

RIZIKO DOPADU INTERNETOVÝCH SOCIÁLNÍCH SÍTÍ NA ŽIVOTNÍ STYL STUDENTŮ

THE RISK OF IMPACT ON LINE SOCIAL NETWORKS ON STUDENTS LIFESTYLE

Vendula Homolková, Magda Taliánová

Abstract: *The report is focused on the issue of usage of social networks in everyday life of students and possible impact of these activities on their psychosomatic state. The research was performed at 200 students of secondary and high school, aimed at the students with healthcare focus, aged from 15 to 24 years. The studied area was the whole Eastern Bohemian region. The results of survey based research were processed by relative frequency and two-sample t-test with equal variance.*

Keywords: *Social Network, School, Relationships, Way of living.*

Úvod

Práce je věnována problematice dopadu internetových sociálních sítí na životní styl studentů zdravotnických oborů. Internetové sociální sítě patří mezi jeden z nejvyužívanějších komunikačních prostředků současnosti. Jelikož popularita internetových sociálních sítí během několika posledních let extrémně vzrostla a zejména mezi mladými lidmi patří sociální sítě k jedné z nejvyužívanějších metod komunikace vůbec, což potvrzuje i průzkum organizace EUKidsOnline, jehož výsledky představila Evropská komise (Aspectioresearch, 2011). Rozhodly jsme se zjistit, do jaké míry mají sociální sítě vliv na životní styl studentů zdravotnických oborů.

1 Internetové sociální sítě

Pojem sociální síť byl prvně použit J. A. Barnesem v roce 1954, který sociální síť popsal jako společenské zřízení představující díky uzlům jednotlivce nebo organizace. Přičemž tyto uzly představují různé sociální vztahy, náhodnými známostmi počínaje a rodinnými vztahy konče (ČTK, 2008). Jde o propojené skupiny lidí, kteří se navzájem ovlivňují. Sociální sítě jsou tvořeny na základě zájmů, rodinných a přátelských vazeb či sdílení dat a hledání nových kontaktů ve virtuálním prostředí. Sociální sítě prostřednictvím internetu spojují osoby, které se fyzicky nemohou setkat. Účel sociálních sítí je různorodý, některé slouží ke sdílení informací a k zábavě na virtuální síti, jiné pomáhají hledat práci, případně sdružují etnika či jiné skupiny lidí (3). Mezi nejznámější sociální sítě v ČR patří například Lidé.cz, Spolužáci.cz či Líbím se ti.cz. Ze zahraničních sociálních sítí je nejrozšířenější Facebook, Twitter, MySpace, LinkedIn.

1.1 Rizika užívání sociálních sítí

Řada lidí se v současnosti upíná k internetovým sociálním sítím tak, že veškerý svůj volný čas tráví právě zde. Zároveň si však neuvědomují, jaké nástrahy na ně tyto sítě chystají, koncentrace citlivých osobních dat či dopady na psychosomatický stav jedince mohou mít totiž nedozírné následky. Mezi nejnebezpečnější a zároveň i nejčastější nástrahy internetu patří:

- **Cyberbullying neboli kyberšikana:** představuje formu psychické šikany spojenou s používáním či realizovanou prostřednictvím komunikačních technologií.
- **Cybergrooming:** tímto termín označujeme snahu některých uživatelů internetových sítí, zneužít dětskou důvěru a prostřednictvím falešné identity dítě zlákat ke schůzce a zneužít jej.
- **Cyberstalking, „kyberstalking“:** neboli pronásledování, označuje opakované a stupňující se obtěžování a pronásledování, které snižuje kvalitu života a ohrožuje bezpečnost pronásledovaného jedince.
- **Flaming:** je nepřátelské chování uživatelů sociální sítě. Toto chování doprovází urážky, nadávky, vyhrožování apod. Mezi typické projevy flamingu patří umístování urážlivých vzkazů do diskusních fór a následné stupňování útoků (Gamberini, 2007).

2 Rozbor problému

2.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumného šetření byla snaha zmapovat možný vliv internetových sociálních sítí na psychosomatický stav studentů zdravotnických oborů. Zjistit nejčastěji využívané typy internetových sociálních sítí, prostředky užívané ke kontaktu se sociální sítí a průměrnou délku trávení času na internetových sociálních sítích. Porovnat místo bydliště, pohlaví, typ školy s průměrnou délkou trávení času na internetové sociální sítí.

2.2 Metodika výzkumu

Vlastní výzkumné šetření probíhalo v květnu a červnu 2011. Účelem šetření bylo získat dostatečné množství dat vztahujících se k problematice využití sociálních sítí studenty zdravotnických oborů. V průběhu výzkumného šetření bylo osloveno celkem 205 respondentů studujících na území Pardubického kraje. Ke zpracování se vrátilo 200 řádně vyplněných dotazníků. Celková návratnost dotazníků byla tedy 97,5 %. Pět dotazníků bylo vyplněno částečně a pro neúplnost z šetření vyřazeno. Z 200 navrácených dotazníků bylo 84 od respondentů studujících na střední zdravotnické škole a 116 od respondentů z vysoké školy zdravotnického zaměření. Výběr respondentů byl náhodný. Dotazník obsahoval 23 otázek. Získaná data byla vyhodnocována dvouvýběrovým t-testem s rovností rozptylů (hladina významnosti 0,05), testem nezávislosti Chí-kvadrát (hladina významnosti 0,05) a relativní četností.

2.3 Interpretace výsledků

Z výsledků dotazníkového šetření vyplývá, že internetovou sociální sítí v běžném životě využívá 195 (97,5 %) respondentů. Z celkového počtu 200 (100 %) studentů se jedná o 82 (98,7 %) středoškoláků (SŠ) a 113 (96,6 %) vysokoškoláků (VŠ).

2.3.1 Zastoupení respondentů dle pohlaví

Vzhledem k tomu, že výzkumné šetření probíhalo na školách se zaměřením na zdravotnické obory, v souboru převládají respondenti ženského pohlaví. Mezi SŠ studenty bylo 77 (93,9 %) dívek a 4 (6,1 %) chlapci, v případě VŠ studentů bylo zastoupení dívek 91 (80,3 %) a chlapců 22 (19,7 %).

2.3.2 Vztah mezi typem školy a trávením volného času na internetové sociální síti

Porovnáním délky trávení volného času na internetové sociální síti s typem školy, bylo zjištěno, že studenti VŠ tráví na internetové síti průměrně 1,63 hod./denně (cca 100 min.), kdežto studenti SŠ 2,19 hod./denně (cca 130 min.). Pro výpočet byl použit dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů při hladině významnosti 0,05. Na základě získaných dat nebyl prokázán statisticky významný rozdíl (T-Stat – 1,919).

2.3.3 Vztah mezi místem bydliště a trávením volného času na sociální síti

Komparaci délky trávení času na internetové sociální síti s místem bydliště, jsme došly k závěru, že studenti s místem bydliště mimo město tráví na internetové sociální síti přibližně 2,86 hod./denně (cca 174 min.). Oproti tomu studenti žijící ve městě 1,81 hod./denně (cca 108 min.). Pro výpočet byl použit dvou výběrový t-test s rovností rozptylů při hladině významnosti 0,05. Na základě získaných dat se prokázal statisticky významný rozdíl (T-Stat – 3,339).

Pokud se podíváme na danou problematiku z jiného úhlu pohledu, zjistíme následující. Porovnáme-li místo bydliště a typ školy s průměrnou délkou trávení volného času na internetové sociální síti (ISS) zjistíme, že středoškoláci žijící na vesnici tráví na ISS průměrně 252 minut volného času denně, kdežto středoškoláci žijící ve městě 288 minut. U VŠ studentů obecně lze zaznamenat významný pokles v trávení času na ISS (studenti z venkova - 118 minut, studenti z města 110 min.)

2.3.4 Vztah mezi typem pohlaví a trávením volného času na sociální síti

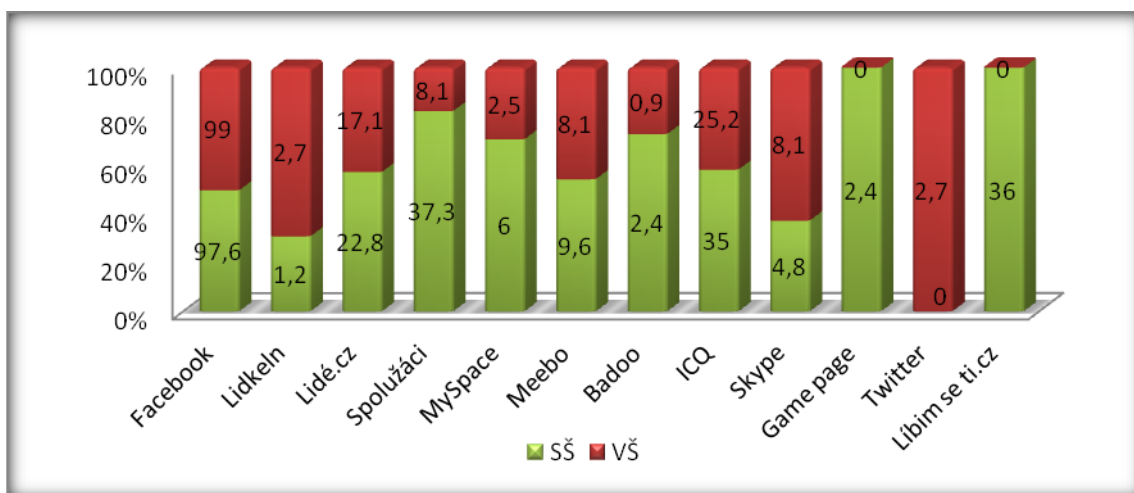
Na základě porovnání pohlaví a délky trávení času na ISS lze konstatovat, že dívky jsou v kontaktu s ISS přibližně 2,04 hod./denně (cca 124 min.), naproti tomu chlapci 1,27 hod./denně (cca 87 min.). Pro výpočet byl použit dvou výběrový t-test s rovností rozptylů při hladině významnosti 0,05. Na základě výsledku je prokázán statisticky významný rozdíl (T - Stat - 1,986).

2.3.5 Typy využívaných ISS dle typu školy

Z níže uvedeného obr. 1 vyplývá, že nejpoužívanější ISS je u obou sledovaných skupin respondentů Facebook, který používá 97 % z nich. Mezi sítě, které zvolila

pouze jedna skupina respondentů, patří u středoškoláků Game Page a Líbím se ti.cz a u vysokoškoláků Twitter (Obr. 1).

Obr. 1: Grafické znázornění využívání jednotlivých typů ISS studenty

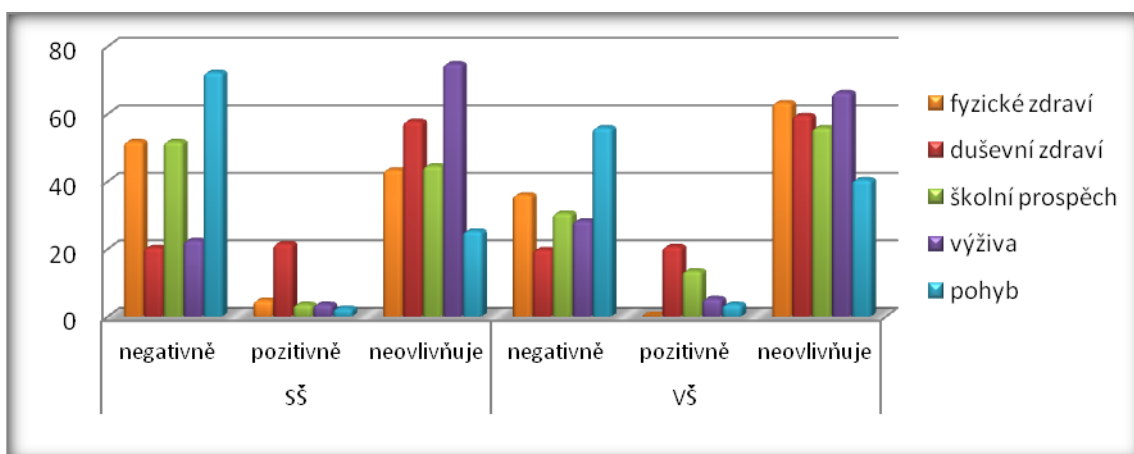


Zdroj dat: (Taliánová, Homolková, 2011)

2.3.6 Vliv internetové sociální sítě na psychosomatický stav studentů

Na základě získaných odpovědí respondentů jsme se snažily zjistit dopad trávení volného času na ISS na výživu, pohyb, školní prospěch, fyzické zdraví a duševní zdraví respondentů. Výše zmiňované parametry jsme porovnávaly ve vztahu k typu studované školy. Pro výpočet byl použit test nezávislosti Chí-kvadrát, při hladině významnosti 0,05. Statisticky významný rozdíl byl potvrzen u výživy ($p = 0,000623$), fyzického zdraví ($p = 0,008676$) a učení ($p = 0,002526$) viz Obr. 2. U položky týkající se pohybové aktivity se studenti SŠ i VŠ shodli, že trávení času na ISS má negativní vliv na jejich pohybovou aktivitu. Statisticky významný rozdíl mezi sledovanými soubory však potvrzen nebyl, (Obr. 2).

Obr. 2: Grafické znázornění hodnocení vlivu ISS na vybrané parametry

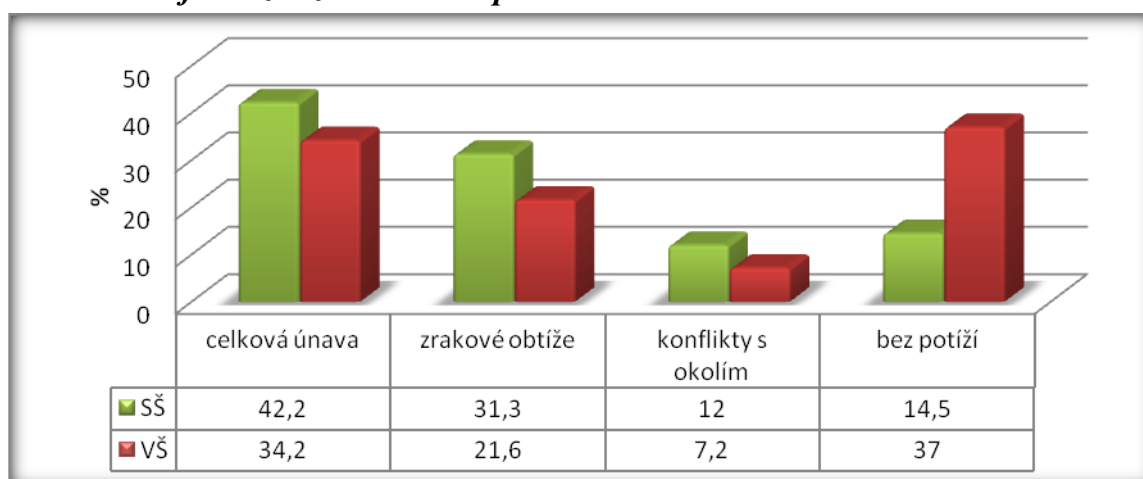


Zdroj dat: (Taliánová, Homolková, 2011)

2.3.7 Komplikace v důsledku trávení času na sociální síti

Na základě zpracovaných dat bylo zjištěno, že bez potíží v důsledku trávení volného času na ISS je pouze 12 (14,5 %) středoškoláků a 42 (37 %) vysokoškoláků. Jako nejčastější potíže uvádí obě skupiny respondentů celkovou únavu (35 studentů SŠ a 39 studentů VŠ), dále pak zrakové potíže (27 studentů SŠ a 24 studentů VŠ) a konflikty s prostředím (8 studentů SŠ a 8 studentů VŠ) viz Obr. 3.

Obr. 3: Grafické znázornění Komplikace v důsledku trávení času na ISS



Zdroj dat: (Taliánová, Homolková, 2011)

Z dalších výsledků můžeme zmínit fakt, že život bez ISS si nedovede představit 24 (28,9 %) SŠ a 18 (16,2 %) VŠ. Upřednostnění kontaktu internetového před osobním vyjádřilo 15 (17,7 %) respondentů SŠ a 10 (9 %) respondentů VŠ. Obohacení svého života prostřednictvím ISS spatřuje 37 (44,5 %) respondentů SŠ a 56 (50,5 %) respondentů VŠ. Mezi nejčastější důvody využívání ISS spatřují komunikaci s přáteli na větší vzdálenost, plánování akcí, informace související se studiem.

Diskuze a závěr

Z výsledků je patrné, že studenti zdravotnických oborů tráví na internetových sociálních sítích přibližně 1-2 hodiny denně, přičemž v případě středoškoláků je průměr cca 130 minut denně, kdežto u vysokoškoláků je průměr 100 minut denně. Nejedná se však o celkový čas strávený respondenty na internetu jako takovém, ale pouze o čas strávený na ISS, což je značně alarmující.

Statisticky významný rozdíl ve výsledcích byl potvrzen ve vztahu k místu bydliště a pohlaví respondentů, kdy bylo prokázáno, že více času stráví na ISS studenti s místem bydliště mimo město a ve vztahu k pohlaví, kdy jsou na ISS déle výsledků šetření dívky, tento fakt potvrzují i zahraniční výzkumy a i výzkum společnosti Aspectio Research (Hampton et al., 2011). Nejčastěji užívanou sociální sítí je Facebook který využívá přes 96 % respondentů. Porovnáme-li naše výsledky s výsledky amerického výzkumu od Pew Research Center's Internet and American Life Project (Handl 2011), (E-nebezpečí, 2008), tak zjistíme, že v našem vzorku respondentů je dokonce o 4 % uživatelů Facebooku více. Zatímco u středoškoláků převažují sítě typu Spolužáci.cz, Skype, Lide.cz, Badoo tak u vysokoškoláků je to

ICQ, Lide.cz, Skype, LinkedIn. Zatímco Gamepage byl zastoupen jen u středoškoláků, tak mezi vysokoškoláky byla zastoupená pouze síť Twitter. V porovnání s výzkumem Pew Research Center's Internet and American Life Project (Pronetmedia, 2009) vyplývá, že sociální sítě jako je Twitter, LinkedIn a MySpace jsou více využívány věkovými kategoriemi nad 20 let, což je nepochybně dáno zaměřením dané sociální sítě. Hodnocením vlivu sociálních sítí na pohyb, výživu, fyzické zdraví, duševní zdraví a učení bylo zjištěno, že: V případě pohybu se obě skupiny shodují v tom, že ISS mají spíše negativní vliv na jejich pohybovou aktivitu, statistický význam mezi skupinami středoškoláků a vysokoškoláků však nebyl prokázán. V oblasti výživy, učení a fyzického zdraví si studenti VŠ vyjma výživy a to zejména v oblasti nevhodných stravovacích návyků myslí, že internetové sociální sítě nemají vliv na jejich životosprávu. Studenti SŠ v těchto kategoriích pozorují spíše negativní dopady. Pozitivní dopad je pozorován u obou skupin zejména v oblasti duševního zdraví, kdy jsou obě skupiny studentů přesvědčené, že se mohou prostřednictvím sociální sítě dobře odreagovat, avšak ze statistického hlediska zde mezi sledovanými skupinami SŠ a VŠ není prokazatelný rozdíl. Mezi studenty obou sledovaných skupin panuje názor, že při trávení času na internetové sociální síti v délce 2 hodiny a déle, se začínají objevovat potíže. Nejčastěji je zmiňována celková únava, zrakové potíže a konflikty s okolím. Bez potíží je pouze 14,5 % VŠ a 37 % SŠ.

Na závěr bychom chtěly konstatovat, že výsledky, ke kterým jsme dospěly, jsou velice zajímavé a zároveň i alarmující. Protože výskyt nebezpečných jevů na Internetu není záležitostí jen úzkého okruhu lidí, ale týká se kohokoli z nás. Dospělý jedinec dokáže odolávat nástrahám internetu daleko lépe než dítě či mladistvý. Mladý člověk, kterému nechybí odvaha hledat a poznávat nové věci však potřebuje pomoc. A právě proto by se naše pozornost měla zaměřit právě na jejich podporu. Zejména rodiče by se měli zajímat o to, co jejich děti na Internetu a sociálních sítích dělají a více s nimi o dané problematice komunikovat. Podstatnou roli hraje i prevence související se zvyšováním informovaností o dané problematice. V současné době je v ČR spuštěno několik projektů zaměřených na intervenci a osvětu spojenou s rizikovým chováním na internetu a souvisejícími fenomény, mezi něž patří např. E-bezpečí, Saferinternet, Pomoc online, atd. Pokud totiž budou děti a mladiství v dostatečné míře seznámeni s riziky virtuální komunikace, budou mít mnohem větší šanci vyvarovat se případným chybám a zbytečně riskantnímu chování.

Reference

ASPECTIORESEARCH. *Aspectioresearch*. 2011.[cit. 2011-04-18]. Dostupné na WWW:<http://www.aspectio.cz/typicka-reseni/chap_134/vyzkumy-v-socialni-siti-facebook.aspx>.

ČESKÁ TISKOVÁ KANCELÁŘ. *Sociální sítě používá stále víc dětí, malí Češi jsou ve špičce*. 2008. [cit. 2011-04-18]. Dostupné na WWW:<<http://www.finance.cz/zpravy/finance/306612-socialni-site-pouziva-stale-vic-deti-mali-cesi-jsou-ve-spicke/>>.

GAMBERINI, L. SNA Theory www.ist-pasion.com.2007. [cit. 2011-04-03]. Dostupné

naWWW:<http://www.istpasion.com/index.php?option=com_content&task=view&id=39&Itemid=38>.

HANDL, J. *Sociální sítě v našich životech aneb průměrný den na facebooku*. 2011. [cit. 2011-07-05]. Dostupné na WWW:<<http://www.dostupné:http://www.m-journal.cz/search.php?sText=Soci%C3%A1ln%C3%AD+s%C3%ADt%C4%9B+v%C2%A0na%C5%A1ich+%C5%BEivotech+aneb+pr%C5%AFm%C4%9Brn%C3%BD+den+na+facebooku.&action=hledej&Lang=cs>>.

E-BEZPEČÍ. *E-bezpečí.cz*. 2008. [cit. 2011-03-24]. Dostupné na WWW: <<http://cms.e-bezpeci.cz/content/view/14/39/lang,czech/>>.

HAMPTON, K; GOULET, L. S; RAINIE, L.; PURCELL, K. *Socialnetworkingsites and ourlives* 2011.[cit. 2011-06-16]. Dostupné na: <http://www.pewinternet.org/topics/Social-Networking.aspx>.

PRONETMEDIA. *Pronetmedia*. 2009. [cit. 2011-01-15]. Dostupné na WWW: <<http://pronetmedia.cz/socialni-site.php>>.

Kontaktní adresa

Mgr. Vendula Homolková

PhDr. Magda Taliánová, Ph.D.

Univerzita Pardubice, Fakulta zdravotnických studií

Katedra porodní asistence a zdravotně sociální práce

Průmyslová 395, 532 10 Pardubice

E-mail: vendula.homolkova@upce.cz, magda.talianova@upce.cz

Tel. číslo: +420 466 037 734