

Má zákaz mobilů o přestávkách smysl?

Pravidla a používání technologií ve škole v souvislosti s chováním dospívajících

Zpráva z výzkumu na základních a středních školách

2019

Autoři:

Bc. Nikol Kvardová

Bc. Natália Valkovičová

prof. PhDr. David Šmahel, Ph.D.

OBSAH

Úvod	3
Klíčová zjištění	5
Metodologie	6
Aktivity o přestávkách	7
Rozdíly v aktivitách o přestávkách podle pohlaví.....	8
Rozdíly v aktivitách o přestávkách podle věku	9
Aktivity na internetu o přestávkách	10
Rozdíly v aktivitách na internetu podle pohlaví	11
Rozdíly v aktivitách na internetu podle věku.....	12
Čas strávený používáním mobilního telefonu o přestávkách	13
Pravidla používání mobilních telefonů	14
Pravidla a aktivity o přestávkách	15
Pravidla a používání internetu	16
Pravidla a excesivní používání internetu.....	16
Pravidla, používání mobilů a problémy související s přestávkou	17
Závěr	19
Doporučení pro školy	20
Zdroje	21

Citace:

Kvardová, N., Valkovičová, N., & Šmahel, D. (2019). *Má zákaz mobilů o přestávkách smysl? Pravidla a používání technologií ve škole v souvislosti s chováním dospívajících. Zpráva z výzkumu na základních a středních školách*. Brno: Masarykova univerzita.

ÚVOD

V zahraničních i českých médiích lze v posledních letech pozorovat rozsáhlou diskuzi týkající se zákazu používání mobilních technologií dětmi a dospívajícími během školních přestávek. Zastánci zákazu nejčastěji prezentují jako hlavní důvod to, že žáci spolu o přestávkách nekomunikují, protože se soustředí jen na mobilní telefony a aplikace v nich, např. sociální sítě nebo hry (Mačí, 2018; Endrštová 2018). Dospívající se údajně dorozumívají mezi sebou raději prostřednictvím obrazovek (Russell, 2018), a přichází tak o možnost socializovat se s vrstevníky v přímém kontaktu, který je potřebný pro získání mezilidských dovedností (Kopecký & Szotkowski, 2019). Dalším argumentem ve prospěch zákazu je také to, že přestávky slouží primárně pro odpočinek, který se ale při sledování novinek na sociálních sítích nebo při hraní her na mobilu dětem nedostává. Děti a dospívající jsou pak podle některých autorů nesoustředění a nepozorní, což negativně ovlivňuje výuku (Kopecký, 2018; Wright, 2018).

Na druhou stranu je ale podle České školní inspekce zákaz mobilních telefonů o přestávkách zasahováním do soukromých vlastnických práv žáků (Mačí, 2018; Endrštová, 2018). Přestávky jsou pro děti a dospívající volným časem, se kterým mohou naložit podle vlastního uvážení, do čehož spadá také používání mobilních telefonů nebo tabletů. Mobilní telefony navíc mohou mít na učební proces také pozitivní a obohacující efekt, protože slouží k dohledávání informací týkajících se přímo výuky (Selwyn, 2019).

U nás ani v zahraničí nebyly důsledky zákazu mobilních technologií o přestávkách dostatečně prozkoumány. V roce 2019 vyšla výzkumná zpráva (Kopecký & Szotkowski), ve které autoři popisují pravidla používání mobilních telefonů na českých školách, kde více než u 50 % škol mají žáci o přestávkách telefony povoleny. Ve zprávě také autoři porovnávají nejčastější aktivity žáků ve školách se zákazem a bez zákazu telefonů o přestávce. Nejčastější zjištěnou aktivitou byla komunikace se spolužáky, a to u žáků se zákazem i povolením mobilu o přestávce. V dalších aktivitách se už školy s rozdílnými pravidly lišily – tam, kde mobily povoleny jsou, žáci hrají na telefonu hry nebo procházejí sociální sítě (obě přibližně 40 % žáků), na školách se zákazem mobilů o přestávce se žáci procházejí po škole (39 %) nebo nudí v lavici (35 %). Chození po škole a nudění se v lavici však jako častou aktivitu označovali také žáci s povoleným telefonem (33 % obě). Souvislosti povolení mobilních telefonů ve třídě s možnými důsledky těchto pravidel ale nejsou dostatečně odborně prozkoumány. Mediální diskuze staví většinou

na osobních vyjádřeních pedagogů, rodičů či psychologů a chybí empirická data zkoumající tento problém – právě to bylo motivací pro realizaci našeho výzkumu.

Tato výzkumná zpráva vychází z empirických dat sebraných v dubnu až červnu 2019 na 32 školách na Jižní Moravě. Zpráva shrnuje základní zjištění týkající se souvislosti povolení, nebo zákazu mobilních zařízení s aktivitami dospívajících o přestávkách, s používáním internetu a některými obtížemi, které bývají v médiích prezentovány jako možný důsledek používání mobilů ve škole. Konkrétně se jedná o problémy se soustředěním, únavou a problémy, které se týkají bavení se se spolužáky o přestávkách.

- Nejčastější aktivitou, kterou dospívající denně tráví přestávky, je **bavení se se spolužáky** (93 %), **příprava na další hodinu** (55 %) a **používání mobilního telefonu nebo tabletu** (51 %).
- Pokud dospívající o přestávkách mobily nebo tablety používají, jsou nejčastěji **na sociálních sítích** (56 % denně), **baví se online** s rodinou, přáteli nebo někým z internetu (41 % denně). Dospívající však také často **dělají věci do školy na mobilu nebo tabletu** (29 % denně) nebo **čtou zprávy** (35 % denně).
- **Pouze čtvrtina** (24 %) dospívajících, kteří o přestávkách používají **mobilní telefon** nebo **tablet, tráví na těchto zařízeních většinu přestávky**. Téměř polovina (46 %) je na mobilu aktivní jenom menší část přestávky nebo skoro vůbec.
- **Mobilní telefony o přestávkách povoluje 34 % základních škol a všechny střední školy** v našem vzorku.
- **Povolení nebo zákaz používání mobilního telefonu o přestávkách jen velmi málo souvisí s aktivitami dospívajících o přestávkách**. Nejsou zde rozdíly v míře **bavení se se spolužáky, hraní stolních a jiných offline her, přípravě na další hodinu, či čtení časopisů a knih**. Malý rozdíl je u **pohybu a nic nedělání** (např. odpočinku) – ve školách se zákazem se dospívající o něco více hýbou (o 16 %) a méně tráví čas o přestávce pasivně (o 13 %).

Povolení nebo zákaz používání mobilních technologií o přestávkách ve škole **nesouvisí s:**

- celkovým **počtem hodin trávených na internetu**
- **excesivním používáním internetu**
- **problémy se soustředěním** v hodině po přestávce
- **problémy s únavou** po přestávce
- problémy týkající se **bavení se se spolužáky** o přestávce.

METODOLOGIE

Vzorek. Data pochází od 1031 českých dospívajících (54 % dívek), kteří používají internet. Věkové rozložení odpovídá 60 % dospívajících ve věku 11-14 let, 40 % ve věku 15-17 let. Průměrný věk byl 14.1 let (SD = 1.4 let). Na všechny otázky jsme se ptali přímo dospívajících s výjimkou pravidel používání mobilních telefonů o přestávkách, kde jsme informace zjišťovali od učitelů ve školách, na kterých probíhal sběr dat.

Dotazník. Zjištění jsou založena na dotazníku, který byl vyvinut autorským týmem. Výzkum je součástí projektu EU Kids Online a navazuje na první vlnu sběru dat, která proběhla v letech 2017/2018. Více informací o projektu EU Kids Online je dostupných zde: irtis.muni.cz/euko

Výběr výzkumného vzorku. Vzorek se skládá z žáků 6. – 9. tříd základních škol až 1. - 2. tříd na školách středních, který byl vybrán z náhodně oslovených základních a středních škol a gymnázií z Jihomoravského kraje s důrazem na rovnoměrné rozložení ročníků. Sběr dat proběhl v 32 školách a 71 třídách. Výzkumný vzorek není reprezentativní vůči celé české populaci dospívajících.

Průběh sběru dat. Sběr dat probíhal od 24. 4. 2019 do 19. 6. 2019 ve školách v rámci vyučování. Vyplnění dotazníku probíhalo online na počítačích v rámci jedné vyučovací hodiny. V průběhu vyplňování dotazníků byl vždy přítomen vyškolený administrátor, který respondentům dotazník představil a pomáhal jim s případnými technickými problémy, které se mohly při vyplňování objevit.

Etické aspekty výzkumu. Před sběrem dotazníků byly získány písemné informované souhlasy zákonných zástupců a ústní souhlasy dospívajících. Respondentům byla zaručena anonymita a bylo jim umožněno u každé otázky zvolit možnost *Nevím* nebo *Nechci odpovědět* či otázku přeskocit. Z tohoto důvodu se počet odpovědí na jednotlivé otázky může lišit dle toho, kolik respondentů poskytlo relevantní odpovědi.

Grafy. V grafech jsou uvedena pouze procenta validních odpovědí. Nejsou v nich tedy zahrnuti respondenti, kteří na otázku neodpověděli, nebo uvedli, že neví, nebo nechtějí odpovědět. Vzhledem k zaokrouhlování na celá čísla součet hodnot v grafech nemusí vždy být sto procent. V grafech jsou zaznamenány odpovědi od celého výzkumného vzorku s výjimkou Sekce 2 (Aktivity na internetu o přestávkách), kde na otázky odpovídali pouze dospívající, kteří o přestávkách používají mobilní telefon nebo tablet. Druhou výjimkou je část reportu věnovaná excesivnímu používání internetu, kde jsme informace zjišťovali od zhruba poloviny výzkumného vzorku.

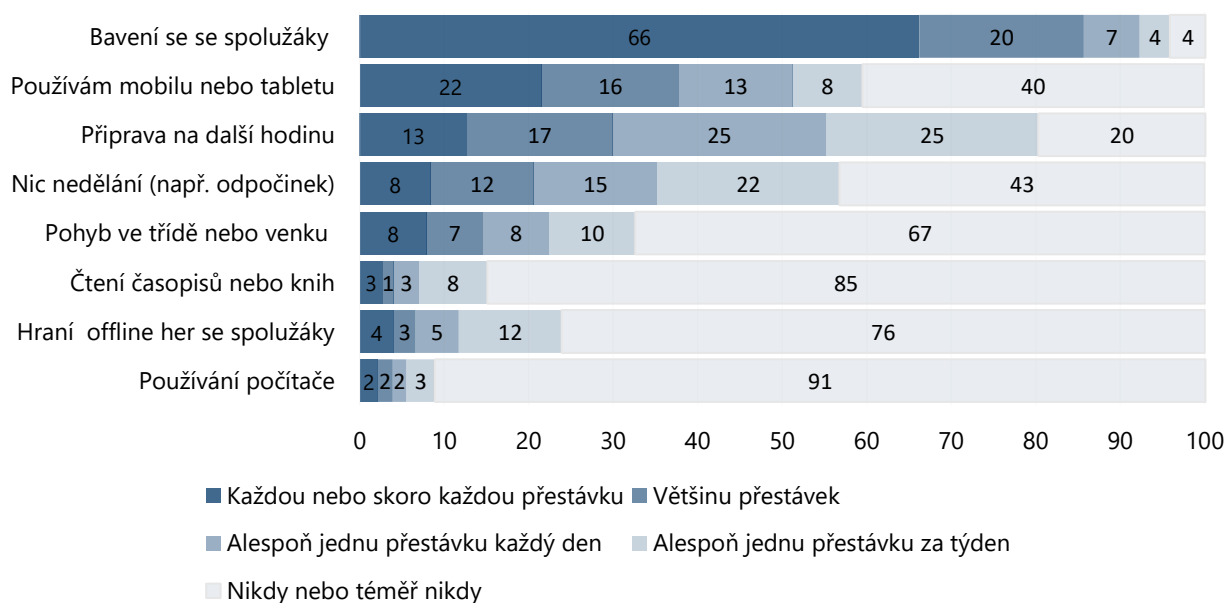
Statistická analýza dat. Některé souvislosti pravidel používání mobilních telefonů o přestávkách (aktivity o přestávkách, používání internetu během školního dne a víkendu, excesivní používání internetu, problémy, které mohou souviset s přestávkou) jsme ověřovali také statistickými testy. Více informací o statistické analýze dat je dostupných zde: irtis.muni.cz/media/3180404/2019_mobily-o-prestavkach_statisticka-analyza-dat_priloha.pdf

AKTIVITY VE ŠKOLE O PŘESTÁVKÁCH

Všech dospívajících v našem vzorku jsme se ptali, jak často se ve škole o přestávkách věnují následujícím aktivitám: **bavení se se spolužáky, hraní stolních nebo jiných offline her, příprava na další hodinu nebo dělání úkolu, čtení časopisů nebo knih, pohyb v rámci třídy nebo venku, používání notebooku nebo počítače, používání mobilního telefonu nebo tabletu** a také nás zajímalo, jak často o přestávce žáci **nedělají nic** (např. sedí a odpočívají). Odpovědi jsou zaznamenány v Grafu 1.

Nejčastější přestávkovou aktivitou u dospívajících v našem výzkumném vzorku bylo bavení se se spolužáky – 66 % se baví každou nebo skoro každou přestávku, a dalších 27 % alespoň jednu přestávku každý den. Další činnosti, kterým se dospívající často věnují alespoň jednu přestávku každý týden je **používání mobilu nebo tabletu** (60 % dospívajících), **příprava na další hodinu nebo dělání úkolu** (80 %) a zhruba polovina (57 %) jich alespoň jednu přestávku týdně nedělá nic. Méně častými aktivitami, kterým se více než dvě třetiny našich respondentů o přestávkách nevěnují, je pohyb ve třídě nebo venku, čtení časopisů nebo knih, hraní stolních nebo jiných offline her se spolužáky a používání notebooku nebo počítače.

Graf 1: Aktivity dospívajících o přestávkách

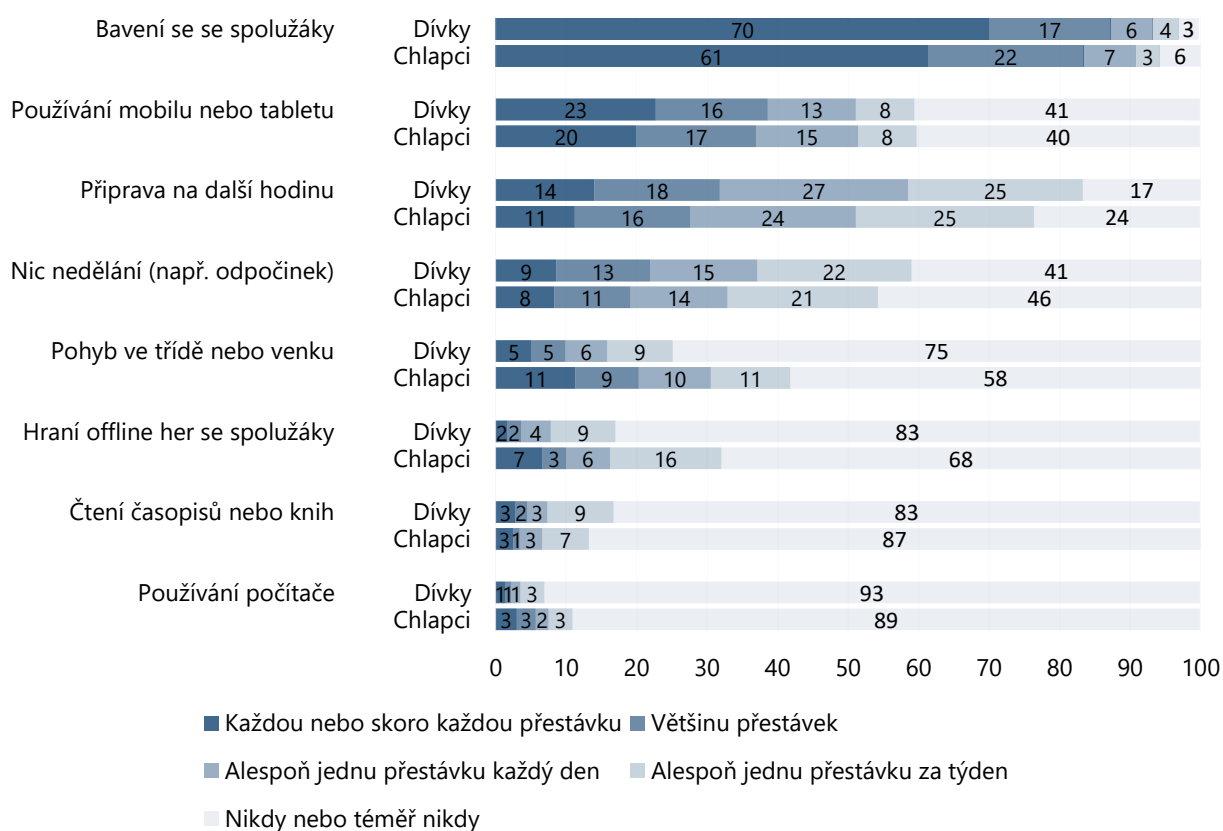


Znění otázky: Zajímá nás, co všechno děláš ve škole o přestávkách. Uveď, co děláš o přestávkách v typickém týdnu a jak často.

Rozdíly v aktivitách o přestávkách podle pohlaví

U aktivit o přestávkách nás také zajímalo, jestli se dívky a chlapci liší v tom, jak často se konkrétním činnostem věnují. Tyto rozdíly jsou znázorněny v Grafu 2. Dívky se oproti chlapcům o něco častěji připravují na další hodinu nebo dělají úkoly (84 % dívek a 76 % chlapců se připravuje alespoň jednu přestávku každý týden), rozdíl je však velmi malý. **Chlapci se v porovnání s dívkami o přestávce častěji pohybují** – 41 % uvedlo, že se hýbou alespoň jednu přestávku týdně, zatímco u dívek stejnou frekvenci pohybu o přestávce uvádělo 25 %. **Rozdíl se v našem výzkumném souboru ukázal také u hraní stolních nebo jiných offline her**, chlapci se těmto hrám věnují častěji (32 % chlapců hraje minimálně jednu přestávku za týden, u dívek to je 17 %). Dívky i chlapci se zhruba stejně často o přestávce věnují bavení se se spolužáky, používání mobilu nebo tabletu, čtení časopisů nebo knih, používání počítače nebo notebooku a přibližně stejně často o přestávce nedělají nic.

Graf 2: Rozdíly podle pohlaví v aktivitách o přestávkách

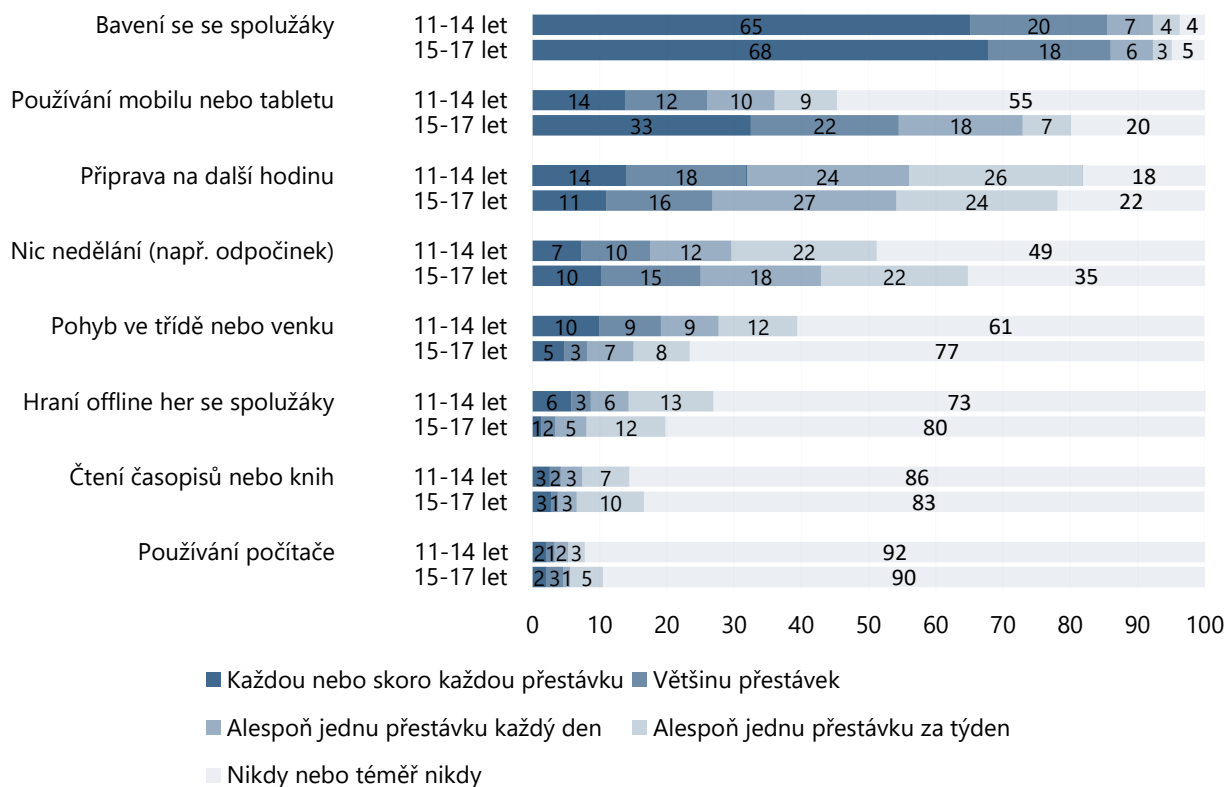


Znění otázky: Zajímá nás, co všechno děláš ve škole o přestávkách. Uveď, co děláš o přestávkách v typickém týdnu a jak často.

Rozdíly v aktivitách o přestávkách podle věku

U přestávkových aktivit jsme také zjišťovali rozdíly podle věku, které můžeme vidět zaznamenané v Grafu 3. Srovnávali jsme dvě věkové skupiny, a to dospívající v rozmezí 11 až 14 let a dospívající, kterým je 15 až 17 let. Největší rozdíl, který jsme u našich respondentů pozorovali, byl u používání mobilu nebo tabletu. **Dospívající ve věkovém rozmezí 15 až 17 let používají mobil nebo tablet o přestávce častěji** (33 % používá skoro každou přestávku a dalších 47 % minimálně jednu přestávku za týden) než mladší věková skupina (14 % mladších používá mobil nebo tablet skoro každou přestávku, 31 % alespoň jednu přestávku za týden). Další rozdíly jsme pozorovali u pohybu o přestávce a hraní stolních nebo jiných offline her – mladší dospívající v našem výzkumném vzorku se o přestávce o něco více hýbou a častěji hrají stolní hry. Starší dospívající o přestávce také častěji nic nedělají. Tyto rozdíly však už nebyly tak velké.

Graf 3: Rozdíly podle věku v aktivitách o přestávkách



Znění otázky: Zajímá nás, co všechno děláš ve škole o přestávkách. Uveď, co děláš o přestávkách v typickém týdnu a jak často.

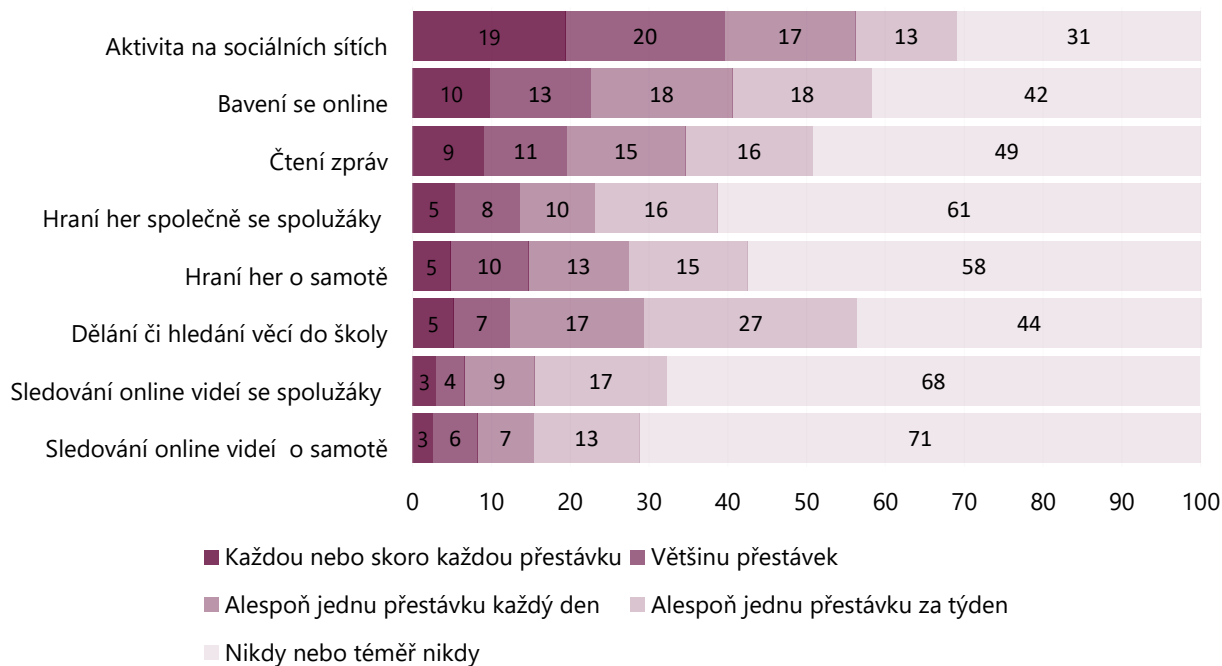
AKTIVITY NA INTERNETU O PŘESTÁVKÁCH

Dospívajících, kteří v dotazníku uvedli, že o přestávkách používají mobil nebo tablet (707 respondentů, 69 % vzorku) jsme se ptali, jakým činnostem se na těchto zařízeních věnují a jak často tyto online aktivity o přestávce dělají. **Sekce 2 tedy obsahuje pouze odpovědi dospívajících, kteří o přestávkách používají mobilní telefon nebo tablet.** Odpovědi dospívajících jsou zaznamenány v Grafu 4.

Nejčastější činností dospívajících byla aktivita na sociálních sítích, které se věnuje 56 % našeho vzorku jednu nebo více přestávek denně. Druhou nejčastější aktivitou bylo **bavení se online** s rodinou, přáteli nebo někým z internetu, kterému se alespoň jednu přestávku denně věnuje více než třetina (41 %) dospívajících z našeho vzorku. Naši respondenti ale mobily ve škole nevyužívají jenom pro zábavu nebo komunikaci s přáteli, více než polovina dospívajících si pomocí mobilu či tabletu dohledává věci do školy (56 %) nebo čte zprávy (51 %) alespoň jednu přestávku za týden.

Graf 4: Aktivity na internetu o přestávkách

Graf se týká 707 dospívajících, kteří o přestávce používají technologie.



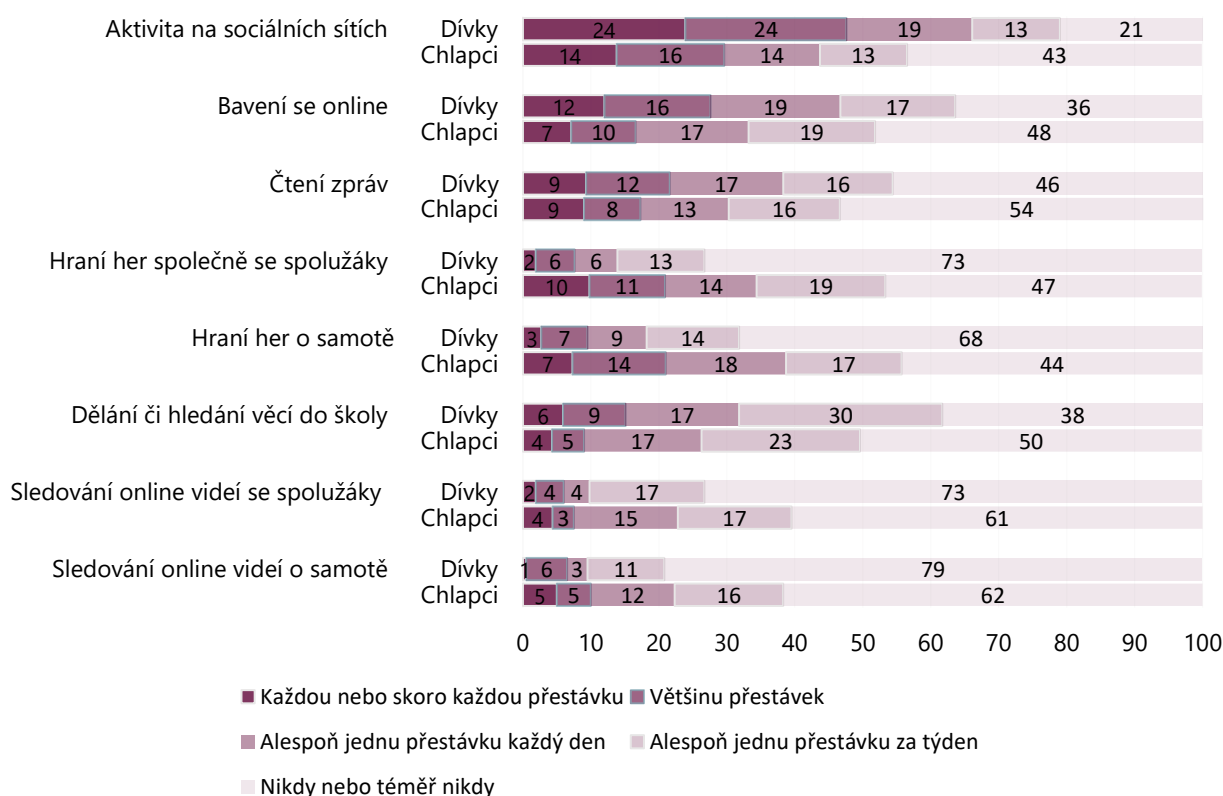
Znění otázky: Uvedl/a jsi, že o přestávkách používáš mobil nebo tablet. Uveď prosím, co všechno NA MOBILU NEBO TABLETU o přestávkách děláš a jak často.

Rozdíly v aktivitách na internetu o přestávkách podle pohlaví

Zajímalo nás, jestli se dospívající z našeho vzorku liší v těchto online aktivitách o přestávce na základě pohlaví. Z grafu můžeme vidět, že **dívky se o něco více věnují aktivitám na sociálních sítích** (48 % z nich uvedlo, že je na sociálních sítích většinu nebo skoro každou až každou přestávku) a **bavení se online** (47 % se mu věnuje jednu nebo víc přestávek denně). Také oproti chlapcům častěji **dělají či hledají věci do školy** (62 % tomu věnuje alespoň jednu přestávku týdně). **Chlapci v našem vzorku častěji oproti dívkám přestávky tráví hraním mobilních her**, ať už o samotě (39 % hraje jednu nebo více přestávek denně) nebo se spolužáky (35 % jednu nebo více přestávek denně).

Graf se týká 707 dospívajících, kteří o přestávce používají technologie.

Graf 5: Rozdíly podle pohlaví v aktivitách na internetu o přestávkách



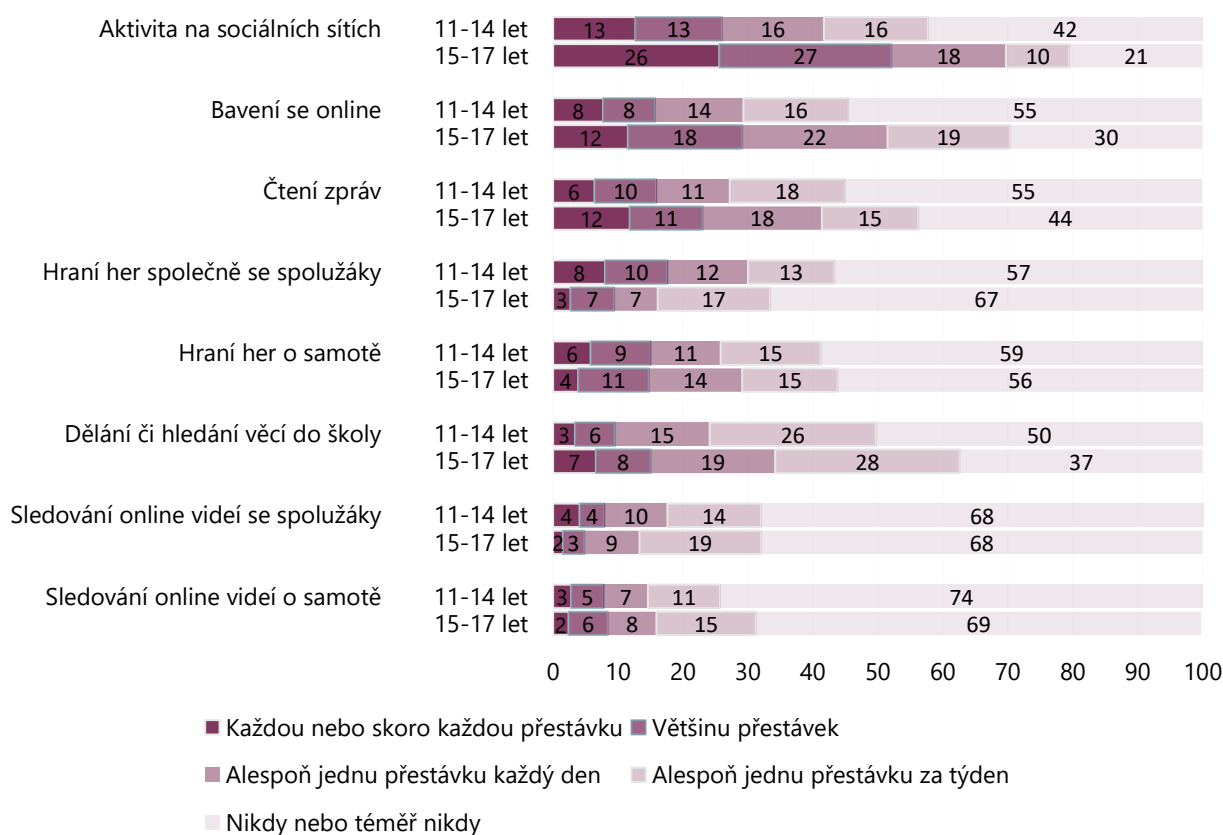
Znění otázky: Uvedl/a jsi, že o přestávkách používáš mobil nebo tablet. Uveď prosím, co všechno NA MOBILU NEBO TABLETU o přestávkách děláš a jak často.

Rozdíly v aktivitách na internetu o přestávkách podle věku

Dívali jsme se také na rozdíly v aktivitách na mobilu nebo tabletu o přestávce podle věku. Více než **polovina žáků (53 %) z našeho vzorku ve věku 15 až 17 let tráví většinu nebo skoro každou až každou přestávku na sociálních sítích**. U dospívajících ve věku 11 až 14 let takto tráví většinu nebo skoro každou až každou přestávku 26 % našeho vzorku. Starší věková skupina z našeho vzorku se také o přestávkách více baví online s rodinou, přáteli nebo s někým z internetu (52 % alespoň jednu přestávku denně) a častěji dělá věci do školy (34 % alespoň jednu přestávku denně) nebo čte zprávy (41 % alespoň jednu přestávku denně). Téměř **třetina (30 %) žáků v mladší věkové skupině na mobilu hraje hry společně se spolužáky jednu nebo více přestávek za den**, u dospívajících ve věku 15-17 let je to 17 %. Všechny online aktivity o přestávce podle věku jsou zobrazeny v Grafu 6.

Graf se týká 707 dospívajících, kteří o přestávce používají technologie.

Graf 6: Rozdíly podle věku v aktivitách na internetu o přestávkách



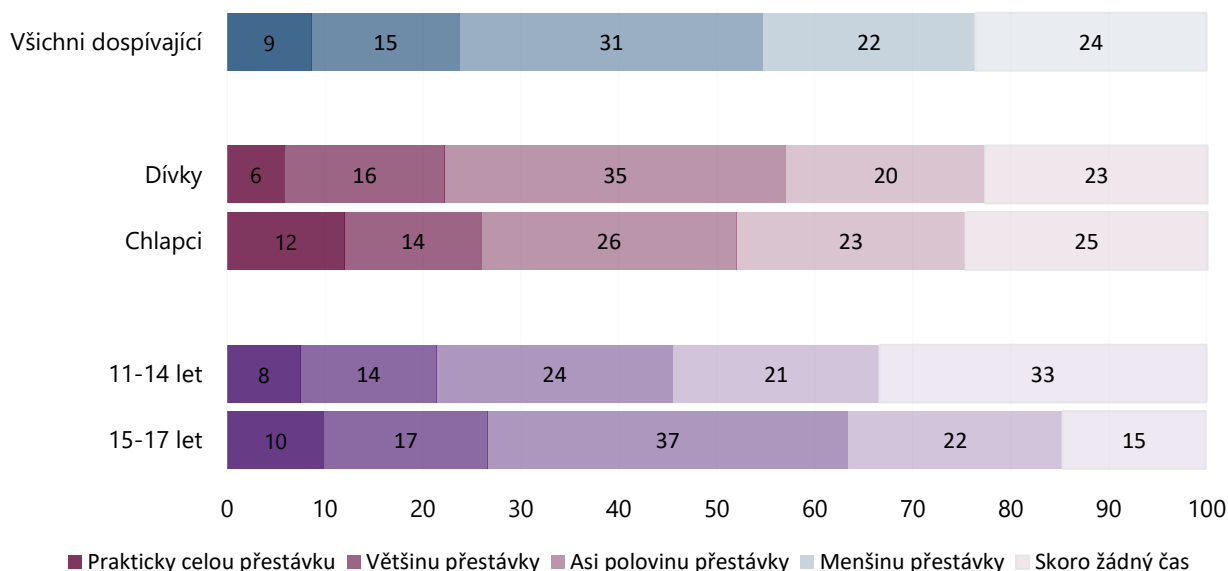
Znění otázky: Uvedl/a jsi, že o přestávkách používáš mobil nebo tablet. Uveď prosím, co všechno NA MOBILU NEBO TABLETU o přestávkách děláš a jak často.

Čas strávený používáním mobilního telefonu o přestávkách

U dospívajících z našeho vzorku, kteří uvedli, že mobil nebo tablet používají o přestávce alespoň někdy, nás zajímalo, kolik času z dané přestávky skutečně stráví na telefonu a kolik času věnují jiným činnostem. Proto jsme se jich zeptali, aby zkusili procentuálně odhadnout čas strávený o přestávce na mobilu, s možností odpovědět 0, 10, 20 až 100 %. Tyto procenta jsme pak převedli do kategorií podle toho, jaký podíl přestávky dospívající tráví na mobilním telefonu: skoro žádný čas (respondenti, kteří uvedli 0 nebo 10 %), menšinu přestávky (20 nebo 30 %), asi polovinu přestávky (40, 50 nebo 60 %), většinu přestávky (70 nebo 80 %) nebo prakticky celou přestávku (90 nebo 100 %). Informace jsou zobrazené v Grafu 7. **Jenom čtvrtina dospívajících (24 %) používá mobilní telefon většinu času o přestávce a téměř polovina (46 %) je na mobilu aktivní pouze menší část přestávky nebo skoro vůbec.** Co se týče rozdílů v používání mobilního telefonu o přestávce podle pohlaví a věku, chlapci používají mobil o něco více než dívky a starší o něco více než mladší, rozdíly jsou však malé.

Graf 7: Podíl času stráveného na mobilu o přestávkách

Graf se týká 707 dospívajících, kteří o přestávce používají technologie.



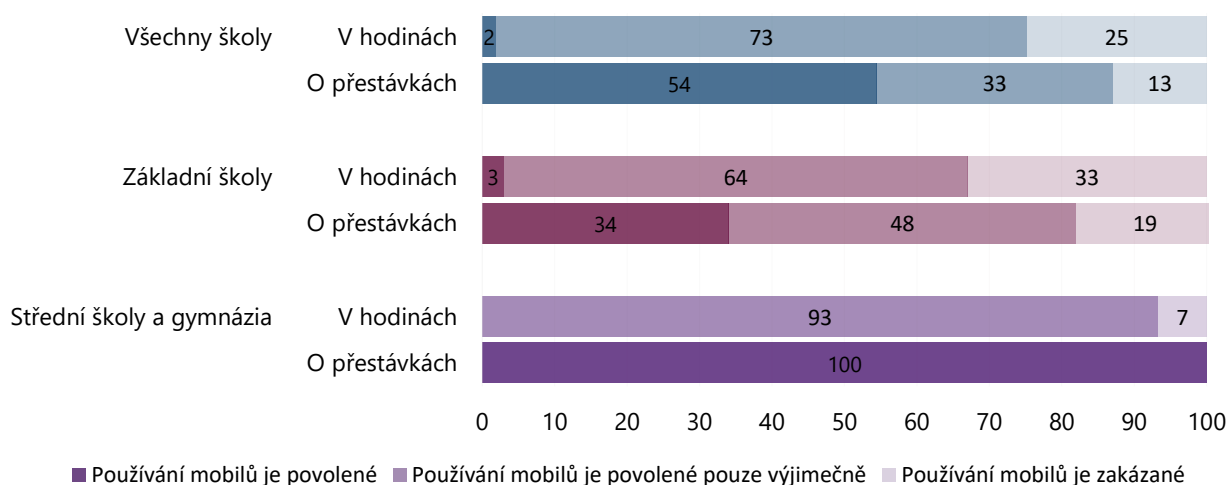
Znění otázky: Můžeš zkusit odhadnout, kolik procent času trávíš o přestávkách používáním mobilu nebo tabletu?

PRAVIDLA POUŽÍVÁNÍ MOBILNÍCH TELEFONŮ

Zajímalo nás, jak mají školy pro dospívající nastavená pravidla ohledně používání mobilních telefonů. Povolení, nebo zákaz používání mobilů jsme zjišťovali vzhledem k vyučovacím hodinám a přestávkám. Na tyto informace jsme se ve školách ptali učitelů. Zjistili jsme, že **v hodinách povolují dospívajícím používání mobilních telefonů pouze 2 % škol**, zatímco 25 % škol mobil v hodinách zakazuje a ve 73 % školách mohou dospívající ve výjimečných případech získat povolení od učitele. Výjimky k povolení mobilů v hodinách tvoří zejména studijní aktivity (používání aplikací jako např. stopky nebo fotoaparát, hledání výukových materiálů, online procvičování) a případy, kdy dítě potřebuje kontaktovat rodiče. Co se týče přestávek, **mobilní telefon dospívajícím bez omezení povoluje 54 % škol**, zákaz mobilů i o přestávkách jsme zjistili u 13 % škol a ve 33 % školách může mobil o přestávce povolit učitel za výjimečných okolností, zejména pokud je potřeba kontaktovat rodiče.

Pravidla týkající se používání mobilních telefonů se v našem výzkumném vzorku lišila v závislosti na typu školy, především co se týče pravidel pro přestávky. Zatímco střední školy a gymnázia z našeho vzorku dospívajícím mobil o přestávce povolují neomezeně, pouze třetina základních škol (34 %) mobil dospívajícím povoluje. Většina základních škol mobil o přestávce tedy zakazuje nebo povoluje pouze výjimečně. Pravidla používání mobilních telefonů v hodinách se podle typu školy příliš nelišila, všechny školy mobil v hodinách téměř nepovolují, až na výjimky udělené učitelem.

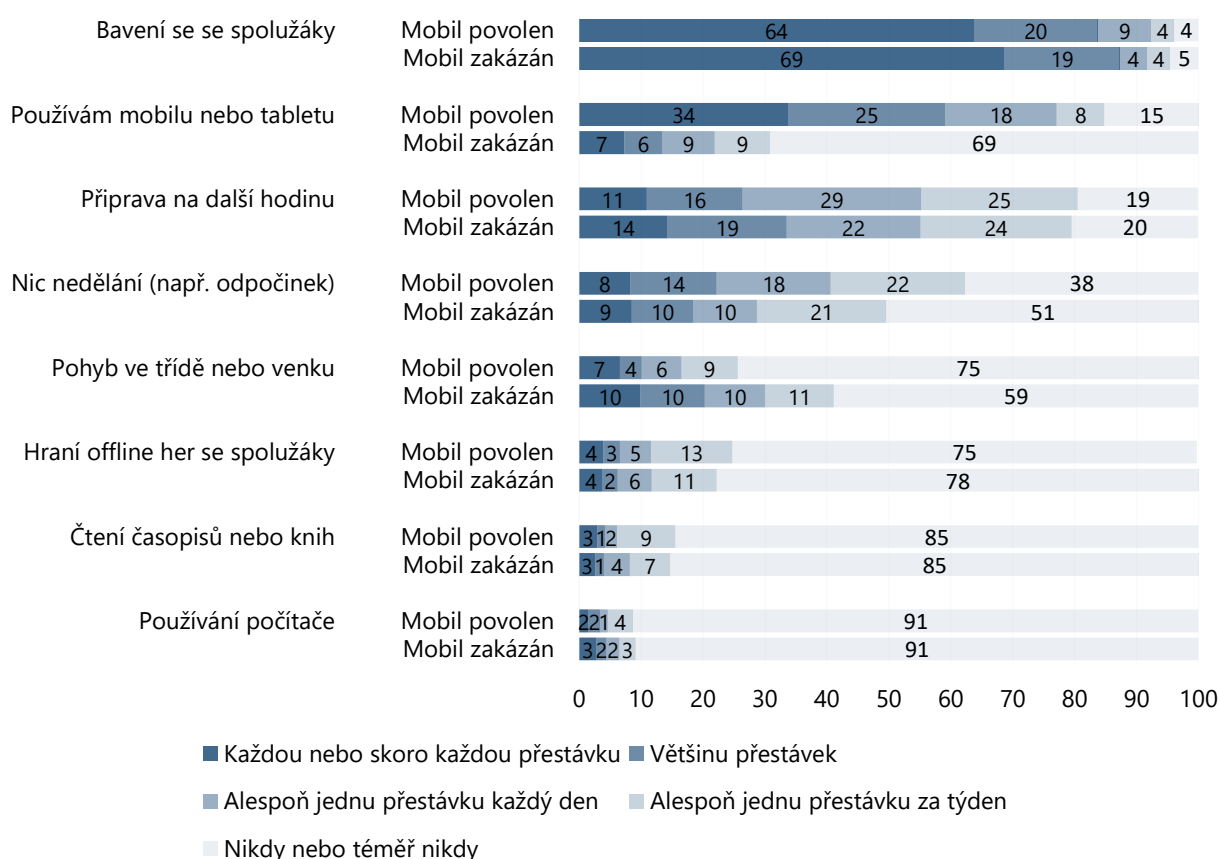
Graf 8: Pravidla týkající se používání mobilních telefonů v hodinách a o přestávkách



Pravidla a aktivity o přestávkách

Dále nás zajímalo, jak pravidla ohledně používání mobilních telefonů souvisí s aktivitami dospívajících o přestávkách, a jestli se dospívající s povolením a zákazem mobilu věnují častěji, nebo naopak méně často činnostem, které popisuje Graf 9. Pro srovnání jsme respondenty rozdělili do dvou kategorií – mobil o přestávkách ve škole povolen a mobil zakázán. Případy, kdy jsou mobily povolené pouze výjimečně, jsme kódovali jako mobil zakázán, jelikož se jedná o spíše výjimečné použití mobilů o přestávkách. Rozdíly v aktivitách podle toho, zda mají dospívající povolený nebo zakázaný mobil o přestávce, jsme zjišťovali také statistickými testy – viz sekce Metodologie. Jediný výraznější rozdíl ze všech aktivit byl zjištěn u používání mobilního telefonu nebo tabletu. **Dospívající, kteří mají o přestávce povolený mobil, ho také častěji používají.** Nicméně i dospívající se zákazem mobil nebo tablet o přestávce používají – 13 % většinu přestávek a 9 % alespoň jednu přestávku každý den.

Graf 9: Rozdíly podle povolení nebo zákazu mobilního telefonu v aktivitách o přestávkách



Znění otázky: Zajímá nás, co všechno děláš ve škole o přestávkách. Uveď, co děláš o přestávkách v typickém týdnu a jak často.

Malé rozdíly byly zjištěny také v míře pohybu a toho, jak často dospívající nic nedělají a o přestávce například odpočívají. Dospívající, kteří o přestávce mohou používat mobil, se méně hýbou a častěji tráví přestávky tím, že nedělají nic. Tyto rozdíly jsou však malé, jak se ukázalo v rámci statistické analýzy dat, a nemůžeme je tedy interpretovat jako věcně významné. U ostatních aktivit o přestávkách jsme nezjistili rozdíly v závislosti na povolení, nebo zákazu mobilních telefonů. Čas, který dospívající věnují o přestávce bavení se se spolužáky, hraní stolních nebo jiných offline her, přípravě na další hodinu, čtení časopisů nebo knih a používání notebooku nebo počítače, se tedy nemění na základě toho, zda je ve škole používání mobilu o přestávce povoleno, nebo zakázáno.

Pravidla a používání internetu

Zajímalo nás, jestli povolení, nebo zákaz mobilního telefonu o přestávce souvisí s celkovým časem stráveným na internetu během školního dne a o víkendu. Provedli jsme analýzu dat a zjistili, že **povolení nebo zákaz mobilů o přestávce nezvyšuje ani nesnižuje čas, který dospívající na internetu stráví celkově za celý den.**

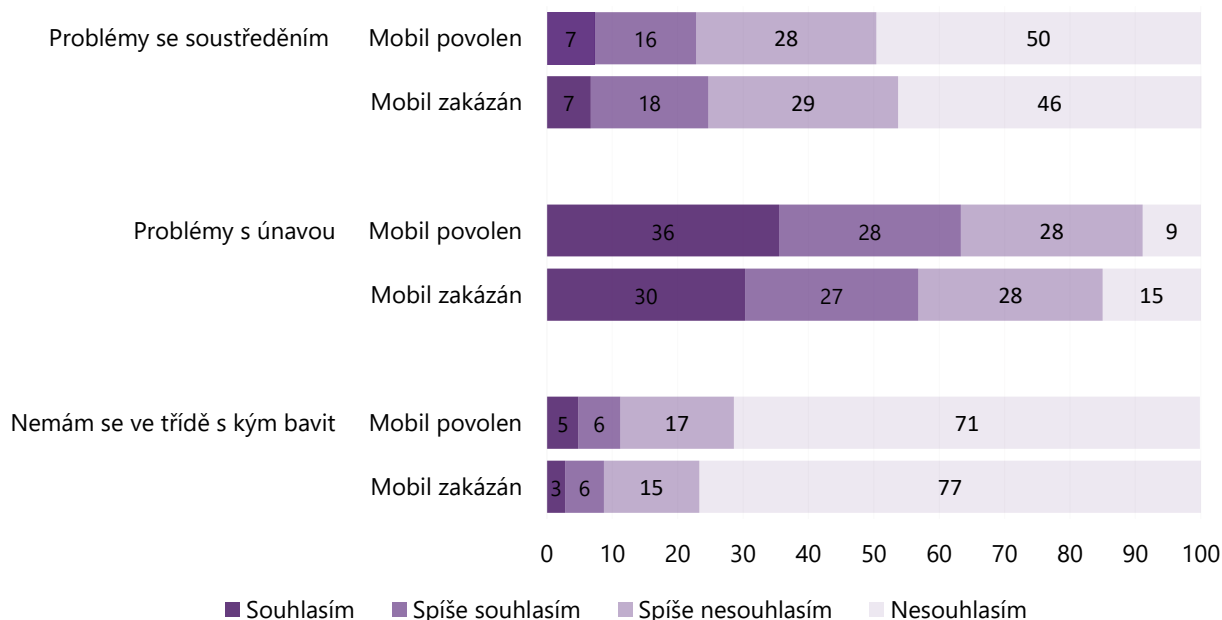
Pravidla a excesivní používání internetu

Zjišťovali jsme také, jestli povolení, nebo zákaz používání mobilních telefonů o přestávkách souvisí s excesivním používáním internetu. Tato část se týká poloviny vzorku – 547 dospívajících. Excesivní používání internetu není definováno pouze časem stráveným na internetu, ale především negativním dopadem na různé oblasti života. V našem výzkumu jsme jako indikátory excesivního používání zjišťovali **zanedbávání jídla nebo spánku** kvůli internetu, **nepříjemné pocity** spojené s nemožností připojit se na internet, **surfování na internetu i přes to, že to není pro člověka zábavné, zanedbávání rodiny, přátel, školní práce nebo koníčků** kvůli času strávenému na internetu a **neúspěšnou snahu omezit čas strávený na internetu.** Souvislost excesivního používání internetu s pravidly používání mobilních telefonů o přestávkách jsme zjišťovali statistickými testy – viz sekce Metodologie. Zjistili jsme, že **mezi dospívajícími s povolením a zákazem mobilu o přestávce nejsou rozdíly v míře excesivního používání internetu.**

PRAVIDLA, POUŽÍVÁNÍ MOBILŮ A PROBLÉMY SOUVISEJÍCÍ S PŘESTÁVKOU

Dospívajících jsme se dále ptali na problémy, které jsou v mediální debatě uváděny do souvislosti s používáním technologií o přestávkách (viz úvodní kapitola reportu). Ptali jsme se, jestli **se dospívající mají o přestávce s kým bavit** a jestli nezažívají po přestávce **obtíže se soustředěním na výuku** nebo **nedostatkem odpočinku**. Zajímalo nás, jak tyto potenciální problémy souvisí s pravidly ohledně používání mobilních telefonů o přestávkách. Z Grafu 10 je patrné, že dospívající s povolením a zákazem mobilu o přestávkách se téměř neliší v míře problémů se soustředěním na výuku po přestávce. Co se týče nedostatku odpočinku a bavení se se spolužáky, v našem výzkumném souboru se ukázaly jenom velmi malé rozdíly mezi dospívajícími, kteří mají v rámci školy povolené a zakázané používání mobilu o přestávce. Zjištěné rozdíly jsme ověřili i statistickými testy – viz sekce Metodologie. Dle těchto výsledků **se dospívající s povoleným mobilem a bez něj neliší v žádném ze zjišťovaných problémů**.

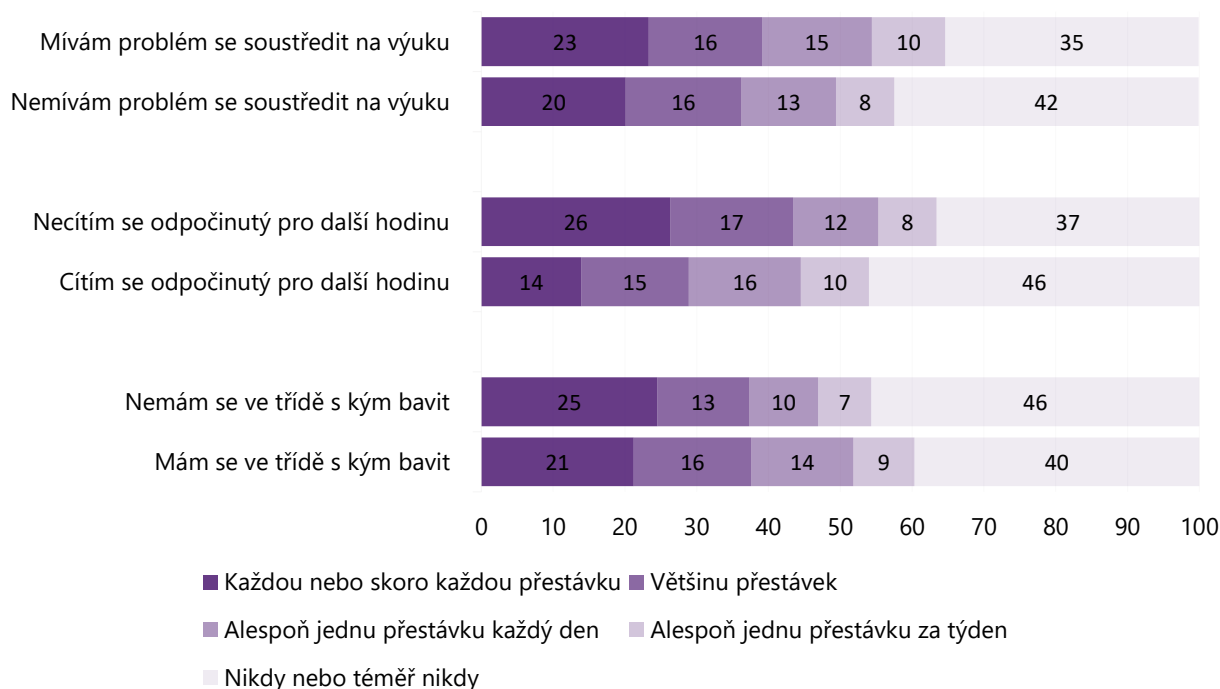
Graf 10: Rozdíly podle povolení nebo zákazu mobilního telefonu v problémech se soustředěním, únavou a nedostatkem sociálních vztahů ve třídě



Znění otázek: Následující otázky se týkají dění o přestávkách. Uveď, nakolik s jednotlivými výroky souhlasíš nebo nesouhlasíš. (a) Po přestávce mívám problém se soustředit na výuku, (b) Po přestávce se obvykle cítím odpočínutý pro další hodinu (položku jsme kódovali obráceně) – v grafu je proto nazvána Problémy s únavou, (c) O přestávkách se nemám ve třídě s kým bavit

Kromě pravidel používání mobilních telefonů o přestávkách jsme se dívali i na čas, který dospívající stráví na mobilu nebo tabletu o přestávce, a jak používání těchto zařízení o přestávce souvisí s uvedenými obtížemi. Tato souvislost je znázorněna v Grafu 11. V rámci našeho výzkumného souboru se ukázaly velmi malé rozdíly v používání mobilů a tabletů o přestávce mezi dospívajícími s problémy se soustředěním se na výuku, nedostatkem odpočinku a bavení se se spolužáky a dospívajícími bez těchto problémů. Ti, kteří mají po přestávce problém se soustředěním a necítí se odpočatí pro další hodinu, používají mobil nebo tablet nepatrně častěji než respondenti bez těchto problémů. Dospívající, kteří se o přestávce nemají ve třídě s kým bavit, používají mobil nebo tablet o něco méně. Rozdíly jsou však minimální.

Graf 11: Rozdíly podle času stráveného na mobilním telefonu nebo tabletu v problémech se soustředěním, únavou a nedostatkem sociálních vztahů ve třídě



Znění otázek: Následující otázky se týkají dění o přestávkách. Uveď, nakolik s jednotlivými výroky souhlasíš nebo nesouhlasíš. (a) Po přestávce mívám problém se soustředit na výuku, (b) Po přestávce se obvykle cítím odpočinitý pro další hodinu (položku jsme kódovali obráceně) – v grafu je proto nazvána Problémy s únavou, (c) O přestávkách se nemám ve třídě s kým bavit

ZÁVĚR

Tato výzkumná zpráva shrnuje zjištění týkající se pravidel používání mobilních telefonů o přestávkách v českých školách. Náš výzkum navazuje na mediální diskuzi o dopadu používání mobilních technologií ve školách a přispívá poznatky na toto téma, které dosud nebylo dostatečně empiricky zkoumáno. Zastánci zákazu mobilních telefonů o přestávkách argumentují tím, že děti a dospívající v důsledku používání mobilních technologií o přestávce často nekomunikují se spolužáky tváří v tvář, a přichází tím o příležitost se socializovat a rozvíjet komunikační dovednosti (Russell, 2018; Smithee, 2018). Výsledky našeho výzkumu však tento předpoklad nepodpořily. **Dospívající v našem výzkumném souboru se o přestávce baví se spolužáky bez ohledu na to, zda mají povoleno, nebo zakázáno mobilní telefon používat.**

Dalším z nejčastějších argumentů pro zákaz mobilních telefonů je nedostatek odpočinku o přestávce a následná nepozornost ve vyučovacích hodinách (Kopecký, 2018; Wright, 2018). Ani tato souvislost se v našem výzkumu neukázala a **dospívající se zákazem a povolením mobilu o přestávkách se nelišili v míře odpočinku po přestávce ani problémů se soustředěním v hodině.** Dále jsme nezjistili žádnou souvislost pravidel používání mobilních telefonů s aktivitami dospívajících o přestávkách, jako je **bavení se se spolužáky, příprava na další hodinu, čtení knih nebo časopisů, hraní offline her a používání notebooku nebo počítače.** Rozdíl se ukázal u toho, jak často dospívající o přestávkách používají mobilní telefon nebo tablet – pokud mají používání povoleno, tak se používání těchto technologií také více věnují. Malé rozdíly jsme také zjistili v míře **pohybu a pasivního trávení času** o přestávce – dospívající, kteří mají používání mobilu o přestávkách povoleno, se o něco méně hýbou a o něco častěji o přestávce nic nedělají, například odpočívají, - rozdíly však byly velmi malé. Nezjistili jsme ani souvislost pravidel o používání mobilů během přestávek s **časem celkově tráveným na internetu** ani s **excesivním používáním internetu.**

Používání mobilních telefonů ve škole může mít také pozitivní a obohacující efekt, protože mobilní telefony slouží k dohledávání informací týkajících se přímo výuky (Selwyn, 2019). I v našem výzkumu se ukázalo, že dospívající používají mobily o přestávce k **dělání věcí do školy a vyhledávání informací,** které se týkají školních povinností.

Z výsledků našeho výzkumu na vzorku dospívajících z Jihomoravského kraje tedy vyplývá, že pravidla používání **mobilních telefonů o přestávkách jen velmi málo souvisí s přestávkovými aktivitami dospívajících**. Zjištěné rozdíly jsou tak malé, že je nelze považovat za věcně významné. Je však třeba brát v potaz omezení sebeposuzovacích metod, které jsme v tomto výzkumu použili. Zejména problémy, které mohou souviset s přestávkou (např. soustředění), by bylo vhodné měřit jiným způsobem, na což by se mohl zaměřit další výzkum. Na základě našeho výzkumu však můžeme říci, že **pravidla používání mobilních telefonů nesouvisí ani s problémy**, které bývají v médiích uváděny jako důsledek používání mobilních technologií o přestávkách.

DOPORUČENÍ PRO ŠKOLY

- V našem výzkumu jsme se zaměřovali na žáky druhého stupně základních škol a žáky středních škol z Jihomoravského kraje. Z našich výsledků vyplývá, že **zákaz mobilních technologií o přestávkách v těchto ročnících není potřebný**. V našem výzkumu se nepotvrdila souvislost pravidel používání mobilních telefonů s výskytem problémů, které bývají uváděny jako důsledek používání mobilních technologií ve škole o přestávkách.
- Používání mobilních technologií o přestávkách může mít i pozitivní vliv na výuku, protože žáci používají mobilní telefony i k **vyhledávání informací a děláním věcí do školy**, jak se ukázalo v našem výzkumu. Kromě toho dospívající také používají mobil například ke čtení zpráv, bavení se online s přáteli a rodinou a společným aktivitám se spolužáky, což může naplňovat jejich psychické i sociální potřeby.

ZDROJE

Endrštová, M. (2018, November 9). *Školy zakazují mobil už i o přestávkách. Nedůvodný zásah do soukromí, tvrdí inspekce*. Retrieved from <https://zpravy.aktualne.cz/domaci/mobil-skola-prestavka-zakaz-ceska-skolni-inspekce/r~81607186e33511e8a470ac1f6b220ee8/>

Kopecký, K. (2018). Komentář: Zakázat mobilní telefon o přestávkách? *E-bezpečí*. Retrieved from <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/57-rizikove-jevy/1316-komentar-zakazat-mobilni-telefon-o-prestavkach>

Kopecký, K. & Szotkowski, R. (2019). *České děti v kybersvětě (výzkumná zpráva)*. Retrieved from <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-v-kybersvete/file>

Kopecký, K. & Szotkowski, R. (2019, January 17). Komentář: O mobilních telefonech podruhé aneb Nemíchejme dohromady jablka, hrušky, švestky, broskve a mandarinky. *E-bezpečí*. Retrieved from <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/z-nasi-kuchyne/1438-komentar-o-mobilnich-telefonech-podruhe-aneb-nemichejme-dohromady-jablka-hrusky-svestky-broskve-a-mandarinky>

Mačí, J. (2018, December 12). *Zákaz používání mobilů ve školách. Ředitelé narazili na školní inspekci*. Retrieved from <https://www.seznamzpravy.cz/clanek/zakaz-pouzivani-mobilu-ve-skolach-reditele-narazili-na-skolni-inspekci-61498>

Russell, D. (2018, February 21). Controlling smartphone use in schools. *Teacher Magazine*. Retrieved from <https://www.teachermagazine.com.au/articles/controlling-smartphone-use-in-schools>

Selwyn, N. (2019, June 26). *Banning mobile phones in schools: beneficial or risky? Here's what the evidence says*. Retrieved from <https://theconversation.com/banning-mobile-phones-in-schools-beneficial-or-risky-heres-what-the-evidence-says-119456>

Smithee, A. (2018). *Should we allow smartphones in schools?* Retrieved from <https://www.theperspective.com/debates/living/ban-phones-schools/>

Wright, K. (2018, June 20). *To ban or not to ban: Should phones be allowed in schools?* Retrieved from <https://www.bbc.com/news/uk-44546360>

PODĚKOVÁNÍ

Na tomto místě bychom chtěli poděkovat všem, kdo se podíleli na realizaci tohoto výzkumu a díky kterým mohl tento report vzniknout. Na přípravě tohoto výzkumu a sběru dat se kromě autorského týmu podíleli další výzkumníci – děkujeme tímto doc. Mgr. et Mgr. **Haně Macháčkové**, Ph.D., Mgr. **Renatě Hlavové**, Mgr. et Mgr. **Marii Bedrošové**, Mgr. **Lence Dědkové**, Ph.D., Bc. **Jakubu Brojáčovi** a Bc. **Janě Musáلكové**.

Děkujeme také všem, kdo náš výzkum umožnili, – všem respondentům, jejich rodinám a školám.

Za podporu děkujeme také Fakultě sociálních studií Masarykovy univerzity.

Kontakt

prof. PhDr. David Šmahel, Ph.D.

Institut výzkumu dětí, mládeže a rodiny

Fakulta sociálních studií

Masarykova univerzita, Brno

E-mail: smahel@fss.muni.cz

Telefon: 549 497 451

Interdisciplinary Research Team on Internet and Society

<https://irtis.muni.cz/>



Interdisciplinary Research Team
on Internet and Society