matek a otců.

Graf 4: Korelační heat mapa – restriktivní mediace u matek



Zdroj: vlastní výzkum

Graf 5: Korelační heat mapa – restriktivní mediace u otců



Zdroj: vlastní výzkum

Škála hyperprotektivní mediace

Škála hyperprotektivní mediace o pěti položkách vykázala u matek vnitřní konzistenci v hodnotách: Cronbachova $\alpha = 0,356$; McDonaldova $\omega = 0,378$. U otců byly naměřeny následující hodnoty: Cronbachova $\alpha = 0,255$; McDonaldova $\omega = 0,379$. Je zřejmé, že tato škála vykázala nejhorší míru vnitřní konzistence ze všech škál v rámci dotazníku. Kompletní výsledky reliability pro oba rodiče jsou znázorněny v tabulce 11.

Tabulka 11: Ověření škály hyperprotektivní mediace (dle pohlaví rodiče)

Rodič	Průměr	SD	Cronbachova α	McDonaldova ω
Matka	2,45	0,718	0,356	0,378
Otec	2,25	0,642	0,255	0,379

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce 12 je realizována položková analýza škály hyperprotektivní mediace s rozlišením podle pohlaví rodiče.

Tabulka 12: Položková analýza škály hyperprotektivní mediace (dle pohlaví rodiče)

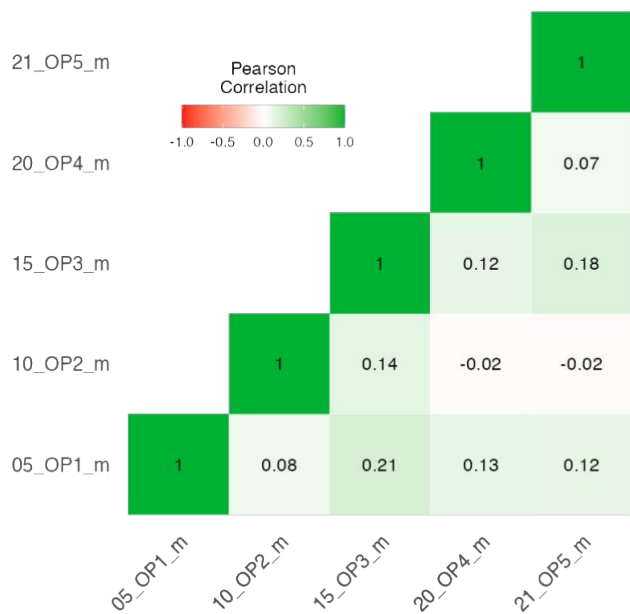
Pořadí položky	Průměr		Směrodatná odchylka		Korelace položky ke škále	
	Matka	Otec	Matka	Otec	Matka	Otec
5.	1,97	1,87	1,35	1,33	0,2390	0,1047
10.	2,77	2,57	1,42	1,34	0,0780	0,0961
15.	2,14	1,81	1,37	1,18	0,3010	0,3332
20.	1,79	1,71	1,18	1,10	0,1248	0,1567
21.	3,56	3,26	1,44	1,43	0,1458	- 0,0396

Zdroj: vlastní výzkum

Jak je evidentní z realizovaného ověření, část dotazníku věnovaná hyperprotektivní mediaci se ukázala být nevalidní. Možným vysvětlením je skutečnost, že tyto položky byly v rámci dotazníku mnohdy formulovány ve dvojitým záporu, respondenti tedy mohli odpovídat opačně. Dále byly v tomto segmentu dotazníku přítomny položky typu „Myslím, že rodiče potají sledují, co jsem u obrazovek dělal/a.“. Oslovení respondenti mohli mít v tomto v případě pocit, že nemohou odpověď znát.

V grafu 6 a grafu 7 jsou prostřednictvím heat map vizualizovány síly vztahů mezi proměnnými pro hyperprotektivní mediaci u matek a otců.

Graf 6: Korelační heat mapa – hyperprotektivní mediace u matek



Zdroj: vlastní výzkum

Graf 7: Korelační heat mapa – hyperprotektivní mediace u otců



Zdroj: vlastní výzkum

6.3 Vztahy mezi proměnnými

Následující podkapitola se zabývá tím, zda existuje signifikantní statistický rozdíl mezi mateřskými a otcovskými strategiemi a dalšími vybranými proměnnými. Pro lepší přehlednost je tato podkapitola rozčleněna na tematické části.

Souvislost mezi uplatňovanou mediací a pohlavím dítěte

Na základě získaných dat byla zjišťována korelace mezi mateřskými a otcovskými strategiemi a pohlavím dítěte. Pro statistickou analýzu byl využit T-Test. Výsledky testování jsou shrnuty v tabulce 13, kde jsou zaneseny klíčové zjištěné hodnoty (t-hodnota, stupně volnosti, průměrný rozdíl, průměrná střední chyba průměru SE apod).

Tabulka 13: Výsledky testování – T-Test

Mediace		T-hodnota	Stupně volnosti	p-hodnota	Průměrný rozdíl	SE rozdíl
Aktivní mediace	Matka	1,0634	111	0,290	0,1799	0,169
	Otec	0,6182	106	0,538	0,1054	0,170
Restriktivní mediace	Matka	0,2341	115	0,815	0,0436	0,186
	Otec	- 0,0615	108	0,951	- 0,0112	0,182

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce 14 jsou zaznamenány základní statistické parametry, zjištěné pro skupinu dívek a chlapců s rozčleněním dle aktivní či restriktivní mediace jednotlivých rodičů.

Tabulka 14: Výsledky testování – základní statistické parametry

Mediace	Skupina	N	Průměr	Medián	SD	SE
AM – matka	dívky	67	3,44	3,50	0,947	0,116
	chlapci	51	3,26	3,25	0,881	0,123
AM – otec	dívky	66	3,11	3,19	0,931	0,115
	chlapci	49	3,00	3,00	0,884	0,126
RM – matka	dívky	67	3,21	3,38	1,107	0,135
	chlapci	51	3,17	3,25	0,913	0,128
RM – otec	dívky	66	2,85	2,88	1,011	0,124
	chlapci	49	2,86	2,75	0,934	0,133

Zdroj: vlastní výzkum

Po statistickém testování lze konstatovat, že pohlaví dítěte nemá statisticky významný vztah s aktivní nebo restriktivní mediací ani u matek ani u otců.

Souvislost mezi uplatňovanou mediací a školním ročníkem dítěte

Dále byla testována statistická souvislost mezi uplatňovanou mediací a ročníkem, do kterého dítě dochází.

Tabulka 15: Výsledky testování – One-way ANOVA

Mediace	F	df1	df2	P
AM – matka	6,637	2	66,9	0,002
AM – otec	3,951	2	66,5	0,024
RM – matka	0,174	2	67,8	0,840
RM – otec	0,111	2	64,8	0,895

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce 16 jsou zaznamenány základní statistické parametry, zjištěné pro jednotlivé třídy.

Tabulka 16: Výsledky testování – základní statistické parametry

Mediace	Ročník	N	Průměr	SD	SE
AM – matka	3.	40	3,72	0,743	0,117
	4.	49	3,08	0,924	0,132
	5.	29	3,35	0,989	0,184
AM – otec	3.	38	3,39	0,850	0,138
	4.	48	2,93	0,873	0,126
	5.	29	2,86	0,955	0,177
RM – matka	3.	40	3,23	1,015	0,161
	4.	49	3,13	1,009	0,144
	5.	29	3,25	1,088	0,202
RM – otec	3.	38	2,80	0,897	0,146
	4.	48	2,89	0,936	0,135
	5.	29	2,86	1,151	0,214

Zdroj: vlastní výzkum

Po následném testování prostřednictvím Games-Howellova Post-Hoc testu bylo zjištěno, že existuje statisticky významný rozdíl u aktivní mediace mezi třetím a čtvrtým ročníkem. U těchto ročníků byl u aktivní mediace matek průměrný rozdíl 0,643, t-hodnota 3,64 a p-hodnota 0,001, u aktivní mediace otců byl zjištěn průměrný rozdíl 0,461, t-hodnota 2,47 a p-hodnota 0,041.

Rozdíly mezi mateřskými a otcovskými strategiemi mediace

Dále byly testovány rozdíly mezi mateřskými a otcovskými strategiemi mediace. V tabulce 17 jsou znázorněny výsledky testování prostřednictvím párového t-testu.

Tabulka 17: Výsledky testování – T-test

Mediace		T-hodnota	Stupně volnosti	p-hodnota	Průměrný rozdíl	SE rozdíl
AM – matka	AM – otec	4,60	113	< .001	0,300	0,0653
RM – matka	RM – otec	4,05	113	< .001	0,326	0,0804

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce 18 jsou zaznamenány výsledky deskriptivní statistiky pro jednotlivé typy mediace u matek a otců.

Tabulka 18: Výsledky testování – deskriptivní statistika

Mediace	N	Průměr	Medián	SD	SE
AM – matka	114	3,36	3,50	0,911	0,0853
AM – otec	114	3,06	3,06	0,910	0,0853
RM – matka	114	3,18	3,31	1,028	0,0963
RM – otec	114	2,85	2,81	0,979	0,0917

Zdroj: vlastní výzkum

Ze zjištěných údajů lze konstatovat, že matky oproti otcům vykazují vyšší stupeň mediace jak u mediace aktivní (průměr 3,36), tak u mediace restriktivní (průměr 3,18).

Souvislost mezi uplatňovanou mediací a počtem sourozenců

Poslední souvislostí, která byla statisticky testována, je souvislost mezi počtem sourozenců a mediací ze strany rodičů. V tabulce 19 jsou uvedeny výsledky zjištěné testováním prostřednictvím T-testu.

Tabulka 19: Výsledky testování – T-Test

Mediace		T-hodnota	Stupně volnosti	p-hodnota	Průměrný rozdíl	SE rozdíl
Aktivní mediace	matka	0,0840	52,3	0,933	0,0168	0,201
	otec	1,0469	52,4	0,300	0,2022	0,193
Restriktivní mediace	matka	0,9021	61,4	0,371	0,1850	0,205
	otec	0,8378	59,3	0,405	0,1635	0,195

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce 20 jsou uvedeny výsledky deskriptivní statistiky u jednotlivých skupin.

Tabulka 20: Výsledky testování – základní statistické parametry

Mediace	Sourozenci	N	Průměr	Medián	SD	SE
AM – matka	ano	85	3,37	3,38	0,888	0,0964
	ne	33	3,35	3,50	1,010	0,1760
AM – otec	ano	84	3,12	3,13	0,902	0,0984
	ne	31	2,92	3,00	0,926	0,1660
RM – matka	ano	85	3,25	3,50	1,040	0,1128
	ne	33	3,06	3,13	0,984	0,1710
RM – otec	ano	84	2,90	2,88	1,002	0,1094
	ne	31	2,73	2,75	0,900	0,1620

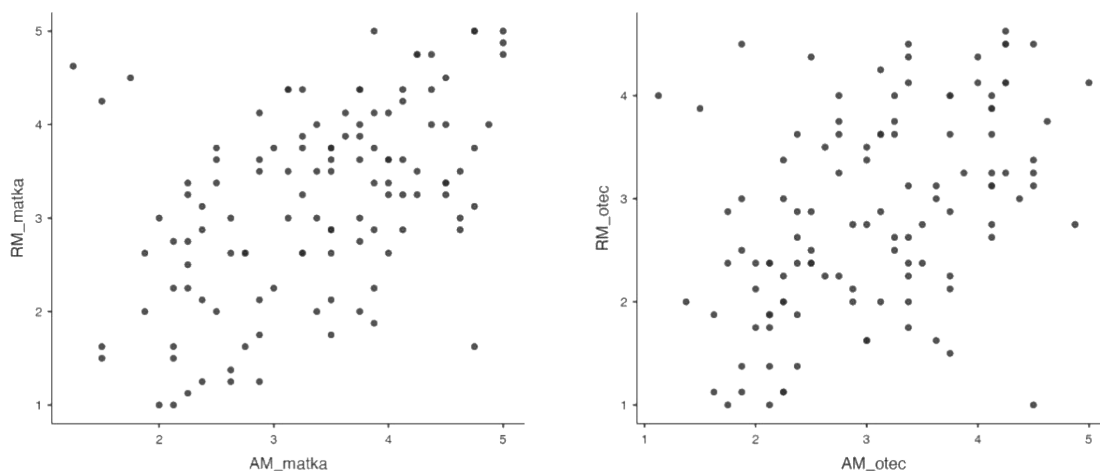
Zdroj: vlastní výzkum

V případě těchto testovaných proměnných bylo zjištěno, že v kontextu s uplatňovanou mediací neexistuje statisticky signifikantní rozdíl mezi tím, zda je dítě jedináček, nebo zda pochází z více dětí.

Korelační diagramy

Pro účely zjištění těsnosti vztahu mezi jednotlivými typy mediace (aktivní a restriktivní, resp. mateřská a otcovská) byly zhotoveny korelační diagramy (scatter ploty) a vypočteny korelační koeficienty.

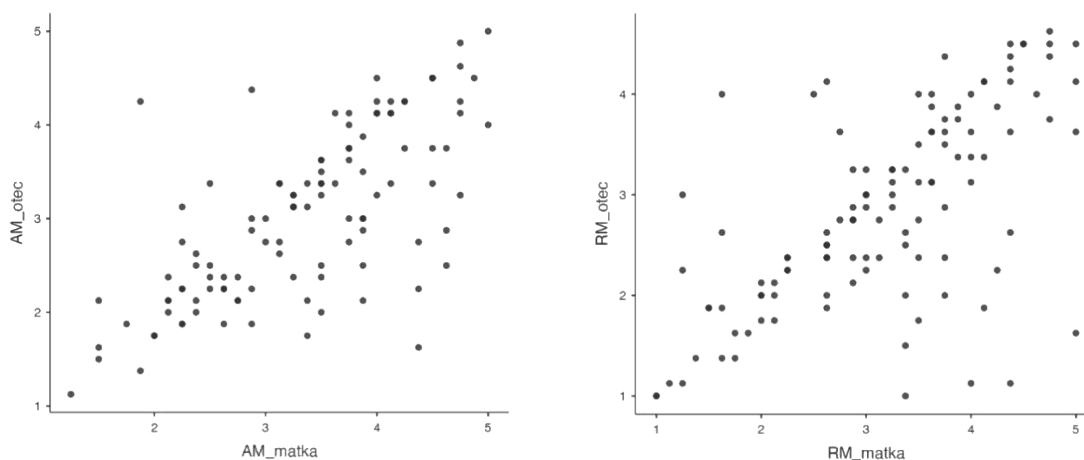
Graf 8: Korelační diagramy pro jednotlivé typy mediace u matek a otců



Zdroj: vlastní výzkum

Mezi aktivní a restriktivní mediací u jednotlivých rodičů je středně silná souvislost. Korelační koeficient byl naměřen $r = 0,49$ ($p < 0,001$) pro matky a $r = 0,45$ ($p < 0,001$) pro otce (graf 8). Ještě těsnější vztahy jsme zaznamenali pro vztah mezi aktivní mediací matky a otce ($r = 0,71$, $p < 0,001$), resp. mezi restriktivní mediací matky a otce ($r = 0,64$, $p < 0,001$), jak je viditelné v grafu 9.

Graf 9: Korelační diagramy pro jednotlivé typy mediace u matek a otců



Zdroj: vlastní výzkum

Z korelačních diagramů v grafu 9 lze interpretovat, že mezi aktivní mediací matek a otců i restriktivní mediací matek a otců existuje jistá pozitivní lineární korelace.

6.4 Reakce na jednotlivé styly media parentingu

Dále bylo zjišťováno, jak děti reagují na jednotlivé styly media parentingu, tedy jinými slovy, zda dodržují či nedodržují to, co jim rodiče nastaví, nebo zda se řídí tím, o co rodiče ve výchově usilují. Jak je evidentní z tabulky 21, nejlépe děti reagují na mediaci v oblasti situací (v jakých situacích je a není vhodné trávit čas u obrazovek), kdy stanovené dodržuje

62,2 % dětí. Shodně pak respondenti reagují v oblasti obsahu (co je a není vhodné na obrazovkách sledovat) a času (kolik času je vhodné strávit u obrazovek), kdy stanovené dodržuje 50,4 %. Naopak nejméně efektivní se zdá být aktivní mediace v oblasti času stráveného u obrazovek – v tomto případě se rodičovskou mediací neřídí 23,5 % respondentů.

Tabulka 21: Reakce dětí na aktivní mediaci

Reakce	Obsah		Situace		Čas	
	Absolutní počet	Relativní počet	Absolutní počet	Relativní počet	Absolutní počet	Relativní počet
Řídí se	60	50,4 %	74	62,2 %	60	50,4 %
Neřídí se	13	10,9 %	15	12,6 %	28	23,5 %
Není relevantní	46	38,7 %	30	25,2 %	31	26,1 %

Zdroj: vlastní výzkum

Zjištěné údaje v oblasti restriktivní mediace reflektuje tabulka 22, z níž je patrné, že nejlépe respondenti reagují na restriktivní mediaci v oblasti pravidel, kdy a v jakých situacích mohou trávit svůj čas u obrazovek (57,1 %). Naopak nejvíce děti porušují rodičovská pravidla týkající se toho, kolik času mohou u obrazovek trávit (20,2 %).

Tabulka 22: Reakce dětí na restriktivní mediaci

Reakce	Obsah		Situace		Čas	
	Absolutní počet	Relativní počet	Absolutní počet	Relativní počet	Absolutní počet	Relativní počet
Dodržují	50	42,0 %	68	57,1 %	61	51,3 %
Nedodržují	19	16,0 %	18	15,1 %	24	20,2 %
Neuplatňují	50	42,0 %	33	27,7 %	34	28,6 %

Zdroj: vlastní výzkum

Jak je ze zjištěných dat evidentní, rodiče se více soustředí na čas a na situace, kdy jsou děti u digitálních zařízení. Naopak méně již rodiče řeší obsah, který jejich potomci konzumují. V souhrnu lze konstatovat, že více než polovina dětí kladně reaguje na aktivní i restriktivní mediaci.

6.5 Povědomí o riziku rozvoje závislostního chování na internetu

Poslední segment dotazníku se orientoval na povědomí o riziku rozvoje závislostního chování na internetu. První položka této části zjišťovala, do jaké míry jsou si žáci vědomi toho, že nadměrné používání obrazovek může vést ke vzniku závislosti. Jak vyplývá z tabulky 23, více než polovina (konkrétně 55,5 %) respondentů o možnosti vzniku závislosti na internetu ví. Opačnou odpověď zvolilo pouze 5,0 % oslovených žáků, což lze považovat

za poměrně pozitivní výsledek.

Tabulka 23: Povědomí o možnosti vzniku závislosti na internetu

Odpověď	Absolutní počet	Relativní počet
Ne	6	5,0 %
Spíše ne	10	8,4 %
Nevím	12	10,1 %
Spíše ano	25	21,0 %
Ano	66	55,5 %

Zdroj: vlastní výzkum

Dále bylo zjišťováno, zda se s oslovenými žáky rodiče někdy bavili o tom, že trávit příliš mnoho času u obrazovek může vést ke vzniku závislosti. Zjištěné četnosti jsou reflektovány v tabulce 24, ze které je patrné, že 37,8 % žáků má informace o možnosti vzniku závislosti právě od svých rodičů.

Tabulka 24: Informování o riziku závislosti ze strany rodičů

Odpověď	Absolutní počet	Relativní počet
Ne	14	11,8 %
Spíše ne	11	9,2 %
Nevím	21	17,6 %
Spíše ano	28	23,5 %
Ano	45	37,8 %

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka 25 zobrazuje, v jaké míře byli oslovení žáci informováni o riziku závislosti ze strany školy. Celkem 15,1 % respondentů konstatovalo, že je o možnosti vzniku závislosti na internetu při příliš častém využívání obrazovek informováno právě ze strany školy – opačnou odpověď zvolilo 35,3 % oslovených žáků, což není příliš pozitivní vzhledem k tomu, že školy obecně představují podstatný element při prevenci vzniku závislosti.

Tabulka 25: Informování o riziku závislosti ze strany školy

Odpověď	Absolutní počet	Relativní počet
Ne	42	35,3 %
Spíše ne	14	11,8 %
Nevím	28	23,5 %
Spíše ano	17	14,3 %
Ano	18	15,1 %

Zdroj: vlastní výzkum

Poslední položka dotazníku zjišťovala, jaké jsou konkrétní zdroje informovanosti o riziku vzniku závislosti na internetu. Žáci mohli odpovídat vlastními slovy, proto bylo třeba zjištěné odpovědi následně ručně vyhodnotit dotazník po dotazníku. Nejčastěji žáci uváděli, že je o riziku závislosti edukoval někdo z rodičů – 18,5 % respondentů (22) konstatovalo, že je edukovali oba dva rodiče, 10,1 % žáků (12) označilo jako zdroj svých informací pouze matku a 7,6 % žáků (9) pouze otce. V součtu tedy 36,1 % oslovených žáků konstatovalo, že je o riziku informovali rodiče (ať již oba dva, nebo pouze jeden z nich). Dalších 12,6 % žáků (15) označilo jako svůj zdroj další členy rodiny, například tety, strýce, sourozence a prarodiče. Pouze 9,2 % oslovených žáků (11) uvedlo, že je o riziku rozvoje závislostního chování na internetu informovala škola.

7 Diskuse

Pro výzkumné šetření byl použit modifikovaný standardizovaný dotazník MEPA 20 (Lukavská et al., 2021), který bylo nutné adaptovat do dětské verze. Tato modifikace proběhla prostřednictvím přeformulování položek do pohledu ze strany dítěte ve vztahu k jeho rodičům a rozšířením odpovědí zvláště na přístup matky a přístup otce. Důvodem pro využití modifikovaného dotazníku byla skutečnost, že pro mladší žáky není dosud dostupný uspokojivý standardizovaný nástroj. Mnoho standardizovaných dotazníků rovněž nerozlišuje mezi aktivní a restriktivní mediací, přičemž rozdíl mezi potencionálním vhodným a nevhodným rodičovským přístupem, tedy tím, na který děti reagují pozitivně a naopak negativně, byl zároveň jedním z aspektů, které jsem v rámci výzkumu měla v plánu zjišťovat.

Dotazníkového šetření se nakonec zúčastnilo 119 respondentů z celkového počtu 188 respondentů v dané věkové kategorii na vybrané základní škole v Praze, což odpovídá 63,2 % z celkového vzorku. Na nižším počtu respondentů se podílely dva zásadní vlivy. Tím prvním byl nesouhlas zákonných zástupců s účastí syna/dcery ve výzkumu. Zákonným zástupcům byl doručen dopis, ve kterém byl účel výzkumu i jeho etické aspekty podrobně vysvětleny. Vzhledem k tomu, že se výzkum zabýval přístupem rodičů, je možné uvažovat, že někteří zákonní zástupci, i přes anonymitu dotazníků, nechtěli být ve svém „výchovném stylu“ hodnoceni nebo prověřováni. Dále je možné uvažovat, že někteří odmítli účast svého dítěte ve výzkumu z důvodu, že nechtěli dítě v nízkém věku „zatěžovat“ vyplňováním dotazníku. Několik rodičů se mi ozvalo s tím, že jejich děti obrazovky nepoužívají a jejich účast ve výzkumu jim tedy nepřijde relevantní. Druhým faktorem, který se podílel na nižším počtu administrovaných dotazníků, bylo roční období a s ním spojená vyšší nemocnost žáků a žákyň. I přesto, že z důvodu vysoké absence v jedné z tříd, jsme přistoupili ke změně termínu sběru dat, byla i tak nemocnost vysoká při dalším sběru. V několika případech se stalo, že měl/a respondent/ka pouze jednoho „aktivního“ rodiče a druhý se na výchově vůbec nepodílel. V tomto případě mohl/a respondent/ka ve výzkumném souboru zůstat a nemusel/a být vyřazen/a, jelikož dotazník byl modifikován na přístup matky a otce, jež byly od sebe odlišeny.

Při modifikaci dotazníku byla namísto původní číselné škály byla použita Likertova slovní škála. Vzhledem k nízkému věku respondentů se Likertova slovní škála původně jevila jako vhodnější k porozumění. Bylo uvažováno, že děti by mohla plést hodnota jednotlivých čísel. To hlavně z důvodu, že číselná škála 1-5 odpovídá školnímu známkování, kdy hodnota 1 ve škole odpovídá nejpozitivnějšímu hodnocení. Číselná škála MEPA 20 by tedy pro děti mohla být matoucí, protože naopak číselná hodnota 5 v dotazníku odpovídala tomu, že daný výrok je úplně pravdivý. To bylo považováno jako matoucí pro děti nižšího věku a bylo předpokládáno, že by to spíše mohlo vést k reverzním odpovědím. Tato volba se nakonec neukázala jako úplně vhodná, jelikož pro děti bylo problematické odlišit význam odpovědi „ano“ a „ne“ od odpovědi „spíše ano“ a „spíše ne“ (jinak řečeno nedokázaly dosud odlišit jemné nuance ve významovém rozdílu mezi jednotlivými položkami Likertovy škály). To

vedlo jak k časovým prodlevám u jednotlivých položek, tak nakonec k faktu, že odpovědi odpovídající v původní MEPĚ hodnotám 2 a 4, nebyly téměř vůbec využívány.

Jistým rizikem, které bylo zvažováno již před začátkem výzkumu, byla náročnost dotazníků, tedy délka dotazníku a jeho náročnost časová a kognitivní, která mohla být pro respondenty v tomto věku příliš obtížná. Z tohoto důvodu jsem musela být u dotazníkového šetření ve třídách přítomna a děti provázet otázku po otázce, jinak hrozilo, že by nedokázaly dotazník samy vyplnit. Pokud tedy zcela kriticky nahlédneme na způsob, kterým sběr dat probíhal a zvážíme, jak náročný byl i přes osobní asistenci administrátora, nejeví se dotazník, v této modifikované verzi, jako vhodný pro respondenty tak nízkého věku. Ve třetích a čtvrtých třídách bylo nutné sběr dat moderovat, otázku za otázkou dovysvětlovat, stejně tak jako přibližovat respondentům význam položek Likertovy škály. Právě způsob, kterým sběr probíhal (detailní rozebírání každé otázky a následné čekání, až všichni odpoví) je důvodem, proč nebylo nakonec nutné ani jeden dotazník vyřadit pro neúplnost nebo nesprávnost odpovědí. Za nevyhovující pokládám jak délku dotazníku, primárně vzhledem k nízkému věku a nižší schopnosti respondentů se déle soustředit (přes 40 položek), tak složitou formulaci některých otázek/výroků (pro žáky v tomto věku těžko představitelný skutečný význam otázky), nakonec i volbu Likertovy slovní škály. Jako rizikové pro správné pochopení zpětně hodnotím dvojité záporny, jako například v tvrzení „*Rodiče mě nenechají dělat na obrazovce nic jiného, než na čem jsme domluveni.*“ Tyto typy položek vedly ke zmatení respondentů, kdy jim nebylo jasné, zda odpověď „ano“ znamená, že je rodiče nechají dělat něco jiného, nebo naopak.

Po testování psychometrických vlastností lze konstatovat, že modifikovaný dotazník funguje dobře v oblasti aktivní mediace u obou rodičů s výjimkou položky č. 6 (reverzně kódovaná položka), která se zajímala o to, v jaké míře konzumuje rodič před dítětem obsah, který je nevhodný. To lze vysvětlit tak, že rodič si sice s dítětem povídá o obrazovkách, obsahu a podobně, ale již na něj nepůsobí jako vzor svým vlastním příkladem. V oblasti restriktivní mediace funguje dotazník dobře u obou pohlaví rodičů, naopak část dotazníku věnovaná hyperprotektivní mediaci byla nevalidní, což lze vysvětlit formulací položek pomocí dvojitého záporu.

Po statistickém testování dat bylo zjištěno, že matky obecně vykazují vyšší stupeň mediace jak u mediace aktivní (průměr 3,36), tak u mediace restriktivní (průměr 3,18). Tento výsledek se shoduje se závěrem Tang et al. (2018), kteří rovněž konstatovali gender rodiče jako významný determinant. Dále bylo zjištěno, že existuje statisticky významný rozdíl u aktivní mediace mezi třetím a čtvrtým ročníkem, s vyšším stupněm mediace u dětí ve třetím ročníku. Tento výsledek se shoduje s Corcoran et al. (2022), jež vyšší věk označují za období nižšího uplatňování mediace. Naopak nebyl zjištěn statisticky signifikantní vztah mezi pohlavím dítěte a aktivní nebo restriktivní mediací ani u matek ani u otců – to je v rozporu například se zjištěním Eastina et al. (2006), podle kterých jsou restriktivní opatření více uplatňována u chlapců. Statisticky významný rozdíl nebyl zjištěn ani mezi stylem mediace a tím, zda je dítě jedináček, nebo zda pochází z více dětí. Tento výsledek je v rozporu s informacemi, které uvádí například Zaman et al. (2016), kteří naopak uvádí složení rodiny

jako determinant výběru mediační strategie. Zde je ovšem nutné konstatovat, že neexistuje jeden standardizovaný nástroj pro zjišťování mediálního rodičovství. Výzkumy v této oblasti zahrnují mnoho odlišných studií, ať z pohledu volby respondentů (výzkumy zaměřené na rodiče, výzkumy zaměřené na děti různého věku), tak z pohledu klasifikace jednotlivých přístupů. Některé rozlišují mezi aktivní (AM) a restriktivní (RM) mediací, kdy AM je uvažována jako mediace zaměřená na spoluúčast rodiče a diskuzi s dítětem a RM spíše jako striktní nastavování pravidel bez hlubšího vysvětlování a používání různých nástrojů (aplikací) k omezení přístupu dítěte k obrazovkám. Jiné výzkumy rozšiřují škálu mediálního rodičovství o co-viewing, tedy pouhé sledování obsahu s dítětem bez reflexe a probírání vhodnosti/nevhodnosti obsahu, dále o hyperprotektivní mediaci, jak je zmíněno v kapitole 2.2 této práce. Lze tedy těžko porovnávat závěry mé studie se závěry zahraničních studií, protože výsledky nejsou konzistentní a celá oblast mediálního rodičovství je v dnešní době tématem, které je teprve na počátku zkoumání. Důležitým důvodem, proč se výsledky mého výzkumu nedají generalizovat je fakt, že soubor respondentů pro můj výzkum nebyl dostatečně veliký, není genderově vyvážen, nebyl reprezentativní.

Co se týče reakce dětí na jednotlivé rodiči zvolené strategie, lze konstatovat, že více než polovina dětí kladně reaguje na aktivní i restriktivní mediaci, tedy na jakýkoliv výchovný zásah dospělé osoby do oblasti této problematiky. Za kladnou reakci lze v tomto kontextu považovat buď prosté dodržování pravidel, které dospělé osoby ohledně používání obrazovek nastavily, anebo vlastní zvnitřnění rodičovských rad a názorů ohledně bezpečného používání digitálních médií. Z dat je patrné, že rodiče se v rámci své mediace více soustředí na čas, který děti u obrazovek tráví a na situace, kdy děti digitální zařízení využívají. Naopak méně již rodiče řeší obsah, který jejich potomci konzumují. V oblasti těchto výsledků je ale nutné brát v potaz i fakt, že ne každý respondent musel odpovědět zcela pravdivě, jelikož odpovědi na jednotlivé položky, týkající se efektivity různých přístupů mediálního rodičovství, byly formulovány explicitně jako „řídím se tím“ a „neřídím se tím“. Lze tedy zvažovat i fakt, že i přes anonymitu dotazníků, mohlo pro některé děti být důležité odpovídat kladně, tedy mohlo pro ně morálně být těžké například přiznat, že nedodržují pravidla, která mají s rodiči nastavena.

Děti mladšího školního věku byly do studie vybrány záměrně hlavně ze dvou důvodů. Prvním je nízký věk, který je z hlediska vývojové psychologie zásadním obdobím pro implementaci různých přístupů a pohledů, přejímaných právě od důležitých dospělých v životě dítěte (primárně rodičů) a zvnitřnění základních hodnot a pravidel (Langmeier & Krejčířová, 2006). Z tohoto důvodu nahlížím na rodičovskou mediaci v oblasti přístupu k digitálním zařízením obecně, v tomto období vývoje dítěte jako na velmi důležitou a v současném výzkumu ne velmi zmapovanou. Druhým důvodem byl fakt, že existují studie, ve kterých jsou výzkumným souborem dospělí (např. Lukavská et al, 2021), tedy rodiče, kteří mohou své odpovědi zkreslovat za účelem obstát v roli rodiče, třeba jen sami před sebou. U dětí v tomto věku předpokládám spíše bezelstnou upřímnost, jelikož jejich schopnost uvažovat nad odpověďmi v širším kontextu, nemusí být ještě dostatečně vyvinuta. Je však nutné i v tomto období vývoje dítěte počítat s pravděpodobností, že dítě má potřebu „chránit“ svého rodiče a vyjadřovat se o něm vždy pozitivně, což by pak mohlo vést u

určitých položek ke zkrácené odpovědi. Například u položky „*Rodiče někdy přede mnou sledují na obrazovkách něco z toho, o čem mi říkají, že není pro mě vhodné.*“

V poslední části byla pozornost zaměřena na povědomí žáků o riziku rozvoje závislostního chování na internetu. O tomto riziku je dle získaných dat informováno 55,5 % oslovených respondentů – opačnou odpověď zvolilo 5,0 % oslovených žáků, což lze považovat za relativně pozitivní výsledek. Celkem 37,8 % žáků získalo informace o závislosti ze strany svých rodičů, dalších 15,1 % konstatovalo, že je edukovala škola. Toto zjištění naopak za příliš pozitivní nepovažuji, jelikož právě škola by měla substituovat případný nedostatek informovanosti žáků ze strany jejich rodiny. Vzhledem k faktu, že v současné době se na závislost a faktory podílející se na jejím rozvoji nebo udržování, pohlíží z hlediska bio – psycho – socio – spirituálního modelu, hraje tedy i výchova dětí v rodinách i dalším sociálním prostředí, jako je například škola, svou nezanedbatelnou roli. Je ovšem nutné konstatovat i fakt, že problematika vymezení diagnostiky závislostního chování na internetu je oblastí, ve které zatím nejsou přístupy sjednoceny. Oblast nelátkových závislostí obecně je zatím takovým adiktologickým otazníkem. I přesto, že nelátkové závislostní chování naplňuje u mnoha klientů zcela stejná diagnostická kritéria, jako u závislostí na látkách, nejsou dodnes pohledy na tuto oblast adiktologie jednotné. Mezinárodní klasifikace nemocí již v současné době ve své jedenácté revizi klasifikuje závislost na hraní počítačových her (King & Potenza, 2019). Avšak v oblasti používání internetu je výzkumná půda velmi roztržena. Diskutovány jsou pojmy jako PIU (problematické používání internetu), který zastřešuje mnoho oblastí rizik spojených s používáním internetu, závislostní, tedy nutkavé chování, je pouze částí z nich (Fineberg et. al., 2018). Dalším pojmem je netolismus, který nahlíží například i obecně závislostní chování na telefonu (jako na věci, digitálním zařízení), než na obsahu, který je na něm konzumován (Vališová & Kovaříková, 2021). Jsou i odborné názory a výzkumy poukazující na to, že primární diagnózou lidí, kteří excesivně používají obrazovky a digitální zařízení, je obsedantně – kompulzivní porucha (Andreassen et al., 2016). Podobně jako v diskuzi o jednotlivých přístupech a výchovných strategiích v mediálním rodičovství, se i zde ocitám na poli, které není sjednocené, klasifikovatelné a ucelené, což vnímám jako zásadní nedostatek. Oblast nelátkových závislostí se vzhledem k tempu, kterým jde vývoj všech technologií kupředu, dostává stále více do popředí a je velmi pravděpodobné, že tento trend může mít vzrůstající tendenci.

8 Závěry

Cílem mé bakalářské práce bylo zmapovat způsoby, kterými rodiče působí na své děti v oblasti výchovy ve vztahu k používání digitálních zařízení. Dílčími cíli bylo zmapovat jejich reakce na tyto strategie a zároveň zjistit, zda mají děti v tomto věku povědomí o možném riziku rozvoje závislostního chování na internetu. Součástí výzkumu bylo zároveň ověřit, zda adaptace české škály mediálního rodičovství převedená do verze pro děti, je vhodným výzkumným nástrojem pro děti mladšího školního věku (konkrétně 3-5. třídy

základní školy). Cíle bakalářské práce se, z mého úhlu pohledu, podařilo naplnit.

Pozitivním výsledkem bakalářské práce je zjištění, že výchova v oblasti digitálních médií je součástí rodičovské výchovy obecně. Ukázalo se, že rodiče využívají prvky aktivní i restriktivní mediace. Matky mediují oproti otcům obecně více, a to jak aktivně, tak restriktivně. Mnohdy není výchovný styl rodiče v této oblasti striktně vyhraněn, často dochází k uplatňování různých složek obou výchovných strategií.

Podstatným zjištěním mé studie je fakt, že adaptace české škály mediálního rodičovství do verze pro děti, by bez přítomnosti a asistence administrátora nebyla pro děti mladšího školního věku vyhovující, a to zejména kvůli časové i kognitivní náročnosti. I přesto, že se položky aktivní a restriktivní mediace v psychometrickém ověření dotazníku ukázaly jako funkční, bez průvodce by výsledek mohl být dosti odlišný. Bylo by tedy vhodné dotazník velmi zjednodušit. Nepoužívat dvojité zápory a zvolit buď číselnou hodnotící škálu anebo Likertovu slovní škálu, ale ve zjednodušené verzi.

Ukázalo se, že má smysl, jakkoliv mediovat, ať už formou aktivní mediace nebo formou nastavování pravidel, tedy mediace restriktivní, jelikož více než polovina oslovených dětí vykazuje pozitivní reakci na tyto druhy mediace, tedy dodržují nastavená pravidla nebo se řídí zásadami, jejichž význam jim rodiče blíže vysvětlili. Ze studie vyšlo, že se rodiče soustředí v otázce media parentingu hlavně na čas, který děti u obrazovek tráví a na situace, ve kterých obrazovky používají, méně však na konzumovaný obsah. Je to ale i nevhodný obsah, jež může mít potencionálně negativní vliv na vývoj jedince. Bylo by tedy vhodné, aby se rodiče více zaměřili i na tuto oblast výchovy svých dětí ve vztahu k digitálním médiím.

Školní prostředí se neukázalo jako validní zdroj informovanosti žáků a žákyň o riziku rozvoje závislostního chování na internetu. Pouze 15,1 % respondentů označilo prostředí školy jako původce informací o dané problematice. V tomto kontextu lze navrhnout, aby se školy více zaměřily na kvalitní informování žáků o možnostech rozvoje závislostního chování na internetu při nadužívání obrazovek. Toho lze docílit dostatečnou edukací zaměstnanců školy o této problematice a její prevenci, a poté následnými krátkými intervencemi v rámci výuky. Výsledky by také mohly sloužit jako zdroj informací pro organizace zajišťující programy primární prevence ve školách a školských zařízeních, které by úrovní informovanosti žáků mohly významně pomoci v rámci primárně preventivních programů. Tyto programy bývají do výuky na mnoha školách zařazeny v rámci povinného minimálního preventivního programu, který musí škola naplnit.

9 Seznam použitých zdrojů

- Aftosmes-Tobio, A., Ganter, C., Newlan, S., Simon, Ch. L., Davison, K. K., & Manganello, J. A. (2016). A systematic review of media parenting in the context of childhood obesity research. *BMC Public Health*, 16: 320. doi: 10.1186/s12889-016-2981-5
- Ahmadzadeh, Y. I., Lester, K. J., Oliver, B. R., & McAdams, T. A. (2020). The Parent Play Questionnaire: Development of a parent questionnaire to assess parent-child play and digital media use. *Social Development*, 29 (4), 945-963.
- Anderson, E. L., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2016). Internet Use and Problematic Internet Use. A Systematic Review of Longitudinal Research Trends in Adolescence and Emergent Adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22 (4), 430-454. doi: 10.1080/02673843.2016.1227716.
- Anreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders. A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30 (2), 252-262.
- Ayers, S., & de Visser, R. (2015). *Psychologie v medicíně*. Grada.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11 (1), 56-95.
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 4, 377-383.
- Beyens, I., Keijsers, L., & Coyne, S. M. (2022). Social media, parenting, and well-being. *Current Opinion in Psychology*, 47, 101350. doi: 10.1016/j.copsyc.2022.101350.
- Bleakley, A., Ellithorpe, M., & Romer, D. (2016). The Role of Parents in Problematic Internet Use among US Adolescents. *Media and Communication*, 4 (3). doi: 10.17645/mac.v4i3.523.
- Blinka, L., Škařupová, K., Ševčíková, A., Licehammerová, Š., & Vondráčková, P. (2016). *Online závislosti*. Grada.
- Boyd, D., & Hargittai, E. (2013). Connected and concerned. Variation in parents' online safety concerns. *Policy & Internet*, 5 (3), 245-269. doi: 10.1002/1944-2866.POI332.
- Cau, F., & Su, L. (2006). Internet addiction among Chinese adolescents. Prevalence and psychological features. *Child. Care, Health, and Development*, 33, 275-281.
- Corcoran, E., Gabrielli, J., Wisniewski, P., Little, T. D., & Doty, J. (2022). A Measurement Model of Media Parenting. Differences Across Parent and Child Reports and Youth Age and

- Sex. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 44 (3), 898-912. doi: 10.1007/s10862-022-09962-y.
- Daneels, R., & Vanwynsberghe, H. (2017). Mediating social media use. Connecting parents' mediation strategies and social media literacy. *Cyberpsychology. Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11 (3). doi: 10.5817/CP2017-3-5.
- Dávidová, M. (2020). *Patologické hráčství. Výskyt, diagnostika, léčba, komplexní pohled na problematiku*. Grada.
- Eastin, M. S., Greenberg, B. S., & Hofschire, L. (2006). Parenting the internet. *Journal of Communication*, 56 (3), 486-504.
- Fineberg, N., Demetrovics, Z., Stein, D., Ioannidis, K., Potenza, M., Grünblatt, E., Brand, M., Billieux, J., Carmi, L., King, D., Grant, J., Yücel, M., Dell'Osso, B., Rumpf, H., Hall, N., Hollander, E., Goudriaan, A., Menchon, J., Zohar, J., ... Chamberlain, S. (2018). Manifesto for a European research network into Problematic Usage of the Internet. *European Neuropsychopharmacology*, 28(11), 1232–1246. doi.org/10.1016/j.euroneuro.2018.08.004
- Friedman, L. W., & Friedman, H. H. (2008). The New Media Technologies. Overview and Research Framework. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1116771
- Gillernová, I., Kebza, V., & Rymeš, M. (2011). *Psychologické aspekty změn v české společnosti*. Grada.
- Granic, I., Lobel, A., & Engels, C. M. (2014). The benefits of playing video games. *American Psychologist*, 69 (1), 66-78.
- Greenfieldová, S. (2016). *Změna myšlení*. Albatros Media.
- Guazzini, A., Gursesli, M. C., Serritella, E., Tani, M., & Duradoni, M. (2022). Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) Types and Social Media. Are Social Media Important and Impactful for OCD People? *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12 (8), 1108-1120.
- Herring, S. C., & Kapidzic, S. (2015). Teens, Gender, and Self-Presentation in Social Media. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 146-152. doi: 10.1016/b978-0-08-097086-8.64108-9.
- Hoskovcová, S. (2006). *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Grada.
- Cheng, X. Liu, M., & Li, D. (2000): Parental warmth, control, and indulgence and their relations to adjustment in Chinese children: A longitudinal study. *Journal of family psychology*, 14(3), s. 401-419.

Chomynová, P. (ed). (2022). Zpráva o digitálních závislostech v České republice 2022. https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33706/1150/Zprava-o-digitalnich-zavislostech-v-CR-2022_v220830.pdf.

Jago R., Edwards, M. J., Urbanski, C. R., & Sebire, S. J. (2013). General and specific approaches to media parenting: a systematic review of current measures, associations with screen-viewing, and measurement implications. *Childhood obesity*, 9 (suppl), S51-72. doi: 10.1089/chi.2013.0031.

Jakubowicz, K. (2013). *Nová ekologie médií: konvergence a mediamorfóza*. Verbum.

Kachlík, P. (2016). Životní styl a pohled vzorku žáků mladšího školního věku na výhody a nebezpečí spojené s moderními komunikačními technologiemi. In P. Hlad'o (Ed.), *Sborník z mezinárodní vědecké konference ICOLLE 2016* (s. 182-197). Mendelova univerzita v Brně.

Kalina, K., Zima, T., Minařík, J., Kmoch, V., Kuchař, M., Šustková, M., Hajný, M., Jeřábek, P., Řehák, V., Dvořáček, J., Malá, K., Adameček, D., Radimecký, J., Makovská Dolanská, P., Čtrnáctá, Š., Vacek, J., Vondráčková, P., Králíková, E., Braža, J., & Pavlovská, A. (2015). *Klinická adiktologie*. Grada.

Kelnarová, J., & Matějková, E. (2010). *Psychologie. 1. díl*. Grada.

Koning, I. M. (2018). Bidirectional effects of Internet-specific parenting practices and compulsive social media and Internet game use. *Journal of Behavioral Addiction*, 7 (3), 624-632. doi: 10.1556/2006.7.2018.68.

King, D. L., & Potenza, M. N. (2019). Not Playing Around: Gaming Disorder in the International Classification of Diseases (ICD-11). *Journal of Adolescent Health*, 64(1), 5–7. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.10.010>

Langmeier, J., Balcar, K., & Špitz, J. (2010). *Dětská psychoterapie*. Portál.

Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Grada.

LeBlanc, A. G., Gunnell, K. E., Prince, S., Saunders, T. J., Barnes, J. D., & Chaput, J.-P. (2017). The Ubiquity of the Screen. An Overview of the Risks and Benefits of Screen Time in Our Modern World. *Translational Journal of the ACSM*, 2 (17), 104-113.

Lee, E. J., & Ogbolu, Y. (2018). Does Parental Control Work With Smartphone Addiction? *Journal of Addictions Nursing*, 29 (2), 128-138. doi: 10.1097/JAN.0000000000000222.

Lenth, R. (2020). *Emmeans: Estimated Marginal Means, aka Least-Squares Means*. [R package]. Retrieved from <https://cran.r-project.org/package=emmeans>.

Leung, L. (2004). Net-generation attributes and seductive properties of the internet as predictors of online activities and internet addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 7, 333-348.

- Linderoth, J., Lantz-Andersson, A., & Lindström, B. (2002). Electronic Exaggerations and Virtual Worries: mapping research of computer games relevant to the understanding of children's game play. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 3 (2), 226-250.
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52 (4), 581–599.
- Lukavská, K., Vacek, J., Hrabec, O., Božík, M., Slussareff, M., Píšová, M., Kocourek, D., Svobodová, L., & Gabrhelík, R. (2021). Measuring Parental Behavior towards Children's Use of Media and Screen-Devices. The Development and Psychometrical Properties of a Media Parenting Scale for Parents of School-Aged Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (17): 9178. doi: 10.3390/ijerph18179178
- Lukavská, K., Vacek, J., & Gabrhelík, R. (2020). The effect of parental control and warmth on problematic internet use in adolescents. A prospective cohort study. *Journal of Behavioral Addictions*, 9 (3), 664-675. doi: 10.1556/2006.2020.00068
- Macková, A. (2018). *Nová média v politické komunikaci. Politici, občané a online*. Masarykova univerzita.
- Mitchell, K., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2005). Protecting youth online: family use of filtering and blocking software. *Child Abuse & Neglect*, 29 (2005), s. 753 – 765.
- Moretta, T., & Buodo, G. (2021). The Relationship Between Affective and Obsessive-Compulsive Symptoms in Internet Use Disorder. *Frontiers in Psychology*, 12: 700518. doi: 10.3389/fpsyg.2021.700518.
- Nielsen, P., Favez, N., Liddle, H., & Rigter, H. (2019). Linking parental mediation practices to adolescents' problematic online screen use: A systematic literature review. *Journal of Behavioral Addictions*, 8 (4), 649-663. doi: 10.1556/2006.8.2019.61.
- Nikken, P., & Jansz, J. (2006). Parental mediation of children's videogame playing: A comparison of the reports by parents and children. *Learning, Media and Technology*, 31, 181–202. doi: 10.1080/17439880600756803.
- O'Connor, T. M., Hingle, M., Chuang, R.-J., Gorely, T., Hinkley, T., Jago, R., Lanigan, J., Pearson, N., & Thompson, D. A. (2013). Conceptual Understanding of Screen Media Parenting. Report of a Working Group. *Childhood Obesity*, 9 (1). doi: 10.1089/chi.2013.0025.
- Orel, M., Obereignerů, R., & Mentel, A. (2016). *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Osvaldová, B., & Halada, J. (2007). *Praktická encyklopedie žurnalistiky a marketingové komunikace*. Libri.
- Pavlíček, A. (2010). *Nová média a sociální síť*. Oeconomica.

- Pemová, T., & Ptáček, R. (2016). *Zanedbávání dětí: příčiny, důsledky a možnosti hodnocení*. Grada.
- Ponte, C., & Vieira, N. (2008). Crianças e internet, riscos e oportunidades. Um desafio para a agenda de pesquisa nacional., *In Comunicação e Cidadania. Actas do 5o Congresso da SOPCOM*, s. 2732–2741.
- Praško, J., Grambal, A., Šlepecký, M., & Vyskočilová, J. (2019). *Obsedantně-kompulzivní porucha*. Grada.
- Pugnerová, M., Plevová, I., Kvintová, J., Křeménková, L., Dobešová-Cakirpaloglu, S., & Lemrová, S. (2019). *Psychologie pro studenty pedagogických oborů*. Grada.
- Raboch, J., Hrdlička, M., Mohr, P., Pavlovský, P., & Ptáček, R. (2015). *DSM-5. Diagnostický a statistický manuál duševních poruch*. Hogrefe – Testcentrum.
- R Core Team (2021). *R: A Language and environment for statistical computing*. (Version 4.1) [Computer software]. Retrieved from <https://cran.r-project.org>. (R packages retrieved from MRAN snapshot 2022-01-01).
- Revelle, W. (2019). *psych: Procedures for Psychological, Psychometric, and Personality Research*. [R package]. Retrieved from <https://cran.r-project.org/package=psych>.
- Rohanachandra, Y. M. (2023). Excessive screen use in children and adolescents. Impact, risk factors and interventions. *Sri Lanka Journal of Child Health*, 51 (2), 175-181. doi: 10.4038/sljch.v51i2.10114.
- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2017). Associations between screen media parenting and children's screen time in Lebanon. *Telematics and Informatics*, 34 (1), 351-358. doi: 10.1016/j.tele.2016.06.002.
- Singmann, H. (2018). *afex: Analysis of Factorial Experiments*. [R package]. Retrieved from <https://cran.r-project.org/package=afex>.
- Stiglic, N., & Viner, R. M. (2019). Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: A systematic review of reviews. *BMJ Open*, 9(1), e023191. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-023191>
- Ševčíková, A., Šmahel, D., Blinka, L., Macháčková, H., Dědková, L., & Černá, A. (2015). *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*. Grada.
- Šolcová, I. (2009). *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Grada.
- Tang, L., Darlington, G., Ma, D. W. L., & Haines, J. (2018). Mothers' and fathers' media parenting practices associated with young children's screen-time: a cross-sectional study. *BMC Obesity*, 5 (1). doi: 10.1186/s40608-018-0214-4.
- The jamovi project (2022). *jamovi*. (Version 2.3) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.

- Úřad vlády ČR (2020). Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) 2019. https://www.vlada.cz/assets/ppov/protidrogoва-politika/media/Zaostreno-2020-05_ESPAD-2019.pdf.
- ÚZIS. (2022, 1. ledna). MKN-10 2022, 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí. <https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F63>.
- Vágnerová, M., & Lisá, L. (2021). *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. Karolinum Press.
- Valcke, M., Bonte, S., De Wever, B., & Rots, I. (2010). Internet parenting styles and the impact on internet use of primary school children. *Computers & Education*, 55, 454-464. doi: 10.1016/j.compedu.2010.02.009
- Vališová, A., & Kovaříková, M. (2021). *Obecná didaktika a její širší pedagogické souvislosti v úkolech a cvičeních*. Grada.
- Vondráčková, P. (2015). Modely vzniku a vývoje závislosti na internetu. *Adiktologie*, 15 (3), 252-262.
- Vondráčková, P., & Gabrhelík, R. (2016). Prevention of Internet addiction. A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*, 5 (4), 568-579.
- WHO. (2022, 1. února). ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. 6C51 Gaming disorder. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/1448597234>.
- Yo, L., & Luo, T. (2021). Social networking addiction among Hong Kong university students. Its health consequences and relationships with parenting behaviors. *Frontiers in Public Health*, 8. doi: 10.3389/fpubh.2020.555990.
- Young, R., & Tully, M. (2022). Autonomy vs. Control. Association Among Parental Mediation, Perceived Parenting Styles, and U. S. Adolescents' Risky Online Experiences. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16 (2). doi: 10.5817/CP2022-2-5.
- Zaman, B. Nouwen, M., Vanattenhoven, J., de Ferrer E. & Van Looy, J. (2016). A Qualitative inquiry into the contextualized parental mediation practices of young children's digital media use at home. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 60, 1–22. doi: 10.1080/08838151.2015.1127240.

10 Přílohy

10.1 Seznam tabulek

TABULKA 1: SBĚR DAT	29
TABULKA 2: DIFERENCIACE SOUBORU DLE ROČNÍKU	31
TABULKA 3: DIFERENCIACE SOUBORU DLE POHLAVÍ	31
TABULKA 4: DIFERENCIACE SOUBORU DLE PŘÍTOMNOSTI SOUROZENCŮ V RODINĚ	32
TABULKA 5: DIFERENCIACE SOUBORU DLE POČTU SOUROZENCŮ	32
TABULKA 6: DIFERENCIACE SOUBORU DLE USPOŘÁDÁNÍ RODINY	32
TABULKA 7: OVĚŘENÍ ŠKÁLY AKTIVNÍ MEDIACE (DLE POHLAVÍ RODIČE)	33
TABULKA 8: POLOŽKOVÁ ANALÝZA ŠKÁLY AKTIVNÍ MEDIACE (DLE POHLAVÍ RODIČE)	33
TABULKA 9: OVĚŘENÍ ŠKÁLY RESTRIKTIVNÍ MEDIACE (DLE POHLAVÍ RODIČE)	35
TABULKA 10: POLOŽKOVÁ ANALÝZA ŠKÁLY RESTRIKTIVNÍ MEDIACE (DLE POHLAVÍ RODIČE)	35
TABULKA 11: OVĚŘENÍ ŠKÁLY HYPERPROTEKTIVNÍ MEDIACE (DLE POHLAVÍ RODIČE)	37
TABULKA 12: POLOŽKOVÁ ANALÝZA ŠKÁLY HYPERPROTEKTIVNÍ MEDIACE (DLE POHLAVÍ RODIČE).....	37
TABULKA 13: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – T-TEST	39
TABULKA 14: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – ZÁKLADNÍ STATISTICKÉ PARAMETRY	39
TABULKA 15: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – ONE-WAY ANOVA.....	40
TABULKA 16: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – ZÁKLADNÍ STATISTICKÉ PARAMETRY	40
TABULKA 17: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – T-TEST	41
TABULKA 18: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – DESKRIPTIVNÍ STATISTIKA	41
TABULKA 19: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – T-TEST	42
TABULKA 20: VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ – ZÁKLADNÍ STATISTICKÉ PARAMETRY	42
TABULKA 21: REAKCE DĚTÍ NA AKTIVNÍ MEDIACI.....	44
TABULKA 22: REAKCE DĚTÍ NA RESTRIKTIVNÍ MEDIACI.....	44
TABULKA 23: POVĚDOMÍ O MOŽNOSTI VZNIKU ZÁVISLOSTI NA INTERNETU.....	45
TABULKA 24: INFORMOVÁNÍ O RIZIKU ZÁVISLOSTI ZE STRANY RODIČŮ.....	45

TABULKA 25: INFORMOVÁNÍ O RIZIKU ZÁVISLOSTI ZE STRANY ŠKOLY	45
---	----

10.2 Seznam grafů

GRAF 1: POMĚR MEZI POČTEM ŽÁKŮ VE TŘÍDĚ A POČTEM ŽÁKŮ ÚČASTNÍCÍCH SE VÝZKUMU	27
GRAF 2: KORELAČNÍ HEAT MAPA – AKTIVNÍ MEDIACE U MATEK	34
GRAF 3: KORELAČNÍ HEAT MAPA – AKTIVNÍ MEDIACE U OTCŮ.....	34
GRAF 4: KORELAČNÍ HEAT MAPA – RESTRIKTIVNÍ MEDIACE U MATEK	35
GRAF 5: KORELAČNÍ HEAT MAPA – RESTRIKTIVNÍ MEDIACE U OTCŮ.....	36
GRAF 6: KORELAČNÍ HEAT MAPA – HYPERPROTEKTIVNÍ MEDIACE U MATEK.....	38
GRAF 7: KORELAČNÍ HEAT MAPA – HYPERPROTEKTIVNÍ MEDIACE U OTCŮ	38
GRAF 8: KORELAČNÍ DIAGRAMY PRO JEDNOTLIVÉ TYPY MEDIACE U MATEK A OTCŮ	43
GRAF 9: KORELAČNÍ DIAGRAMY PRO JEDNOTLIVÉ TYPY MEDIACE U MATEK A OTCŮ	43

10.3 Informovaný souhlas zákonného zástupce (dopis pro rodiče)

Vážení rodiče,

třídní kolektiv Vaší dcery/Vašeho syna byl náhodně vybrán, aby se účastnil dotazníkového šetření v oblasti užívání digitálních médií, jež bude sloužit jako podklad k mé bakalářské práci, kterou bych ráda zakončila bakalářské studium oboru Adiktologie na 1. LF UK. Veškerá data v rámci dotazníkového šetření budou uchována, zpracována a publikována anonymně. Žáci nebudou dotazníky podepisovat, ani poskytovat své osobní údaje. Základní školy zapojené do studie budou také vedeny anonymně (tzn. nebudou zveřejněny jejich názvy, adresy či jména třídních pedagogů apod.). Sběru dat na vybrané základní škole předcházela souhlas ředitele dané školy. Dotazník bude zaměřený na postoje žáků k digitálním technologiím, na způsoby regulace času stráveného u digitálních technologií a na jejich povědomí o rizicích s touto problematikou spojených. Vyplnění dotazníku zabere maximálně 20 minut, dotazník bude v papírové formě. U vyplňování budu osobně přítomna, zároveň ve třídě bude i pedagog. Výsledky dotazníku budou sloužit ke studijním a výzkumným účelům. Každý z žáků bude mít možnost odmítnout účast ve výzkumu.

Jelikož jde o dotazníkové šetření a respondenti jsou vybráni ve věku 3-5. třídy základní školy, je nutné pro provedení výzkumu zajistit písemný souhlas zákonného zástupce dítěte. Vzhledem k tomu, že celé téma online prostoru a digitální éry je dost aktuální a důležité, bych Vás tímto chtěla poprosit o souhlas s účastí Vašeho syna/ Vaší dcery v dotazníkovém šetření.

Pokud s účastí souhlasíte, vyplňte prosím souhlas níže v tomto dopise a pošlete ho po svém synovi/ své dceři zpět do školy, do rukou třídní učitelky. Pokud byste měli jakékoliv další dotazy, neváhejte mě kontaktovat na níže uvedeném emailu, či telefonním čísle.

Předem děkuji.

Karolína Bláhová
email.: kar.blahova@seznam.cz
tel.: 731 646 404

Souhlas s účastí ve výzkumu nezletilého respondenta/ respondentky

Já, _____, jakožto
zákonný _____ zástupce _____ syna/dcery
_____, prohlašuji, že
jsem četl/a celý výše uvedený text a porozuměl/a jsem jeho smyslu. **Souhlasím s účastí
dítěte v uvedeném výzkumném projektu** a rozumím, že mohu souhlas odmítnout, případně
svobodně a bez udání důvodů z účasti odstoupit.

V _____, dne _____

podpis zákonného zástupce

podpis výzkumníka

10.4 Dotazník

Ahoj!

Jmenuju se Karolína a známe se spolu z preventivních programů, které spolu každé pololetí máme. Studuji vysokou školu a letos jí budu dokončovat, a tak mě čeká i psaní závěrečné práce. Velmi mě zajímá téma používání internetu a obrazovek (telefonů, tabletů, počítačů, televizí, notebooků atd.) v dnešní době, a to hlavně u dětí. Také mě zajímá, jak rodiče přistupují k tomu, jak jejich děti obrazovky používají. A právě na tohle téma bych ráda závěrečnou práci napsala. K tomu ale potřebuji získat nějaké informace právě od dětí. Tvoji rodiče souhlasili s tím, že mi s tím můžeš pomoci a vyplnit následující dotazník. Dotazník je anonymní, to znamená, že nikdo nebude vědět, jak si odpověděl, a tak se nemusíš vůbec ničeho bát a můžeš být úplně upřímný/á. Dotazník je sice delší, ale budeš pouze kroužkovat, jak sám vnímáš, jak k tobě a obrazovkám rodiče přistupují. Vždy zakroužkuj prosím tvrzení, které se nejvíce blíží tomu, jak to doma máte nastavené. Kdyby cokoliv nebylo jasné, klidně se ptej. Moc mi tím pomůžeš, ale pokud se ti do toho nechce, nemusíš se účastnit. Děkuju.

Karolína

ČÁST 1 (demografická):

- 1) Jsem:
 - a) *Dívka*
 - b) *Chlapec*
 - 2) Chodím do:
 - a) *3. třídy*
 - b) *4. třídy*
 - c) *5. třídy*
 - 3) Mám sourozence, kteří se mnou bydlí v jedné domácnosti:
 - a) *Ne*
 - b) *Ano*

Pokud jsi označil ano, napiš, prosím, kolik sourozenců s tebou bydlí v jedné domácnosti: _____
 - 4) Bydlím s:
 - a) *S oběma rodiči*
 - b) *S mámou*
 - c) *S tátou*
 - d) *Pokud bydlíš s někým jiným, nebo například s mámou a jejím partnerem atd., prosím dopiš s kým:*
-

ČÁST 2 (Dotazník MEPA – 21 v české verzi (Lukavská et al., 2021) ve verzi pro děti):

1. Rodiče si se mnou povídají o tom, kolik času trávím u obrazovek.
Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
2. Přejde mi, že rodiče mají pod kontrolou, kolik času oni sami stráví s obrazovkami.
Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
3. Rodiče mi vysvětlují, co je vhodné, abych na obrazovkách dělal/a (jaké hry, videa, aplikace, webové stránky jsou pro mě vhodné).
Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
4. Rodiče mi pomáhají vyhledávat stránky, hry, aplikace, videa, které jsou pro mě vhodné.
Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

5. Myslím, že rodiče potají sledují, co jsem u obrazovek dělal/a.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

6. Rodiče někdy přede mnou sledují na obrazovkách něco z toho, o čem mi říkají, že není pro mě vhodné.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

7. Rodiče si se mnou povídají o tom, jak používám obrazovky (kdy, kde atd)

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

8. Rodiče si se mnou povídají o tom, kdy je vhodné obrazovky sledovat a kdy ne (například u jídla, před spaním atd)

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

9. Rodiče mi pomáhají najít vhodné situace, kdy můžu obrazovky používat.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

10. Rodiče mi dávají najevo, že používání obrazovek je ztráta času.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

11. Mám s rodiči jasně daná pravidla, kolik času můžu u obrazovek denně strávit.

S mámou: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

S tátou: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

12. Rodiče mě u obrazovky nenechají déle, než bylo dohodnuto.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

13. Rodiče si všimají toho, co na obrazovkách dělám.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

14. Máme jasně daná pravidla, co na obrazovkách mohu sledovat a dělat, a co ne.

S mámou: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

S tátou: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

15. Rodiče mě neustále kontrolují, když jsem u obrazovky.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

16. Rodiče mě nenechají dělat na obrazovce nic jiného, než na čem jsme domluveni.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

17. Myslím, že si rodiče všimají toho, kdy obrazovky používám (kdy a v jakých situacích)

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

18. Máme jasně daná pravidla, kdy smím být u obrazovky a kdy nikoliv.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

19. Rodiče mě nenechají obrazovky používat v jiných situacích, než máme domluvené.

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

20. Máme pravidla nastavená tak, že obrazovky nepoužívám pro zábavu skoro vůbec.

S mámou: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
S tátou: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

21. Rodiče mě nenechají, abych si čas s obrazovkou hlídal sám (hlídala sama).

Máma: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne
Táta: ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

ČÁST 3 (efektivita):

Rodiče (máma, táta, nebo oba dva) si se mnou povídají o tom, co je a není pro mě vhodné na obrazovkách sledovat a já se tím většinou:

Řídím – neřídím – rodiče si se mnou o tom nepovídají

Rodiče (máma, táta, nebo oba dva) si se mnou povídají o tom, v jakých situacích je a není vhodné trávit čas u obrazovky a já se tím většinou:

Řídím – neřídím - rodiče si se mnou o tom nepovídají

Rodiče (máma, táta, nebo oba dva) si se mnou povídají o tom, kolik času je vhodné u obrazovek trávit a já se tím většinou:

Řídím – neřídím - rodiče si se mnou o tom nepovídají

Rodiče (máma, táta, nebo oba dva) nastavili pravidla, co smím na obrazovkách dělat a sledovat a já se tím většinou:

Řídím – neřídím – rodiče to neřeší a nenastavují mi pravidla ohledně obrazovek

Rodiče (máma, táta, nebo oba dva) nastavili pravidla, kdy a v jakých situacích smím trávit čas u obrazovek, a já se tím většinou:

Řídím – neřídím – rodiče to neřeší a nenastavují mi pravidla ohledně obrazovek

Rodiče (máma, táta, nebo oba dva) nastavili pravidla, kolik času smím strávit u obrazovek, a já se tím většinou:

Řídím – neřídím – rodiče to neřeší a nenastavují mi pravidla ohledně obrazovek

Když na něco koukám, nebo něco hraju, rodiče se tváří obvykle takhle:

Máma: 

Táta: 

ČÁST 4 (awareness):

Vím o tom, že nadměrné používání obrazovek může vést ke vzniku závislosti.

ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Rodiče (máma, táta, nebo oba dva) se se mnou někdy bavili o tom, že trávit moc času u obrazovek může vést ke vzniku závislosti.

ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Ve škole (s učiteli, nebo na jiných programech – třeba preventivních), se se mnou někdy bavili o tom, že trávit moc času u obrazovek může vést ke vzniku závislosti.

ano – spíše ano – nevím – spíše ne – ne

Pokud víš o tom, že nadměrné trávení času u obrazovek může vést ke vzniku závislosti, nebo si o tom někdy někde slyšel/četl, napiš prosím, od koho, nebo jak si se o tom dozvěděl/a: