

Počet dětí s problematickým užíváním sociálních sítí roste a každý osmý chlapec má sklony k nadměrnému hraní her

9.5.2023 - Petr Baďura a Michal Kalman a David Hlušík, | Vláda ČR

Podle dat studie HBSC patří 8 % dětské populace mezi problematické uživatele sociálních sítí. Je to o polovinu více, než kolik jich v Česku bylo před čtyřmi lety. Častěji jde o dívky, chlapci naopak ve větší míře hrají počítačové hry.

Každý dvanáctý český školák ve věku 11-15 let (8,3 %) patří do kategorie tzv. problematických uživatelů sociálních sítí. O tom, které děti jsou v riziku, rozhodují doprovodné negativní jevy v chování, nikoliv čas strávený před obrazovkami.

„Jsou to děti, které se neúspěšně pokoušejí omezit čas strávený na sítích, zanedbávají své koníčky, lžou svému okolí o množství času stráveného na sítích nebo se kvůli němu dostávají do konfliktu s rodiči či kamarády. Problémy se sítěmi jdou ruku v ruce s dalšími aspekty životního stylu: častěji se u těchto dětí objevují depresivní příznaky, konzumace energetických nápojů, problémy se spánkem a životní nuda,“ upozorňuje **Michal Kalman, vedoucí výzkumného týmu studie HBSC**, a doplňuje: *„Z výzkumu nelze jednoznačně určit, zda zvýšené riziko depresí či horší vztahy s vrstevníky jsou důsledkem, nebo naopak příčinou problematického užívání sociálních sítí.“*

Z hlediska intenzity využívání sociálních sítí se Česká republika řadí k zemím s nižším počtem intenzivních i problematických uživatelů. Ke státům, kde je naopak podíl těchto uživatelů nejvyšší, patří Malta, Španělsko či Rumunsko. Na opačném pólu – tedy mezi zeměmi s nejnižším počtem problematických uživatelů – jsou mladí Nizozemci či děti z Izraele. A také z Česka. Mezi padesátkou sledovaných států patří českým dětem poměrně lichotivá osmá příčka.

Zatímco sociální sítě jsou zejména doménou dívek, hraní počítačových a online her reportují především chlapci. Každý den u počítačové hry sedí 48 % českých chlapců. Do rizika rozvoje problémů s hraním spadá 13 % chlapců a 5 % dívek. Výskyt problematického hraní her klesá s věkem; 15letí jsou tak méně riziková z pohledu hraní her než 11letí. Chlapci mnohem častěji než dívky uvádějí, že jediné, na co byli schopni myslet, bylo hraní (38 % ♂ vs. 20 % ♀), cítili se mizerně, když nemohli hrát (19 % ♂ vs. 10 % ♀), nebo se kvůli hraní hádali se svými blízkými (22 % ♂ vs. 10 % ♀).

“Studie HBSC je cenným zdrojem informací o životním stylu nejmladší generace, která žije s digitálními technologiemi už od narození. Dokresluje nám zjištění studie ESPAD mezi 16letými z roku 2019, která ukázala, že nadužívání digitálních technologií se týká až čtvrtiny dospívajících,“ komentuje nová data studie HBSC **národní koordinátor pro protidrogovou politiku Jindřich Vobořil** a dodává: *“Digitální technologie samy o sobě problémem nejsou. Varující ale je, že v posledních letech rostou počty dětí a dospívajících ve věku 10-18 let, které v souvislosti s problémy s nadměrným hraním a sociálními sítěmi vyhledávají odbornou pomoc v adiktologických službách.“*

Více informací a dat z aktuálního výzkumu je dostupných na webových stránkách projektu **Zdravá generace?!**

Publikace, vycházející z nejnovějších zjištění studie HBSC, zaměřená na práci s mladými lidmi v souvislosti s tzv. digitálním well-beingem je ke stažení ze stránek zdravagenerace.cz.

Další zdroje informací: www.hbsc.cz a facebookový profil: Zdravá generace ?!

Epidemiologická studie HBSC se zabývá širokým spektrem aspektů životního stylu dětí mladých lidí v Česku a dalších bezmála 50 zemí na celém světě a vzniká ve spolupráci se Světovou zdravotnickou organizací (WHO). Řešitelský tým z Univerzity Palackého v Olomouci dlouhodobě sleduje faktory ovlivňující zdraví českých školáků ve věku 11, 13 a 15 let. V aktuálním výzkumu byla sesbírána data od téměř 15 000 českých školáků na 250 školách různého typu v celé ČR.

<https://www.vlada.cz/cz/ppov/zavislosti/media/pocet-deti-s-problematickym-uzivanim-socialnich-siti-r-oste-a-kazdy-osmy-chlapec-ma-sklony-k-nadmernemu-hrani-her-205078>