

✕

**Průvodce
po sociálních
sítích**

PRŮVODCE PO SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH

Za Zvol si info,
Josefína Knollová,
Kateřina Křivánková
a Marijana Šutová

Autoři textu:

Kateřina Křivánková

Josefína Knollová

Marijana Šutová

Obsahová editace: Veronika Sivková

Grafická editace: Veronika Nováková, Magdalena Feikusová

Ilustrace: Veronika Nováková

Poděkování

Tento Průvodce by nemohl vzniknout nebýt
finanční podpory Nadačního fondu Avast.



nadační fond avast

Obsah

Úvod	9	Twitter	52
Slovníček pojmů na úvod	10	Kdo jej používá?	52
Vývoj sociálních sítí	13	Jak funguje?	52
Pozitiva a negativa sociálních sítí	17	Twitter a novináři	53
Dostupnost, identita a reputace	18	Nebezpečí na Twitteru	55
Komunikace a vztahy	19	Messenger	56
Sdílení, skupiny a inspirace	19	Messenger	56
Temné stránky sociálních sítí	21	WhatsApp	56
Důsledky pro naše zdraví	23	Kdo jej používá a jak funguje?	56
Challenges	24	Hoaxy a řetězové zprávy	57
Instagram	27	Telegram a Signal	58
Kdo jej používá?	27	Omele	60
Na jakém principu funguje?	28	Konverzace bez profilu	60
Reklamy na Instagramu a síla influencerů	28	Tellonym	62
Když Instagram pomáhá	31	Kdo jej používá?	62
Pokřivená realita a vliv na psychiku	32	Jak funguje?	62
Youtube	34	Online love/sex life	65
Kdo jej používá?	34	Tinder	65
Na jakém principu funguje?	34	Jak se seznámit bezpečně a čeho se vyvarovat?	66
Fenomén youtuberů a co teď letí	35	Sexting a nudes	66
Děti a YouTube	36	Kybergrooming	68
Reklama na YouTube	38	Co dělat, když se to zvrtně?	69
Problematický obsah	39	Chycení do sítí	70
Facebook	41	Závislost na digitálním světě	70
Kdo jej používá?	41	Digitální minimalismus	72
Jak funguje?	43	Na sítích zodpovědně a bezpečně	74
Cambridge Analytica	44	Pět obecných rad nakonec, které byste měli vždy brát v úvahu	74
Pozitiva Facebooku	45	Pět rad pro rodiče a pedagogy	76
Fake News a Facebook	46	Na konec...	78
Kyberšikana a setkávání se s cizími lidmi	46	O nás	80
Co s tím?	47		
TikTok	48		
Kdo jej používá?	48		
Jak funguje?	48		
Nebezpečí TikToku	50		

Úvod

To, že se sociální sítě staly běžnou součástí našich životů, není žádná novinka. Avšak udržet přehled o tom, co vše se na sociálních sítích děje a jaké sítě vlastně existují, již tak snadné není. Zejména, pokud zkoušení nových filtrů na Instagramu, sledování vlogů na YouTube nebo natáčení bizarních videí na TikTok není vyloženě vaším koníčkem.

Online svět se poměrně rychle mění. Aplikace vznikají a zanikají, jen pár z nich se na výsluní udrží tak dlouho jako například Facebook nebo YouTube. Jiné mají naopak krátkou životnost jako například Google + nebo zkrátka vyjdou z módy podobně jako ICQ nebo MySpace.

Kromě toho každou ze sociálních sítí využívají jiné věkové kategorie. Vzhledem k tomu, že ve Zvol si info jezdíme po základních a středních školách, občas i my cítíme, že už jsme na některé sítě „staří“. Proto jsme se rozhodli sepsat nového průvodce, který by pomohl s orientací v sociálních sítích nejen nám ve spolku, ale i rodičům a všem ostatním, kteří si chtějí udržet přehled o tom, co je in. Navíc nás nenechává klidnými fakt, že podle výsledků průzkumu od Nadace O2 a UPOL¹ až 60 % rodičů netuší (a ani je to nezajímá), koho a co jejich děti na internetu sledují, a tím je nechávají napospas online světu se všemi jeho nástrahami.

Návodů, jak se bezpečně pohybovat po sociálních sítích a jak o nich mluvit s dětmi, je celá řada (doporučujeme např. projekty Bud' safe online od Avastu, Internetem bezpečně nebo Dítě v síti od Flowee). My se na následujících stránkách ale zaměříme především na více ucelený přehled toho, které sociální sítě momentálně letí a co všechno umí. Jaké jsou jejich výhody, nevýhody a potenciální nebezpečí jejich jednotlivých funkcí.

Níže se dozvíte něco málo o vývoji sociálních sítí a získáte obecný přehled o tom, kdy mohou pomáhat a kdy naopak škodit. Poté se zaměříme na jednotlivé aplikace a weby a pokusíme se vysvětlit základy toho, jak fungují. Budeme se přitom soustředit na ty nejpoužívanější, tedy především na Facebook, Instagram, Twitter, TikTok, YouTube a různé chatovací aplikace. V závěru se dočtete pár tipů, jak k sociálním sítím přistupovat zodpovědně a bezpečně a jak tyto rady předat i vašemu okolí (zejména dětem).

¹ KOPECKÝ, Kamil a René SZOTKOWSKI. České děti v kybersvětě. Olomouc, 2019. Výzkumná práce. <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/veda-a-vyzkum/ceske-deti-v-kybersvete-2019>

Slovníček

Digitální stopa – každý člověk, který používá internet, má nějakou digitální stopu. Jedná se o veškeré informace, které o sobě v online světě zanecháváme (například při zakládání účtů pro online služby) a které o nás zjišťují navštěvované weby (například pomocí souborů Cookies). Čím více informací na webu zanecháme, tím větší naše digitální stopa je. O to efektivněji s těmito informacemi pak mohou pracovat například technologičtí giganti, kteří tdíky nim lépe cílí online reklamu.

FOMO - Zkratka znamená „fear of missing out“, tedy strach, že nám něco unikne. Proto máme mobilní telefony neustále u sebe, pravidelně kontrolujeme obrazovku, jestli nám nepřišlo nějaké upozornění, nebo neustále scrollujeme (probíráme se příspěvků) nekonečným feedem na Facebooku nebo Instagramu, aby nám něco náhodou neuniklo. Přitom se často nedozvíme nic nového a jenom mrháme časem, který bychom jinak využili užitečnějším způsobem.²

Hashtag – něco jako klíčové slovo k příspěvku, označené symbolem #, pomocí kterého mimo jiné můžete vyhledávat ostatní příspěvky se stejnou tematikou označené stejným hashtagem.

Hejt – nenávislný komentář (od anglického slova hate).

Challenge – neboli výzva. Na internetu kolují nejrůznější challenge – od Moverberu, přes Ice Bucket Challenge. Některé z nich mohou být nebezpečné – modrá velryba, škrčení apod. Více o výzvách se dozvíte níže.

Influencer – uživatel, který má velký počet sledujících na sociálních sítích, a tím má i velký vliv v online prostředí. O influencerech se nejčastěji mluví v souvislosti s Instagramem, jsou ale aktivní často na více sítích najednou. Mezi influencery můžeme zařadit youtubery, musery, sportovce, celebrity ale i umělce, politiky nebo novináře.

Lajkovat (a srdíčkovat) - znamená dávat pozitivní reakci - tzv. Like (To se mi líbí) u příspěvků.

Meme(s)/Memy – vtipný jeden či více obrázku s popiskem, které reagují na určitou situaci. V online světě platí, že různé sociální skupiny si vytvářejí různé memy. Memes nebo memy vznikají často v reakci na současné dění. Jeden obrázek tak často koluje s jinými texty a reaguje na více situací nebo témat, která ve společnosti/v dané skupině rezonují.

Muser – tvůrce videí a obsahu na TikToku, velmi často ho najdete i na Instagramu.

Netolismus – je označení pro závislost na určitých aktivitách, které jsou spojené s moderními technologiemi. Spadají pod to například závislosti

na počítačových hrách, sociálních sítích, sledování televize, neustálá potřeba být online apod.

Nomofobie – projevuje se jako úzkost a pocit strachu z toho, že člověk ztratí přístup ke svému mobilnímu telefonu. Vyplývá ze závislosti na neustálém používání mobilního telefonu.

Nudes – nahé fotky, které si uživatelé mezi sebou posílají prostřednictvím messengerů.

Post – příspěvek, tedy fotka, video nebo text, který permanentně sdílíte na vaší zdi (dokud jej nesmažete).

Sexting – je složený se slov sex a texting (posílání zpráv) a znamená online komunikaci se sexuálním obsahem v podobě intimních fotografií, videí či textů se sexuálním podtextem.

Sharenting – je složeno ze slov SHARE (sdílet) + PARENTING (rodičovství), dá se vysvětlit jako nadměrné sdílení fotek vlastních dětí od jejich nejtějšího věku. Sharenting je problematický z toho důvodu, že se děti nemohou samy rozhodnout, zda chtějí mít fotky na internetu. Rodiče si mnohdy neuvědomují, že fotky (v nejtějším věku jsou na nich děti často nahé) budou na internetu navždy dostupné a kdokoliv na ně může narazit a potenciálně je i zneužít.³

Story (storýčko) – fotky, nebo videa na vašem profilu, které zmizí po 24 hodinách.

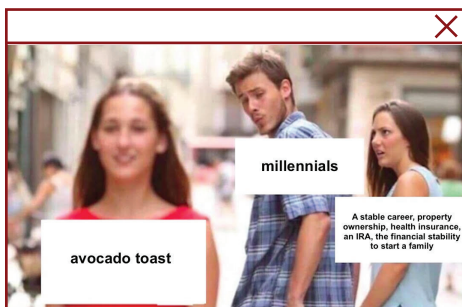
Tweet – příspěvek na Twitteru.

Virál – velmi populární video, fotka nebo meme, kolující po internetu na různých sociálních sítích a často i v různých jazycích.

Youtuber – uživatel na YouTube. Youtuberi natáčejí delší videa (5 minut a více), ve kterých probírají nejrůznější témata. Natáčejí, jak hrají hry, co si koupili v obchodě, denní vlogy, vtipné scénky, nebo jak si správně nalakovat nehty. Pojem youtuber se nejčastěji pojí s uživateli, kteří mají velký počet sledujících a jsou již na této platformě slavní (často i mimo ni).

² Je vaše dítě závislé na „lajcích“? Nebo trpí syndromem FOMO? Jak na sociální síti, aby nám nepřerostly přes hlavu. In: Rodiče vítání [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.rodicevitani.cz/trendy-ve-vzdelavani/rodina-v-siti/je-vase-dite-zavisle-na-lajcich-nebo-trpi-syndromem-fomo-jak-na-socialni-site-aby-nam-nepreostly-pres-hlavu/>

³ RICHARDS, Victoria. Paedophile websites steal half their photos from social media sites like Facebook. In: Independent [online]. 30.9.2015 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.independent.co.uk/news/world/australasia/paedophile-websites-steal-half-their-photos-from-social-media-sites-like-facebook-a6673191.html>



Příklad virálního meme

Vývoj sociálních sítí

Svět technologií se vyvíjí bezpochyby velmi rychle a dnes jej bereme jako samozřejmost. Přestože je vývoj sociálních sítí prozatím poměrně krátký, jeho význam je obrovský. Bez něj bychom si nemohli například volat tvář v tvář na dálku přes WhatsApp nebo sdílet s naším okolím, jak budeme vypadat o 30 let starší díky aplikaci FaceApp.

Přeskočíme vývoj v 70. a 80. letech, kdy se postupně rozšiřovala technologie e-mailů. Za první sociální síť bývá považována stránka Sixdegrees.com,⁴ která vznikla v roce 1996. Tato síť umožňovala vytvářet síť kontaktů, přátel a známých, ale otevírala i možnosti seznámit se s někým úplně cizím. Byla založena na myšlence, že každý na světě se zvládne spojit s každým přes šest společných přátel. První ryze českou sociální sítí byli Spolužáci.cz, kteří vznikli v roce 1999.⁵

Pokračovatelem ve vývoji sociálních sítí byl Friendster, který vznikl v roce 2002. Uživatelé si mezi sebou mohli navzájem sdílet fotografie, videa a další obsah. Do roku 2004 byl Friendster považován za nejrozšířenější sociální síť, poté byl vytlačen sítí MySpace. Friendster fungoval do roku 2018, kdy byl provoz definitivně ukončen i na asijském kontinentě, kde sloužil především jako platforma pro hraní online her. Rok po vzniku Friendsteru se do internetového světa dostal LinkedIn, který propojil dosavadní myšlenku vytváření online komunit s byznysovou sférou. V současné době má LinkedIn přes půl miliardy uživatelů po celém světě.

V roce 2004 se zároveň v prostorách harvardské univerzity postupně rozšiřovala nová sociální síť, tehdy ještě známá jako The Facebook. Poté, co Mark Zuckerberg síť spustil, se během 24 hodin připojilo 1200 uživatelů. Od roku 2005 tato nová síť již vystupuje tak, jak ji známe dnes – jako facebook.com. V té době byla dostupná pro univerzity a střední školy v USA, o rok později se rozšířila i mimo vzdělávací instituce a zavedla se news feed (zed'), na které uživatelé viděli změny na profilech svých přátel. V roce 2008 Facebook svojí popularitou překonal MySpace a ve stejném roce se stal důležitým nástrojem v amerických prezidentských volbách, kdy se podporovatelé Obamy i McCaina sdružovali ve facebookových skupinách. Více o Facebooku se dozvíte v samostatné kapitole, kde se budeme věnovat jednotlivým funkcím a potenciálním nástrahám.

Další celosvětově rozšířený fenomén YouTube vznikl v roce 2005 a je součástí Google koncernu. Zde uživatelé mohou sledovat různé druhy videoobsahu jako například vzdělávací videa, dokumenty, hudební

⁴ MCFADDEN, Christopher. A Chronological History of Social Media. In: Interesting Engineering [online]. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://interestingengineering.com/a-chronological-history-of-social-media>

⁵ SLÍŽEK, David. Seznam.cz zavírá komunitní službu Spolužáci.cz. fungovala celkem 19 let. Lupa.cz [online]. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.lupa.cz/aktuality/seznam-cz-zavira-komunitni-sluzbu-spoluzaci-cz-fungovala-14-let/>

videoklipy, zábavná videa, návody apod. Zároveň každý uživatel má možnost svoje videa publikovat, což vedlo k fenoménu youtuberingu, o kterém se rovněž pobavíme níže.

Revoluci v čerpání zpráv přinesl Twitter, který v roce 2006 umožnil psaní statusů s omezeným počtem 140 znaků. Komunikace se výrazně zjednodušila a tato síť se tak stala platformou pro nejrůznější celebrity.

Další přelomovou aplikací v komunikaci se stala chatovací aplikace WhatsApp, která byla původně jako jediná ze sítí bez reklam. V roce 2019 WhatsApp používá 1,5 miliard uživatelů. Postupně se mezi další messengerové aplikace přidal Facebook Messenger, Viber, Telegram nebo Signal.

Po roce 2010 trh zaplavily nové aplikace a online platformy, které se netýkaly pouze komunikace. Instagram, SnapChat, Spotify, Foursquare, AirBnB, TripAdvisor, Waze a mnoho dalších ovlivňuje denně naše životy. Podívejme se například na to, jakým způsobem rozvoj aplikací změnil způsob cestování. Na Instagramu můžeme získat inspirace na místa, která bychom mohli navštívit. Spotify nám vytvoří playlist do auta a Waze vyhledá nejrychlejší trasu. Skrze Airbnb či recenzi na Bookingu během pár minut najdeme ubytování. A když budeme mít hlad, tak díky Foursquare či Tripadvisoru jednoduše najdeme ve svém okolí restaurace nabízející jídlo, na které budeme mít zrovna chuť.

Kromě tvorby nových aplikací nastal zvrát i ve formě a v podobě obsahu. S vývojem chytrých telefonů a s globálním rozšířením Instagramu se pojí i vznik „selfie“ a rozmach používaných filtrů. Největší zlom tzv. „selfíček“ přišel v momentě, kdy si na předávání Oscarů 2014 několik herců vyfotilo selfie s moderátorkou večera Ellen DeGeneres. Tato fotka se tehdy stala nejdílenějším tweetem v historii Twitteru.⁶



⁶ Bradley Cooper Oscars Selfie, 2014. In: Time 100 photos [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <http://100photos.time.com/photos/bradley-cooper-oscars-selfie>

Instagram zavedl používání filtrů, které původní fotografii dokáží vylepšit tak, aby měla ten správný šmrnc. Když si tedy vyfotíte selfíčko, můžete pomocí filtrů doupravit svaly, vlasy, oči, šířku čelistí – zkrátka, na co si vzpomenete, aby výsledek odpovídal vaší představě a vy získali co nejvíce srdíček. Zároveň se časem objevil trend hashtagu #nofilter, který má upozorňovat na přirozenou krásu. S tím se ale pojí i několik skandálů slavných hereček a modelek,⁷ které použily toto označení, přestože si fotky pomocí filtrů upravily.

Kromě osobních dat si ve světě sociálních sítích našla své místo i umělá inteligence, která je schopna tak velké množství dat zpracovat a nabídnout nám to, po čem zrovna toužíme. Určitě to znáte např. z Facebooku, když se vám na newsfeedu zobrazí „koho byste mohli znát“ nebo „co by se vám mohlo líbit“. **Umělá inteligence, automatizace a personalizace obsahu je budoucnost sociálních sítí.** A to i přes skandály jako byl ten s Cambridge Analytica, který více přiblížíme v kapitole o Facebooku.

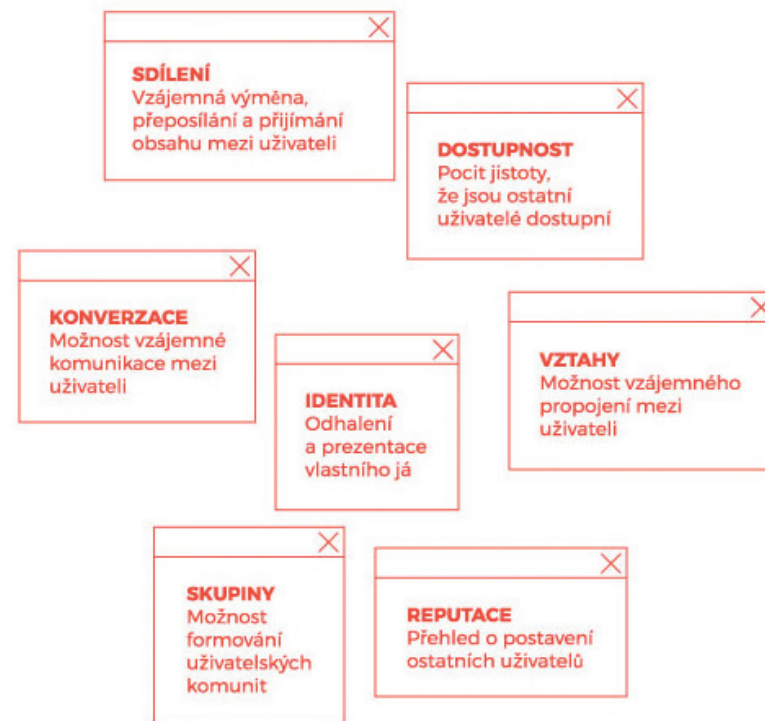
⁷ PEŘINOVÁ, Karolína. 6 aplikací, které z vás udělají hvězdu na instagramu. Marianne [online]. Burda International, 2017 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.marianne.cz/clanek/6-aplikaci-ktere-z-vas-udelaji-hvezdu-instagramu?>

Umělá inteligence, automatizace a personalizace obsahu je budoucnost sociálních sítí.

Pozitiva a negativa sociálních sítí

Někteří sociální sítě odmítají úplně a přijde jim celý ten „humbuk“ jako nesmysl. Jiní by bez nich zase nemohli žít a první věc, kterou po probuzení ráno udělají, je kontrola Instagramu, Twitteru nebo Facebooku. V této části se zaměříme na pozitiva⁸ a negativa sociálních sítí, především ale na konkrétní případy, které měly velký dosah a případně i ovlivnily nebo stále ovlivňují život některých z nás.

Pro obecnější charakteristiku vlastností sociálních sítí jsme použili přístup ekonoma Jana Kietzmana,⁹ který rozděluje přínosy sociálních sítí do sedmi skupin. Ty se týkají zejména využití sociálních sítí ve firemním prostředí, dají se však aplikovat i na charakteristiku sociálních sítí obecně. My jsme pro naše účely některé kategorie spojili dohromady.



⁸ The Bright Side of Social Media. In: Net Sanity [online]. 2016 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://netsanity.net/bright-side-social-media/>
⁹ KIETZMANN, Jan H., Kristopher HERMKENS, Ian P. MCCARTHY a Bruno S. SILVESTRE. Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. In: Business Horizons [online]. 2011, 54(3), s. 241-251 [cit. 2019-10-13]. DOI: 10.1016/j.bushor.2011.01.005. ISSN 00076813. Dostupné z: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0007681311000061>

Dostupnost, identita a reputace

Zásadním přínosem sociálních sítí pro uživatele je možnost neustálého propojení se světem. Díky nim si můžeme povídat s kýmkoliv, kdo má připojení k internetu, sdílíme fotky, čteme recenze a vytváříme si názory na lidi, místa, která chceme navštívit, nebo jednoduše čerpáme informace o tom, co se okolo nás děje. Máme radost, když se naše fotka líbí, když se na nás lidé obrací s prosbou o radu nebo si chtějí jen tak popovídat.

Čím dál častěji se zároveň setkáváme s kritikou technologií, protože nás často obírají třeba o spánek nebo soukromí. Mnoho z nás má pocit, že musíme být online 24 hodin denně a téměř nedáváme mobilní telefon z ruky. I k tomu se ještě dostaneme.

Sociální sítě mohou být velmi užitečným pomocníkem, když se ocitneme v úzkých nebo se cítíme osamoceni. Zvláště pokud jde o urgentní situaci, například nám uletí letadlo, stane se nějaká katastrofa, nebo se zkrátka potřebujeme jenom na někoho obrátit o pomoc, sociální sítě nám zásadně usnadňují komunikaci. V případě zemětřesení nebo teroristického útoku můžeme všem dát jednoduše vědět, že jsme v pořádku, aniž bychom museli rozeslat 500 zpráv. Když jsme zaseknutí na letišti, nebo nám je jednoduše smutno a přijdeme si opuštění, sociální sítě mohou utišit pocity smutku a samoty.

Jen posud'te sami, dokážete si představit, že byste odjeli na půl roku pryč a nemohli si s blízkými vyměňovat fotky, psát jim nebo vědět, jak se na vás smějí? I přestože podobné videohovory často začínají hláskami jako „Halóóó, slyšíš mě? Nějak se mi sekáš,“ v dnešní době si již nedokážeme představit, že bychom neměli možnost být neustále propojeni s našimi blízkými online. Jejich dostupnost a neustálá přítomnost online už se stala samozřejmostí.

První věc, kterou na každé sociální síti (kromě TikToku a Omegle) musíme udělat, je založení našeho osobního profilu. Vytváříme obraz naší identity, který bude veřejně známý a všem dostupný. Je dobré myslet na to, že určité osobní údaje si raději máme nechat pro sebe. Přestože to mnoho lidí dnes již bere za samozřejmost, mladší uživatelé si to často neuvědomují. Je pro ně běžné sdílet, kam chodí do školy, jaký sportovní klub navštěvují nebo kam pojedou na dovolenou. Sdílení příliš důvěrných informací se ale týká i dospělých a o to horší je to u rodičů, kteří běžně zveřejňují fotografie svých dětí (z dovolených, z bazénku apod.). Dochází tím k tomu, že budují digitální stopu svých dětí prakticky bez jejich souhlasu už od mala. V tom horším případě pak sdílejí materiál, který může kdokoli zneužít.

Díky sociálním sítím mají všichni přístup ke všemu, v podstatě cokoliv dáte na internet, se může rychle stát veřejným, a navíc je vše dostupné 24 hodin denně, 7 dní v týdnu. Víme, na koho se můžeme obrátit, když je nám smutno nebo když máme nějaký problém, protože u daného člověka svítí zelený puntík. Bez ohledu na vzdálenost si s ním můžeme popovídat.

Kromě toho, že můžete kontaktovat kohokoliv kdykoliv, tak zde vzniká i prostor na kontrolu veřejných činitelů, firem apod. Daleko rychleji se může narušit něčí reputace, protože jakýkoliv přešlap veřejně známá osobnost udělá, díky internetu se to rozšíří neskutečnou rychlostí.

Komunikace a vztahy

Komunikace a propojení s lidmi, se kterými nepřicházíme (např. kvůli vzdálenosti) denně do styku, je nezpochybnitelné plus internetu a všech sociálních sítí, které to umožňují.

Důležitou součástí pozitivního obrazu sítí je to, že se na nich dokáže vytvořit vlna solidarity odspodu, bez nutnosti oficiální organizace. Vznikají tak různé sbírky, lidé si navzájem pomáhají. Stačí napsat, že máte známou/známého, který nemá střechu nad hlavou, protože dům musel prodat a zároveň se stará o děti, a během pár hodin se sejde několik dobrých duší a vymyslí řešení (případ pana Petra z Brna, který se stal bezdomovcem kvůli své nemoci).¹⁰ Vznikly i různé platformy pro jednodušší finanční podporu nejruznějších projektů, ať už kulturního, sportovního nebo vzdělávacího charakteru. Nejznámější portál, který pomáhá různým nápadům s realizací, je hithit.cz.

Sdílení, skupiny a inspirace

Sdílení zážitků, fotografií a zkušeností je nepopíratelná součást online komunity. Netýká se to pouze sdílení doporučení „kam k zubaři“, nebo na dovolenou. Důležité je i vytváření skupin se stejnými zájmy a koníčky, ať už se jedná o rybaření, sdílení rad z podnikání nebo vášně pro motorismus. Další přínos, které sociální sítě přinesly, je šíření určitého nadšení pro věc nebo mobilizace za nějakou změnu, která se může rozrůst i na mezinárodní úroveň. To se stalo v případě ekologické aktivistky teenagerky Grety Thunbergové, která svou zarputilostí inspirovala tisíce (možná statisíce) studentů v celé Evropě, kteří se snaží svými stávkami upozornit politiky na akutní potřebu řešit klimatickou situaci.

¹⁰ Jeho tvář znalo celé Brno, jeho osud nikdo. Příběh muže korzujícího centrem vyvolal obrovskou vlnu podpory. Brněnská drbna [online]. Brno, 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.brnenskadrbna.cz/zpravy/spolecnost/14225-jeho-tvar-znalo-cele-brno-jeho-osud-nikdo-pribeh-muze-korzujícího-centrem-vyvolal-obrovskou-vlnu-podpory.html>

Zároveň na sociálních sítích můžeme nalézt spoustu inspirace – můžeme se naučit vařit jako Jamie Oliver, vyzkoušet si make-up od modelek z Victoria Secret, poslouchat stejnou hudbu jako Emma Watson, zjistit, jak se dá opravit displej u telefonu nebo vytvářet nejrůznější ozdobné doplňky pomocí do-it-yourself (DIY) videí.

Temné stránky sociálních sítí

Mezi nejčastěji zmiňovaná negativa sociálních sítí patří nastolení povrchnosti a příliš rychlého uvažování, ztráta času, závislost (FOMO), ale také se často zmiňuje riziko kyberšikany a šíření nenávisti skrze anonymizované profily. Vědci upozorňují i na psychologické dopady, které souvisí s častým využíváním mobilních telefonů a sledováním sociálních sítí. Může docházet k poruchám spánku, změnám myšlení, nárůstu úzkosti a poklesu sebedůvěry.¹¹

Výše jsme nastínili fakt, že sociální sítě využívají umělé inteligence ke zlepšení svých služeb. Algoritmy, na kterých je postavený Facebook, YouTube, Instagram a další, nám přizpůsobují obsah na sítích tak, aby nám čas, který na nich strávíme, byl co nejpříjemnější. A také abychom se na ně často vraceli. **Tímto se na nich jednak můžeme stát závislími a neustále kontrolovat, jestli náhodou nepříbylo něco nového, zároveň nás dostávají do naší vlastní sociální bubliny, ze které (zejména pokud si toho nejsme vědomi) není jednoduché uniknout.**

Specialista na sociální sítě V. Bacarella a kolektiv německo-kanadských vědců nastínili,¹² jakými negativními způsoby sociální sítě ovlivňují naše životy, jaký mají potenciál někomu zničit reputaci nebo ovlivnit vývoj ve společnosti. Vycházejí přitom z Kietzmanovy práce a vytvořili tak zrcadlo, které zobrazuje temnou tvář sociálních sítí.

Nevhodný obsah (zobrazující např. násilí nebo pornografii) se po internetu šíří jako lavina. Podle evropského průzkumu z roku 2014,¹³ až 40 % z 10 000 dětí ve věku 9-16 let z evropských zemí vyjádřilo nechuť a šok, když narazily na sdílení pornografie od svých známých. Další problém se týká sdílení zavádějících, nepravdivých a neověřených informací. Skandální nepravdivé informace se šíří šestkrát rychleji než pravdivé zprávy. To ukázal výzkum z Massachusettského technologického institutu,¹⁴ který se zaměřil na analýzu tweetů v období před posledními prezidentskými volbami v USA. Šíření fake news a dezinformací souvisí i s konverzacemi, poněvadž se ve většině případů sdílí od uživatele k uživateli (na principu peer-to-peer) v uzavřených skupinách na Facebooku, po nejrůznějších messengerech, např. ve skupinových konverzacích nebo řetězovými e-maily.

¹¹ EHMKE, Rachel. How Using Social Media Affects Teenagers. In: Child Mind Institute [online]. New York, 2019 [cit. 2019.11.15]. Dostupné z: <https://childmind.org/article/how-using-social-media-affects-teenagers/>

¹² BACCARELLA, Christian V., Timm F. WAGNER, Jan H. KIETZMANN a Ian P. MCCARTHY. Social media? It's serious! Understanding the darkside of social media. European Management Journal. 2018, 36(4), 431-438. DOI: 10.1016/j.emj.2018.07.002. ISSN 02632373. Dostupné také z: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0263237318300781>

¹³ LIVINGSTONE, Sonia, Lucyna KIRWIL, Cristina PONTE a Elisabeth STAKSRUD. In their own words: What bothers children online?. European Journal of Communication. 2014, 29(3), 271-288. DOI: 10.1177/0267323114521045. ISSN 0267-3231. Dostupné také z: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0267323114521045>

¹⁴ VOSOUGH, Soroush, Deb ROY a Sinan ARAL. The spread of true and false news online. Science. 2018, 359(6380), 1146-1151. DOI: 10.1126/science.aap9559. ISSN 0036-8075. Dostupné také z: <http://www.sciencemag.org/lookup/doi/10.1126/science.aap9559>

Negativní stránky sociálních sítí se týkají i vztahů. Přehnaná „kontrola“ našich ať už současných nebo bývalých partnerů se díky sociálním sítím stala téměř běžnou záležitostí. Aniž by to byl váš úmysl, stačí jedna fotografie na Instagramu nebo jenom „storýčko“ a může být založeno na žárlivou scénu. Díky aplikacím na sdílení polohy jsou dostupné informace, kde se právě nacházíte, jak dlouho se na místě vyskytujete. Hodně toho o vás může prozradit i vaše historie vyhledávání.

Přestože mají sociální sítě především spojuvat, v některých horších případech představují nový prostředek, skrz který lze někomu ublížit. Ačkoliv se zdá, že se to týká zejména dětí a teenagerů, platí to i pro ostatní věkové kategorie. Řeč je o kyberšikaně, vydírání online obsahem, ponižování a zesměšňování. Pokud máte potomka, určitě ho seznámte s aplikací Nenech to být, která se školami anonymně řeší problémy studentů. A určitě doporučujeme se zeptat i ve škole, zda tam aplikaci využívají, případně iniciovat její zavedení.



Posledním bodem, kterému se budeme věnovat, jsou různá zkresení, která jsou díky sociálním sítím posilněna. Jedná se zejména o in-group, out-group a konfirmační zkresení. In-group zkresení představuje stav, kdy se silněji identifikujeme se skupinou, se kterou sdílíme zájmy a máme větší tendence uvěřit informacím, které pocházejí od členů této „naší skupiny“ než od jedinců, kteří pod ní nespádají. Přehnaná nedůvěra, strach, ignorance, opovrhování členů jiné skupiny se označuje jako out-group zkresení. V současnosti se té „naší skupině“ říká „sociální bublina“. Bublina proto, že je poměrně náročná z ní vyklouznout ven a získat jiný úhel pohledu. Algoritmy sociálních sítí nás bohužel uzavírají do bublin tím, že nám permanentně podsouvají „co by se nám mohlo líbit“. Přizpůsobují nám obsah tak, abychom neměli potřebu trávit čas někde jinde a bylo nám v tom online světě hezky bez zbytečného rozčilování a stresu. Kromě algoritmů nás do sociální bubliny uzavírá i naše vlastní hlava, která více či méně podvědomě vyhledává takové informace, které potvrzují náš předem vytvořený názor.

Důsledky pro naše zdraví

I přes vyčerpávající základ, který je shrnut v „medové plástvi“, nám stále chybí mezi temnými stránkami sociálních sítí dopady na psychologické zdraví uživatelů. Řeč je zejména o tzv. FOMO,¹⁵ urychlení tvorby úsudků nebo potřebě vypadat dokonale.

FOMO je problematické v tom, že se úzce pojí se závislostí na sociálních sítích. **Bohužel se stává běžnou praxí, že první věc, na kterou po probuzení sáhne, je mobilní telefon, protože na něm máme přece budík.** Hned potom už ale kontrolujeme, co nového se přes noc stalo. Na druhou stranu se děje i to, že žáci základních škol mohou mít telefon u sebe při usínání. Jenže místo toho, aby se odebrali do říše snů, paří hry nebo se prodírají nekonečnými konverzacemi či příspěvky, které už stejně viděli. A tak děti přicházejí o spánek, jsou vyčerpané z přívalu „novinek“. Zároveň se mohou projevit i úzkostné stavy spojené s obavami, že všichni ostatní se mají lépe než já. Nedokážou si užívat pohody a pocitů štěstí, poněvadž se neustále poměřují s tím, co viděli na „sockách“. Už jim ale uniká fakt, že se fotky dají přikrášlit, upravit, oříznout a že realita nemusí být zdaleka tak dokonalá, jak vypadá na té fotce, která získala 159 srdíček. **S FOMO**

¹⁵ HERMOCHOVÁ, Tereza. Proč telefony nedají dětem spát? Skutečný důvod se jmenuje FOMO. In: Flowee [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.flowee.cz/189-dite-v-siti/6070-skutecny-duvod-proc-telefony-nedaji-detem-spat-rika-se-mu-fomo>
 Syndrom FOMO, aneb proč se všichni mají lépe než já. In: Spektrum zdraví [online]. [cit. 2019-10-13] Dostupné z: <http://www.spektrumzdravi.cz/syndrom-fomo-aneb-proc-se-vsichni-maji-lepe-nez-ja>
 HOGAN, Michael. Facebook and the 'Fear of Missing Out' (FoMO). In: Psychology Today [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/in-one-lifespan/201510/facebook-and-the-fear-missing-out-fomo>

také silně souvisí pocit, že uživatel nic nestihá a má málo času.

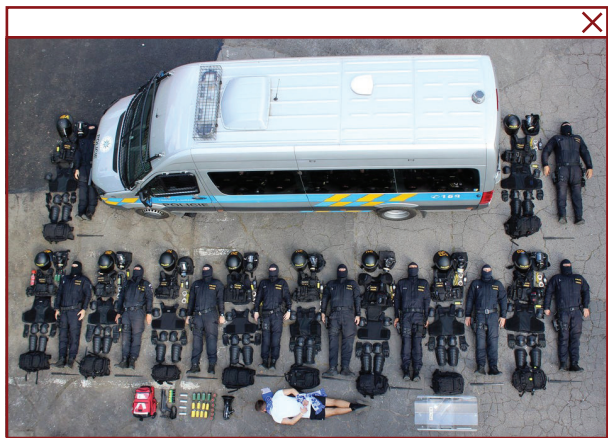
Mezi příznaky, podle kterých můžete poznat, že vy sami nebo vaše dítě trpí FOMO, patří podrážděnost, nervozita a netrpělivost. Dále pak je příznačná častá kontrola sociálních sítí (častěji než jednou za 720 vteřin), neustálé psaní přátelům, co dělají. Častým projevem je také to, že se tito uživatelé v reálném životě s kamarády zas tak často nepotkávají, protože na ně nemají čas. Cítí se opomíjeni, pokud nikdo nereaguje na jejich status, a především mají pocity smutku a deprese při prohlížení fotografií svých známých.

Challenges

Lidé mají rádi překonávání sama sebe, a právě online prostor je skvělý v tom, že můžete vyhecovat nejenom sebe, ale i spoustu ostatních. V době sociálních sítí se tak stalo běžným, že se plnění výzev natáčí nebo fotí a umísťuje do online prostoru. Tímto způsobem se na plnění úkolů nabalují další a další jedinci. Určitě jste slyšeli o Movemberu¹⁶ - pánové si během listopadu (November) nechávají narůst knír (moustache) a přidávají se tak ke komunitě, která má za cíl průkopnickou práci v oblasti výzkumu léčby rakoviny prostaty a varlat, Beer Challenge (tato výzva neměla příliš



společenský přesah, cílem bylo vyexovat půl litru piva a označit další tři přátele na Facebooku, kteří výzvu rovněž měli splnit) nebo Ice Bucket Challenge (fungovalo na podobném principu jako beer challenge, jenom



se nepilo pivo, ale jedinci na sebe vylévali kýbl vody s ledem, cílem bylo zvýšení povědomí o amyotrofické laterální skleróze).

Jednou z novějších výzev je také populární Trash Tag Challenge,¹⁷ která vyzývá lidi po celém světě k úklidu určitého místa s velkým množstvím odpadků. Dobrovolník si pak má udělat fotky před a po a sdílet ji na sítích.

V současné době se virálními fotkami stávají téměř automaticky ty, které se zapojí do tzv. Tetris Challenge.¹⁸ Cílem této výzvy, velmi oblíbené zejména mezi bezpečnostními složkami po celém světě, je vyskládat obsah automobilu (nebo jiného dopravního prostředku) a vyfotit vše, co se do něj vejde, z ptáčích perspektivy.

Různé výzvy nevznikají pouze v zahraničí. V Čechách vznikl projekt s názvem X Challenge. Jak napovídá samotný název, opět se jedná o formu výzvy, ale její náplň není konkrétní, takže je na jednotlivcích, co si vyberou. Projekt nabízí celou řadu výzev – od tipů na zajímavá místa na výlet, přes dobré skutky splnitelné každý den, až po skutečné překonávání sama sebe.

V aplikaci X Challenge¹⁹ se například objevují tyto výzvy:

- Kup oběd někomu, kdo si to nemůže dovolit.
- Zajdi darovat krev.

¹⁷ Trash Challenge. In: Forbes [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://thumbor.forbes.com/thumbor/960x0/https://blogs-images.forbes.com/trevornace/files/2019/03/trashtag-challenge.jpg>

¹⁸ Czech police Tetris challenge after a football match. In: Reddit [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: https://www.reddit.com/r/europe/comments/d9zshq/czech_police_tetris_challenge_after_a_football/

¹⁹ X-Challenge [online]. ČR, 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://x-challenge.cz>

¹⁶ Movember Česká republika [online]. ČR [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://cz.movember.com>

- Vyzkoušej si 24 hodin bez telefonu a bez přístupu na sociální sítě.
- Najdi číšníka, kterému někdo utekl bez placení. Udělej mu radost a pozvi ho na kafe.

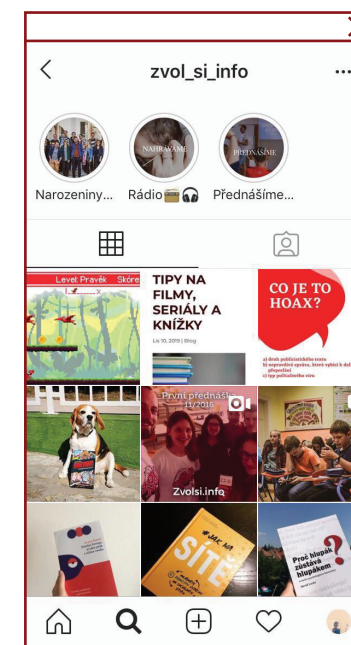
Na druhou stranu, jak už to se sociálními sítěmi bývá, existuje i mnoho velmi nebezpečných výzev, které plní především děti a teenageři a které se často týkají sebepoškozování.²⁰ Mezi tato nebezpečná „překonávání“ patří například Modrá velryba²¹ (soubor úkolů, které končí sebevraždou hráče), škrťící výzva²² (hráči se dobrovolně škrťí nejrůznějšími předměty, čímž zabraňují přívodu krve do mozku a dosahují tak „libého pocitu“, který následuje po uvolnění krevního oběhu. Toto je velice nebezpečná aktivita, protože během škrčení dochází k odumírání mozkových buněk a může dojít i ke kómatu). Škrťící výzva navazuje na tomato challenge, jejímž cílem je získat co nejčervenější barvu obličeje. Na YouTube kolují rovněž videa se skořicovou výzvou (cinnamon challenge), kdy teenageři a celebrity polykají lžičku skořice, což se může zdát jako poměrně neškodné. Nicméně při vykonávání této výzvy může dojít k poškození a ucpaní dýchacích cest. Mezi další šílené výzvy patří deodorant challenge (deodorant se stříká tak dlouho na kůži, dokud to člověk už nemůže vydržet), Kylie Jenner Lip challenge (po přiložení láhve k ústům vsakují vzduch, čímž vzniká podtlak a rty se dočasně nafouknou, zároveň může dojít k poškození rtů), nebo Duct tape challenge (hráč je připoután izolepou k židli nebo ke zdi a pokouší se z ní vyprostit; dochází k nebezpečným úrazům při pádu. Jeden takový případ skončil aneurysmatem, 48 stehů na hlavě a závažným poškozením oka).²³

Po obecnějším úvodu se nyní přesuneme ke konkrétním sociálním sítím a první z nich je Instagram. Postupně nahlédneme pod pokličku i YouTube, Facebooku, TikToku, nejpoužívanějších messengerů i aplikací jako jsou Tellonym a Omegle.

Instagram

Kdo jej používá?

Instagram měsíčně používá miliarda uživatelů, což z něj dělá čtvrtou nejvíce používanou sociální síť na světě. Mezi českými uživateli je pak Instagram pátou nejčastěji navštěvovanou online platformou.²⁴ **Podle statistik společnosti Sprout Social až polovina uživatelů Instagramu prohlíží svoji zed' každý den.**²⁵ Instagram je přitom především oblíbený napříč mladou generací, v Česku jej používá až 85 % uživatelů ve věkové kategorii 16-24 let. Podobně tak i ve Spojených státech Instagram používá až 72 % mladistvých ve věku 13-17²⁶ let a 64 % online uživatelů ve věku 18-29 let.²⁷



²⁰ Challenges. In: Tegen Internet Misstanden [online]. Nizozemí, 2019 [cit. 2019-10-13]. <https://www.internetchallenges.nl/en/challenges/Online-Challenges>. In: O2 Chytrá škola [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/59/online-challenges-rizikove-vyzvy/2726>

²¹ ADEANE, Ant. Blue Whale: What is the truth behind online 'suicide challenge'?. In: BBC [online]. BBC, 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.bbc.com/news/blogs-trending-46505722>

²² Riziková výzva Choking Challenge. In: Projekt E-bezpečí [online]. ČR, 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1616-rizikova-vyzva-choking-game-challenge>

²³ Teen recovering from horrific 'duct tape challenge' injury. In: USA today [online]. 2016 [cit. 2019-11-19]. Dostupné z: <https://eu.usatoday.com/story/news/nation-now/2016/01/27/duct-tape-challenge-viral-washington-injury/79392514/>

²⁴ KLEIS NIELSEN, Ramus, Richard FLETCHER a Rasmus KALOGEROPOULOS, NEWMAN, Nic, ed. Reuters Institute Digital News Report 2019 [online]. Reuters Institute for the Study of Journalism, 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/sites/default/files/2019-06/DNR_2019_FINAL_1.pdf

²⁵ AUST, Ondřej. Mladí Češi přecházejí z Facebooku na Instagram. In: Mediář [online]. 14. 06. 2019 [cit. 2019-11-13]. Dostupné z: <https://www.mediar.cz/kantar-mladi-cesi-prechazeji-z-facebooku-na-instagram-tomas-pflanzer/>

²⁶ WEST, Chloe. 17 Instagram stats marketers need to know for 2019 In: Sproutsocial [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://sproutsocial.com/insights/instagram-stats/>

²⁷ ANDERSON, Monica a Jingjing JIANG. Teens, Social Media & Technology 2018. In: Pew Research Center [online]. 31.5. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.pewinternet.org/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>

²⁸ SMITH, Aaron a Monica ANDERSON. SOCIAL MEDIA USE IN 2018 Appendix A: Detailed table. In: Pew Research Center [online]. 1.3. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.pewinternet.org/2018/03/01/social-media-use-2018-appendix-a-detailed-table/>

Až 90 % uživatelů Instagramu je přitom mladší 35 let.²⁸ Podobně jako u dalších sociálních sítí i u Instagramu je minimální věková hranice pro užívání 13 let. Jak se ale ukazuje v praxi, na této sociální síti se často denně pohybují i děti mladšího věku. Podle výzkumu Univerzity Palackého v Olomouci a O2 začínají české děti Instagram používat v průměru ve věku 12-14 let. Celkově (ve věkové kategorii 7-17 let) je Instagram třetí nejpoužívanější aplikací mezi českými dětmi.²⁹

Na jakém principu funguje?

Instagram funguje na principu sdílení fotografií a videí, které uživatel sdílí na svém profilu nebo ve svých „Instastories,“ tedy v tzv. příbězích (slangově také storyčka), které jsou k zobrazení jen 24 hodin, pokud si je uživatel nenastaví jako permanentní. Dále také Instagram umožňuje natáčet i delší videa pomocí funkce IGTV a podobně jako jiné sociální sítě umožňuje uživateli poslat svým přátelům přímou zprávu. Stejně tak jako mnoho dalších sociálních platforem Instagram funguje na základě algoritmů, díky nimž aplikace umí sledovat preference uživatele podle toho, na co kliká, a umí tak každému uživateli filtrovat zobrazovaný obsah „na míru.“ Pokud mě tedy zajímá například vaření a sleduji především příspěvky s jídelmami či recepty, Instagram mi pak sám nabídne další příspěvky, které se týkají vaření. Těmto příspěvkům pak dá přednost před jinými, které si tak často nezobrazují. Bez algoritmů bychom se v tom obrovském množství informací na sociálních sítích pravděpodobně ztratili, proto nám jejich existence významně usnadňuje pohyb na internetu. Na druhé straně mohou být ale algoritmy ošemetné v tom, že utvářejí způsob, kterým přijímáme informace, a snadno nás dostávají do tzv. internetové bubliny. Kromě toho, že algoritmy usnadňují uživatelům pohyb na daném webu nebo v aplikaci, zároveň také usnadňují firmám to nejlepší zacílení reklamy.

Reklamy na Instagramu a síla influencerů

Ovládat Instagram dnes umí snad každý druhý žák druhého stupně základní školy, a pravděpodobně mnohem lépe než jeho učitelé a rodiče. Co si ale často mnoho uživatelů neuvědomuje je fakt, že Instagram

v dnešní době funguje jako silný marketingový nástroj. A právě mladší uživatelé mají často menší schopnost kriticky rozlišovat reklamu od běžného sdělení svých oblíbených influencerů.

Kdo jsou vlastně influenceři? Podle marketingových definicí je tzv. influencer online aktivní osoba, která svými příspěvky dokáže své sledující (followery) přimět ke koupi určitého produktu. Influenceři nemusejí ale nutně generovat přímý zisk, nejen v českém online prostředí se influenceři stávají i politici či novináři. Je to zkrátka osoba, která má na sociálních sítích velký počet sledujících a jejíž příspěvky vyvolávají velké množství komentářů a reakcí. V dnešní době už více méně platí, že každý si na internetu najde svého influencera. Ať už ho zajímá móda, počítačové hry, sport, hudba, zdravý životní styl, politika nebo i třeba konspirační teorie.

Pro většinu rodičů je často koncept influencerů a youtuberů nepochopitelný. Nedokážou se ztotožnit s tím, že jejich děti tráví hodiny nad videi a fotografiemi lidí, kteří pro ně samotné nejsou ničím zajímavým. Je ale dobré se na to podívat z toho pohledu, že influenceři se zkrátka stávají ikonami dnešní mladé generace. **Husákovy děti si vystříhovaly fotky Karla Gotta a Suzi Quatro a lepily si je na zed' a do deníčků, mileniálové si kupovali Bravičko a na zed' si lepili plakáty Linkin Park a Orlanda Bloom a generace Z sleduje gamery (hráče video her) a beauty influencerky na sociálních sítích.** Jejich idoly už nejsou jen slavní herci a zpěváci, ale kdokoli, kdo na internetu dokáže vytvořit obsah a získat si followery. A logicky i proto spousta dnešních teenagerů se touží stát influencerem a mít co největší počet sledujících.

Kromě toho, že algoritmy umožňují společností a marketingovým agenturám cílit reklamu na ideální cílovou skupinu, co se týče reklamy je Instagram zásadní právě díky influencerům. Ti jsou v rámci placených spoluprací ochotni propagovat různé produkty, a umožňují tak účinnou a personalizovanou reklamu. Jak se ale ukázalo například v nizozemském dokumentárním filmu #FollowMe, mnoho už i známých osobností si na internetu kupuje stovky až desítky tisíc sledujících, což jsou ale ve skutečnosti uměle vytvořené účty s fiktivními profily. Na oko to sice vypadá, že tito influenceři s velkým počtem sledujících mají velký vliv, v realu jej ale nemají. Podle nejnovějších tržních odhadů se navíc předpokládá, že začnou právě v důsledku nepravých influencerů společnosti prodělavat. Například podle studie společnosti Cheq v důsledku falešných followerů v roce 2019 firmy na online marketingu prodělají více než miliardu USD.³⁰

²⁸ SMITH, Kit. 126 Amazing Social Media Statistics and Facts. In: Brandwatch [online]. 13.6. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.brandwatch.com/blog/amazing-social-media-statistics-and-facts/?fbclid=IwAR1w3PENoNxyFLrECNhe6Zd1CT7I-hlaprxOgzjiBOPenuS8LQ01uh1-1o>

²⁹ KOPECKÝ, Kamil a René SZOTKOWSKI. České děti v kybersvětě: Jak se chovají online a co jim hrozí?. In: E-bezpečí [online]. O2 Czech Republic & Univerzita Palackého v Olomouci Centrum prevence rizikové virtuální komunikace, 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <http://www.e-bezpecni.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-v-kybersvete/file>

³⁰ THE ECONOMIC COST OF BAD ACTORS ON THE INTERNET: FAKE INFLUENCER MARKETING IN 2019. In: Maichimp [online]. University of Baltimore & Chimp [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: https://gallery.mailchimp.com/38d952150b2418f55e0a6a3b0/files/12aa8b66-1e33-47e1-9ef7-4b578265f2dd/THE_ECONOMIC_COST_OF_BAD_ACTORS_Influencers.pdf

Husákovy děti si vystřihovaly fotky Karla Gotta a Suzi Quatro a lepily si je na zed' a do deníčků, mileniálové si kupovali Bravičko a na zed' si lepili plakáty Linkin Park a Orlanda Blooma a generace Z sleduje gamery (hráče video her) a beauty influencerky na sociálních sítích.

Některé velké společnosti se již veřejně začínají od influencerů s falešnými followery distancovat. Například marketingový ředitel firmy Unilever, která patří mezi největší světové výrobce spotřebního zboží, už v roce 2018 oznámil, že společnost ukončí spolupráci s influencersy, kteří si sledující nakupují.³¹ Je proto pravděpodobné, že pokud samotné platformy v budoucnu efektivně nezakročí proti falešným profilům, tzv. influencer marketing přestane mít takovou váhu jako má dnes. Napovídá tomu i testování nového formátu Instagramu, který momentálně běží jen v některých vybraných zemích jako je Kanada, Austrálie, Japonsko, Brazílie, Irsko, Itálie a Nový Zéland.³² Na profilech některých uživatelů momentálně není viditelný počet „like“ pro ostatní uživatele. To, kolik má daný příspěvek „like“, vidí jen samotný tvůrce příspěvku. Tento krok má podpořit kreativitu influencerů, kteří jsou mnohdy motivováni především konkurencí a často jsou nuceni sdílet takové příspěvky, které se budou především líbit sledujícím. Je tedy otázkou, kam se v budoucnu reklama na Instagramu posune a zda se neodvrátí pozornost od „like“ jako takových.

Když Instagram pomáhá

Kromě toho, že Instagram dnes funguje jako (zatím) účinný marketingový nástroj, dokáže také ve velkém měřítku podpořit rozšíření různých dobročinných aktivit a iniciativ. V českém prostředí například vznikla iniciativa pod hashtagem #zanormalniholky, kterou influencerka Kristýna Dolejšová založila s cílem vyzývat ženy a dívky na Instagramu, aby sdílely opravdové a reálné fotky sebe sama bez studu a strachu z nedokonalostí. Dnes se pod tímto hashtagem na Instagramu nachází již přes 46 tisíc příspěvků, ve kterých se dívky a ženy vzájemně podporují a sdílejí své zkušenosti.

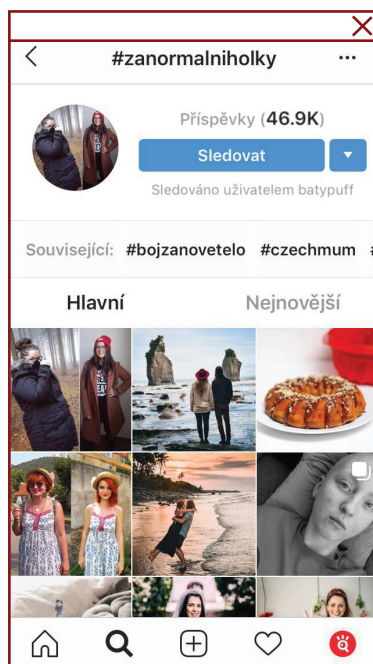
Podobně například nedávno influencerka Tamara Klusová rozšířila pod hashtagem #vicsrdcemnezocima kampaň, která upozorňuje na onemocnění ovlivňující vzhled, jako je například Treacher Collins Syndrom, a vyzývá k lepšímu začlenění lidí s tímto postižením do společnosti.

Dalším oblíbeným fenoménem Instagramu jsou již zmíněné challenges, tedy výzvy, které bývají často vtipného, někdy až nebezpečného rázu, nebo v tom lepší případě vyzývají ostatní uživatele k různým prospěšným činům. I díky tomu, že je Instagram založený na fotografiích, funguje jako obrovský prostor pro sdílení vizuálního umění v různých podobách,

³¹ GELLER, Martinne. Unilever takes stand against digital media's fake followers. In: Reuters [online]. 18.6.2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.reuters.com/article/us-unilever-media/unilever-takes-stand-against-digital-medias-fake-followers-idUSKBN1DJDI0M>

³² LOREN, Taylor. Instagram is Hiding Likes: Here's Everything You Need to Know. In: Later [online]. 24.7.2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://later.com/blog/hidden-likes-instagram/>

umožňuje tak i méně známým tvůrcům svoje díla sdílet s širší veřejností, ke které by se jinak nedostali. Kromě toho je to také nekonečný zdroj inspirace, o čemž svědčí například obrovská popularita módních influencerů. Podle britského výzkumu #StatusOfMind je navíc Instagram vnímán pozitivně z hlediska seberealizace a vytváření vlastní identity.³³



Pokřivená realita a vliv na psychiku

Už jsme si přiblížili, jakým způsobem mohou mít v některých případech sociální sítě negativní vliv na psychiku uživatelů. Instagram je specifický v tom, že je založený výhradně na vizuálním obsahu, který je vždy tou nejlepší verzí dané fotografie nebo videa. A ono to dává to smysl. Pokud už na sociální sítě něco sdílím, většinou to jsou fotografie, na kterých vypadám dobře nebo které zachycují výjimečné chvíle mého života.

Nikdo nechce sdílet špatně vypadající a nezajímavý obsah. Princip dávání „like“ může ale vytvářet systém, ve kterém uživatelé začnou vnímat hodnotu svých příspěvků (v horším případě hodnotu vlastního já) v závislosti na tom, kolik „like“ a nových followerů s každým dalším příspěvkem získají. Zatímco u influencerů, kteří se Instagramem živí, znamená menší počet „like“ a sledujících méně výtěžku, pro teenagery, kteří Instagram vnímají jako prostor propojení se světem, to může mít negativní důsledky na sebevědomí a vnímání sebe sama ve společnosti.³⁴ A v případě že uživatel nepřistupuje k sociálním sítím s kritickým nadhledem, mohou se sítě pro něj stát silně konkurenčním prostředím namísto prostředí, které primárně mělo lidi propojovat.

Jak ukázal průzkum #StatusOfMind, **mladí lidé**, kteří na sociálních sítích jako je Facebook, Twitter a Instagram **tráví více než 2 hodiny denně, mají větší tendence k pocitům úzkosti a k depresím.** Je to například způsobeno i již zmíněným FOMO efektem, dalším rozměrem je pak srovnávání sebe sama a vlastních příspěvků s dokonalými snímky ostatních uživatelů, které jsou ale často upraveny ve Photoshopu nebo v podobných programech na úpravu fotek. Ze studie zároveň vyplývá, že z hlediska vlivu na duševní zdraví a vnímání vlastního těla je Instagram hodnocen jako nejvíce negativní (v porovnání s Facebookem, YouTube, Twitterem a Snapchatem).

³³ #StatusOfMind: Social media and young people's mental health and wellbeing. In: RSPH.org.uk [online]. Royal Society for Public Health, květen 2017 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/d125b27c-0b62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf>

³⁴ Alienation 2.0 – Symptoms of Narcissism and Aggression. X. FAUCHER, Kane. Social Capital Online. University of Westminster Press. London, 2018.

YouTube

Kdo jej používá?

YouTube má v současné době 1,9 miliardy uživatelů měsíčně a je tak druhou nejpoužívanější sociální sítí vůbec. Denně všichni uživatelé YouTube dohromady zhlédnou až jednu miliardu hodin videí.³⁵ YouTube sledují uživatelé napříč generacemi, ve věkové kategorii pod 17 let se ale jedná o sociální síť číslo jedna. V České republice ji sleduje 89 % dětí ve věku 7-17 let³⁶ a například v USA ji používá 85 % dětí ve věku 13-17 let.³⁷

Na jakém principu funguje?

YouTube funguje na principu sdílení videí, a přestože patří mezi ty starší sociální sítě, jeho používanost stále stoupá. Tato stránka, která je založená na videoobsahu, významně ovlivnila způsob, jakým v dnešní době přijímáme informace a zprávy. Výrazně přispěla k rozšíření videí online a ovlivnila i přesun zpravodajství a zábavního programu na internet. Napovídá tomu i fakt, že **většina online aktivní populace ve věku 18-49 již v dnešní době denně stráví více času sledováním YouTube než televize.**³⁸ Videá na YouTube může přidávat kdokoliv, stačí si vytvořit účet. Přestože to platforma jako taková neumožňuje, videá z YouTube je možné si stáhnout pomocí nástrojů třetích stran.

I na YouTube je věková hranice pro založení účtu 13 let, v roli diváků ale YouTube používají i mladší děti, a to již od útlého věku. U YouTube platí snad nejvíce to pravidlo, že každý si najde svůj vlastní obsah, bez ohledu na věk, zájmy nebo lokalitu. Dětem se tam pouštějí pohádky, teenageři sledují youtubery a dospělí si mohou přijít na své mezi miliony videí s různými tématy od politiky, přes sport, hudbu, auta, vaření, až po kutilské návody ve stylu DIY (Do it yourself, v překladu „vyrob si sám“). Právě fenomén youtuberů je ale něco, co je specifické především pro současnou mladou generaci a spousta již zmíněných instagramových influencerů začínala právě na YouTube.

Fenomén youtuberů a co teď letí

Youtuberi jsou v současnosti bezesporu ty největší hvězdy internetu. Jsou to postavy, ke kterým dnešní teenageři vzhlíží a snaží se je napodobovat. Podobně jako u influencerů na Instagramu může tento koncept starším generacím připadat nepochopitelný, nezbyvá než ho přijmout. Tím nej sledovanějším youtuberem na světě je dnes švédský PewDiePie, který se proslavil především zábavným komentováním videoher. Jeho kanál má dnes přes 99 milionů odběratelů a některá oblíbená videa přes 200 milionů zhlédnutí.

Mezi českými a slovenskými youtubery je na první příčce duo Viral Brothers. Ti vytvářejí vtipná videa ve stylu „pranků“, ve kterých na sebe navzájem vždy narafíči nějaké naschvály. Ti mají nyní přes 2,7 milionu odběratelů. Kromě vtipných videí jsou v československém online prostředí velmi populární herní videa, kde youtuberi komentují hraní videoher, podobně jako to dělá světová hvězda PewDiePie. Mezi ty oblíbené patří například MenT, GEJMR, Baxtrix, Alkan, Wedry, Kovy, Lukefry nebo bývalý youtuber Jirka Král.

Kromě komentování her jsou velmi populární i různá beauty videa s kosmetickými tipy a návody nebo také již zmíněné DIY tutoriály na výrobu různých hraček, šperků, nábytku apod. Jednou z oblíbených českých beauty youtuberek jsou například Týnuš Třešničková a Not So Funny Any. Kromě DIY videí jsou populární i videa s tzv. lifehacky (praktickými vychytávkami), které vám mohou usnadnit život, nebo tzv. 5minute-craft videa (videá ve stylu „5minutového kutilství“) na podobném principu. Najdete zde rychlé návody na vychytávky v kuchyni, cestovatelské praktické tipy, ale i třeba návody na úpravu oblečení tak, aby se nemačkalo nebo lépe sedělo apod. V tak velkém počtu podobných návodů se na YouTube často najdou i takové, které nedávají moc smysl, ale snaží se jen upoutat pozornost a získat co nejvíce zhlédnutí. Příkladem takového obsahu je video, ve kterém se tvrdí, že pokud se vám vybijí mobil a nemáte při ruce zásuvku ani powerbanku, můžete kabel od mobilu zapojit do citrónu. U takových videí je tedy potřeba hodně selského rozumu. A než se vaše ratolest pustí sama do výroby podobných „vychytávek“ nebo kutilství, je dobré si ověřit, jestli to není úplný nesmysl.

Nejnovějším celosvětovým trendem na YouTube se v poslední době stala tzv. ASMR videa, která mají diváka zvláštním způsobem uklidňovat a navozovat mu zvláštní pocit blaženosti. Zkratka ASMR je odvozená od Autonomous Sensory Meridian Response, v překladu autonomní senzoriální meridiánová reakce a je to stav, který mají navozovat nahrávky zvuků jako je šepot, šustění, škrábání nehty na různé povrchy, chroupání

³⁵ YouTube in numbers [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/intl/en-GB/about/press/>

³⁶ KOPECKÝ, Kamil a René SZOTKOWSKI. České děti v kybersvětě: Jak se chovají online a co jim hrozí? In: E-bezpečí [online]. O2 Czech Republic & Univerzita Palackého v Olomouci Centrum prevence rizikové virtuální komunikace. 2019 [cit. 2019-10-13].

Dostupné z: <http://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/117-ceske-deti-v-kybersvete/file>

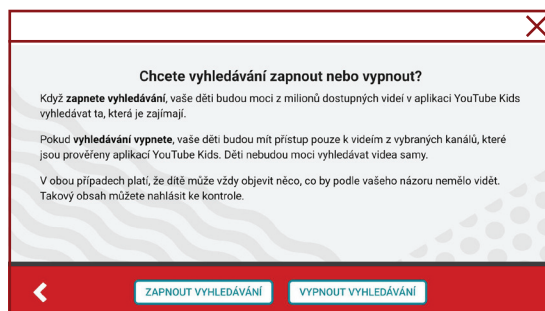
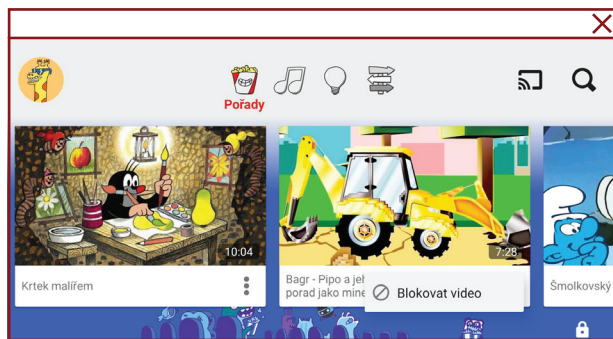
³⁷ ANDERSON, Monica a Jingjing JIANG. Teens, Social Media & Technology 2018. In: Pew Research Center [online]. 31.5. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.pewinternet.org/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>

³⁸ CARTER, Rebekah. 9 YouTube stats to inform your marketing strategy in 2019. In: Sproutsocial [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://sproutsocial.com/insights/youtube-stats/>

křupavého jídla apod. Tento příjemný pocit je pak připodobňován k „mozkovému orgasmu“. Tisíce youtuberů po celém světě na mikrofon nahrávají velmi rozmanité zvuky, které mu pomohou se uvolnit, relaxovat nebo i usnout. Každý si může najít ten svůj oblíbený.³⁹

Děti a YouTube

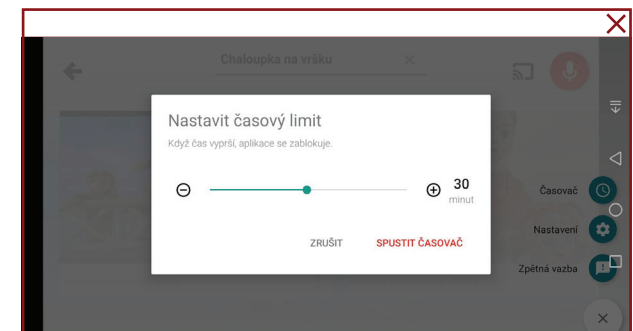
V současné době se také rozšiřuje aplikace **YouTube Kids**, která zahrnuje obsah určený dětem funguje na ní tzv. rodičovská kontrola. **Rodiče tedy mají možnost omezit dobu, kterou na kanále děti tráví, mají přístup k historii a mohou v nastavení zakázat vyhledávání určitého obsahu.** YouTube Kids také umožňuje rodičům vytvořit dětské profily a přímo jim vybrat playlist videí, která mohou sledovat. Od února 2019 je dětská verze platformy dostupná i v České republice.⁴⁰ Kromě mobilních aplikací je také dostupná na [youtubekids.com](https://www.youtube.com/kids).



³⁹ ASMR – nová virtuální droga? [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/743--asmr-nova-virtualni-droga>

⁴⁰ SLÍŽEK, David. Google v ČR spustil YouTube Kids, rodiče mohou v aplikaci omezit sledování videí. In: Lupa.cz [online]. 21.2. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.lupa.cz/aktuality/google-v-cr-spustil-youtube-kids-rodice-mohou-v-aplikaci-omezit-sledovani-videi/>

Jakkoliv je například ve srovnání s televizními kanály, co se týče pohodlí i výběru, YouTube pro rodiče praktičtější volba, má i tato platforma svoje úskalí. Přestože by dětská verze stránky měla zamezit tomu, aby se dítěti při sledování zobrazoval nevhodný obsah,⁴¹ technologie v tomto případě vyhrává nad člověkem. Společnost Google, která Youtube vlastní, totiž čelila již několika skandálům v důsledku zobrazování nevhodného obsahu dětem a v reakci na to firma pak přiznala, že při tak obrovském množství nových videí, která na YouTube denně přibývají, není schopná včas zkontrolovat a zablokovat případně nevhodný obsah. Jednalo se o videa, která na první pohled animacemi připomínala běžné pořady pro děti, v jejich příbězích ale byly přítomny motivy sebepoškození, sebevraždy, sexuálního zneužívání, únosu nebo domácího násilí. Jedním z takových videí bylo například video s postavkami z oblíbené videohry Minecraft, kde několik z nich postřílelo ostatní.⁴²

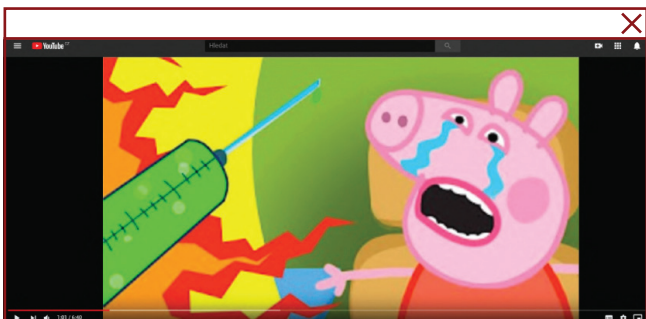


Tento problém byl ve větší míře přítomen již na klasickém YouTube, kde se mezi videi na kanálech pro děti zobrazovala násilná videa. To se děje především v důsledku algoritmů, které na základě podobné mimiky kreslených videí vyhodnotí, že je obsah vhodný pro děti. Algoritmy tedy rozliší, že na videu je například postavička Minnie z Mickey Mouse, Prasátko Peppa nebo Spiderman, což jsou postavičky běžné pro dětský obsah, už ale nedokáží rozlišit, že se v daném videu tyto postavičky stávají například obětí násilné vraždy. Podle nedávného výzkumu dětských videí na YouTube bylo zjištěno, že dítě, které začne sledovat vhodný obsah má po deseti

⁴¹ Parents, Here's How to Make YouTube Kids Safer. In: Wired [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.wired.com/story/youtube-kids-parental-settings-safer/>

⁴² N. HESS, Free. YouTube Kids. There is still a HUGE problem. In: Pedimom [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://pedimom.com/youtube-kids-inappropriate-videos/>

dalších videích 3,5% šanci, že narazí na nevhodný obsah.⁴³ I na YouTube, stejně jako na internetu obecně, platí, že by dítě nemělo být bez dozoru, jinak tu bude vždy šance, že narazí na něco, co by vidět nemělo.



Reklama na YouTube

V současné době má YouTube 50 milionů uživatelů, kteří aktivně vytvářejí obsah. A podobně jako Instagram nebo Facebook je i YouTube velice efektivní platformou pro zacílení reklamy. Postavy youtuberů se staly nejen oblíbenými ikonami mládeže, ale i celkem lukrativním povoláním. Stejně jako většina sociálních sítí je i YouTube bezplatné, reklama je tedy důležitým zdrojem příjmu pro platformu jako takovou, ale i pro ty, kteří jsou aktivními přispěvateli videí. Dá se říci, že kanály, které mají přes milion sledujících, jsou již ve smyslu výdělku významné. A kolik přesně YouTube platí z reklamy? Pokud má daný příspěvek nad 1 tisíc zhlédnutí, YouTube jeho tvůrci platí v průměru 18 USD za každou tisícovku zhlédnutí. Platforma si přitom nechává 32 % z každé platby, kterou daná firma zaplatí za reklamu. Zbýlých 68 % se vyplácí právě těm tvůrcům videí, které jsou nejsledovanější a reklamu tedy uvidí potenciálně nejvíce lidí.⁴⁴ Kromě peněz, které youtuberi získávají z reklamy pak také značnou část výdělku získávají z tzv. spolupráce s komerčními společnostmi. Podobně jako na Instagramu i na YouTube influenceri propagují různé produkty a na oplátku získávají finance od dané firmy. Taková videa by měla být označena jako spolupráce nebo by to přinejmenším mělo být ve videu zmíněno. Ne vždy tomu tak je a je dobré dětem vysvětlit, že jejich oblíbený youtuber někdy propaguje hru či produkt i proto, že za to zkrátka dostane zaplacené.

⁴³ Disturbed YouTube for Kids: Characterizing and Detecting Inappropriate Videos Targeting Young Children [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://arxiv.org/pdf/1901.07046.pdf>

⁴⁴ How Much do YouTubers Make? - A YouTuber's Pocket Guide. In: Influencer Marketing Hub [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://influencermarketinghub.com/how-much-do-youtubers-make/>

Problematický obsah

YouTube díky své šířce umí být skvělým učitelem a zdrojem mnoha zajímavých informací, na druhou stranu ale stejně jako jiné sociální sítě skrývá mnoho videí, které mohou potenciálně škodit. I přesto, že platforma cenzuruje či rovnou maže videa, která mají násilný či sexuální motiv, s obrovským množstvím denně přidaných videí je těžké detekovat včas všechna nevhodná videa. Pokud se navíc jedná o nějakou „senzaci“ nebo tzv. virál, je pravděpodobné, že ve chvíli, kdy YouTube originál daného videa zakáže, jeho kopie budou dál kolovat internetem. I zde platí pravidlo, že co jednou dáš na internet, zůstane tam navždy.

Jedna z nejtemnějších stran YouTube se ukázala v únoru 2019, kdy vyšlo najevo, že v komentářích pod videi, ve kterých figurují děti, se mezi sebou tajně dorozumívali pedofilové. V reakci na to platforma znemožnila přidávat komentáře u videí, kde nějakým způsobem figurují nezletilí a která by mohla být objektem predátorského chování. Kromě toho také vymazala tisíce nevhodných komentářů a vyvinula nový nástroj, který má potenciálně predátorské komentáře odhalovat.⁴⁵ Kauza s komentáři pedofilů měla i širší dosah, když došlo na tzv. adpocalypse (v překladu reklamní apokalypsa) - v důsledku odhalení sítě predátorů na YouTube několik velkých značek, jako například Disney a Nestlé, pozastavily veškeré svoje reklamy na platformě, dokud s problémem sítí nezačne něco dělat.⁴⁶

Dalším škodlivým obsahem, na který se dá na YouTube narazit, jsou videa, která podporují různé konspirační teorie. Na rozdíl od sexuálního či násilného obsahu jsou ale konspirační videa mnohem hůře odhalitelná a s jejich zakazováním se často pojí vlna odporu ze strany příznivců „alternativní“ pravdy. Ze strany samotné platformy již ale v minulosti byly snahy videa podporující konspirační teorie odstraňovat, už v roce 2018 například YouTube společně s dalšími sociálními sítěmi zablokovaly účet konspiračního teoretika Alexe Jonese⁴⁷ a nedávno také pozastavila reklamy u videí, která šíří konspirační teorie o očkování. Právě pozastavením reklamy sníží platforma možnost výdělku autorů, a tím i další motivaci k šíření podobného obsahu.⁴⁸

Jednou z nejpalčivějších hrozeb, které se nyní do budoucna obávají experti technických i politologických oborů, jsou tzv. **deepfake videa, která pomocí umělé inteligence dokáží dokonale napodobit mimiku**

⁴⁵ More updates on our actions related to the safety of minors on YouTube. In: YouTube Creator Blog [online]. 28.2. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://youtube-creators.googleblog.com/2019/02/more-updates-on-our-actions-related-to.html>

⁴⁶ ASARCH, Steven. YOUTUBE CREATORS FEAR SECOND ADPOCALYPSE AS DISNEY, EPIC GAMES AND MORE PULL ADS: 20.2. 2019. In: Newsweek [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.newsweek.com/disney-epic-games-youtube-adpocalypse-advertisers-1337923>

⁴⁷ HERN, Alex. Facebook, Apple, YouTube and Spotify ban Infowars' Alex Jones. In: The Guardian [online]. 6.8. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.theguardian.com/technology/2018/aug/06/apple-removes-podcasts-infowars-alex-jones>

⁴⁸ O'DONOVAN, Caroline. YouTube Just Demonetized Anti-Vax Channels. In: BuzzFeed News [online]. 22.2. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.buzzfeednews.com/article/carolineodonovan/youtube-just-demonetized-anti-vax-channels>

i hlas osoby na videu. Tato videa, která jsou minimálně rozeznatelná od těch reálných, jsou v současnosti vnímána jako budoucnost fake news. Danému aktérovi totiž dokáže dokonalou imitací vložit do úst slova, která ve skutečnosti neřekl. Podobná videa již například vznikla s bývalým prezidentem Barackem Obamou nebo zakladatelem Facebooku Markem Zuckerbergem. Přestože momentálně podobná videa ještě stále jsou rozeznatelná od těch reálných, například díky tomu, že deepfake videa neumějí imitovat mrkání, podle odborníků se díky rychle měnícím se technologiím tento problém během pár let může vytratit a tato falešná videa budou ještě hůře rozeznatelná.⁴⁹

⁴⁹ BUDOUCNOST FAKE NEWS: Deep fake videa. In: Manipulátoři [online]. 2.2. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://manipulatori.cz/budoucnost-fake-news-deep-fake-video/>

Facebook

Facebook je největší sociální síť s téměř 2,5 miliardou uživatelů (2019). Vznikl v roce 2004, původně pouze pro studenty Harvardovy Univerzity, přibližně po dvou letech se otevřel všem a následně se rozšířil do celého světa. Facebook svou dominantní pozici na trhu umocnil koupí Instagramu v roce 2012 a tím, že v roce 2014 koupil za 19 miliard dolarů komunikační aplikaci WhatsApp.

Facebook je dnes založen na takzvaném síťovém efektu (network effect), **který funguje jako propojený systém aktivit, možností a kontaktů, kterého „musíte“ být součástí, protože neexistuje žádná konkurenční síť, kam byste mohli přejít.** I proto se o Facebooku často mluví jako o monopolní síti. Je funkční pouze v případě, když je využíván většinou lidí ve vašem okolí, což v situaci, kdy ho využívá většina populace s přístupem k internetu, je velmi pravděpodobné. Facebook současně funguje jako monopol, kterému, pokud chcete interagovat s vašimi blízkými v online světě, se nemůžete vyhnout.⁵⁰ I přesto, že Facebook není žádným způsobem paušálně zpoplatněn, Facebooku platíme za jeho využívání našimi daty, tj. soukromím, ze kterého profituje díky takzvanému #FOMO efektu, který nás nutí připojovat se na síť opakovaně, a to v nemalé míře.

Kdo jej používá?

Na Facebooku v poslední době dochází k proměně uživatelů; mladší generace Facebook opouští a přesouvá se především na Instagram. K této generační obměně může docházet z několika důvodů, jedním z nich můžou být skandály, kterými si Facebook v poslední době prošel, či došlo pouze ke ztrátě atraktivity pro mladou generaci, která dává přednost rychlejšímu sdělení v obrazové podobě. Facebook je stále ve velké míře využíván podniky, firmami, jednotlivci, především pak k vytváření událostí, ať už se jedná o koncerty, výstavy, veletrhy, či narozeninové oslavy. Na Facebooku se mísí všechny generace, od vrstevníků, po vaše rodiče, či dokonce prarodiče. Mladá generace však na Facebooku tráví čím dál méně času. Někdy ho využívá pouze kvůli chatovací aplikaci Messenger, která je mimo mobilní telefon stále součástí Facebooku.

⁵⁰ HROCH, Jaroslav, SEDLÁČEK, Štěpán. Před 15 lety spoluzakládal Facebook, teď před ním varuje. 'Je načase ho rozebrat,' píše v komentáři iRozhlas [online]. 2019. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <http://irozhl.as/5QT>

Facebook je dnes založen na takzvaném síťovém efektu (network effect), který funguje jako propojený systém aktivit, možností a kontaktů, kterého ‚musíte‘ být součástí, protože neexistuje žádná konkurenční síť, kam byste mohli přejít.

Jak funguje?

Facebook je multifunkční sociální síť, funguje jako kalendář akcí, fotoalbum, konverzační prostor, bazar, seznam vašich kontaktů, připomíná vám narozeniny přátel, nahrazuje papírové oznámení významných životních událostí a spoustu dalšího. Dnes do velké míry nahradil i známou komunikační aplikaci Skype, protože i na Facebooku můžete provozovat bezplatné videohovory, avšak otevírací věty jako „Slyšíš mě?“ nebo „My tě nevidíme!“ zůstávají stejné.

Facebook byl založen s ideou propojit svět, vytvořit místo, kde si lidé mohou sdílet své zážitky, zkušenosti a cítit se méně sami. **Druhá strana našeho fungování na sociálních sítích je však digitální stopa, kterou spolu s naším pohybem na sítích tvoříme.** Nejde pouze o informace, které Facebooku dobrovolně poskytujeme sdílením obsahu, komentováním, či psaním zpráv, ale i o data, která Facebooku poskytujeme nepřímě. Tato data, se stala velmi cennou komoditou. Všechny „like“, oznámení polohy, jak často sociální síť využíváme, v jakých denních dobách, na čem trávíme nejvíce času, na co klikáme, co hledáme, co se nám líbí, co posloucháme, co nakupujeme, toto jsou všechno informace, které slouží Facebooku a jiným firmám k přesnému cílení reklamy nebo politických kampaní. Facebook každému z nás generuje jedinečnou zed, která je vytvořená přímo nám na míru a je sestavená dle našeho chování tak, aby nás na dané sociální síti udržela co nejdéle. Takhle fungují algoritmy. Tato data však mohou být využita i k jiným účelům než za účelem prodeje produktu. Facebook má obrovskou moc, může výběrově řadit příspěvky, tím ovlivňovat naši náladu, emoce, čímž může následně ovlivňovat názory, ale také chování jedince.

Algoritmy původně nebyly vyvinuty, aby námi manipulovaly, nýbrž jako systém řazení příspěvků, jako určitý filtr postů, který dle předchozí zkušenosti našeho chování na sítích dokáže generovat zobrazený obsah tak, aby nás co nejvíce zaujal.

Tento systém má však i stinné stránky. Kromě možnosti zneužití, kdy námi určité typy příspěvků mohou manipulovat, ovlivňovat naši náladu a emoce, nás algoritmy uzavírají do sociálních bublin. Logický důsledek systému, který nám má servírovat pouze obsah, který se nám líbí a který poutá naši pozornost, je uzavřená názorová bublina, která nás podporuje v našem přesvědčení, využívá konfirmačního zkreslení (confirmation bias) a nedává příliš prostoru názorům, se kterými nesouhlasíme. Dopad těchto filtrovaných realit vidíme v celém vyspělém světě, kde dochází k velkému rozdělování společností na nesmiřitelné tábory, kdy každý má „svoji pravdu“.

V kontextu původního, dnes stále M. Zuckerbergem opakovaného, hesla „propojit všechny lidi světa“ je rozdělení společnosti jedním velkým paradoxem.

Cambridge Analytica

Největším skandálem, který je spojený se zneužitím dat z Facebooku, je událost z roku 2018, kdy došlo k odhalení, že soukromá firma Cambridge Analytica, která se podílela např. na volební kampani, se dostala k osobním datům přibližně 87 milionů Američanů. Cambridge Analytica získala data uživatelů díky osobnostnímu dotazníku o 100 otázkách, ke kterému se účastníci museli přihlásit přes Facebook a v podmínkách souhlasili, že poskytnou data o jejich „To se mi líbí“ a také seznam přátel. Dotazník vyplnilo 270 tisíc Američanů, kromě ale těchto uživatelů, díky nastavení Facebooku a souhlasu s podmínkami dotazníku, se Cambridge Analytica dostala i k informacím všech přátel každého, kdo dotazník vyplnil. Tak se celkové číslo uživatelů vyšplhalo k 87 milionům.⁵¹

Cambridge Analytica využila tato data ve volební kampani, kdy díky datům dokázala přesně cílit předvolební témata a personalizovat politickou reklamu. O použití tohoto způsobu v té době nikdo netušil, i proto bylo toto téma tolik diskutované, šlo o využití osobních dat způsobem, o kterém lidé nevěděli a kterému v té době v podstatě nikdo nerozuměl.

Otázka ochrany osobních dat ze strany Facebooku je v současné době často zmiňována. Jelikož v dnešní době nejsou uživatelé pravými zákazníky firmy, je nutné si uvědomit, že pokud by Facebook měl za hlavní cíl chránit naše data a soukromí, většina firem a investorů, kteří financují Facebook právě na základě cílené reklamy a těžby našich dat, by nepochybně byla nespokojena. Je tak nutné najít určitou rovnováhu a spravedlnost celého procesu, ve kterém se na jednu stranu budou ctít práva a soukromí uživatelů a uživatelé nebudou moci být takto zneužíváni bez jejich vědomí, a na druhou stranu bude moci být Facebook nadále financován spokojenými zákazníky.

Cambridge Analytica působila také v předvolební kampani referenda o Brexitu, kdy se měla podílet na neoficiální kampani za vystoupení z EU. O celé kauze a dalším působení Cambridge Analytica byl již natočen dokument, který je ke zhlédnutí na Netflixu pod názvem The Great Hack.

Pozitiva Facebooku

Facebook má nepopíratelně i spoustu výhod, které stojí za jeho úspěchem. Facebook funguje na principu přátelství, můžete tak několika způsoby vyhledat lidi, se kterými chcete být v kontaktu a jednoduše je požádat, aby se stali vašimi přáteli. Díky tomu Facebook výrazně urychlil komunikaci a umožnil pohodlný kontakt i osobám, které jsou si fyzicky vzdálené. Facebook propojil svět, 2 miliardy lidí, kteří využívají jednu platformu pro komunikaci a sdílení, jsou nepochybně obdivuhodné. Facebook sjednotil několik služeb do jedné, to, co dřív trvalo několik hodin, dnes díky Facebooku zvládnete během několika málo kliků a sekund. Prodat kolo na bazaru nebo inzerát jednoduše pověsit na svou zeď, hledat, kde se v cizím městě dobře najíst nebo se během pár úderů klávesnice zeptat přátel, kde hledat práci, nebo rychle projet nabídky, které visí na Facebooku, nezapomenout na narozeniny vašich přátel, protože vám je Facebook pokaždé poctivě připomene. Facebook funguje jako plánovač akcí, během pár kliků můžete zjistit, co se děje ve vašem okolí a naplánovat si tak aktivity díky seznamu událostí, které se konají či teprve budou konat. Rychlost komunikace na Facebooku umožnila několika osvětovým kampaním mít mnohem větší dosah, než by měly mimo něj a než by si mimo Facebook charitativní organizace mohly kdy za propagační kampaň dovolit utratit.

Facebook plánuje v roce 2020 spustit vlastní kryptoměnu (digitální, elektronická měna)t, která by měla ulehčit mezilidské osobní transakce. Facebooková Libra má být navázána na běžné měny, má být uživatelsky jednoduchá a díky globálnímu rozšíření Facebooku můžeme očekávat, že bude i masová.⁵² Tato idea vlastní Facebookové měny může být pro spoustu lidí lákavá, během pár kliknutí můžete kamarádovi poslat peníze za kávu, či zaplatit peníze za lístek na plánovanou událost přímo na Facebooku, současně to ale může být další krok, díky kterému se Facebook dostane zase o kousek dál do našeho soukromí, z proběhlých transakcí získá další potřebná data, která může využít k stopování našeho chování nejen na sítích, ale i v běžném životě. Odhalení této měny je však stále budoucností. Můžeme tedy pouze předvídat, zda se bude jednat o převrat v internetovém bankovníctví, které se díky Facebooku může stát dostupnějším i pro ty uživatele Facebooku, kteří nedisponují bankovními konty, či zda se bude jednat o další, potenciálně neúspěšný pokus o konkurenci Bitcoinu (nejrozšířenější kryptoměna). Je však důležité mít na paměti, že by to nebylo poprvé, kdy uživatelé obětovali část soukromí pro pohodlí poskytované danou službou.

⁵¹ SOBOTA, Jiří. Digitální obří těží naše soukromí. Respekt [online]. 2019, (12), 12 [cit. 2019-10-13]. ISSN 0862-6545. Dostupné z: <http://respekt.ihtned.cz/>

⁵² MATULÍK, Rostislav. Facebook představil vlastní digitální měnu. Libra má překonat bitcoin. Český rozhlas Plus [online]. 22. červen 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://plus.rozhlas.cz/facebook-predstavil-vlastni-digitalni-menu-libra-ma-prekonat-bitcoin-7968163>

Facebook ovládnul internet. Ne náhodou je Facebook prvním místem, kam většina lidí zamíří, když otevřou mobil či počítač. Nejde však pouze o skvělé výhody, které Facebook nabízí, jde o velmi propracovaný systém algoritmů, které drží vaši pozornost co nejdéle a postupně vám na něm vytváří závislost.

Fake News a Facebook

Další z problémů, které musí v informačně zahlcené době Facebook řešit, jsou rychle se šířící dezinformace a fake news na jeho platformě. **Facebook proměnil mediální prostor, a to nejen v rychlosti šíření zpráv.** Výzkum z Katedry politologie Masarykovy Univerzity potvrdil, že nejrychleji se šíří obsah založený na emocích, v ideálním případě na emocích, které vyvolávají negativní pocity, jako je strach či nenávist.⁵³ Na Facebooku se však odehrává velmi složitý a nejednoduchý boj vedený takzvanými trolly. Trollové jsou přispěvatelé do facebookových diskusí a komentářů, kteří se snaží rozvracet diskuse, začínat hádky, provokovat, uměle rozdělovat společnost a v rámci diskuse velmi často své argumentační protivníky dehonestovat. Mají za cíl narušit diskusí nebo velmi často i odklonit diskusí od podstatného tématu a převést téma jinam. Takoví účastníci diskuse jsou v některých případech placení, často jsou ale i obětí propagandy a tuto činnost provozují z vlastního přesvědčení.⁵⁴

Facebook se snaží falešné trollí manipulativní účty mazat, ale jde o nekonečný boj, navíc se jedná o problematické téma a na každou vlnu smazaných účtů vyvstává reakce, že se Facebook samozve do role cenzurního úřadu. Facebook si ale za své kontroverzně přijímané kroky v některých případech může sám. Jeho politika je v boji proti fake news a dezinformacím často nekonzistentní a vedená pouze jako důsledek tlaku společnosti, a ne na základě pevně stanovených principů. Takový problematický přístup můžeme vidět i u řešení takzvaných „deepfake“ videí, kdy Facebook v některých případech videa smazal, ale v jiných je na platformě ponechal a pouze zpomalil jejich dosah.

Kyberšikana a setkávání se s cizími lidmi

Facebook je také jednou z platforem, kde především děti mohou zažívat kyberšikany (šikany v internetovém prostředí). Do kyberšikany můžeme

řadit pomlouvání, veřejné zesměšňování, publikování fotek osoby bez jejího svolení, ukradení a následné zneužití profilu na sociální síti, vytváření falešných profilů či veřejných stránek, které slouží k ubližování, k „anonymnímu“ vydírání, a tak dále. Obecná definice kyberšikany je však stále nejasná, hranice mezi tím, co do ní spadá totiž stále záleží především na tom, jak celou věc vnímá oběť sama.

Facebook samotný provozuje platformu s tipy, jak se šikaně bránit – Centrum prevence šikany.⁵⁵ V poslední době vznikl také projekt NÚKIB (Národní úřad pro kybernetickou a informační bezpečnost) s názvem Digitální stopa, který vysvětluje dětem skrz konkrétní příklady, jak se dají data na internetu zneužít, jak se v takové situaci mají chovat a jak se proti tomu mohou bránit. Celý projekt je dostupný na webové stránce digistopa.cz.⁵⁶

V problematice kyberšikany se také angažuje již zmíněný projekt Nenech to být. Ten vybízí žáky, kteří se setkali s šikanou, aby svoje vlastní nebo zprostředkované zkušenosti anonymně nahlásili skrz webovou stránku <https://www.nntb.cz/>, ta následně podnět předá škole, aby se jí mohla zabývat.⁵⁷

Co s tím?

Facebook a další digitální giganti by se měli více snažit fungovat férově, informovat jeho uživatele o pohybu jejich dat a snažit se vyrovnat nepochopitelnost, ve kterém tyto digitální firmy o nás „ví všechno“, zároveň je ale uživatelům fungování firem velmi úspěšně tajeno.

Vy osobně můžete začít s omezováním sociálních sítí a snahou minimalizovat svou digitální stopu. Je dobré si uvědomit, že něco, co vás velmi pravděpodobně zná daleko lépe než celé vaše okolí, může tuto znalost použít k vaší následné manipulaci.

⁵³ GREGOR, Miloš a Petra VEJVODOVÁ. Nejlepší kniha o fake news, dezinformacích a manipulacích!!!. 2. vydání. Brno: CPRESS, 2018. ISBN 978-80-264-2249-5.

⁵⁴ ALVAROVÁ, Alexandra. Průmysl lži: propaganda, konspirace a dezinformační válka. Praha: Stanislav Juhaňák – Triton, 2017. ISBN 978-80-7553-492-7.

⁵⁵ <https://www.facebook.com/safety/bullying/>

⁵⁶ <https://moodle.nic.cz/mod/page/view.php?id=345>

⁵⁷ KALAŠOVÁ, Dominika. Jak se postavit šikaně na Facebooku, Avast blog. [online] 4. dubna 2016. Dostupné z: <https://blog.avast.com/cs/jak-se-postavit-sikane-na-facebooku>

TikTok

TikTok je poměrně nová sociální síť, která vznikla z původní aplikace musical.ly v roce 2017, po koupi čínskou firmou ByteDance (v Číně funguje velmi podobná aplikace této firmy, ale pod jménem Douyin). TikTok je sociální síť založená na nahrávání a sledování krátkých videí v různých formách.⁵⁸ TikTok nyní operuje na 150 trzích a v 75 jazycích. Jeho růst je obrovský, **TikTok se na půl milionu uživatelů dostal bezmála za tři roky, Instagramu stejné číslo trvalo 6 let.**⁵⁹

Kdo jej používá?

Tato sociální síť je oblíbená především mezi dětmi školního věku, přibližně kolem 13. roku věku, dnes ho používá přibližně pětina teenagerů.⁶⁰ Nejsledovanější tvůrci na TikToku v Česku v listopadu 2019 jsou Ondy Mikula s 2,6 miliony sledujícími, Valden s 809 tisíci, Adam Kajumí s 559 tisíci sledujícími, či MinaisBest s 519 tisíci sledujícími, tito tvůrci se stali populárními především na TikToku a říká se jim „museři“. Jejich čísla na TikToku se ale velmi rychle mění, proto je pravděpodobné, že ve chvíli, kdy tento text čtete, se jejich fanoušci ještě rozrostli.

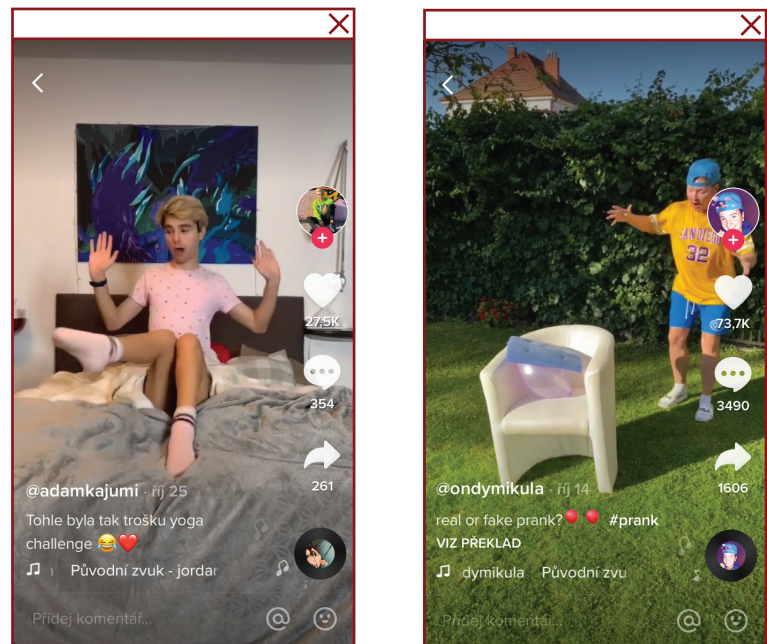
Aplikace TikTok získala obrovskou popularitu a během uplynulého roku se dostala na vrchol žebříčku nejstahovanějších aplikací. TikTok přesný počet uživatelů nesděluje, poslední číslo zveřejnili v roce 2018, to udávalo 500 milionů aktivních uživatelů měsíčně, toto číslo však mohlo od té doby ještě výrazně narůst. Pro představu na české scéně mají nejsledovanější museři přibližně půl milionu sledujících.⁶¹

Jak funguje?

TikTok zahrnuje několik již ověřených způsobů, jak udržet divákovu pozornost co nejdéle, a nevyžaduje příliš aktivní participaci v ovládnání, i díky tomu splňuje hned několik faktorů úspěšnosti dnešních nejpůlárnějších sociálních sítí. Forma připomíná instagramové příběhy, již zmíněné musical.ly, či pro pamětníky dnes již zaniklý Vine.

TikTok je až primitivně jednoduchá aplikace; nepotřebujete si zakládat ani uživatelský účet a ihned po otevření aplikace se na vás spustí nekonečný proud krátkých videí. Příspěvky se řadí do dvou odlišných zdí, jedna s názvem „Pro tebe“, která zvláštním algoritmem vybírá videa od všech různých uživatelů, aniž byste je museli sledovat. Druhá zeď s názvem „Sleduji“ vám řadí pouze ty tvůrce, kterým jste předtím dali follow. I tímto způsobem oddělení zdí vám zaručí přísun obsahu, aniž byste museli vydat úsilí s výběrem tvůrců, které chcete sledovat. Rozhodně se tak nikdy nestane, že byste již zhlédli všechno nebo že byste četli instagramovou poznámku „Nic dalšího tu už není“. Uživatelé, především děti, tak mohou na aplikaci trávit až několik hodin denně.⁶²

To hlavní, co se na TikToku odehrává, jsou krátká videa, u kterých není složité udržet pozornost, velmi často jsou doplněna o známou chytlavou píseň nebo filmové hlášky, které uživatelé využívají k lipsyncu (obdobu playbacku). Tento trend je známý již z doby virálních hitů jako byla v roce 2013 píseň Let it go z filmu Frozen či hit Happy od Pharrella Williamse, které spustily vlnu coverových videí a rozjely fenomén v podobě způsobu, jakým se dnešní nejmladší generace hlásí k hudebním trendům.⁶³



⁵⁸ PEREZ, Sarah. It's time to pay serious attention to TikTok. The Crunch, 30. 1. 2019. [online]. Dostupné z: <https://techcrunch.com/2019/01/29/its-time-to-pay-serious-attention-to-tiktok/>

⁵⁹ TUESDAYCZ. [Podle Daniela Dočekala.] In: Twitter [online]. [cit. 2019-15-10]. Dostupné z: <https://twitter.com/tuesdaycz/status/1184039769321492481?s=20>

⁶⁰ KOPECKÝ, Kamil. Problém zvaný TikTok. E-Bezpečí, 4. 1. 2019 [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1403-problem-zvany-tik-tok>

⁶¹ DOČEKAL, Daniel. Jakž takž jsme pochopili Facebook. Jenže děti nám mizí na TikToku. Flowee, 31. 2019. [online]. Dostupné z: <https://www.flowee.cz/civilizace/5625-jakz-takz-jsme-pochopili-facebook-jenze-deti-nam-mizi-na-tiktok>

⁶² KOPECKÝ, Kamil. Problém zvaný TikTok, 4. 1. 2019. [online]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1403-problem-zvany-tik-tok>

⁶³ Veselý, Karel. Hollywood a Pop / Dokáže dnes hudba propagovat filmové thráky? Cinepur č. 98, duben 2015

V poslední době se vliv TikToku výrazně podepsal i na nedávném úspěchu písně bad guy od interpretky Billie Eilish, či rappera Lil Nas X s písní Old Town Road, které dominovaly trendům i na této sociální síti.

Nebezpečí TikToku

Aplikace má však i svá úskalí: váš profil je ve výchozím nastavení jako veřejný, tedy pokud ho vy sami nenastavíte jako soukromý, může se díky algoritmu dostat k úplně cizím lidem, kteří vám následně mohou posílat přímé zprávy.

Další z problematických funkcí je možnost „duetů“. Tato funkce spočívá ve sdílení vámi vybraného videa na jedné polovině obrazovky a vaše reakce na půlce druhé. Duety však vybízí k častým parodiím, které mohou sklouzávat až ke kyberšikaně. O negativních stránkách a nebezpečí této sociální sítě je důležité hovořit především v kontextu věkové skupiny uživatelů. Dle údajů E-Bezpečí využívá TikTok 28 % dětí ve věku 10 až 12 let a dle údajů DigiDay je pak polovina všech uživatelů ve věkovém rozmezí 13 až 24 let, a to i přesto, že TikTok má velmi adekvátní věkové omezení, a to od 16 let.⁶⁴

Poslední dobou je sociální síť Facebook pod velkou palbou kritiky za neschopnost filtrovat nevhodný či dezinformační obsah. Tento problém však TikTok vůbec neřeší, ne z důvodu, že se tam takový obsah neobjevuje, ale protože tento požadavek nebere jako prioritu. Proto se na TikToku mohou uživatelé velmi často setkat s pornografickým obsahem či se sexuálními obtěžováními. Ochrana uživatelů v tomto případě nehraje roli.

Pokud vaše dítě používá TikTok, měli byste dohlédnout na to, aby byl jeho profil nastavený na „soukromý“, nikoliv na „veřejný“, a aby si nezakládalo profil pomocí svého telefonního čísla.

Je důležité si však uvědomit, že naprostou kontrolu nad tím, koho vaše dítě sleduje, nikdy (kvůli náhodně řazenému obsahu na zdi „Pro tebe“) mít nebudete. Může se tak stát, že se tam objeví nevhodný obsah, který vy nikdy nebudete mít šanci odhalit. Velmi běžné jsou vulgární zvukové stopy nebo obsah s agresivním chováním. Dále je známo již několik případů sexuálních predátorů, již na TikToku oslovovali velmi mladé dívky, které si tam vyhlídli na základně jejich obsahu, kde se mohly skrývat lehce sexuální momenty ve formě tance, gymnastiky, jógy či videí v plavkách. Jeden z mála faktorů, které jako rodič můžete kontrolovat, je čas, který na TikToku vaše dítě bude trávit. Díky funkci „Digital Wellbeing“

(digitální pohoda) můžete například omezit čas používání aplikace na dvě hodiny denně.⁶⁵

TikTok má obrovský potenciál a je velmi pravděpodobné, že tato sociální síť bude nadále růst. Čínský majitel se snaží primárně o růst aplikace, nehledě na zmiňované negativní stránky, které to s sebou přináší. Pro konzumaci obsahu nemusí uživatel vynaložit přílišné úsilí a forma krátkých videí (soudě dle popularity příběhů na Instagramu a rostoucímu číslu uživatelů TikToku) je v současné době pro většinu uživatelů sociálních sítí nejpřijatelnější formou obsahu. Širší popularita bude však záležet na tom, zda se TikToku podaří nalákat tvůrce, kteří by bavili i starší generaci. Ta zatím stále zůstává na Instagramu a YouTube. Dnes je to platforma především pro nejmladší generaci, což s sebou nese i velká rizika obtěžování, se kterým se na této síti mohou setkat, stejně jako s velkým množstvím bizarního obsahu.

⁶⁴ KOPECKÝ, Kamil. Problém zvaný TikTok. E-Bezpečí. 4. 1. 2019. [online] Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1403-problem-zvany-tik-tok>

⁶⁵ DOČEKAL, Daniel. TIP#1261: Jak nastavit soukromí: Jak bezpečně (zejména pro děti) nastavit TikTok (byvalé Musical.ly). @365tipu.28.12.2018. [online] Dostupné z: <https://365tipu.cz/2018/12/28/tip1261-jak-nastavit-soukromi-jak-bezpecne-zejmena-pro-deti-nastavit-tiktok-byvale-musical-ly/>

Twitter

Kdo jej používá?

Twitter je otevřená sociální síť, všichni uživatelé ji mohou využívat ke čtení, zaregistrovaní uživatelé pak mohou na Twitteru přispívat, lajkovat, komentovat i retweetovat (termín Twitteru pro sdílení). Uživatelé na Twitteru nemají ve většině případů ve zvyku nějak omezovat viditelnost svého obsahu pro veřejnost, pro uživatele je tak důležité mít na paměti, že jejich zed' si může zobrazit kdokoli.

Mladší generace Twitter používá v porovnání s Instagramem velmi málo, jde spíše o menší aktivitu, kam dle slov jedné z nejsledovanějších domácích youtuberek – Anny Sulc umísťuje především „každodenní výlevy srdíčka“.⁶⁶

Twitter stále využívá střední generace uživatelů (přibližně 80 % uživatelů Twitteru je ve věku 18-49, pouze 8 % pak ve věku 13-17 let),⁶⁷ kteří využívají značné síly Twitteru v kontextu velké aktivity veřejných osobností. Twitter je otevřená platforma, soukromé účty se využívají velmi málo, na jejich úkor se však objevují účty s absentujícím oficiálním jménem uživatele, který se na síti pohybuje pouze s přezdívkou a svou opravdovou identitu skrývá. Jedním z důvodů může být již zmíněná povaha Twitteru, který v některých případech svádí k velmi osobním výpovědím, jež mohou být samozřejmě kdykoliv zneužity, proto je vhodné dbát na ochranu soukromí.

Jak funguje?

Twitter je především textová sociální síť, která vznikla již v roce 2006. Nyní má Twitter přibližně 326 milionů uživatelů, což je v tuto chvíli sice již méně než TikTok, ale stále se Twitter řadí mezi velmi oblíbené sociální sítě mezi internetovými uživateli. Z Twitteru pochází dnes všemi sítěmi využívaný hashtag, který zvládá velmi dobře řadit obsah především pro významné události, sportovní akce, či politické kauzy. Twitter nefunguje na bázi „přátelství“ nebo výlučného vzájemného sledování, většina účtů je otevřených, tudíž obsah vašeho účtu je viditelný všem, pokud z něj neuděláte uzamčený účet, který je viditelný pouze vašim followerům (sledujícím).

Twitter je velmi konzervativní sociální síť, své jedinečné názvosloví si drží již od svého začátku. Využívá specifické termíny typické pouze pro

síť Twitter. Statusy se nazývají tweety, sdílení se na Twitteru jmenuje retweet. Kromě změny z roku 2015, kdy se „hvězdičky“, tehdy favorites, změnilo na všudypřítomné a známé „To se mi líbí“ - lajky („like“), se termíny nezměnily.⁶⁸ Specifická pro Twitter je také omezená délka sdělení, která je nyní na 280 znacích, tam se dostala v roce 2017 z původních 140. Jedná se však o poměrně specifické ovládání, na které uživatelé ze začátku chvíli trvá si zvyknout, můžeme tedy mluvit o uzavřené twitterové bublině uživatelů, kteří se nesnaží adaptovat na trendy jiných sítí. Novým uživatelům může ovládání Twitteru připadat matoucí, či dokonce složité. I to pravděpodobně patří k důvodům, proč je Twitter jednou z nejpomalěji rostoucích sítí. Ačkoliv jde primárně o textovou síť, s každým dnem přibývá i obrazových sdělení (ilustrační fotografie, videa či živá vysílání), která poutají pozornost uživatelů.

Twitter a novináři

Twitter je v dnešní době hojně využíván novináři a slouží ve spoustě případech jako primární zdroj informací. Twitter využívá jako informační prostředek spousta oficiálních i neoficiálních institucí, politiků, celebrit a osobností. Twitter má schopnost velmi rychlého šíření informací, které se projevuje především v kontextu světových událostí, jež hýbají společností. Za zmínku stojí například požár katedrály Notre-dame, který běžel doslova v živém přenosu na Twitteru, v českém prostředí pak na-



⁶⁶ SULC, Anna. Twitter v realitě. In: Youtube [online]. 2018. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=16KsvtFO3h0>

⁶⁷ CLEMENT, J. Distribution of Twitter users worldwide as of July 2019, by age group. Statista. 18. 7. 2019. [online]. Dostupné z: <https://www.statista.com/statistics/283119/age-distribution-of-global-twitter-users/>

⁶⁸ KOHOUT, Martin. Lajky na Twitteru? Co bude dál, statusy? Freebit. 3. 11. 2015 [online]. Dostupné z: <https://freebit.cz/twitter-rusi-hvezdicky-zavadi-to-se-mi-libi/>

Jak ukazuje studie výzkumníků z University of South Carolina a Indiana University z roku 2017, až 15 % twitterových účtů jsou boti, v přepočtu tedy asi 30 milionů profilů.

příklad oznámení Andreje Babiše o koupi Mafry tweetem „zítra asi něco koupím“, uniklé nahrávky Andreje Babiše na účtu Julius Šuman, válka v přímém přenosu v podání syrské dívky Bana al-Abed z města Aleppo či boje v pásmě Gazy prostřednictvím twitterových účtu izraelské armády a vojenského křídla hnutí Hamás.

Na Twitteru můžete sledovat komentáře k čemukoliv, od sportovních utkání, přes televizní přenosy, válečné konflikty, politická témata, až po historické události, a to všechno v přímém přenosu. Komunikují na něm veřejné osoby, které občas velmi náročně bilancují na hranici soukromých názorů na svých veřejných profilech. A i přesto, že se v bio (krátký úvodní popis v profilu) vyskytuje např. věta „tweety nevyjadřují stanovisko redakce“, jisté názorové zabarvení to nese.

Nebezpečí na Twitteru

Jedním z problémů, či nebezpečí na twitteru jsou internetovní boti. To jsou automatizované falešné účty, které sdílí a produkují předem určený obsah, stanovený jejich tvůrci. Boti umožňují velkou rychlostí cílit na velké množství lidí, a navíc je jich dnes na internetu obrovské množství.

Jak ukazuje studie výzkumníků z University of South Carolina a Indiana University z roku 2017, až 15 % twitterových účtů jsou boti, v přepočtu tedy asi 30 milionů profilů.⁶⁹ Boti hrají velkou roli i v šíření fake news velmi často fungují jako účelové kouřové clony, jež zakrývají nebo se snaží upravit význam nejen historických událostí. Tyto mapovatelné aktivity dezinformačních vln jsou velmi často právě produktem falešných účtů.⁷⁰

Na Twitteru je většina účtů otevřená, tudíž pokud se i vy rozhodnete nechat svůj účet veřejným, je důležité dávat si pozor na to, co sdělíte na svém profilu. Vzhledem k poměrně přátelskému prostředí mezi uživateli je bohužel aktuální nebezpečí stalkingu, pokud sdělíte informace, které mohou být soukromé, intimní a pro predátory lákavé. Pokud se stanete obětí nějakých slovních útoků či nepříjemných komentářů, máte možnost vámi označené uživatele blokovat, a tím pádem svůj profil odstranit z jejich dohledu. Tento problém samozřejmě není pouze na Twitteru a i v dnešní internetové době k obtěžování bohužel dochází nejen ve formě nevyžádaných zpráv, či hovorů, ale i fyzickým pronásledováním.⁷¹

⁶⁹ VAROL, Onur. FERRARA, Emilio. DAVIS, A. Clayton. MENCZER, Filippo. FLAMMINI, Alessandro. 2017. Online Human-Bot Interactions: Detection, Estimation, and Characterization. Center for Complex Networks and Systems Research, Indiana University, Bloomington, US and Information Sciences Institute, University of Southern California, Marina del Rey, CA, US.)

⁷⁰ ŠUTOVÁ, Marjána. BOTI ÚTOČÍ: MÍSTO ZBRANÍ SE OHÁNÍ FAKE NEWS! Zvol si info. 31. 10. 2018. [online] Dostupné z: https://zvol.si.info/2018/10/31/boti_utoci/

⁷¹ DOČEKAL, Daniel. TIP#216: Mohu mít na Twitteru soukromý, uzavřený účet? Jak to funguje? @365tipu. 4. 8. 2015. [online] Dostupné z: <https://365tipu.cz/2015/08/04/tip216-mohu-mit-na-twitteru-soukromy-uzavreny-ucet-jak-to-funguje/>

Messengery

Sociální sítě jsou kouzelné v tom, že umožňují spojení s kýmkoliv a prakticky kdekoliv, kde je k dispozici internetové připojení. Navíc za to již nemusíme platit, jako když jsme posílali dopisy. Naopak musíme počítat s tím, že naše konverzace může někdo číst (provozovatel sociální sítě) a že listovní tajemství již trochu vymizelo, protože se vše dá oscreenovat a poslat někomu dalšímu. Zažili jsme několik úniků dat z komunikací. Naše chatovací aktivita je sledována a je to jen střípek v komplexním obchodování s daty, které v dnešní době probíhá. Níže se zaměříme na nejčastěji používané messengerové aplikace, které většina z nás má ve svých telefonech.

Messenger

Messenger je chatovací aplikace Facebooku, kterou využívá 1,3 miliardy uživatelů. V roce 2011 vyšel Messenger jako samostatná aplikace. Messenger nabízí pestrou škálu komunikace, od možnosti posílání fotek, videí, samolepek, gifů (krátkých vtipných videí), hlasových zpráv, souborů, ale i možností videohovorů pro více uživatelů. Většina firem, které mají založený profil na Facebooku, využívá automatizovaných botů (v tomto případě chatbotů), kteří s návštěvníkem stránky v případě zájmu komunikují prostřednictvím vlastního automatizovaného programu.

WhatsApp

Kdo jej používá a jak funguje?

WhatsApp měsíčně používá v průměru 1,6 miliardy uživatelů po celém světě, což z něj činí třetí nejpoužívanější sociální síť a zároveň nejoblíbenější aplikaci na posílání zpráv. Tato aplikace, kterou vlastní společnost Facebook, funguje na principu posílání textových i multimediálních zpráv a umožňuje také hovory a videohovory. Na této síti můžete nalézt další uživatele pomocí jejich telefonního čísla, k používání aplikace však stačí pouze internet. WhatsApp se podobně jako Facebook Messenger také stal velmi oblíbeným komunikačním prostředkem napříč generacemi. Zajímavostí je, že od roku 2018 byla výhradně v zemích Evropské unie v rámci GDPR zavedena na WhatsApp nejnížší věková hranice 16 let. V ostatních zemích je přitom věková hranice běžných 13 let.⁷²

⁷² WhatsApp to raise minimum age limit to 16 in EU. In: BBC [online]. 25.4. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.bbc.com/news/business-43888647>

Hoaxy a řetězové zprávy

WhatsApp se stal v poslední době populárním zdrojem různých řetězových zpráv, které jsou často zdrojem různých hoaxů, ale i potenciálně škodlivých podvodných zpráv. V českém prostředí se tak například šířily poplašné zprávy o tom, že se WhatsApp zpoplatní nebo že se po síti šíří jakési škodlivé video s názvem Martinelli, které má po otevření na zařízení nainstalovat virus. Takové video však na internetu neexistovalo. Podobné hoaxy se často šíří i v jiných jazycích a jsou často snadno odhalitelné díky špatné gramatice v textu.⁷³ Potenciálně škodlivější mohou být ale podvodné zprávy, které příjemce nabádají například k vyzvednutí výhry nebo odkazují na slevu na určitý produkt, za který podvodníkům zaplatí. V minulosti se mezi českými uživateli objevila například zpráva, která slibovala boty značky Adidas zdarma. Konečná stránka po rozkliknutí odkazu ve zprávě přitom vedla na web, kde měl uživatel zadat platební údaje. Tato stránka, která se vydávala za distributora značky Adidas, se tak stala prostředkem k finančnímu podvodu.⁷⁴ Kromě špatné gramatiky se řetězové zprávy a hoaxy také vyznačují tím, že vyzývají příjemce k rychlé akci a k rozeslání daného textu co největšímu počtu dalších uživatelů.

Řetězové zprávy na WhatsApp se v poslední době v některých zemích staly také efektivním prostředkem pro politickou kampaň. Jedním z těchto případů byla například Brazílie, kde se politicky laděné zprávy rozesílaly během druhého kola prezidentských voleb v roce 2018. V zemi, kde se skrz WhatsApp šíří například reklama na různé komerční produkty, probíhala během voleb i silná kampaň politická. Skrze software, který dokáže poslat v krátkém časovém horizontu stovky tisíc zpráv, byla rozesílána cílená politická sdělení.⁷⁵ **Například v Indii, kde šíření falešných zpráv přes WhatsApp představuje také častý jev, dokonce platforma omezila možnost rozesílání jedné zprávy pouze na 5 uživatelů.**⁷⁶ Už během parlamentních voleb 2019 se však začaly objevovat softwary třetích stran, které tato omezení obcházel za účelem širšího rozsahu politických kampaní.⁷⁷ Ve stejnou dobu ale zároveň společnost WhatsApp v Indii zavedla fact-checking funkci, která uživateli umožňuje si přijatou zprávu fakticky ověřit. Místní startup s názvem Proto kolující zprávy ověřuje

⁷³ Hoax.cz [online]. [cit. 2019-10-13].

⁷⁴ V Česku se šíří podvodná zpráva přes WhatsApp. In: Avast Blog [online]. 2.7. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://blog.avast.com/cs/v-cesku-se-siri-podvodna-zprava-pres-whatsapp>

⁷⁵ MAGENTA, Matheus, Juliana CRAGNANI a Felipe SOUZA. How WhatsApp is being abused in Brazil's elections. In: BBC [online]. 24.10. 2018 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.bbc.com/news/technology-45956557>

⁷⁶ GREENSPAN, Rachel E. WhatsApp Fights Fake News With Message Forwarding Restrictions. In: Time [online]. 21. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://time.com/5508630/whatsapp-message-restrictions/>

⁷⁷ VENGATTIL, Munsif, Aditya KALRA a Sankalp PHARTIYAL. In India election, a \$14 software tool helps overcome WhatsApp controls. In: Reuters [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.reuters.com/article/india-election-socialmedia-whatsapp/india-election-a-14-software-tool-helps-overcome-whatsapp-controls-idUSKCNISL0PZ>

z hlediska faktických informací a uživatelům poskytuje informace o tom, zda je zpráva fakticky správná, či ne, nebo zda je zavádějící. Podobné funkce bohužel zatím nejsou k dispozici v jiných zemích, můžeme tak jen doufat, že se v tomto směru bude aplikace dále vyvíjet.

Je dobré děti seznámit s tím, že se prostřednictvím této aplikace šíří spousta řetězových zpráv, které je potřeba číst kriticky. Není nic jednoduššího, než si otevřít online vyhledávač a ověřit si, zda je informace dohledatelná a zda se o ní zmiňuje více než jeden důvěryhodný zdroj. Pokud se jedná o jakékoliv slevy či poukázky na produkty zdarma, takové akce je vždy možno ověřit přímo na webových stránkách konkrétní značky nebo obchodu.

Telegram a Signal

V případě, že nemáte rádi facebookový Messenger, ani WhatsApp, můžete vyzkoušet jinou aplikaci ke komunikaci. Je jím Telegram.⁷⁸ Telegram⁷⁹ byl vypuštěn do světa v roce 2013 ruským podnikatelem Pavlem Durovem. Jedná se o klasickou chatovací aplikaci, skrz níž si můžete navzájem posílat zprávy, vytvářet skupiny, sdílet soubory apod. Kromě toho zde existuje možnost tajných chatů, nebo sdílení fotografií se sebeobstručením po uplynutí časového limitu.

Zájem o tuto aplikaci vzrostl po skandálu Cambridge Analytica, a protože WhatsApp patří do skupiny Facebooku, Telegram těžil z toho, že neprovozuje reklamu a aplikace není vytvořená za účelem zisku, tudíž nesdílí ani žádná data o jeho uživatelích. Ochranu dat vůči třetím subjektům (jako jsou firmy, marketingové společnosti apod.) si předsevzal Durov mezi své hlavní cíle.

Další silnou stránkou Telegramu je jeho bezpečnost. V zimě 2013/2014 Durov vypsál soutěž s odměnou 200 tisíc dolarů,⁸⁰ jejímž cílem bylo prolomit šifrovaný protokol aplikace. A i přes mnoho pokusů si nikdo tuto odměnu nevysloužil. Soutěž poté ještě jednou zopakoval, nicméně odměna byla ještě vyšší o 100 tisíc dolarů.⁸¹ A opět s žádným výhercem.

Co by se dalo Telegramu vytknout, tak je fakt, že bezpečný je pouze tehdy, pokud používáte šifrované konverzace, protože v případě běžných nešifrovaných chatů si provozovatel může číst ve vašich zprávách.

Mezi další messengerové aplikace se řadí **Signal**,⁸² **který podle expertů patří k nejbezpečnějším vůbec**. Podobně jako Telegram, Signal rovněž nepatří do koncernu M. Zuckerberga. Byl založen v USA Moxie Marlinspikem a na vzniku se rovněž podílel i spoluzakladatel WhatsAppu Brian Acton.⁸³ Profiluje se jako otevřená aplikace pro všechny a nevytváří nárok na monetizaci, tudíž ani tady nepotkáte reklamy.

Signal umí šifrovat všechny vaše konverzace (na rozdíl např. od Messengeru, ale podobně jako např. WhatsApp), ale navíc ještě schovává šifrovaná metadata o příjemcích zpráv. To znamená, že zprávy zůstávají pouze mezi odesílatelem a příjemcem.⁸⁴ Tudíž **pokud vám záleží na vašich datech a soukromí, Signal by měl splnit vaše očekávání a požadavky**.

⁷⁸ HOUSKA, Filip. Sedm nejlepších aplikací pro šifrovanou komunikaci. In: Jabličkář [online]. 2016 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z:

<https://jablickar.cz/sest-nejlepsich-sifrovanych-aplikaci-pro-neprolomitelnou-komunikaci/>

⁷⁹ GORDON, Scott Adam. What is Telegram and how to use it?. In: Telegram [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z:

<https://www.androidauthority.com/what-is-telegram-messenger-979357/>

⁸⁰ \$200,000 to the hacker who can break Telegram. In: Telegram [online]. 2014 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: https://telegram.org/crypto_contest

⁸¹ \$300,000 for Cracking Telegram Encryption. In: Telegram [online]. 2014 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://telegram.org/blog/cryptocontest>

⁸² GROTHAUS, Michael. If you value your privacy, switch to Signal as your messaging app now. In: Fast Company [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.fastcompany.com/90335034/if-you-value-your-privacy-switch-to-signal-as-your-messaging-app-now>

⁸³ Tamtéž

⁸⁴ Secure Messaging Scorecard. In: Electronic Frontier Foundation [online]. 2016 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.eff.org/node/82654>

Omegle

Konverzace bez profilu

Sociální síť, která je postavená na principu náhody a anonymity, byla založená již v roce 2011 a stále má řadu příznivců. Omegle umožňuje konverzace s náhodně vybranými lidmi v reálném čase. Kromě klasické chatové komunikace lze zde využít i povídání skrz webkameru (OmeTV). Samotné **Omegle⁸⁵ se prezentuje jako aplikace, která zprostředkovává právě komunikaci s cizími lidmi a lze skrze ni „zabít svoji osamělost“.**

Na Omegle⁸⁶ se nevyplňuje žádný profil a po ukončení konverzace není možné se s druhým komunikujícím (označeným jako „stranger“ tedy „neznámý“) znovu spojit. I přestože zde hraje velkou roli princip náhody, který je především založen na již zmíněné anonymitě, i zde existují určitá omezení. Hranice jsou nastaveny pomocí výběru jazyka, ve kterém chcete komunikovat a také lze, pokud se jedná o uživatele-studenta, komunikovat se svými kolegy z různých univerzit. Dále se sbírají údaje o IP adrese, tyto údaje se ale účastníci konverzace o sobě navzájem nedozvědí.

Prakticky chat probíhá tak, že na portálu omegle.com si vyberete mezi „chat“ nebo „video“ konverzací. Následuje ověření, zda nejste robot. V chatu je velmi časté, že ještě před pozdravem se zjistí základní údaje o tom, s kým si píšete, což probíhá velmi minimalisticky.



Vždy komunikují pouze dva uživatelé. Avšak lze využít i možnosti „spy“, kdy se přidáte k cizímu chatu. V tomto případě jste třetí v konverzaci, avšak první dva o vás neví. Zároveň vy za ně různě můžete odpovídat, případně jednoho nebo druhého odpojit.

Na co jsem při vlastním zkoušení často narážela, bylo posílání odkazů na porno stránky a žádost o posílání nudes, protože Omegle neumožňuje sdílení fotek, ani celých funkčních odkazů. Dále pak také požadavek, jestli mám Snap nebo alespoň Ig (Snapchat nebo Instagram). Takže i přestože je **Omegle založeno na anonymitě a náhodě**, jeho uživatelé často chtějí přejít do jiné aplikace, kde již mohou získat další údaje – především fotky (resp. nudes). A i přestože jsou konverzace na Omegle hodně spojeny se sexuálním tématikou, jednou za čas se tam dá narazit na někoho, s kým si skutečně vyměníte více než 5 řádků a nesměřuje to okamžitě k sexuálnímu podtextu.

Zároveň je nutné dodat, že Omegle není jedinou stránkou, kde je možné si povídat s úplně cizími lidmi. Dalšími podobnými aplikacemi jsou například videochat Chatroulette, Tinchat, nebo Imeetzu. Na Tinchatu je možné si vytvořit i profil a udržovat tak kontakt s ostatními. Při chatování na Imeetzu lze využít možnosti posílání fotek a skupinových chatů.

⁸⁵ Omegle [online]. 2009 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.omegle.com>

⁸⁶ KOLÁČEK, Martin. Instantní identita a princip náhody jako podmínky interakce na Omegle.com. Brno, 2018. Bakalářská práce. Masarykova univerzita.

Tellonym

Tellonym je sociální síť anonymní komunikace, která přichází jako další obměněná verze sítí ask.fm, yikyak, či sarahah. Tyto sociální sítě spočívají v kladení dotazů nejen vašim přátelům pod rouškou anonymity. Tellonym a podobné sítě mají tendenci se vracet v obměněné podobě, pod jiným jménem, velmi často z důvodu zákazu předchozí aplikace.

Kdo jej používá?

Aplikace je určena pro uživatele od 17 let, ale reálně je velmi populární už u dětí kolem desátého roku věku. V současné době se číslo jeho uživatelů pohybuje okolo 20 milionů a v České republice ji najdete v telefonu 13 % dětí. Registrace totiž není složitá (stejně jako obejít věkovou hranici, pokud ji nespĺňujete), a po krátkém vstupním procesu můžete vyhledat vaše přátele a zeptat se jich na cokoli, aniž by tušili, kdo otázku pokládá. Otázku vám totiž může položit kdokoli, kdo získá odkaz k vašemu profilu.⁸⁷

Jak funguje?

Tellonym se od ostatních sociálních sítí výrazně liší, nenajdete zde fotky, statusy, ani videa. Jedná se pouze o otázky, které se zveřejní na profil po zodpovězení. Do té doby je otázka známá pouze adresátovi.

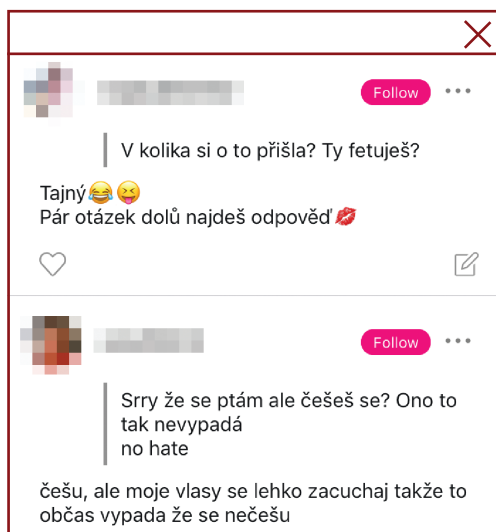
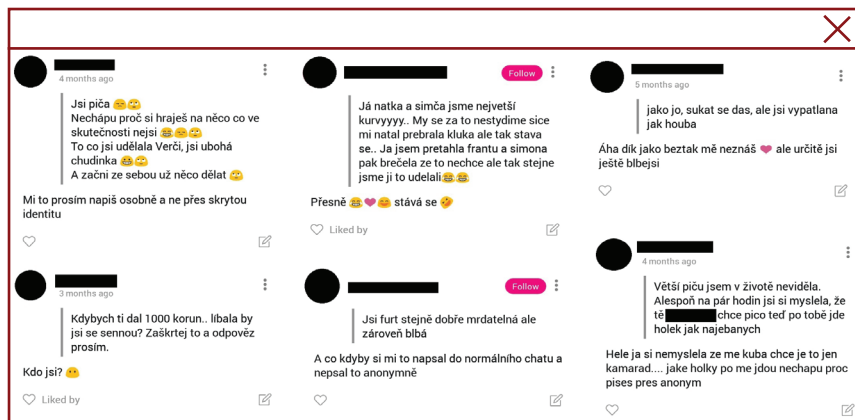
I když aplikace sebe sama prezentuje jako ideální prostor pro upřímnou konverzaci, velmi často se na profilech může odehrávat kyberšikana a velmi kruté vulgární komentáře. Anonymní prostor je totiž právě tím prostorem, kde k velmi nevhodným komentářům a k šikaně dochází nejjednodušeji. **Děti často odpovídají na velmi osobní otázky o svých vztazích, škole a osobních zkušenostech, ať už se jedná o ty přátelské, sexuální, alkoholové nebo drogové.**

Aplikace čelí ze všech stran velké kritice, především z důvodu, že v ní dochází k velmi časté šikaně, které se dá velmi těžko bránit, a děti tak čelí záplavě anonymních osobních útoků a nevhodných intimních dotazů.⁸⁸

Děti často odpovídají na velmi osobní otázky o svých vztazích, škole a osobních zkušenostech, ať už se jedná o ty přátelské, sexuální, alkoholové nebo drogové.

⁸⁷ KUBALA, Lukáš. Tellonym - aplikace pro budování přátelství, nebo platforma pro kyberšikana? E-Bezpečí. 6. 6. 2019. [online]. https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1562-tellonym-aplikace-pro-budovani-pratelstvi-nebo-platforma-pro-kybersikana?fbclid=IwAR2PkkJeyIheOIze4PUOs9d4D_VYNzPrqm2B2nPjD-EvpwzF_9-nWgOptYU

⁸⁸ DOČEKAL, Daniel. TIP#1371: Tellonym? Co to je a proč se toho obávat pokud jde o děti. @365tipu. 7. 6. 2019. [online]. <https://365tipu.cz/2019/06/07/tip1371-tellonym-co-to-je-a-proc-se-toho-obavat-pokud-jde-o-deti/>



Online love/sex life

Potkat toho pravého nebo tu pravou nebylo nikdy snadné a v dnešní uspěchané době je to o to složitější. Když je nám naše sociální bublina malá, objevuje se možnost online seznamování, po kterém sahá čím dál více lidí. Avšak Někteří rodiče úplně nerozumí tomu, proč se mladá generace seznamuje online a proč „raději nejdou ven“ a neseznamují se rovnou tváří v tvář. Tento fenomén přitom není úplně nový. Začal již s portálem Lidé.cz nebo Líbímseti.cz a pokračuje i dnes například s aktuálně nejrozšířenější aplikací Tinder. Na seznamování online není nic špatného, je ale nutné se držet základních bezpečnostních zásad, aby se nám nic zlého nestalo, a je dobré s těmito zásadami seznámit své potomky.

Tinder

Jak to funguje? Tinder⁸⁹ spočívá ve vyhledávání možných partnerů na základě GPS polohy a lze ho propojit i s facebookovým a instagramovým účtem. Funguje na jednoduchém principu: vyberete, zda máte zájem o muže, nebo ženy, případně obojí, vyberete věkové rozmezí a do jak velké vzdálenosti od vaší polohy chcete vyhledávat ostatní uživatele. Poté vám Tinder vygeneruje všechny uživatele/uživatelky v daném okruhu a vy se jednoduchým pohybem palce na základě zobrazeného profilu rozhodujete, jestli se chcete seznámit, nebo nikoliv. Pokud protějšek vyjádří, že se také chce seznámit, dojde ke „shodě“ a uživatelé si mohou začít psát.

Výhoda Tinderu je v tom, že nemusíte jako v jiných seznamovacích aplikacích vyplňovat dotazníky s vašimi zájmy. Je to poměrně uživatelsky přátelská aplikace, se kterou se jedinec naučí velmi rychle. Na druhou stranu je Tinder kritizován za povrchnost, která je založena na rychlosti, se kterou se uživatelé rozhodují, jestli se mu ten druhý líbí, či ne. Často se tak rozhodují pouze na základě jedné fotografie.

Na jednu stranu je Tinder užitečný v tom, že pokud se vám nedaří se s někým seznámit mezi lidmi, které znáte, tato aplikace vám pomůže vystoupit z vlastní sociální bubliny a získat nové kontakty. Spousta lidí navíc Tinder nepoužívá jen k tomu, aby získali novou známost, ale zkrátka jen proto, že se chtějí seznámit s novými přáteli. Například lidé, kteří se nově přestěhují do jiného města nebo země, se tak snadno mohou seznámit s místními. Každopádně je potřeba si při seznamování online vždy dát pozor a znát případná rizika.

⁸⁹ BLACK, Marie. How to use Tinder?. Tech Advisor [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.techadvisor.co.uk/feature/software/tinder-3515013/>

Jak se seznámit bezpečně a čeho se vyvarovat?

Je možné, že seznamování online úplně neholdujete a přijde vám to minimálně podezřelé. Avšak i zde platí, že pokud si přejete udržet kontakt se svým dítětem, neodsuzujte využívání online aplikací a spíše mu/jí přiblížte, na co by si měl/a dávat pozor. Mluvte o nástrahách, které se týkají problému anonymity, a upozorněte své děti na to, že nikdy nemohou mít jistotu, zda na druhé straně chatu opravdu sedí ten 16letý Honza z vedlejšího města.

Mezi základní pravidla, která by se na online seznamkách měla držovat, patří:

- brát komunikaci s nadhledem,
- nesdílet žádné osobní údaje (adresa, další kontaktní údaje),
- neodpovídat na příliš intimní dotazy jako např. co máš za spodní prádlo, nebo kde/jak to rád/a děláš, zejména pokud nám to je nepříjemné,
- nenechat se dotlačit někam, kam nechceme (např. posílání intimních fotografií),
- opustit komunikaci, pokud začne být nepříjemná, dotěrná, útočná.

Je dobré nepoužívat v seznamovacích aplikacích stejné fotografie, které máte na jiných profilech, protože pak jste snadněji dohledatelní a může se stát, že si vás někdo nevyžádaný začne přidávat do přátel a psát otravné zprávy. Na druhou stranu, i přes možná nevyžádanou transparentnost si můžete zjistit, jestli ten, s kým si píšete, je doopravdy člověk, za kterého se vydává. Seznamovací aplikace jsou spíše pro starší, avšak nemůže být vyloučeno, že na nich jsou i děti.

Když seznámení dopadne v online i offline světě úspěšně, často se pak vztah přirozeně dál odehrává v online světě, a sice přes messengery.

Sexting a nudes

Říká se, že láska kvete v každém věku,⁹⁰ avšak v době dospívání jsou jedinci o něco víc zvědaví a nebojácní než později. A jistou revoluci přinesly mobilní telefony s fotoaparátem, který umožňuje online komunikaci a posílání si fotek téměř v reálném čase. Sextingem⁹¹ se označuje online komunikace, která obsahuje sexuální a intimní obsah.

Zábrany na sociálních sítích mnozí velmi rychle ztrácí (nebo je vůbec nemají) a z intimity se stává prázdný pojem. Stalo se běžným, že si navzájem

posíláme nudes (první osoba množného čísla je použita proto, že posílání nudes není rozhodně výhrada pouze adolescentů, ale týká se široké populace). **Když už se rozhodneme přes všechna rizika sdílet své intimní fotografie, je potřeba myslet na to, že si nikdy nemůžeme být jisti, zda příjemce bude opravdu konečný.** Po rozchodu partnerů může dojít k jejich zveřejnění, nebo se materiály mohou stát i předmětem vydírání. V případě sextingu u mladistvých se jedná o trestný čin, protože jde o šíření dětské pornografie.⁹² Na sociálních sítích je také běžná krádež účtu a člověk si nikdy nemůže být jist, kdo k daným fotografiím v budoucnu může získat přístup.

I tak se sdílení intimních fotografií stává poměrně běžnou záležitostí i u dětí velmi raného věku (8-12 let),⁹³ kdy bez vyžádání (či vnějšího nátlaku, hecování, požádání od jejich lásky) umísťují choulostivé fotky do online prostoru. Nicméně pokud dojde ke zveřejnění bez souhlasu autora/autorky, může mít celá situace velmi smutný konec jako tomu bylo v případě Jessicy Logan,⁹⁴ která spáchala sebevraždu poté, co její přítel po rozchodu rozeslal její intimní fotografie spolužačkám a Jessica se stala obětí šikany.



Je nezbytné pamatovat na riziko, které se pojí s posíláním nudes. Kromě pár tragických příběhů nejen ze světa, ale i z České republiky, kdy do celého procesu musela zasahovat Policie ČR,⁹⁵ může docházet ke sběru dat. Co si pod tím představíte? Jedinci (různého věku, není to jen otázka adolescentů) si často během flirtování a posílání nudes všechny materiály

⁹⁰ Nahé fotky i tajné profily. Co dělají děti na Facebooku?. In: Novinky [online]. 2015 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.novinky.cz/internet-a-pc/clanek/nahe-fotky-i-tajne-profily-co-delaji-deti-na-facebooku>

⁹¹ Co je sexting?. In: E-bezpečí [online]. Olomouc, 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/sexting/137-154>

⁹² Počítačová mravnostní kriminalita. In: Policie ČR [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/pocitacova-mravnostni-kriminalita.aspx>

⁹³ Kids as young as eight sharing nude pictures online: RCMP. In: CTV News [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.ctvnews.ca/canada/kids-as-young-as-eight-sharing-nude-pictures-online-rcmp-1.4237840>

⁹⁴ Jessica Renee Logan (USA, 2008). In: E-bezpečí [online]. [cit. 2019-11-15]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/72-kazistiky/1427-jessica-renee-logan-usa-2008>

⁹⁵ KOHOUT, Roman. Sexting. In: Internetem Bezpečně [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/sexting/>

ly ukládají a vytváří si sbírky. Nemusí být nutně zveřejněny, ale kamarádi/kamarádky se mohou pochlubit někomu dalšímu, ale vy si nikdy nemůžete být jistí, kdo všechno vaše fotky viděl.

Kybergrooming

Po sextingu a posílání nudes se dostáváme ještě k závažnější problematice. Je jím kybergrooming.⁹⁶ **Kybergrooming znamená, že se cizí člověk vydává za někoho jiného a snaží se děti a teenagery zmanipulovat k sextingu, nebo dokonce ke schůzce, na které může dojít k sexuálnímu zneužití nebo výrobě dětské pornografie.**

Kybergrooming probíhá na sociálních sítích skrze různé messengery, kdy se kybergroomer stylizuje do role, která je oběti nějakým způsobem blízká. Pokud se tedy například jedná o 13letou dívku, tak kybergroomer převezme roli 15letého chlapce. I přestože se může zdát, že mezi oběti patří hlavně mladé slečny, útoky se nevyhýbají ani chlapcům.

Jeden z neefektivnějších způsobů, jak chránit děti před kybergroomingem, je seznámit je s postupy těchto útočníků/predátorů.

- Přímou dítě osloví, nebo využívají i marketingových triků či oznámení, že oběť vyhrála v nějaké soutěži (večeři, nejnovější telefon nebo notebook).

- Útočník se snaží v oběti vzbudit pocit důvěry a zároveň ji izolovat od okolí, tak, aby nikomu nevyprávěla o tom, že si píše.

„Jsem na tom podobně, určitě se mi svěř.“

„Neříkej o tom svojí mámě. Zlobila by se, že si píšeš s někým „cizím“. Nepochopila by to.“

- Snaží se z dítěte dostat co nejvíce osobních informací, jako třeba kde má počítač, kdy je doma sám/sama, co ho baví, jaké má telefonní číslo.

„Máš holku/kluka?“

„Ty jsi z Pelhřimova? Já bydlím v Jihlavě.“

„Pošli mi fotku, tady máš moji.“

- Používá metody zrcadlení – to znamená, že pokud má oběť nějaký problém (ve škole, s rodiči, s kamarády), útočník se staví do role, ve které jí velmi dobře rozumí, protože „je v podobné situaci“.

„Co ve škole? Taky taková nuda?“

- Útočník může oběť podplácet skrze dárky, budovat emoční závislost i ji vydírat.

„Nechceš zajít do kina? Mám lístky zadarmo...“

„Nemůžu bez tebe žít! Musíme se potkat. Jsi moje láska!!!“

„Jestli mi nepošleš další fotky, tak napíšu tvoji mámě, že se mnou chrápeš.“

- Útočník se snaží vylákat intimní materiály nebo oběť vylákat na schůzku, kde může dojít ke zneužití.

Kybergroomeri to nemají v dnešním online světě příliš složité, vzhledem k tomu, že děti často přijímají žádosti o přátelství od úplně cizích lidí. Je dobré je naučit, že mají dbát na nesrovnalosti v komunikaci, že mají být velmi obezřetné na příliš osobní otázky a měly by zbystrit, pokud po nich někdo bude žádat, aby jejich vztah zůstal v tajnosti.

Co dělat, když se to zvrtně?

Nejlepším způsobem je samozřejmě prevence a důvěrný vztah s dítětem. Dítě by mělo vědět, jak kybergrooming a sexting funguje, aby bylo schopno rozpoznat případné nebezpečí a na koho se obrátit. Pokud se bojíte svěřit vám, tak existují i jiné cesty vyřešení situace. V prvním případě je možnost se telefonicky obrátit na Linku bezpečí (116 111), která má i chatovou aplikaci. Dále existuje portál www.napisnam.cz, což je projekt od E-bezpečí, a i zde jsou odborníci z Olomoucké univerzity připraveni pomoci.

Je důležité, aby dítě vědělo, že na problém není samo a že se dá všechno nějakým způsobem vyřešit. V případě, že se vám dítě svěří, že se dostalo do problémů, je nezbytné udržet chladnou hlavu. Dítě v klidu vyslechněte a nezlobte se na něho. Snažte se zajistit důkazy, skrze vytisknutí nebo oscreenování konverzací.

Dalším krokem je podat oznámení na Policii ČR,⁹⁷ která se případem bude zabývat a posoudí, zda se jedná o trestný čin výroby nebo šíření dětské pornografie. Zároveň není od věci se obrátit na psychologa, poněvadž dítě může být silně traumatizováno a může dojít k disociálním poruchám. Mezi příznaky patří vymizení radosti, nespavost, obavy z budoucnosti, poruchy příjmu potravy, uzavření se do sebe a odmítání nejbližších.

⁹⁶ Kybergrooming. In: O2 Chytrá škola [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/25/kybergrooming/>
KOHOUT, Roman. Kybergrooming. Internetem Bezpečně [online]. [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kybergrooming/>

⁹⁷ Počítačová mravnostní kriminalita. In: Policie ČR [online]. 2019 [cit. 2019-10-13]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/pocitacova-mravnostni-kriminalita.aspx>

Chycení do sítí

Sociální sítě nyní zabírají poměrně značnou část našich životů. **Vznikají nové názvy pro závislosti – nomofobie (no mobile phobia), či netolismus**, které ohrožují až 70 % dětí do 15 let.⁹⁸ Digitální minimalismus je způsob, jak se s přílišným trávením času s digitálními technologiemi, a především na sociálních sítích, vypořádat.

V první řadě jde o uvědomění si, z jakých důvodů jsme se na dané sociální sítě připojili původně a k čemu je využíváme dnes. Jak se náš vztah k sociálním sítím proměnil a jaké to má důsledky na náš každodenní život. Nikdo totiž nepředpokládal, že malé zařízení, které bylo v roce 2007 představeno jako iPod, se kterým se bude dát telefonovat, bude přibližně za deset let zařízením, jež kontrolujeme několikrát za hodinu, na kterém trávíme několik hodin denně a které již dávno nevyužíváme pouze k přehrávání hudby a telefonování.

Telefony a sociální sítě dnes přinášejí i velmi negativní stránky využívání a ztrátu kontroly nad ovládním vlastního času. Pro spoustu lidí dnes sociální sítě představují něco, co kontrolují kompulzivně, a z každodenního prostoru se tak pomalu vytrácí pozitiva, které nám sociální sítě přinášejí. Ve velké míře je to kvůli ohromnému množství času, který trávíme pouhým bezděčným scrollováním (projížděním). Některé z důvodů, pro které jste si sociální sítě zakládali – jako být v kontaktu s přáteli, ať se nacházíte kdekoli, pak přináší hořkou pachut' poznání, že sice jste v kontaktu s někým na druhé straně republiky, ale nedokážete udržet pozornost při nepřerušované debatě s přítelem na druhém konci stolu.

Závislost na digitálním světě

Nejen mezi mladými lidmi roste počet závislých na mobilních telefonech a sociálních sítích (oba tyto fenomény jsou dnes velmi úzce propojeny). A není se čemu divit, mobilní telefon je dnes věc, kterou většina (nejen mladistvých) bere hned po probuzení jako první do ruky a také s ní po celém dni usíná. Nejde však jen o tyto dva spánkové rituály, většina lidí svému telefonu věnuje velkou část svého dne.

Z každodenního života se tak vytrácí důležité chvíle samoty a nudy, které jsou nahrazeny okamžiky informační, vizuální i zvukové zahlcenosti, jež nám poskytují naše mobilní telefony. Tento návyk, vzít telefon v každé volné (bohužel často i nevolné) chvíli do ruky, vznikl velmi důmyslným

Z každodenního života se tak vytrácí důležité chvíle samoty a nudy, které jsou nahrazeny okamžiky informační, vizuální i zvukové zahlcenosti, jež nám poskytují naše mobilní telefony.

⁹⁸ GERLEOVÁ, Jana. NOVÁK, Jan. Dobry sluha, ale špatny pan. Zavislost na mobilech ohrozuje az 70 procent nezletilych. ČT24. 2019. [cit. 2019-11-13]. Dostupné z: <https://ct24.ceskatelevize.cz/domaci/2931566-dobry-sluha-ale-spatny-pan-zavislost-na-mobilech-ohrozuje-az-70-procent-nezletilych>

nastavením sociálních sítí. Těm se díky algoritmům, dopaminovým reakcím mozku a dalším přirozeným slabostem, jak člověk funguje, daří držet uživatele u obrazovek co nejdéle. Ze stále se opakujícího kontrolování sociálních sítí a našich obrazovek se pro mnoho lidí stal tik. Sociální síť dneška fungují na již zmíněném principu „FOMO“, tento stres způsobovaný sociálními sítěmi je důležité překonat pomocí obnovy našich analogových návyků a koníčků, jež nám přinesou větší uspokojení než nekonečné sledování sociálních sítí, kterým obětujeme čas, aniž bychom o tom cíleně přemýšleli.

Bohužel všechny tyto faktory mají velký vliv na naše duševní zdraví. Internet a sociální síť nám otevřely velký prostor, v němž můžeme najít množství lidí, se kterými můžeme sdílet naše problémy a kteří nám mohou přinést pocit sounáležitosti, že nejsme na světě sami s určitými pocity či zkušenostmi. Do velké míry ale také nekontrolovatelné množství neustálého srovnávání se s okolím a zahlcení profily, které nezobrazují realitu, pouze uměle vytvořený obraz uživatelem. To způsobuje i velmi negativní emoce, jež mají vliv na naši psychiku.

Dnes jsou sociální síť především platformou pro reklamu a pro co nejsnadnější formu zábavy, která udrží vaši pozornost co nejdéle, aniž byste během ní museli vynaložit nějaký výkon. A většina uživatelů na sociálních sítích netráví čas způsobem, pro které si profily v počátku zakládali. Vzhledem k současné kompulzivní povaze využívání digitálních technologií je pro většinu uživatelů mobilní telefon jeden z nejčastějších rušičů pozornosti či soustředění při práci.

Digitální minimalismus

Cal Newport vydal v roce 2019 knihu s názvem Digital Minimalism,⁹⁹ ve které se snaží přeformulovat náš současný vztah nejen k sociálním sítím, abychom o něm znovu mohli uvažovat jako o vztahu zdravém. Autor popisuje několik kroků, jak se vypořádat se závislostí na sociálních sítích pomocí digitálního detoxu a jak přehodnotit způsob našeho pobytu na sociálních sítích. Toto řešení nám může pomoci znovu získat kontrolu a vrátit se tak pouze k pozitivním stránkám sociálních sítí. I přestože se dnes i na sociálních sítích hromadí tipy na to, jak na nich omezit čas, bohužel dnes se již nacházíme v době, kdy nám nepomůže 5 snadných tipů, jak odpoutat telefon od ruky. Jde o hlubší proces, během kterého musíme přehodnotit naše každodenní používání technologií. Cal Newport představuje novou filosofii, s jakou bychom měli k digitálním tech-

nologiím přistupovat, aby neovládaly náš život, ale abychom i přesto mohli těžit z výhod, které přinášejí. Jde o způsob, jak využívat technologie minimalisticky, tak, abychom využili možnosti, které nám přijdou hodnotné, a přitom ochotně „propásli“ všechno ostatní.

Vše začíná 30denním digitálním detoxem, ve kterém odstříhneme veškeré sociální síť, hry a streamovací platformy jako jsou YouTube, Netflix či HBOGo. Během této pauzy je zapotřebí srovnat si v hlavě naše priority na sociálních sítích a kolik času jsme jim ochotni vědomě věnovat. **Během tohoto náročného detoxu, především v prvních dnech, je důležité znovu začít vyhledávat analogové aktivity, na které jsme si do této chvíle složitě hledali čas na úkor pohodlného projíždění sociálních sítí.** Kromě znovu objevení nedigitálních aktivit nám digitální detox pomalu přinese i schopnost soustředit se na činnosti déle než pár minut.

Po této 30denní pauze je důležité nastavit si digitální technologie tak, aby nás co nejméně vyrušovaly a abychom měli jejich užívání plně pod kontrolou. Tím je myšleno vypnout veškeré notifikace v aplikacích, samotné aplikace omezit na minimum nutných a nepoužívat telefon jako budík. Omezit náš pobyt na sociálních sítích na několik minut denně a rozvrhnout si hodiny, ve kterých budeme například odpovídat na e-maily, či zprávy, abychom je nebyli nuceni kontrolovat několikrát denně. **Zkušenost detoxu nás dokonce naučí, že můžeme nechat telefon doma a o nic nepříjdem.**¹⁰⁰

Důležitý cíl, o který bychom se v našem vztahu k digitálním technologiím měli snažit, je veškerou naši aktivitu vyvíjenou směrem k nim dělat záměrně. To by nás mělo dovést k pečlivé selekci aktivit, které na sociálních sítích považujeme za důležité a prospěšné. Ty ostatní můžeme s klidnou duší propásnout. Tento proces směrem k digitálnímu minimalismu není jednoduchý, především dlouhý detox od digitálních technologií může být pro většinu současných, především mladých, uživatelů nepředstavitelný úkol. Musí čelit velkému, i když často nepřímému, tlaku okolí svých vrstevníků, a musí se naučit znovu zacházet se svým volným časem. Žijeme ale v době, kdy technologie zabírají příliš velkou část životů většiny z nás a obírají nás o důležitý čas, mezilidský kontakt tváří v tvář, samotu, nudu, či soustředění. Je proto důležité naučit se, jak lépe s naším časem na sociálních sítích zacházet.

⁹⁹ NEWPORT, Cal. Digital minimalism: choosing a focused life in a noisy world. New York: Portfolio/Penguin, [2019]. ISBN 9780525542872.

¹⁰⁰ MACKAY, Jory. Digital minimalism 101: How to find focus and calm by becoming a digital minimalist. RescueTime:blog. 9.4. 2019. [online] Dostupné z: <https://blog.rescuetime.com/digital-minimalism/>

Na sítích zodpovědně a bezpečně

Pět obecných rad nakonec, které byste měli vždy brát v úvahu

• Sociální sítě nejsou zadarmo.

Za sítě, které jsme v této příručce rozebrali, se sice neplatí penězi, ale že by byly zadarmo, to se také v žádném případě říci nedá. Sítím platíme jednak svým časem a soukromím, o které se pomocí nich často sami obíráme. Co je ale možná ještě důležitější je to, že sociálním sítím, resp. firmám, které je vlastní, platíme svými daty. Jak řekla whistleblowerka ze společnosti Cambridge Analytica Brittany Kaiser: „Data jsou momentálně tím nejcennějším jméním na světě.“ Kdo dnes nemá úspěšný online marketing, jako by neexistoval. A kdo nemá data, ten nemá úspěšný online marketing. Takže i když si budete myslet, že vaše data nikoho nezajímají, jste na omylu. Vaše online data dnes zajímají každého a je třeba to brát na vědomí.

• Rozlišujte virtuální a fyzickou realitu.

Ano, internet nám slouží jako nekonečný zdroj inspirace a informací, není ale dobré se upínat pouze na virtuální svět. Je důležité si uvědomit, že sociální sítě fungují většinou jako přikrašlovací zrcadlo, kde jsou všichni vidět v tom krásnějším, lepším světle (čti upravenějším ve photoshopu).

• Nejdřív užívejte, až potom sdílejte.

Zde si vypůjčíme radu Michelle Losekoot, specialistky na sociální sítě, která radí: „Bud' kronikář, ne zpravodaj.“ Pokud chcete výjimečné momenty sdílet se svými online přáteli, zkuste je nejdřív sami prožít a až pak je přidat do „storýčka“ nebo příspěvku. Když to sdílíte za pár hodin nebo druhý den, vůbec nic se nestane.

• Vyhněte se nenávisti na sociálních sítích.

Je to jednoduché, zkuste se zkrátka na sítích chovat stejně slušně jako na ulici. Především v komentářích se často uživatelé uchylují k tak drsným soudům, které by druhému do očí nikdy neřekli. Místo hejtů zkuste otevřít slušnou debatu na úrovni. Místo útočení na druhého se ho ptejte na více informací o tom, proč má takový názor a kde k informacím přišel. Pokud váš oponent nebude mít věrohodné důkazy, za chvíli se začne ztrácet. A pamatujte si, že nemusíte mít názor na všechno a nemusíte se zapojovat do každé debaty, na kterou na internetu narazíte. Je naprosto v pořádku říct, že prostě nevíme, protože o tématu nemám dost informací.

• Ověřujte si, co sdílíte.

Zatímco v době předinternetové se lidé dozvídali informace hlavně z tradičních médií, dneska je na sociálních sítích každý takovým novinářem. Až na to, že tam chybí někdo v roli editora, kdo zkontroluje, zda jsou všechny informace fakticky správné. Právě sociální sítě jsou tak místem, kde se různé fake news, hoaxy nebo konspirační teorie šíří jedna báseň. Proto když narazíte na nějaký článek nebo video, které vás vyloženě zvedá ze židle, zkuste se nejdříve pozorně podívat na zdroj a pořádně si ověřte, odkud se informace v textu nebo videu vzaly. Jak na to se detailně dozvíte v našem Surfařově průvodci po internetu. Pokud se vám zrovna nechce ověřovat, nebo se nedopídíte ke zdroji, raději si článek nechte pro sebe. Zkuste ke všemu, co sdílíte, přistupovat zodpovědně a sdílejte opravdu jen to, za čím si stojíte.

Pět rad pro rodiče a pedagogy

• Sociální sítě nejsou nepřítelem, jen je musíme umět používat.

Sociální sítě se v médiích jako téma objevují právě pro rizika a důvody, proč lidem škodí. O tom, že propojují lidi z celého světa a v mnoha věcech pomáhají lidem spolupracovat na prospěšných věcech, se ale mluví méně často. Než tedy sociální sítě úplně zavrhnout doporučujeme, abyste dětem a teenagerům navrhli pravidla, která je sociální sítě naučí používat tak, aby jim sloužily co nejlépe a škodily co nejméně.

• Mluvte s dětmi o všem, na co mohou na internetu narazit.

Internet může být skvělým učitelem a zdrojem inspirace. Zkuste děti proto navést na užitečný obsah, který by je mohl bavit. Přestože je to těžké, je dobré s dětmi probrat i obsah, na který by na internetu narazit neměli, jako je pornografie nebo násilí. Pokud budou vědět, že je to něco, co není běžné v reálném životě, pravděpodobně se s tím vyrovnají lépe, než když je to naprosto překvapí.

• Vše, co se jednou dostane na internet, tam zůstane navždy.

Děti, ale i rodiče by měli mít na vědomí, že cokoli dávají na internet, pravděpodobně tam zůstane navždy. Především u dětí je proto dobré, aby věděly, že nemají sdílet úplně všechno. V budoucnu toho totiž budou moc litovat. To samé ale platí u rodičů, kteří praktikují tzv. sharenting a neuvědomují si, že jejich děti v budoucnu možná budou litovat toho, že jejich fotografie z prvních let života viděla spousta lidí, často úplně cizích, kterým by podobné fotografie nikdy ukazovat nechtěli.

• Zkuste si sítě na vlastní kůži.

I když se zrovna neztotožňujete s oblíbenými hvězdami vašich dětí z YouTube, Instagramu nebo TikToku, zkuste si na těch nejpoužívanějších sítích založit účet a zjistit, jak fungují. Tím nejlépe pochopíte, na jakém principu jsou založeny, a budete moci svým potomkům poradit v případě, že se na sítích dostanou do nepříjemné situace.

• Zajímejte se.

Pokud chcete naučit děti používat sociální sítě zodpovědně a bezpečně, vysvětlíte jim to lépe, když budete vědět, koho a proč na sítích sledují. Zkuste někdy sociální sítě používat spolu s nimi, nechte si ukázat jejich oblíbené online hvězdy a naslouchejte. Neptejte se každý den jen na to, co bylo v škole, ale zkuste mluvit i o tom, na co naráží na internetu. Doporučujeme také sledovat projekty shrnuté v závěru příručky, díky kterým zůstanete v obraze o tom, co zrovna na sítích letí a jak se na nich vyhnout případným bezpečnostním rizikům.

Na konec...

Příručka je psána v létě a na podzim roku 2019, a i přestože se snažíme o maximální nadčasovost, svět technologií se mění tak rychle, že je zkrátka nemožné předpovídat, co bude trendy za měsíc, natož za rok nebo za 5 let. Je velmi pravděpodobné, že čím později od vydání se k příručce dostanete, tím spíš některé ze zmiňovaných sítí již nebudou trendy nebo že mainstream bude na jiné, zcela nové sítí. Avšak i přesto si troufáme tvrdit, že některé principy zůstanou víceméně stejné:

- Sociální sítě budou především lidi spojovat a umožňovat interakci;
- Sociální sítě budou mít za cíl nás bavit, a to natolik, že se od nich nedeme moci odtrhnout;
- Sociální sítě nikdy nebudou nezištné, i nadále budou sbírat data na základě našich kliků - ať už jde o vyhledávání v prohlížeči, kontrolu feedu nebo o to, jakou hudbu posloucháme před spaním.

Zde jsme dali dohromady ještě několik dalších zdrojů, které rozebírají další aspekty sociálních sítí a o jejichž užitečnosti jsme my sami přesvědčeni:

• Dítě v síti:

Publikace vznikla pod vedením odborníka na online svět Daniela Dočekala a věnuje se nástrahám sociálních sítí podle věku dítěte. V knize se seznámíte s problematikou gamingu, nejoblíbenějších youtuberů apod.

• Bud' safe online:

projekt od bezpečnostní firmy Avast, který se zaměřuje na osvětu o bezpečnosti dětí na internetu. Osvěta probíhá online i offline. Na webu bud-safeonline.cz najdete zábavná videa pro děti, ale i stránku s radami pro rodiče, jak zabezpečit děti na internetu.

• Jak na sítě:

knihla od Michelle Losekoot a Elišky Vyhnánkové vychází během října 2019, a přestože je velmi zaměřena na marketing v online prostoru, dává také užitečné rady ohledně zdravého a zodpovědného pohybu na sociálních sítích.

• Replug Me:

projekt se zaměřuje na najítí balancu v digitální době. Organizují workshopy jak pro děti na školách, tak pro jejich rodiče.

• Digitální stopa:

nová hra z dílny NÚKIBu a CZ.nic, která provází děti problematikou digitální stopy, jakožto jedním z rizik sociálních sítí. I přestože je hra vytvořená zjm. do škol, jsou zde k dispozici i materiály pro rodiče.

• Chytrá škola od O2:

Nadace O2 si v současnosti dává za cíl zlepšit digitální gramotnost v ČR. Za tímto účelem vytvořila portál Chytrá škola, který je věnován především žákům základních škol a jejich rodičům. Věnují se problematice fake news, ale i bezpečného pohybu na internetu. Dozvíte se, jak rozpoznat kyberšikanu nebo jak účinně zabezpečit online nakupování.

• E-bezpečí:

projekt E-bezpečí z Olomoucké univerzity (konkrétně Centra prevence rizikové virtuální komunikace) se dlouhodobě zabývá problematikou internetu a soustředí se na osvětu nejen mezi dětmi, ale mezi učiteli, specializovanými pracovníky a v neposlední řadě i rodiči.

• Internetem bezpečně: web, který sleduje aktuální trendy a hrozby na internetu a soustředí se především na bezpečnost dětí.

• Cyber Crime:

možná pro někoho trochu náročnější publikace o kyberkriminalitě od odborníka Jana Kaloucha. Zároveň zde pojednává o malware, phishingu nebo botnetech.

Pro filmové nadšence můžeme doporučit dokument **Follow me** (dostupný zde: <https://www.jedensvet.cz/2019/filmy-a-z/38844-follow-me>), který se věnuje využití falešných účtů především na Instagramu. A také film **Great Hack** (najdete na Netflixu), který je o tom, jak Cambridge Analytica změnila svět.

My, autoři této příručky, jsme studenti a studentky, jejichž rodiče na internetu příliš mnoho času netrávili, ba naopak, byli jsme to právě my, kdo své rodiče naučil, jak se píše zavináč a jak se používá vyhledávač. I pro nás samotné je často těžké jít s dobou a orientovat se ve stále se měnícím světě technologií, a právě proto bychom si přáli, kdyby nám už na počátku rodiče řekli, že všechno, co jednou dáme na internet, tam zůstane navždy, a že skutečně není nutné sdílet 150 fotek z každé dovolené (i když to jsou pěkné fotky). Přáli bychom si, aby pochopili, že svět sociálních sítí je svým způsobem skutečný a že pokud máme problémy tam, jejich řešení nespočívá v tom „ten počítač zavřít nebo vypnout“.

A i přestože pro nás prozkoumávání internetu byla docela sranda, nějaké z rad o efektivním zabezpečení našich účtů a o správném chování online by se nám tenkrát dost hodily. A dnes to platí dvojnásob.

O nás

Jsme skupina studentů z Masarykovy univerzity, která se v roce 2016 rozhodla zlepšovat stav mediální gramotnosti a založila spolek Zvol si info. Dnes je nás již 28 studentů a objíždíme střední a základní školy a knihovny v Česku i na Slovensku, kde přednášíme o fake news, dezinformacích ale i o nástrahách sociálních sítí. Jsme generace, co naučila rodiče psát zavináč, ale sama žádné praktické rady do online života nedostala. Online svět se vyvíjí tak rychle, že je těžké být stále v obraze, a proto jsme se rozhodli sepsat příručku, která bude vysvětlovat principy, na kterých dnes sociální sítě fungují. Zároveň pomůže dnešním rodičům a pedagogům lépe pochopit, jak děti a teenageři v současnosti internet používají a s jakými nástrahami se mohou potýkat.

I pro nás samotné je často těžké jít s dobou a orientovat se ve stále se měnícím světě technologií, a právě proto bychom si přáli, kdyby nám už na počátku rodiče řekli, že všechno, co jednou dáme na internet, tam zůstane navždy.

Zvol si info

Průvodce po sociálních sítích

Autoři textu:

Kateřina Křivánková

Josefína Knollová

Marijana Šutová

Obsahová editace:

Veronika Sivková

Grafická editace:

Veronika Nováková, Magdalena Feikusová

Ilustrace obálky:

Veronika Nováková

Zvol si info

2019

Zvolsi.info

www.zvolsi.info
tym@zvolsi.info