



## TISKOVÁ ZPRÁVA

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

**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.**

Praha, 9. 5. 2023 – **Výzkumný tým studie HBSC Univerzity Palackého v Olomouci dnes ve spolupráci s Úřadem vlády České republiky představil výsledky české části mezinárodní studie realizované v roce 2022 mezi žáky základních škol. Počet mladých lidí, jejichž virtuální život vykazuje problematické rysy, vzrostl z 5 % v roce 2018 na 8 % v roce 2022. Výzkum podpořila Technologická agentura ČR v rámci Programu ÉTA.**

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 jedině, 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.”

## Podrobnější informace

### Přílohy k tiskové zprávě - infopostery:

1. Děti, sítě, gaming
2. Tvůj digitální wellbeing

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.

## Kontakt pro média:

**Mgr. Petr Badůra, Ph.D.**, Univerzita Palackého v Olomouci, datový analytik české části studie HBSC  
M +420 777 703 154, E-mail [petr.badura@upol.cz](mailto:petr.badura@upol.cz)

**Mgr. Michal Kalman, Ph.D.**, Univerzita Palackého v Olomouci, hlavní řešitel studie HBSC v ČR  
M +420 777 752 822, E-mail [michal.kalman@upol.cz](mailto:michal.kalman@upol.cz)

Tuto tiskovou zprávu vydává Univerzita Palackého v Olomouci spolu s Úřadem vlády České republiky.

T A  
Č R

Tento projekt je spolufinancován se státní podporou Technologické agentury ČR v rámci Programu ÉTA.

[www.tacr.cz](http://www.tacr.cz)

Výzkum užitečný pro společnost.