

## PRÍLOHA

Dotazník

### **Dotazník pre žiakov 2. stupňa základnej školy**

Vážení žiaci,

moje meno je Barbora Buchová a som študentka pedagogiky na Filozofickej fakulte Univerzity Karlovej v Prahe. Prosila by som Vás o vyplnenie dotazníka za účelom výskumu mojej bakalárskej práce, ktorá sa zaoberá rizikami používania mobilného telefónu u žiakov 2. stupňa základnej školy. Vyplnenie tohto dotazníka je anonymné a použije sa len na účely bakalárskej práce.

**Označte správnu odpoveď. Pri otázke č. 5, č.9 je možné označiť viacero odpovedí.**

Ďakujem veľmi pekne za ochotu.

#### **1. Pohlavie :**

- a) chlapec
- b) dievča

#### **2. Vek :**

..... rokov

#### **3. Ročník :**

.....

#### **4. Máš mobilný telefón?**

- a) áno
- b) nie

#### **5. K čomu najčastejšie používaš mobilný telefón? (môžeš označiť viacero odpovedí)**

- a) chatovanie/písanie SMS
- b) hranie online hier
- c) používanie sociálnych sietí (Instagram, TikTok, Youtube, Snapchat, atď.)
- d) volanie
- e) vyhľadávanie informácií na internete
- f) iné : .....

#### **6. Koľko hodín denne tráviš na mobilnom telefóne ?**

- a) menej ako jednu hodinu
- b) 1-2 hodiny
- c) 2-3 hodiny
- d) 3-4 hodiny
- e) 4 hodiny a viac

**7. Radšej trávim čas používaním mobilného telefónu ako s kamarátmi.**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**8. Radšej trávim čas používaním mobilného telefónu ako s rodinou.**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**9. Ktorým aktivitám sa venuješ vo svojom voľnom čase? (môžeš značiť viac odpovedí)**

- a) čítam knihy
- b) hrám online hry
- c) športujem
- d) trávim čas na sociálnych sieťach
- e) trávim čas na záujmových krúžkoch
- f) trávim čas s kamarátmi
- g) trávim čas s rodinnými príslušníkmi
- h) iné : .....

**10. Preferujem tráviť svoj voľný čas sám/a vo svojej izbe používaním mobilného telefónu.**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**11. Preferujem komunikáciu cez mobilný telefón ako osobné stretnutie.**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**12. Zažíváš nepríjemné pocity ako úzkosť a silný stres?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**13. Zažíváš silný smútok, ktorý vedie až do depresívnej nálady?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**14. Zažívaš pocity menejcennosti alebo nízkej sebaúcty? (napr. pri používaní sociálnych sietí, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**15. Pociťuješ bolesť hlavy pri dlhšom používaní mobilného telefónu?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**16. Pociťuješ bolesť očí pri dlhšom používaní mobilného telefónu?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**17. Klesá tvoja fyzická aktivita na úkor používania mobilného telefónu?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**18. Máš časté nutkavé pocity neustále používať mobilný telefón?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**19. Máš pocit, že bez mobilného telefónu nevieš existovať a musíš ho mať stále pri sebe?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**20. Zažívaš pocity strachu a úzkosti keď pri sebe nemáš mobilný telefón?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**21. Používaš mobilný telefón v nevhodných situáciách aj napriek tomu, že by to mohlo pôsobiť neslušne? (rodinné oslavy, vyučovanie, divadelné predstavenie, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**22. Koľko hodín denne spíš?**

- a) 8 a viac hodín
- b) 8-7 hodín
- c) 7-6 hodín
- d) 6-5 hodín
- e) 5-4 hodiny
- f) 4 hodiny a menej

**23. Máš problémy so spánkom? (časté budenie sa, problém so zaspávaním, nekvalitný spánok, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**24. Používaš mobilný telefón aj počas noci (od 22:00-6:00) ?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**25. Kontroluješ si čas strávený na mobilnom telefóne?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**26. Nastavil/a si si limit stráveného času na mobilnom telefóne alebo na aplikáciách v mobilnom telefóne?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**27. Používaš mobilný telefón hodinu a menej pre spánkom? (pred zaspaním)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**28. Obmedzuješ používanie mobilného telefónu počas sociálnych interakcií? (napr. s kamarátmi, rodičmi, učiteľmi, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**29. Obmedzuješ používanie mobilného telefónu počas jedla? (napr. počas raňajok, obeda, večere, desiaty, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**30. Obmedzuješ používanie mobilného telefónu počas učenia? (keď nevyhľadávaš informácie na internete)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**31. Kontrolujú tvoji rodičia na čo používaš mobilný telefón? (používanie soc. sietí, chatovanie, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**32. Pociťuješ zhoršenú sústredenosť pri vykonávanej činnosti? (čítanie, učenie sa, vypracovanie domácich úloh, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**33. Pamätáš si učivo, ktoré si sa naučil/a?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**34. Lahko ťa niečo rozptýli pri vykonávanej činnosti? (napr. upozornenie na mobilnom telefóne, používanie sociálnych sietí, atď.)**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**35. Bola niekedy zverejnená tvoja fotka alebo video bez tvojho súhlasu za účelom zosmiešnenia?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**36. Zverejnil/a si niekedy nevhodnú fotku alebo video niekoho za účelom zosmiešnenia?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie

**37. Stretol/a si sa s kyberšikanou vo tvojom okolí?**

- a) áno
- b) skôr áno
- c) skôr nie
- d) nie