



TISKOVÁ ZPRÁVA

Seminář v Poslanecké sněmovně upozornil na rizika digitálních technologií

Praha, 12. 05. 2025 – Nadměrné užívání digitálních technologií je novou výzvou pro společnost, která z veřejnozdravotního hlediska má řadu negativních dopadů na jednotlivce i jejich okolí. Odborníci v Poslanecké sněmovně Parlamentu ČR diskutovali o aktuálních výzvách spojených s digitálními závislostmi zejména mezi dětmi. Diskuze upozornila na potřebu řešení v posílení regulace a prevence.

V Poslanecké sněmovně Parlamentu ČR se uskutečnil odborný seminář zaměřený na problematiku digitálních závislostí. Akce se zúčastnili přední odborníci z oblasti neurověd, prevence závislostí, výzkumu i veřejné správy.

Počet dětí, které mají problémy kvůli nadměrnému používání digitálních technologií roste. Podle mezinárodní studie HBSC (Health Behaviour in School-Aged Children) mezi tzv. problematické uživatele sociálních sítí patří 8 % mladých lidí ve věku 11 až 15 let, v roce 2018 to bylo 5 %. Mezi problematickými i intenzivními uživateli sociálních sítí jsou více zastoupeny dívky. U chlapců dominuje hraní počítačových her.

Nadměrné užívání digitálních technologií má řadu negativních dopadů na jednotlivce i jejich okolí. Děti a dospívající v riziku digitálních závislostí uvádějí častěji než jejich vrstevníci zanedbávání volnočasových aktivit, problémy se spánkem, vysokou konzumaci energetických nápojů, problémy ve škole nebo dopady na vztahy s vrstevníky a rodinou. Nadměrné užívání digitálních technologií může také negativně ovlivnit vývoj mozku a schopnost učení dětí. Sociální sítě nejsou jediným, ale významným faktorem, který negativně ovlivňuje duševní zdraví nejen dětí.

„Najít vhodnou cestu, jak korigovat nakládání s digitálními technologiemi nebude jednoduché. Digitální technologie se staly součástí našich životů a poskytují řadu výhod. Systémové uchopení této problematiky je v ČR teprve na začátku, nicméně ze všeho nejvíc je potřeba posílit prevenci a informovanost, ale také otevřít diskuzi nad účinnými nástroji regulace,“ říká ředitelka Odboru protidrogové politiky Lucia Kiššová.

Na semináři odborníci upozornili na škodlivé algoritmy, manipulativní design a obsah, které podporují návykové chování. Ve světě i v zemích EU lze pozorovat snahy států regulovat nějakým způsobem digitální technologie a on-line prostředí. Přibližně 19 zemí Evropy již přistoupilo k nějaké míře regulace sociálních sítí a digitálních technologií kam patří např. zákaz používání mobilních telefonů ve školách. Mezi regulační opatření doporučená mezinárodními organizacemi patří věkové a časové limity, regulace reklamy, omezení mikrotransakcí a ochrana uživatele před manipulativními praktikami.

Zároveň je klíčové posilovat digitální a mediální gramotnosti dětí i dospělých, a podporovat rodiče v tom, jak děti učit bezpečnému používání technologií a jak nastavit hranice v online světě. „*Pokud chceme situaci skutečně zlepšit, musíme investovat do rozvoje digitálních kompetencí dětí, posílit dovednosti rodičů v digitální výchově a rozšířit síť odborné podpory. Klíčová je dostupná prevence s odkazem na ověřené zdroje, kvalitní péče a systematické sledování vývoje,*“ uvádí prof. Mgr. Roman Gabrhelík, Ph.D. z Kliniky adiktologie 1. LF UK.

Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti každoročně zpracovává Zprávu o digitálních závislostech v České republice, která umožňuje sledovat a analyzovat dlouhodobý vývoj. Konference však vyzdvihla potřebu dalšího výzkumu pro lepší porozumění souvislostem digitálních závislostí.

Seminář uspořádal Odbor protidrogové politiky Úřadu vlády České republiky pod záštitou poslanců a poslankyň Martiny Ochodnické, Toma Philippa, Barbory Urbanové, Zdeňky Němečkové Crkvenjaš, Kláry Kocmanové, Marie Jílkové, Jana Berkiho, Taťány Malé, Michaely Šebelové, Ivety Štefanové a Renáty Zajíčkové.

Kontakt pro média:

Mgr. Pavla Chomynová, vedoucí Národního monitorovacího střediska pro drogy a závislosti
E-mail pavla.chomynova@vlada.gov.cz, M +420 702 087 862.

Ing. Lucia Kiššová, ředitelka Odboru protidrogové politiky
E-mail lucia.kissova@vlada.gov.cz, M +420 720 988 701.

Dotazy ke zprávě je možno zasílat rovněž prostřednictvím Davida Hluštíka,
david.hlustik@vlada.gov.cz, M +420 602 244 776.