

## **SOCIÁLNE, ETICKÉ A ZDRAVOTNÉ ASPEKTY POUŽÍVANIA SOCIÁLNYCH SIETÍ ŽIAKMI**

**Ludmila VELICHOVÁ<sup>1</sup>**

### **ABSTRACT**

Nowadays, the expansion of social networks is a relatively new phenomenon. The enormous increase in interest in social networks is related to all young people around the world. How teenagers engage in social networks can provide insight into shaping their identity and peer socialization. The paper deals with selected social, ethical and health aspects of the social networks use by the target group of secondary school students. In the first part of the paper we define the concept of social networks, analyse their advantages and identify the risks associated with their use also in the context of addiction. In the empirical part of the paper, we present the results of a survey we conducted at selected business academies in Bratislava.

### **KEYWORDS**

Media Literacy; Social Networks; Social, Ethical and Health Aspects; Risk of Addiction

### **ÚVOD**

Požiadavka permanentného získavania, rýchleho zdieľania a prenosu informácií vyžaduje nové médiá a dynamicky sa meniace formy komunikácie. S využívaním médií spojená mediálna gramotnosť sa v súčasnosti považuje za jednu z kľúčových kompetencií. Podľa Európskej charty mediálnej gramotnosti [1] by mal byť „mediálne gramotný“ človek schopný efektívne používať mediálne technológie na prístup, vyhľadávanie, zhromažďovanie a zdieľanie mediálnych obsahov s cieľom uspokojiť svoje individuálne a skupinové potreby a záujmy. Mal by nadobúdať prístup a uskutočňovať informovaný výber zo širokej škály mediálnych foriem a obsahov z rozdielnych kultúrnych a inštitucionálnych zdrojov, vedieť porozumieť tomu, ako a prečo sa mediálne obsahy vytvárajú, kriticky analyzovať techniky, jazyk a konvencie používané v médiách a rozpoznať význam ich posolstiev, používať médiá tvorivo a na vyjadrovanie svojich myšlienok, informácií a názorov. Zároveň by mal vedieť identifikovať, zabrániť alebo odmietnuť mediálne obsahy a služby, ktoré môžu byť nežiaduce, urážlivé, pohoršujúce a škodlivé.

### **Fenomén sociálnych sietí**

Internet ako zložitý „virtuálny“ spoločenský organizmus sa stal neodmysliteľnou súčasťou dnešnej komunikácie. Využívanie internetu a internetových prehliadačov je dnes samozrejmou, bez ktorej si svoj život nevie predstaviť väčšina dnešných tínedžerov. Mladí ľudia trávajú v digitálnom svete stále viac času. Internet ich dennodenne sprevádza aj vzdelávaním v škole a je pevnou súčasťou ich voľného času.

V ostatnom období narastá význam nového fenoménu, ktorým sú sociálne siete. Možno ich vymedziť ako prepojenú skupinu ľudí, ktorá spolu udržiava komunikáciu rôznymi prostried-

---

<sup>1</sup> doc. Ing. Ludmila Velichová, PhD, Ekonomická univerzita v Bratislave, Národohospodárska fakulta, Katedra pedagogiky, ludmila.velichova@euba.sk

kami. V užšom chápaní je sociálna sieť službou na internete, ktorá registrovaným členom umožňuje vytvárať si osobné, verejné alebo čiastočne verejné profily, komunikovať navzájom, zdieľať informácie, fotografie, videá, četovať a vykonávať ďalšie aktivity. Sociálnu sieť možno považovať za komunitu, t. j. prepojenú skupinu ľudí, ktorí sa navzájom ovplyvňujú. [2] Na rozdiel od tradičných médií – tlač, televízia a rozhlas, ktoré sú zamerané väčšinou na pasívne vyhľadávanie a prijímanie informácií a zabezpečujú komunikáciu plynúcu jedným smerom, sú sociálne siete zamerané na podporu spolupráce a participáciu medzi užívateľmi. Základnou funkciou sociálnych sietí je vytvoriť profil v rámci uzatvoreného systému užívateľov, rozšíriť zoznam členov skupiny o ďalších užívateľov a skúmať spojenia, ktoré boli vytvorené inými užívateľmi vo vnútri systému.

Užívateľia majú možnosť vybrať si dnes z veľkého množstva sociálnych sietí. Za najviac využívané u užívateľov v SR sa podľa štatistík považujú Facebook, YouTube, WhatsApp, Facebook Messenger, WeChat, Instagram, QQ, QZone, Tik Tok, Twitter a LinkedIn. [3] Sú medzi nimi určité odlišnosti, avšak základné funkcie, ktoré ponúkajú sú rovnaké. V prvom rade sú to profily a možnosť odporúčania, resp. pozvania iného účastníka pre vstup do siete, prípadne do už formovanej skupiny. Vzniká tak databáza „priateľov“, ktorá je dostupná väčšinou len členom siete, resp. skupine členov. Podstatou komunikácie je možnosť diskutovať s členmi siete alebo skupiny a možnosť zdieľať s nimi rôzne materiály (napr. texty, fotografie, hudbu, videá, hyperlinky, hry, zážitky a i.). Vzniká tak určité publikum rovesníkov, ktorí sa poznajú alebo sa poznali už v minulosti. Pridanou hodnotou sú spoločné projekty, na ktorých sa môžu zúčastňovať členovia siete, resp. skupiny. Sociálne siete a komunikačné programy sa stali „občianskou spoločnosťou“ tínedžerskej kultúry. Nárast záujmu o sociálne siete možno prirovnať vo všeobecnosti k rýchlosti pripojenia sa ľudí na vysokorýchlostný internet. [2]

### **Vybrané sociálne, etické a zdravotné aspekty používania sociálnych sietí**

S používaním sociálnych sietí je spojených viacero sociálnych, etických a zdravotných aspektov. Sociálny aspekt možno vidieť predovšetkým vo vplyve sociálnych sietí na rozvoj komunikačných zručností ich užívateľov v domácom i cudzojazyčnom prostredí. Sú priestorom, v ktorom môžu používatelia vytvárať, budovať a udržiavať vzťahy, formovať svoju identitu, učiť sa komunikovať. Významným pozitívom sociálnych sietí je nepretržitá možnosť získavať aktuálne informácie, zhromažďovať, zdieľať, vymieňať si ich, rozvoj schopnosti diskutovať a obhajovať vlastné názory, možnosť získať emocionálnu podporu rovnako zmýšľajúcich účastníkov.

Na druhej strane možno vidieť významné negatívne vplyvy používania sociálnych sietí. Účastníci používajú sociálne siete viac ako telefonické rozhovory a osobné stretnutia a rozhovory tvárou v tvár. Tým paradoxne menej osobne komunikujú. Domnievajú sa, že komunikácia cez sociálne siete je rýchlejšia a tým podľa ich názoru efektívnejšia. Sociálna sieť je pre mnohých účastníkov najjednoduchším spôsobom, ako si udržať kontakt s priateľmi a rodinou. Často slúži ako náhrada sociálnych väzieb. Je veľkým „požíračom“ času. Vzniká nebezpečenstvo straty súkromia a v neposlednej miere aj riziko potreby takmer neustáleho kontaktu s komunitou. Tínedžeri sa snažia stále meniť svoje profily hneď ako sa v ich živote niečo udeje a zmení, hoci aj malý detail. Z ďalších všeobecne známych etických a zdravotných rizík možno uviesť nebezpečenstvo zneužitia údajov (ktoré sa často podceňuje), riziko stotožnenia sa s virtuálnou identitou, získanie skresleného obrazu o vlastnom tele, prístup k príspevkom s nevhodným obsahom, viaceré sociálne riziká (napr. vyhrážanie, obťažovanie, kyberšikana), vznik viacerých zdravotných problémov (napr. ochorenia chrbtice, očí a nervovej sústavy, poruchy spánku, stavy úzkosti, depresie a i.), a v neposlednom rade riziko vzniku závislosti.

### Výsledky empirického prieskumu

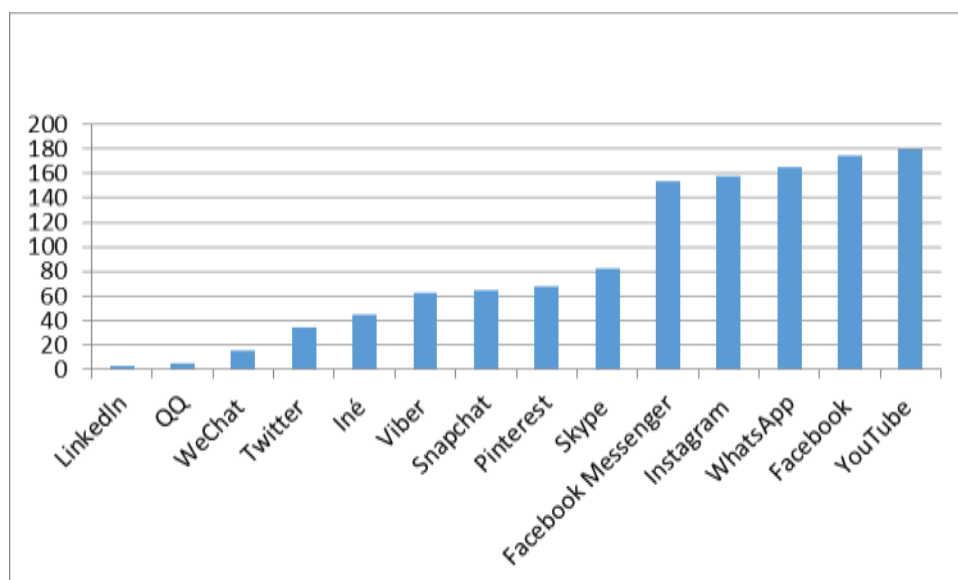
S cieľom identifikovať niektoré vybrané sociálne, etické a zdravotné aspekty používania sociálnych sietí žiakmi sme uskutočnili empirický prieskum. Cieľovou skupinou boli žiaci 2. ročníka vybraných obchodných akadémií v Bratislave, t. j. žiaci vo veku 16 – 17 rokov. Pilotného prieskumu sa zúčastnilo 184 žiakov. Ako metódu získavania informácií sme zvolili anonymný dotazník. Do zberu dát sme zapojili fakultných učiteľov nášho pracoviska na fakultných školách v Bratislave, čím sme dosiahli 100 percentnú návratnosť dotazníkov. Pri zostavovaní cieľov a hypotéz prieskumu sme vychádzali zo všeobecne známych informácií o sociálnych sieťach a z výsledkov výskumu Inštitútu pre verejné otázky z roku 2012. [2]

Ciele prieskumu:

1. Zistiť, koľko žiakov má vytvorený vlastný profil na sociálnych sieťach.
2. Zistiť, ktoré sociálne siete žiaci využívajú.
3. Zistiť, koľko času trávia žiaci na sociálnych sieťach.
4. Preskúmať, aké sú reakcie rodičov na využívanie sociálnych sietí ich deťmi.
5. Zistiť, ktorú formu komunikácie žiaci uprednostňujú, keď majú oznámiť dôležitú správu.
6. Zistiť postoje žiakov k sociálnym sieťam so zameraním na pozitíva a negatíva používania sociálnych sietí.
7. Zistiť, ako vnímajú žiaci nebezpečenstvo vzniku závislosti na sociálnych sieťach.

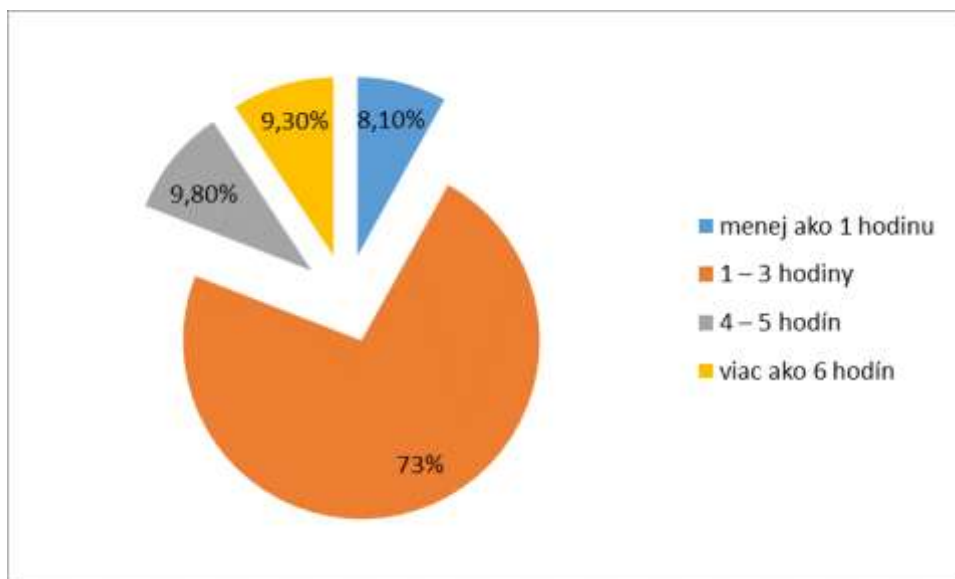
### Vybrané výsledky prieskumu

Výsledky prieskumu potvrdili, že všetci oslovení žiaci (100 %) majú na sociálnej sieti vytvorený vlastný profil a aktívne používajú sociálnu sieť; 25 % žiakov má vytvorený profil iba na jednej sociálnej sieti; 14 % na dvoch až piatich sociálnych sieťach a až 61 % žiakov má profil na 6 a viac sociálnych sieťach. Zastúpenie jednotlivých sociálnych sietí, na ktorých majú žiaci vytvorený vlastný profil a ktoré aktívne používajú uvádzame v grafe 1. Najviac používajú respondenti sociálne siete YouTube, Facebook, WhatsApp, Instagram a Facebook Messenger; najmenej používajú WeChat, QQ a LinkedIn.



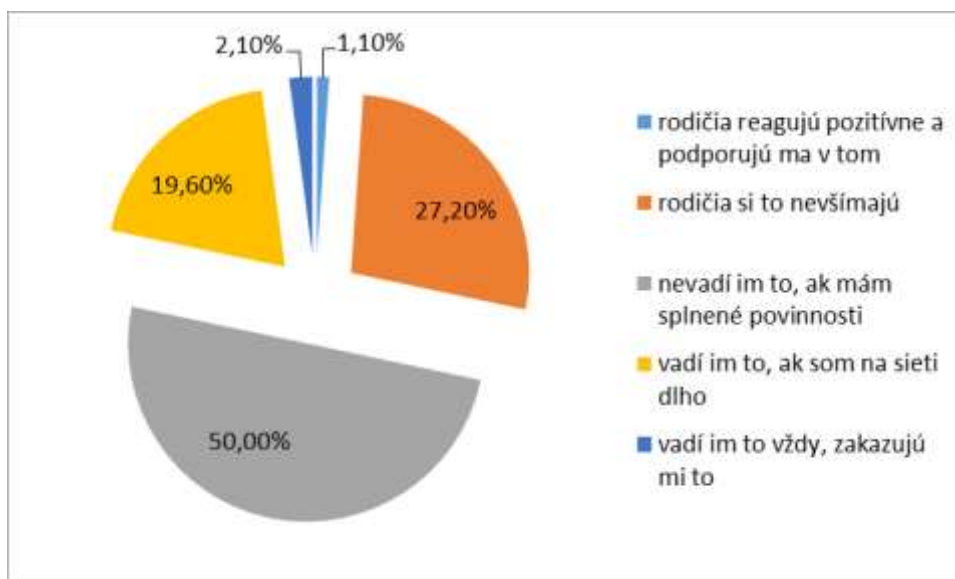
Graf 1 Sociálne siete, ktoré žiaci aktívne používajú

Zaujímala nás otázka, koľko hodín priemerne trávia žiaci na sociálnych sieťach. Odpovede na túto otázku prezentujeme v grafe 2. Najviac žiakov (73 %) trávi na sociálnych sieťach priemerne 1 – 3 hodinu denne; menej ako hodinu trávi na sociálnych sieťach 8,10 % žiakov, 4 – 5 hodín 9,8 % žiakov a viac ako 6 hodín 9,3 % žiakov.



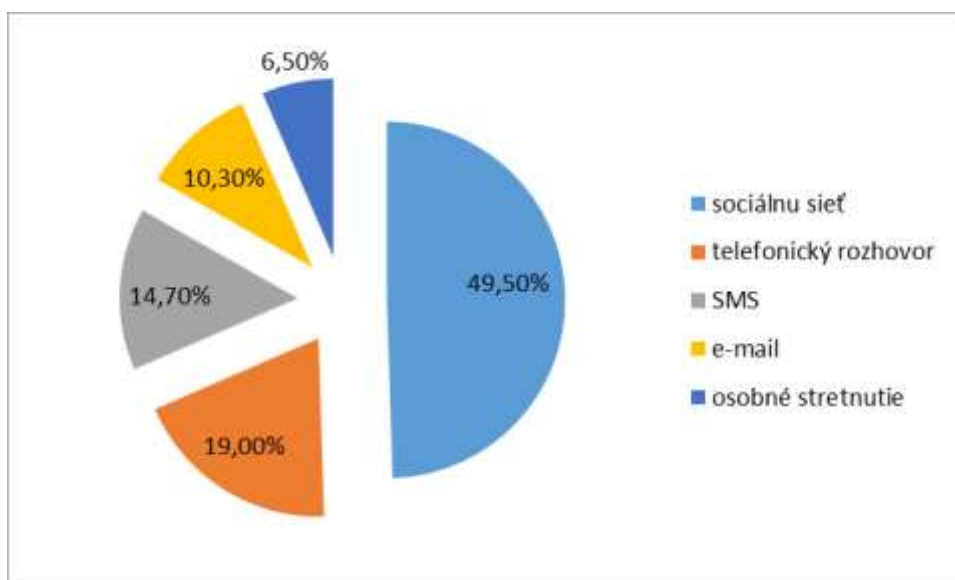
Graf 2 Priemerný čas, ktorý trávia žiaci denne na sociálnych sieťach

Za významnú v kontexte témy nášho príspevku považujeme odpoveď na otázku: Ako reagujú rodičia žiakov, ak ich deti (žiaci) používajú sociálnu sieť? Odpovede žiakov prezentujeme v grafe 3. Z odpovedí žiakov vyplýva, že až 50 % rodičom nevádi, že trávia čas na sociálnych sieťach, ak majú splnené povinnosti; 27,2 % rodičov si to nevšímajú; 19,6 % rodičom to vadí, ak sú na sieti dlho (bližšie špecifikované viac ako 3 hodiny denne); iba 1,10 % rodičov reaguje pozitívne a podporujú ich v tom a 2,10 % rodičom to vadí vždy a zakazujú im to. Pri 5 % odpovedí sme zaznamenali dodatok žiakov, že aj ich rodičia sú na sociálnej sieti a preferujú komunikáciu s nimi cez sociálnu sieť pred osobnými rozhovormi.



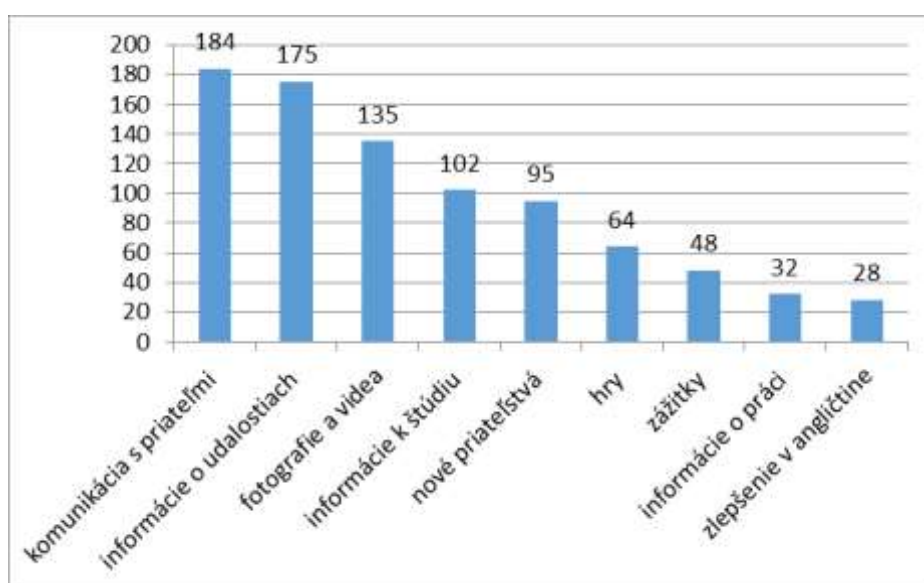
Graf 3 Reakcie rodičov, ak žiaci používajú sociálnu sieť/siete.

Ďalej sme skúmali, čo uprednostnia žiaci, ak chcú oznámiť dôležitú správu (sociálnu sieť, telefón, SMS správu, e-mail alebo osobné stretnutie). Odpovede žiakov uvádzame v grafe 4. Najviac žiakov (49,5 %) by uprednostnilo sociálnu sieť; 19 % telefonický rozhovor, 14,7 % by poslalo SMS; 10,3 % e-mail a iba 6,5 % by si zvolilo osobné stretnutie. S týmito odpoveďami žiakov korešponduje aj ďalšie zistenie, že 24 % žiakov odpovedalo na otázku, či uprednostní sociálnu sieť pred osobnými stretnutiami s priateľmi odpoveďou „nikdy“ a 72 % si zvolilo odpoveď „niekedy, keď nemám čas na stretnutie“.



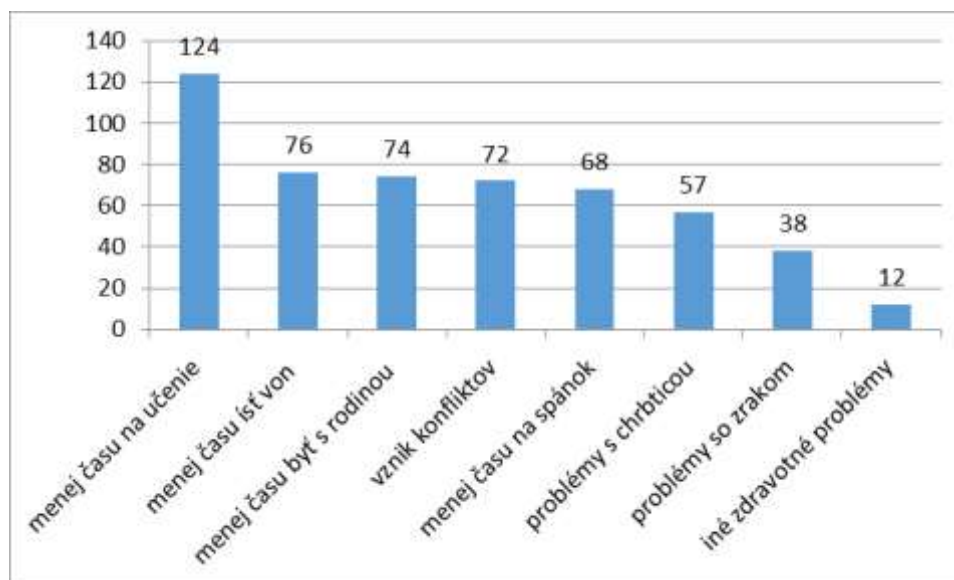
Graf 4 Čo uprednostnia žiaci, ak chcú oznámiť dôležitú správu?

V ďalších otázkach sme sa zaujímali o to, ako žiaci vnímajú pozitíva a negatíva sociálnych sietí. Odpovede prezentujeme v grafoch 5 a 6. V prípade pozitívnych vplyvov sociálnych sietí najviac žiakov vníma pozitívne možnosť komunikácie s priateľmi, možnosť získať informácie o udalostiach, možnosť získať fotografie a videa. Najmenej žiakov si vybralo ako pozitívum možnosť získať informácie o práci, zážitky a zlepšenie sa v angličtine.



Graf 5 V čom vidia žiaci pozitíva sociálnych sietí.

V prípade negatívnych vplyvov sociálnych sietí si najviac žiakov zvolilo ako negatívum skutočnosť, že používanie sociálnych sietí im berie čas na učenie. Približne rovnaký počet žiakov si zvolil ako negatívum menej času ísť von, menej času byť s rodinou a možnosť vzniku konfliktov.



Graf 6 V čom vidia žiaci negatíva sociálnych sietí

V závere dotazníka sme sa zaujímali o názory žiakov na možnosť vzniku závislosti na sociálnych sieťach. Väčšina oslovených žiakov (79 %) uviedla súhlasnú odpoveď t.j. že vnímajú riziko vzniku závislosti na sociálnych sieťach, 13 % žiakov si zvolilo možnosť neviem a 8 % si zvolilo zápornú odpoveď (t. j. vnímajú možnosť vzniku závislosti na sociálnych sieťach za nereálnu).. Tento výsledok prieskumu považujeme za významný vo vzťahu k prevencii vzniku závislosti na sociálnych sieťach a signalizuje potrebu ďalšej diskusie so žiakmi.

## Diskusia

Prezentované výsledky pilotného prieskumu používania sociálnych sietí žiakmi stredných škôl potvrdili našu hypotézu, že väčšina žiakov 2. ročníka stredných škôl má vytvorený profil a aktívne denne využíva sociálne siete. Ceníme si zistenie, že žiaci si uvedomujú pozitíva aj negatíva používania sociálnych sietí. Za závažné považujeme zistenie, že takmer 20 % žiakov trávi na sociálnych sieťach denne viac ako 4 hodiny. Domnievame sa, že riziko vzniku závislosti na sociálnych sieťach je evidentné a nemožno ho podceňovať. Za významnú v tomto kontexte považujeme konštatáciu žiaka v jednom dotazníku: „Čím dlhšie som na sociálnej sieti, tým viac z nej chcem odísť.“

Závislosť na internete, kam môžeme zaradiť aj závislosť na sociálnych sieťach sa prejavuje ako „patologické používanie internetu a vyznačuje sa neodolateľnou túžbou byť na sieti a výrazným zanedbávaním iných oblastí života“[4]. Ako veľmi nebezpečný sa javí nový pocit identity, ktorý umožňuje prežívať nový obraz o sebe v závislosti od roly, ktorú osoba hrá. Predmetom výskumov je aj nový fenomén tzv. strachu z vynechania (Fear of Missing Out). Stále platí, že prevencia je vždy výhodnejšia ako liečba, ktorá je spojená s dlhodobým a veľmi zložitým procesom odvykania. Univerzálna schéma vzniku závislosti neexistuje. Mladí ľudia nevedia odhadnúť, čo skutočne potrebujú a čo je už „navyš““. To navyše môže byť čokoľvek. Aj denné viachodinové čítanie alebo zdieľanie informácií na sociálnej sieti na úkor plnenia si školských a domácich povinností, stravovania, pitného režimu, pohybu na čerstvom vzduchu, stretávania sa s priateľmi a členmi rodiny tvárou v tvár a bezprostrednej komunikácie

s nimi. Zlom nastáva vtedy, ak mladý človek stráca nad sebou kontrolu. Závislosť prichádza zákerne. Je vhodné, keď mladého človeka na tento problém upozornia najbližší. Do výchovy a vzdelávania treba viac zapracovať sebazpoznanie. Výsledky prieskumu potvrdili potrebu širšej diskusie s odborníkmi v rámci prevencie nadmerného používania sociálnych médií a závislosti na sociálnych sieťach.

## ZÁVER

Preferovanie sociálnych sietí žiakmi v dennodennej komunikácii je aj výzvou pre učiteľov, ktorí môžu využiť túto preferenciu v prospech využívania sociálnych sietí vo vyučovaní so zámerom spestriť vyučovací proces, zvýšiť názornosť preberaného učiva pre lepšie pochopenie, naučiť žiakov efektívne vyhľadávať informácie z viacerých zdrojov, vedieť ich overovať, porovnávať, selektovať a vyberať tie najdôležitejšie a dokázať ich prezentovať pred triedou. Využívanie sociálnych sietí v prospech zámerov a cieľov vyučovacieho procesu možno vidieť v tvorbe prezentácií a projektov, tvorbe videí, videoprojektov a videopostupov, tvorbe scenárov a krátkych filmov, animácií, blogov, spracovaní fotografií a zvukových nahrávok, v niektorých predmetoch aj v tvorbe webstránok, prípadových štúdií, videokonferencií a online sledovaní diskusií k témam vyučovacieho procesu, a v neposlednom rade v komunikácii a aktivitách v rámci konkrétnej školy. Za významnú považujeme aj podporu rovesníckej mediácie a stimulácie kritického myslenia žiakov, napríklad aj v oblasti práce s predsudkami vytvorenými na základe mediálneho obsahu zdieľaného na sociálnych sieťach.

## POĎAKOVANIE

**Príspevok je výstupom projektu „Riešenie problémových výchovných situácií na stredných školách prostredníctvom prípadových štúdií“,** reg. č. 005EU-4/2019, financovaného Kultúrnou a edukačnou grantovou agentúrou MŠVVaŠ SR.

## LITERATÚRA

- [1] The Charter for Media Literacy. [online] Dostupné na internete: [www.euromedialiteracy.eu](http://www.euromedialiteracy.eu).
- [2] VELŠIC, Marian. *Sociálne siete na Slovensku*. Bratislava: Inštitút pre verejné otázky, 2012, 21 s. ISBN 978-80-89345-36-6.
- [3] Najpopulárnejšie sociálne siete v roku 2018. [online] Dostupné na internete: [www.techbyte/2019/01/top-najpopularnejsie-socialne-siete-2018](http://www.techbyte/2019/01/top-najpopularnejsie-socialne-siete-2018).
- [4] MACKOVÁ, Z. *Špecifická psychologických závislostí, problém workoholizmu a závislosti na internete*. In: Zborník z vedeckého seminára s medzinárodnou účasťou: Látkové a psychologické závislosti. Bratislava: Vyd. Ekonóm, 2009.