

# **Vliv sociálních sítí na sebepoškozování u dětí a mládeže ve Zlínském kraji**

Bc. Juraj Riečičiar

---

Diplomová práce  
2013



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2012/2013

## ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Juraj Riečičiar**  
Osobní číslo: **H11399**  
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Vliv sociálních sítí na sebepoškození u dětí a mládeže ve Zlínském kraji**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.  
Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti sociálně patologických jevů, sebepoškození, rodinné výchovy, sociálních sítí a medií.  
Příprava metodiky výzkumné části.  
Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníku.  
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.  
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**BAŠTECKÁ, Bohumila. Klinická psychologie. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-735-3.**

**KRIEGLOVÁ, Marie. Záměrné sebepoškození v dětství a adolescenci. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 80-2333-978-4.**

**KOUTEK, Jiří a Jana KOCOURKOVÁ. Sebevražedné chování. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-732-9.**

**VÁGNEROVÁ, Marie. Psychopatologie pro pomáhající profese. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-678-0.**

Vedoucí diplomové práce: **doc. PhDr. Lenka Haburajová Ilavská, Ph.D.**  
Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce: **30. listopadu 2012**

Termín odevzdání diplomové práce: **26. dubna 2013**

Ve Zlíně dne 14. února 2013

  
doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.  
děkanka



  
Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE


Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby<sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3<sup>2)</sup>;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60<sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 6. 5. 2018



.....

<sup>1)</sup> Zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací.

(1) Vysoká škola nevydávajíc zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, habitační a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlédnutí veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může za zveřejnění práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezahrnuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vyrobené zájemcem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpírá-li autor takového díla udělení svolení bez výjimečného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nadotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídí k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Diplomová práce je zaměřena na problematiku sebepoškozování u dětí a mládeže v rámci daného teritoria a vliv sociálních sítí na tento jev. Teoretická část se zabývá přístupy k sebepoškozování, charakteristikou účastníků tohoto chování, důvody jednání, psychopatologickými a sociálně patologickými jevy souvisejícími s tímto jednáním, dopady a prevencí sebepoškozování.

Hlavním cílem praktické části diplomové práce je zjistit stav daného jevu, charakterizovat příčiny jednání u sebepoškozujících osob, vliv sociálních sítí na toto jednání a porovnání praktických poznatků s teoretickými východisky.

Klíčová slova: sebepoškozování – agrese – trauma - automutilace – suicidální jednání – sociální sítě – anonymní komunita - psychoterapie - intervence

## **ABSTRACT**

This thesis is focused on the issue of self-harm in children and young people within a given territory and influence of social networks on this phenomenon. The theoretical part deals with approaches to self-harm, characteristics of participants in this behavior, reasons for conduct, psychopathological and social pathologies associated with this behavior, consequences and prevention of self-harm.

The main aim of the practical part of the thesis is to determine the state of the phenomenon, characterized by self-defeating action causes people, the impact of social networks on the negotiations and practical compared with theoretical knowledge.

Keywords: self - aggression - trauma - automutilace - suicidal behavior - social networking - anonymous community - Psychotherapy - intervention

Mé poděkování patří doc. PhDr. Lence Haburajové Ilavské, Ph.D. za poskytnuté cenné rady a odborné vedení práce.

*Motto:*

*„Zdá se, že ve druhé polovině lidského života převažují jen návyky, které jsme si vybudovali v té první.“*

*Fjodor Michajlovič Dostojevskij*

Prohlašuji, že odevzdaná verze diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

## OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>12</b>
<b>1 TEORIE A CHARAKTERISTIKA SEBEPOŠKOZOVÁNÍ</b> .....	<b>13</b>
1.1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ .....	13
1.1.1 Sebeпоškozování .....	13
1.1.2 Záměrné sebeпоškozování .....	14
1.2 CHARAKTERISTIKA SEBEPOŠKOZOVÁNÍ .....	14
<b>2 ZPŮSOBY A FORMY SEBEPOŠKOZOVÁNÍ</b> .....	<b>16</b>
2.1 ZPŮSOBY SEBEPOŠKOZOVÁNÍ .....	16
2.1.1 Sebeпоškozování .....	17
2.1.2 Syndrom pořezávaného zápěstí .....	17
2.1.3 Syndrom záměrného sebeпоškozování .....	17
2.1.4 Automutilace .....	17
2.1.5 Předávkování léky .....	18
2.1.6 Další způsoby sebeпоškozování .....	18
2.2 METODY SEBEPOŠKOZOVÁNÍ .....	18
2.3 DOBA PROVOZOVÁNÍ SEBEPOŠKOZOVÁNÍ.....	19
2.3.1 Lokalizace sebeпоškození .....	19
2.3.2 Nástroje používané k sebeпоškozování.....	20
<b>3 PŘÍČINY A DŮVODY SEBEPOŠKOZOVÁNÍ</b> .....	<b>21</b>
3.1 PŘÍČINY JEDNÁNÍ.....	21
3.2 VNĚJŠÍ VLIVY NA SEBEPOŠKOZOVÁNÍ .....	22
3.2.1 Vliv rodiny na sebeпоškozování .....	22
3.2.2 Vliv vrstevníků na sebeпоškozování.....	23
3.2.3 Vliv školy na sebeпоškozování .....	23
<b>4 ADOLESCENCE</b> .....	<b>24</b>
4.1 CHARAKTERISTIKA ADOLESCENCE .....	24
4.2 VZTAHY V ADOLESCENCI .....	24
4.2.1 Vztahy s rodiči .....	25
4.2.2 Vrstevnické vztahy .....	25
4.3 VOLNÝ ČAS A ŽIVOTNÍ STYL .....	26
<b>5 SOCIÁLNÍ SÍŤ</b> .....	<b>27</b>
5.1 DRUHY SOCIÁLNÍCH SÍTÍ.....	28
5.1.1 Facebook .....	29
5.1.2 Twitter .....	31
5.1.3 Ostatní sociální síť .....	32
5.2 VLIV SOCIÁLNÍCH SÍTÍ .....	34
5.2.1 Navazování sociální vazby.....	35
5.2.2 Vliv na změnu chování.....	36



5.2.3	Cílová skupina sociálních sítí.....	38
5.2.4	Vliv sociálních sítí na sebepoškození .....	38
<b>II</b>	<b>PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>40</b>
<b>6</b>	<b>PROJEKT A METODOLOGIE VÝZKUMU .....</b>	<b>41</b>
6.1	CÍL VÝZKUMU .....	41
6.2	VÝZKUMNÝ PROBLÉM .....	41
6.2.1	Dílčí výzkumní problémy.....	41
6.3	STANOVENÍ HYPOTÉZ .....	42
6.4	STANOVENÍ VÝZKUMNÉHO SOUBORU .....	42
6.5	METODIKA VÝZKUMU.....	43
<b>7</b>	<b>VÝSLEDKY VÝZKUMU A JEJICH ANALÝZA.....</b>	<b>44</b>
7.1	CHARAKTERISTIKA RESPONDENTŮ .....	44
7.2	VÝSLEDKY EMPIRICKÉHO ŠETŘENÍ .....	44
7.2.1	Profily osob se zjištěným sebepoškozením .....	70
7.2.2	Vyhodnocení profilů vybraných osob .....	73
<b>8</b>	<b>VYHODNOCENÍ VÝZKUMU .....</b>	<b>75</b>
8.1	VYHODNOCENÍ Vlivu sociálních sítí na sebepoškození a ověření stanovených hypotéz .....	75
8.2	INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU .....	80
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>81</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>	<b>83</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK .....</b>	<b>86</b>
	<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>87</b>
	<b>SEZNAM GRAFŮ .....</b>	<b>89</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>90</b>

## ÚVOD

Fenoménů dnešní společnosti, jak těch pozitivních, tak těch negativních, které přijala a osvojila si současné mládež, existuje určitě mnoho. V porovnání s předcházejícími generacemi je jedná zejména o expandující elektronizaci, úzce propojenou s užíváním internetu a dalších informačních technologií. Děti a mládež se tak dnes a denně dostávají do virtuálního světa, ve kterém se snaží, pokud jim to rodiče dovolí, strávit co možná nejvíce volného času. Vzhledem k této skutečnosti jim nezůstává čas ani prostor účastnit se života reálného a hmatatelného, trávit volné chvíle s rodiči či fyzicky s kamarády, komunikovat s nimi tváří v tvář a v neposlední řadě řešit problémy, které v době jejich poměrně složitého životního období, jakým adolescence bezesporu je, nastaly nebo s určitostí nastanou.

V návaznosti na tyto problémové situace se dostávají a projevují různé sociálně patologické jevy, mezi které jednoznačně patří i sebepoškození. Sebepoškození, i když se mezi dětmi a mládeží vyskytuje, ač v nezanedbatelné míře, je doposud pro mnoho lidí jevem neznámým. Důvodů může být zřejmě několik. Lze se důvodně domnívat, že příčinou může být například fakt, že sebepoškození je jevem poměrně novým a až v posledních letech mu je věnována zvýšená pozornost. Dalším důvodem je zcela určitě latence tohoto jednání, kdy osoby, které mají zkušenost se sebepoškozením, jej provádí nejčastěji tajně a ostatním se o tom téměř vůbec nesvěřují.

Sebepoškození i záměrné sebepoškození, jakožto závažnější stupeň tohoto jevu, jsou stálými problémy ve školách, školských i mimoškolských zařízeních pro dnešní děti a mládež. K jeho rozšíření v současné době přispívá velkou měrou i internet, který umožňuje adolescentům sdílet vlastní poznatky a zkušenosti s ním. Svědčí o tom vzrůstající počet různých diskusních fór a internetových blogů zabývajících se tímto tématem. Důležitou roli v této oblasti neoddiskutovatelně hrají i různé sociální sítě, které v různých formách a prostředích nabízí možnost osobám s dotčeným problémem se svěřovat, komunikovat o něm, diskutovat a vyměňovat si pocity s osobami se stejným problémem, získat potřebnou radu či zjistit formy a prostředky pomoci.

Při snaze o zabraňování sebepoškození je velmi důležité zjistit nejen důvody, proč si tito mladí lidé vlastně samovolně ubližují, kdy příčin autoagrese může být mnoho a mohou být velmi různorodé a proto je její stanovení ve většině případů velmi problematické, ale i roli a funkci sociálních sítí v rámci internetového prostředí a jaký je záběr a rozsah jejich užívání ze strany sebepoškozujících se osob.

Většinou je na našem vlastním pozorování zjistit, co v dětech vyvolává tyto projevy a daným situacím se pak snažit zabránit. Mnohdy ale příčiny sebepoškozování pozorovatelné nejsou a proto je důležité najít určitá opatření, které by pomohly tyto projevy odstranit nebo alespoň zmírnit. Odhalení vlivu sociálních sítí na předmětný sociálně patologický jev by mohlo přispět k včasnému rozpoznání problémů u dětí a mládeže a tím k devalvaci sebepoškozování.

Domnívám se, že přestože k tématu sebepoškozování není mnoho literatury, je nutné tuto problematiku řešit a snažit se projevům sebepoškozování zabránit a využívat k tomu všechna vhodná a dostupná opatření. Cílem práce je tedy odkrýt pozadí tohoto jevu.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 TEORIE A CHARAKTERISTIKA SEBEPOŠKOZOVÁNÍ

V odborných kruzích, jak zahraničních, tak i českých, se prezentuje mnoho definic pro sebepoškození, a proto dodnes neexistuje mezinárodně uznávaný konsenzus pro definici tohoto jevu. S tímto souvisí i rozdílné používání termínů pro jednotlivé formy sebepoškozujícího chování, což je charakteristické zejména pro zahraniční literaturu. Z hlediska vymezení tohoto pojmu je nutné zohlednit zvláště rozdíl mezi sebepoškozováním a záměrným sebepoškozováním.

### 1.1 Vymezení základních pojmů

#### 1.1.1 Sebepoškození

Sebepoškození obecně může být i přechodné, respektive jednorázové, ale to nemusí být nutně spojeno s psychickým stavem úzkosti a neschopností zvládat problémy. Jde o účelovou záležitost, která má jedinci přinést nějakou výhodu ve společnosti. Důvody mohou být například: iniciační obřad (pokud chce být někdo přijat do sekty či gangu musí se poranit, pak je však přijat a k dalšímu sebepoškození nedochází) nebo snaha se něčemu vyhnout (zranění může odvrátit nástup k výkonu trestu nebo povinné vojenské služby, popřípadě dostat vojáka na ošetřovnu, kde se vyhne šikaně vrstevníků a podobně).

*„Za patologické sebepoškození se obecně nepovažuje poranění, které je v dané kultuře tolerováno a jehož primárním cílem je sexuální uspokojení, dekorace těla (v naší kultuře typicky piercing a tetování), spirituální zážitek v rámci rituálních praktik či začlenění se do skupiny vrstevníků nebo demonstrace vlastní hodnoty mezi nimi (snaha být „cool“ a „in“).“ (Platznerová, 2009, s. 16).*

Dalšími, v odborné literatuře zmiňovanými, formami tolerovaného sebepoškození jsou praktiky, které jsou vnímány bez hlubšího významu a jedná se víceméně o módní trendy v podobě zdobení zevnějšku, např. tetování a piercing a rituály, které nesou v sobě tradici určité kultury a jsou nástrojem spirituality nebo léčitelství.

### 1.1.2 Záměrné sebepoškozování

Záměrné sebepoškozování je naopak vnímáno chápáno jako specifický typ sebepoškozujícího chování, přičemž primárně je důležité ho odlišit od suicidálního jednání a automutilace. (Sutton In Kriegelová, 2008, s. 17).

*„Jelikož stále neexistuje mezinárodně uznávaný konsenzus na definici záměrného sebepoškozování, setkáváme se v této oblasti se značnou rozmanitostí.“* (Kriegelová, 2008, s. 18)

Zásadní je, že většina těchto definic však v sobě nese klíčové prvky, které vystihuje následující definice: *„Jedná se o chování, které jedinec vykoná sám sobě, je záměrné a cílené, je fyzicky násilné, ale není suicidální.“* (Kriegelová, 2008, s. 18).

Mezi další, obdobně se vyjadřující definice, lze jednoznačně zařadit i tyto. *„Záměrné sebepoškozování je definováno jako úmyslné zranění vlastního těla bez zjevného suicidálního záměru a bez záměru sexuálního nebo dekorativního“* (Pattison, Kahan, Sutton In Kriegelová, 2008, s. 10) a *„Záměrné sebepoškozování jako přímá a záměrná destrukce nebo poškození vlastních tělesných tkání bez vědomého suicidálního záměru“* (Favazza In Kriegelová, 2008, s. 17).

K striktnímu oddělení suicidálního chování a záměrného sebepoškozování lze užít definici od Favazziho, který uvádí, že *„...záměrné sebepoškozování je odlišné od suicida. Základním poznáním je fakt, že jedinec, který se opravdu pokusí o sebevraždu, chce svůj život skončit, zatímco jedinec, který se záměrně poškodí, se snaží cítit se lépe.“* (Favazza In Kriegelová, 2008, s. 21).

## 1.2 Charakteristika sebepoškozování

Záměrné sebepoškozování lze charakterizovat na základě procesu tohoto aktu s jednotlivými událostmi, které probíhají v stanoveném pořadí, a to přítomnost precipitující události, zesílení pocitu napětí, úzkosti a dysforie, myšlenky na sebepoškození, pokusy o odvrácení sebepoškozujícího jednání, sebepoškození a uvolnění napětí. (Kocourková In Koutek, Kocourková, 2003, s. 24).

Jako u jiných obdobných návykové projevů má vzorec sebepoškozujícího se aktu tendence se opakovat. Nesporné je tedy, že důležitou roli u sebepoškozujících se jedinců sehrávají právě precipitující události. Samotný akt sebepoškozování může být doprovázen rozličnými, třeba i sexuálními fantaziemi.

V souvislosti s dotčeným jednáním jedince lze současně zmínit, že z pohledu normality, tedy jednání odpovídající předem stanovenému očekávání, se v případě sebepoškozování jedná o jednání abnormální, neboť neprojevuje jako odchylka od sociální normy s nepříznivým vlivem na jedince nebo společnost a současným subjektivním pocitem strádání.

## 2 ZPŮSOBY A FORMY SEBEPOŠKOZOVÁNÍ

Sebepoškozování se častěji vyskytuje u osob ženského pohlaví, a to především v období adolescence. Projevy sebepoškozování však lze pozorovat u různých skupin osob z hlediska věku, zaměření či lokality. Tento jev je podnícen nejrůznějšími příčinami, přičemž mezi nejčastější patří prožití jakéhokoliv nepříjemného duševního stavu (např. přetížení, negativní emoce, frustrace, vztek, lítost, ztráta blízké osoby, osamělost, náhlé nepříjemné vzpomínky na traumatizující zážitky atd.) Sebepoškozování se přitom projevuje způsoby a formami provedení.

### 2.1 Způsoby sebepoškozování

Samotný průběh sebepoškozování má ve většině případů předem stanovené schéma. Na počátku stojí přítomnost nějaké nepříjemné, výše uvedené, situace. Následně se dostaví zesílení pocitů dysforie, napětí a úzkosti, které jedinec neumí a nedokáže účinně odstranit. Tento stav stimuluje lidskou mysl k tomu, že se začínají objevovat první myšlenky na sebepoškození, které se ale jedince ještě snaží, většinou úspěšně, zahnat. Poté následují opakované pokusy sebepoškozující jednání odvrátit. Vzhledem ke skutečnosti, že tyto pokusy většinou nejsou úspěšné, následuje sebepoškození, po kterém se dostaví pocit úlevy a uvolnění napětí.

Důležitou roli v tomto schématu tedy hraje negativní situace, která vyvolává rozvoj pocitů bezmoci, lítosti, vzteku a přání pomstít se a tím nutí jedince se opakovaně poškozovat. Jedná se o vyjádření agresivity obrácenému proti vlastnímu tělu. Před a během sebepoškození může jedinec prožívat různé fantazie, které mohou mít i sexuální charakter (Koutek, Kocourková 2003, s. 38).

Pokud lze hovořit o vlivu vývoje jedince na toto jednání, je nutné si uvědomit, že každý člověk si vytváří sebepojetí, které Baštecká (2003, s. 198) definuje jako: „*relativně stálý a ucelený, současně však měnící se vztah lidského jedince k sobě samému i k subjektivně důležitým skutečnostem jeho života*“. Součástí sebepojetí a sebehodnocení je tělesné schéma, obraz nebo určitá představa vlastního těla. Vágnerová (2000, s. 37) se domnívá, že tuto dimenzi ovlivňují již zkušenosti z prenatálního období.



### 2.1.1 Sebepoškozování

Sebepoškozování (self-harm, self-injury) obsahuje nejčastěji řezná poranění kůže, zápěstí, hřbetů rukou a předloktí. V souvislosti se sexuálním zneužíváním a pocity viny se může objevit i opakované pořezání pohlavních orgánů. Dále můžeme do této kategorie zařadit množství škrábanců po celém těle, zejména na místech, která se dají před okolím skrýt. Často se jedná o vyřezávání rozmanitých znaků do kůže.

Další formou je popálení cigaretou nebo zapalovačem. Projevy a způsoby sebepoškozování se mohou lišit v tom, že v některých případech jsou tyto projevy především snahou upozornit na sebe a upoutat pozornost svého okolí. V opačných případech se jedinec snaží projevy sebepoškozování před okolím skrývat a slouží mu jako úleva od napětí a pocitů úzkosti (Koutek, Kocourková, 2003, s. 41).

### 2.1.2 Syndrom pořezávaného zápěstí

Syndrom pořezávaného zápěstí (wrist-cutting, slashing). Pro tento syndrom je typické pořezání na zápěstí a předloktí, které však nemá mít za důsledek suicidium. Afektivní projevy při pořezání zápěstí spočívají ve specifické dynamice a průběhu, jedinci často prožívají tenzi a dysforii, kdy po pořezání dochází k úlevě. Snaha o zamezení opakování tohoto jednání však vede k další tenzi a následnému opětovnému pořezání.

### 2.1.3 Syndrom záměrného sebepoškozování

Syndrom záměrného sebepoškozování (deliberate self-harm) – tato terminologie se obecně užívá v širším pojetí sebepoškozujícího jednání. V daném případě je sebepoškozování specifickým patologickým jevem u poruch osobnosti, u osob s poruchami příjmu potravy a závislých na návykových látkách. Toto jednání je vyňaté z kategorie suicidiálních pokusů (Koutek, Kocourková, 2003, s. 15).

Výskyt záměrného poškozování je poměrně stejně početně zastoupen mezi muži a ženami. Muži volí častěji fatální způsob poranění.

### 2.1.4 Automutilace

Automutilace je dalším ze řady způsobů sebepoškozování, kdy nejčastější motivace vychází z psychotické poruchy a jedná se většinou o symbolické sebepoškozování.

Automutilace se může vyskytnout také jedinců se nějakou sexuální poruchou, kdy je tímto způsobem doplněno sadomasochistické chování (Koutek, Kocourková, 2003, s. 19).

Automutilace se může také vyskytnout u pacientů vlékařské péči psychiatrů nebo u osob s poruchami osobnosti v zátěžových situacích, jako je trestní stíhání, pobyt ve vězení nebo nedobrovolná hospitalizace. Může mít i účelový charakter.

### 2.1.5 Předávkování léky

Předávkování léky (self-poisoning, overdosing) může být vedeno jako samostatná kategorie způsobu sebepoškozování. Jedná se o nepřiměřené, neindikované a nadměrné užití léků, které má pacient předepsané, nebo léků jiných, většinou bez vědomého sebevražedného pokusu (Koutek, Kocourková, 2003 s. 68).

### 2.1.6 Další způsoby sebepoškozování

K dalším způsobům sebepoškozování lze zařadit bití sebe samého, bití se něčím nebo bití se o nějaký předmět, zabraňování dýchání nebo dušení, rytí do již vzniklých ran nebo jizev a tím zamezit jejich zhojení, udržování se ve stavu nemoci, opařování se, požívání nebezpečných chemikálií nebo předmětů, propichování kůže, bodání se, vytrhávání vlasů, nehtů, odtrhávání kousků kůže, skákání proti zdi, vsunování předmětů do těla, někdy bývá sebepoškozování bráno jako všechny aktivity, které poškozují zdraví, v tom případě je zde možné zařadit i drogovou nebo alkoholovou závislost (Koutek, Kocourková, 2003, s. 39).

Existují i případy, kdy docházelo ke kombinaci jednotlivých způsobů sebepoškozování. Nejpočetněji zastoupenou kombinací je pořezání a bití sebe samého.

## 2.2 Metody sebepoškozování

Metody sebepoškozování v rámci jednotlivých způsobů jsou velmi rozmanité a jsou omezeny pouze fantazií daného jedince. Krieglová (2008, s. 61) uvádí tyto metody sebepoškozování: sebeřezání se a vyřezávání nápisů a symbolů, pálení si kůže žhavými předměty, pálení si kůže chemicky žíravými roztoky, sebeopanování, škrábání se, škrábání nebo dření a řezání kůže, odstraňování si vrchní vrstvy kůže za účelem vytvoření hlubší rány, sebekousání, kousání se do vnitřních tkání úst, vytváření ran a jejich znovu drásání, propichování kůže, drásání si ran, narušování jejich léčebného procesu, vytrhávání si vlasů, řas a obočí (trichotilománie), silné „sebetlučení“ za účelem vytvořit si modřiny, podlitiny a zlomeniny, svazování si krku, rukou a nohou za účelem zabránění průtoku krve, požití malého

množství toxické látky, ale bez záměru zemřít, umístování ostrých předmětů pod kůži nebo do tělesných otvorů. Jak bylo zjištěno, existuje vývoj selekce metody. Podle některých vědeckých teorií, jako např. u Adlmanové, začíná většina jedinců u sebeřezání (a to hlavně rukou a stehem), poté experimentuje s dalšími metodami (jako je sebezpálení či sebetlučení) a nakonec končí u jediné nejoblíbenější formy. (Krieglová, 2008, s. 65)

**Tabulka číslo 1 – metody sebepoškození v závislosti na pohlaví**

ZPŮSOB SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	ŽENY %	MUŽÍ %	CELKEM %
Řezání se	32,03	15,89	25,38
Popálení a opaření	3,27	3,27	3,27
Sebetlučení	10,13	21,03	14,62
Propichování a škrábání kůže	20,92	19,16	20,19
Kousání se	7,84	12,62	9,81
Trhání vlasů	8,50	7,01	7,88
Vkládání cizích předmětů do těla	2,29	1,87	2,12
Polykání nejedlých předmětů	6,21	7,94	6,92
Ostatní	8,82	11,21	9,81

Zdroj: Krieglová, 2008, s. 67

### 2.3 Doba provozování sebepoškození

Ve většině případů toto jednání ustane po pěti až deseti letech, přičemž problém vrcholí kolem dvacátého roku života. Toto vyvrcholení a následné utlumení (i možné vymizení) má své odůvodnění. Stejně tak jako období adolescence, je tento rok života plný změn. Někteří jedinci se s nimi nedokážou přiměřeně vyrovnat, proto pro ně funguje sebepoškození jako ventil těchto nepříjemných situací. Postupně, ale ztrácí svoji efektivitu a snižuje se jeho frekvence.

V návaznosti na to je však zcela neoddiskutovatelné, že v žádném případě není jednoduché se sebepoškozením přestat, vždyť 30% jedinců se záměrně sebepoškozovalo 5 let, 24% po dobu 5-10 let, 19% po dobu 10-20 let a déle jak dvacet let zápolilo s tímto problémem 27% jedinců. (Hort et al., 2008, s. 339)

#### 2.3.1 Lokalizace sebepoškození

Zaměříme-li se na selekci místa na těle, které si jedinec rozhodne poškodit, tak zjišťujeme, že nejvíce postižené jsou ruce. Nejméně pak genitálie. Z hlediska procentuálního zastoupe-

ní se jedná v procentuálním vyjádření případů o: v 74% ruce, 44% nohy, 25% oblast břicha, 23% hlava, 18% oblast hrudníku a 8% genitálie. Důvody z výběru partií mohou být různé, mnoho jedinců si vybírá partie nejsnadnější dosažitelnosti, někteří jedinci zase preferují místa, jež se dají dobře skrývat před rodinou či okolním světem. Dále se jedinec může zaměřit na nenáviděnou část těla, či na tu část, kterou má spojenou s něčím nepříjemným. (Krieglová, 2008, s. 78).

### 2.3.2 Nástroje používané k sebepoškozování

Žiletka je popisována jako nejvíce užívaný nástroj k řezání, zatímco k pálení kůže pak nejčastěji cigareta a zapalovač. V akutním okamžiku krize je však jedinec schopen použít téměř cokoliv.

Pokud jde o sebetrávení, nejčastěji využívanými substancemi jsou různé druhy léků, jak volně prodejné, tak na předpis. Hojně jsou využívány analgetika, antidepresiva nebo hypnotika a sedativa. Jen malé procento využívá ostatní formy sebetrávení, jako jsou nadměrné množství alkoholu či různé tekuté chemické látky.

### 3 PŘÍČINY A DŮVODY SEBEOŠKOZOVÁNÍ

V souvislosti s předmětným patologickým jevem je důležité zaměřit se na již uvedenou přítomnost precipitující události, která je bezesporu příčinou, důvodem či motivem k sebepoškození. Z hlediska řešení tohoto problému je stanovení stimulační situace vedoucí k sebepoškození zásadní. Tyto události a vlivy mohou fungovat v životě těchto osob jako dlouhodobý stresor, který je neustále zatěžuje. Může se jednat o stresující, nebo dokonce traumatické situace z dřívějšího dětství, kdy např. Hawton uvádí, že byl zjištěn výrazně vyšší výskyt sebepoškození u adolescentů, kteří byli v dětství týráni nebo zneužíváni (Hawton In Kreiglová, 2008, s. 69). Důležitým aspektem je bezesporu taktéž rodinná situace, jak uvádí Keller (2004), že se sebepoškození více vyskytuje u adolescentů, kteří vyrůstali pouze s jedním rodičem, než u adolescentů z úplných rodin.

#### 3.1 Příčiny jednání

Jak uvádí Kriegelová (2008, s. 52) je sebepoškození velmi intimní individuálně specifický problém, a proto se motivace i funkce liší od jedince k jedinci. Na internetových blozích adolescentů, je nejčastěji uváděným důvodem sebepoškození nešťastná láska.

Mezi hlavní příčiny sebepoškození se dále řadí šikana ve škole, stres a starosti spojené se školou a zkouškami, spory s rodiči nebo ostatními členy rodiny, rozvod rodičů, úmrtí nebo bolestná ztráta blízké osoby, nechtěné těhotenství, týráni či zneužívání (fyzické, sexuální či verbální), sebepoškození či sebevražda někoho blízkého, problémy spojené se sexualitou, problémy spojené s rasou, kulturou či náboženstvím, pocity nepřijetí a odmítání v rodině nebo v širší společnosti (škola, vrstevnická skupina atd.), konflikty s vrstevníky, rozchod s partnerem a nenávisť k vlastnímu tělu.

Emoce, které adolescenty vedou k sebepoškození, se obvykle vyznačují negativitou a vysokou intenzitou, přičemž samotný akt vede ke snížení intenzity těchto emocí, odvrácení pozornosti od prožívaných problémů, ale také potrestání sebe sama. Sebepoškození může fungovat i jako prostředek uvolnění aktuálního napětí, přinést prožitek klidu a úlevy a především pocit znovunabytí kontroly nad svými emocemi. Sebepoškození může taktéž plnit roli neverbálního sdělení o prožitku psychické bolesti, kterou nedokážou převést do slov. Vlastní zranění přitom externalizuje prožívanou bolest a napomáhá u sebepoškozujícího se vyvolat pocit kontroly nad vlastními emocemi a vlastním tělem.

Důvody sebepoškozování dle Platznerové (2009, s. 19-20): Nalezení ztracené rovnováhy ve víru rušivých emocí, znovunalezení kontaktu s vlastním tělem po disociativní epizodě, zklidnění těla v momentu vysoké emoční a vegetativní aktivace, potvrzení vnitřní bolesti jejím zevním vyjádřením a vyhnutí se sebevraždě pro nesnesitelné pocity. Ve vztahu ke komunikaci se jedná o vyjádření toho, co dotyčný nedokáže vyjádřit slovně, nepřímé ovlivnění chování druhých, manipulace, pokud je komunikace cílena na jiné osoby. V souvislosti s trestem je to znovu přehrání traumatu, smlouvání a magické myšlení (snaha předejít obávané události sebepoškozením), ochrana jiných, sebekontrola.

### 3.2 Vnější vlivy na sebepoškozování

Jak již bylo uvedeno, spouštěčů sebepoškozujícího aktu u dotčených osob může být široké spektrum a nejvíce ohroženou skupinou jsou bezesporu děti a adolescenti. Platznerová (2009, s. 16) konstatuje, že kromě zevních stresorů musejí zvládat také zátěž danou růstem a vývojem, také mají omezenou kapacitu zvládnutí simultánně působících mnohočetných stresorů. Je jednoznačné, že média a specifické subkultury jako např. EMO, Ghotic hluboce ovlivňují chování adolescentů. Sebepečkozování se tak stává rostoucím trendem mezi dětmi a mládeží, kdy se dokonce hovoří o „anorexii nového věku“, „módě“ či „epidemii“.

V současné době dochází k masivnímu šíření informací o sebepečkozování prostřednictvím internetu, který dává možnosti informovat o závažnosti a následcích sebepečkozujícího chování a naopak zveřejňovat návod jak postupovat v krajních situacích a tím se uchýlovat k sebepečkozování. Vlivu elektronických komunikačních prostředků a sociálních sítí je věnována samostatná kapitola.

#### 3.2.1 Vliv rodiny na sebepečkozování

Rodina tvořící primární sociální skupinu ve smyslu sociální interakce učí dítě základním návykům a způsobům chování za účelem začlenění ho do společnosti, přičemž ze strany rodičů dochází k předávání hodnot, norem, pravidel i názorů. Z hlediska vztahů rodičů k dítěti se můžou projevit problémy dysfunkce nebo afunkce rodiny, zejména pokud je spojen s psychickou deprivací, problémy úplnosti rodiny, problémy anomálních osobností rodičů, kteří se sami dopouští asociálního a antisociálního jednání a zejména problémy týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte (syndrom CAN).

Právě špatné rodinné vztahy, traumatizující dlouhodobé konflikty v rodině, rozvod rodičů, spory o dítě, ztráta pro dítě citové osoby, citová deprivace mohou působit jako stimulátor k sebepoškození (Pokorný, Telcová a Tomko, 2003, s. 129). Tento jev může být i následkem frustrace, vzniklé při diskrepanci rodinných pravidel a požadavků běžného života, kdy rodiče neví, jak zacházet se základními potřebami dítěte, nerozumí jeho emocím, nevěnuje se mu dostatečně nebo naopak se snaží mít nad ním nadvládu, což vede k tomu, že se začne fyzicky trýznit. V období adolescence, kdy je pro dítě zásadní a velice důležité vytvářet si vlastní názor na sebe sama a okolní svět., dochází taktéž k velkým fyzickým a psychickým změnám a rodinné prostředí se stává klíčovým pro určení sebe pojetí a má zásadní podíl na vytváření sebepoškozujících návyků v pozdějších letech života.

### **3.2.2 Vliv vrstevníků na sebepoškození**

Dalším důležitým vnějším vlivem, který silně pozitivně koreluje s výskytem sebepoškození u adolescentů, je existence kamaráda nebo vrstevníka, a to zejména v případě, že o něm dotčený jedinec ví, že má taktéž zkušenost se sebepoškozením. Vzhledem k této skutečnosti lze hovořit o takzvané „nakažlivosti“ sebepoškození. Tuto souvislost je nutné přičíst předávání zkušeností mezi adolescenty. Zásadní je i vliv vrstevníků na jedince ve vztahu ke snaze o začlenění se a soudržnosti s preferovanou vrstevnickou skupinou.

### **3.2.3 Vliv školy na sebepoškození**

Nepostradatelný je i vliv školy a školního prostředí na sebepoškození. Špatný prospěch v případě nezvládnutí vysokých nároků na dítě ve škole, spojených s větším rozsahem učiva je v mnoha případech důvodem k sebepoškozujícímu jednání. Dalším aspektem je zcela určitě snaha vyrovnat se spolužákům v oblasti módy a technických prostředků, zejména u dětí ze špatně ekonomicky zajištěných rodin, což může mít negativní dopad na dětskou psychiku, se sklony k sebepoškozujícímu chování (Pokorný, Telcová a Tomko, 2003, s. 134).

Výskyt šikany je úzce spjat se školním prostředím a u obětí šikany dochází k narušení přirozeného dětského vývoje, přičemž následkem bývají různé patologické závislosti, případně sebepoškozující chování.

## 4 ADOLESCENCE

### 4.1 Charakteristika adolescence

**Adolescence** – dospívání, v české literatuře období mezi pubescencí, která se vyděluje jako samostatná fáze, a ranou dospělostí (Hartl, Hartlová, 2004, s. 14).

Jedná se o období mezi dětstvím a dospělostí a počátek adolescence je spojován s plnou reprodukční zralostí a v jejím průběhu se obvykle ukončuje tělesný růst. Toto období lze rozčlenit na tři fáze: časnou adolescenci, v rozmezí zhruba 11 – 13 let, střední adolescenci, v intervalu 14 – 16 let a pozdní adolescenci, ve věku jedince 17 – 20 let.

Pro časnou adolescenci je typický zvýšený zájem o jedince opačného pohlaví, což je posíleno projeveným pohlavním pudem a výskytem sekundárních pohlavních znaků a vývoj kognitivních procesů. V období střední adolescence je dominantní hledání vlastní osobní identity, charakteristické změnami, které si způsobují adolescenti sami. V této době se také formuje sebevědomí. Pozdní adolescence je fáze, která nejvíce explicitně směřuje k dospělosti. Pro většinu dospívajících toto období znamená ukončování svého vzdělávání a snahu nalézt pracovní uplatnění. Silně se posiluje aspekt sociální identity (Macek, 2003, s. 95).

V období adolescence se duševní vývoj postupně harmonizuje a osobnost se stabilizuje. V tomto období je neobyčejně významné přátelství. Dochází také k dovršení psychosexuálního zrání. Dospívání často doprovází emoční nestabilita, časté a nápadné změny nálad, impulzivita jednání, nestálost a nepředvídatelnost reakcí a postojů. Nezřídka dochází k výkyvům ve školním prospěchu v souvislosti s obtížemi při koncentraci pozornosti spojené s emoční nestálostí ztěžující soustavné učení, přistupuje k tomu i zvýšená unavitelnost, střídání ochablosti a apatičnosti. Tento stav může rovněž doprovázet zhoršení spánku nebo poruchy chuti k jídlu. Jedná se o nejsložitější období jedince z hlediska náchylnosti k sociálně patologickým jevům.

### 4.2 Vztahy v adolescenci

V období adolescence je jedinec provázán jednak vztahy s rodiči, zejména pak vztahy vrstevnickými, které ve většině případů ty s rodiči zastihují, neboť jsou adolescenty upřednostňovány. Vrstevník je v hierarchii adolescenta postaven výše, nežli rodič.



#### 4.2.1 Vztahy s rodiči

Ve vztahu s rodiči se do popředí dostává potřeba sebeprosazení se, která se projevuje hned na počátku dospívání. Sebeprosazení se v rodině a vůči rodičům je třeba oddělovat od vážných konfliktů a neporozumění. V průběhu adolescence se rozšiřuje na potřebu akceptace vlastní osoby a ke konci období dospívání i na potřebu posílení vlastní autonomie. U adolescentů mají subjektivně vyšší důležitost sebereflexe a úvahy o druhých lidech, čímž se častěji dostávají do centra zájmu a pozornosti jedince oproti sdělením svých rodičů. Ze strany rodičů má probíhat jednání s mladými upřímně a opravdově, ale přitom si musí ponechat adekvátní stupeň autority. Ve srovnání citových vazeb k jednotlivým primárním osobám v mladší a střední adolescenci mají pozitivní vztah k sobě více ti, kteří považují za referenční osoby rodiče a jiné dospělé autority za důležité, než adolescenti, pro něž je důležitější mínění vrstevníků.

#### 4.2.2 Vrstevnické vztahy

Vrstevnické skupiny představují přirozenou formu života dětí a mládeže, přičemž je charakterizuje věková i názorová blízkost, vyznačují se bezprostředními kontakty a silným pocitem příslušnosti ke skupině. V prostředí vrstevnických skupin probíhá základní proces socializace a příslušnost k určité vrstevnické skupině má tedy zásadní význam pro jedince. Vrstevnický vztah může mít pozitivní i negativní účinky. Úspěch mezi vrstevníky je důležitý pro rozvoj přijatelného sebehodnocení.

Vztahy navázané s jedinci přibližně stejného věku dávají dospívajícímu jistotu, kterou postupně ztrácí odpoutáváním se od rodiny a tím ho připravují ho pro nové trvalé a emoční vztahy v dospělosti. Vrstevnické vztahy v období dospívání svoje nezastupitelné místo a nejde je dávat do kontrastu se vztahy k rodičům. Sociální kompetence jsou dle Welshe a Biermana (In Macek a Lacinová, 2006, s. 79) klíčové schopnosti, které určují možnost jedince zapojovat se do vrstevnických skupin a uspokojivě v nich fungovat.

Jak uvádí Kohoutek (2000, s. 152), pokud se mladý člověk kvůli rozporům s rodiči přikloní od autority dospělých k autoritě vrstevníků, dříve nebo později pozná, že osvobození se nekonalo, ale že se dostal do jiné závislosti, velmi často pod tlak skupiny.

### 4.3 Volný čas a životní styl

Jedním z důležitých ukazatelů životního stylu způsob využívání volného času. Volný čas je doba, která zbývá po splnění povinností, je to oblast svobodné volby jedince.

V období adolescence je velmi důležité, jak jedinec tráví volný čas. Jedním z klíčových spouštěčů, který vede k záměrnému sebepoškozování, může být i pocit nudy a nevyužití volného času ke kladným aktivitám. Záleží také na tom, jakou povahu a charakter má jedinec trávicí svůj volný čas s vrstevníky v určité partě. V velmi důležité, zda-li jsou dostatečně odolní vůči nástrahám nebezpečného chování, které vyplývá právě z nekvalitního a nesprávného využití volného času.

Jak uvádí Kraus (2008, s. 166), životní styl je charakterizován jako široký komplex činností a s nimi spjatých norem, hodnot, návyků, postojů, které jsou trvalého rázu a vystihují osobitost člověka. Jako reakce na nepříznivý stav světového obyvatelstva se v poslední době hovoří o zdravém životním stylu. Co znamená žít zdravě? *„Znamená to chovat se tak, abychom neohrozili vlastní zdraví ani zdraví našich bližních. Ale především je třeba spojit své snahy s ostatními a chtít změnit hodnotové priority a hodnotovou orientaci lidské společnosti jako celku“* (Šmahel In Kraus, 2008, s. 170).

## 5 SOCIÁLNÍ SÍŤ

Sociální síť ve veřejně přístupném internetovém prostředí, jindy také označované jako komunitní servery či virtuální komunity, jsou v současnosti nejrychleji se šířícím sociálním fenoménem. Obecně je lze popsat jako aplikace, které lidem umožňují navazovat a udržovat sociální vztahy s ostatními, komunikovat mezi jednotlivými členy, dovolují prezentovat osobu uživatele, skupinu nebo organizaci ve virtuálním prostředí, sdílet obsah jednotlivých uživatelských profilů, ve kterých se zveřejňují fotografie a pokud to uživatel umožní i osobní údaje, a tím vším udržovat a rozvíjet danou virtuální komunitu. Ve své podstatě fungují také jako forma monitoringu a řešerše života členů komunity.

Svou platformou poskytují uživateli prostor komunikovat najednou s více osobami, což není v reálném světě časově či fyzicky možné. Sociální síť alespoň ve virtuálním prostředí umožňují nahlédnout do života osob, u kterých by to ve skutečnosti nebylo možné tak jednoduše provést.

Zajímavou teorií, proč vůbec ke vzniku virtuálních sociálních sítí dochází, rozvíjí Rheingold (In Robins, 2003), podle něhož „hlad“ po internetových společenstvích roste tím výrazněji, čím více mizí z našich životů neformální prostory, přičemž zdůrazňuje význam sociálních míst, na nichž se lidé setkávají a poznávají. Podle tohoto autora odstředivý předměstský automobilizovaný způsob života, rychlého občerstvení a nákupních center odstranil mnohá z míst, kde se lidé mohli setkat, a společenská struktura existujících komunit se začala rozpadat.

Je tedy zřejmé, že z tohoto důvodu lidé hledají alternativní místa, kde by se mohli sejít a prodiskutovat své problémy, zážitky, starosti i radosti či si jen tak nezávazně popovídat, což právě virtuální komunity plnohodnotně umožňují a těmito místy se bez jakéhokoliv nátlaku či vlivů jejich provozovatelů stávají. Dalším argumentem pro vznik sociálních sítí je reakce na zvýšení životní nejistoty v důsledku oslabení tradičních státních autorit při přechodu k individualistické společnosti.

Postavení sociálních sítí v řebříčku hodnot současné mládeže je natolik vysoké, že se pevně zakotvily do života téměř každého adolescenta a poměrně zásadně ho ovlivňují v mnoha směrech. V mnoha případech dokonce nahradily rodinu uživatele.

## 5.1 Druhy sociálních sítí

Existuje mnoho druhů internetových sociálních sítí, které se navzájem liší svým zaměřením a také službami, které uživatelé poskytují. Provozovatelé těchto sociálních sítí se předhánějí v rozšiřování služeb, zejména pak ve vztahu k propojení s dalšími komunikačními či informačními aplikacemi. Společným prvkem všech virtuálních sociálních sítí však i nadále zůstává profil uživatele, jakožto jeho základní identifikátor.

Samotný profil uživatele lze přirovnat k virtuální nástěnce, kterou si jednotlivý uživatel vytváří a upravuje sám za sebe k prezentaci své osoby u ostatních. Profil v drtivé většině sociálních sítí obsahuje zejména informace týkající se totožnosti uživatele, tedy jméno a příjmení, nahrazené častokrát přezdívkou či nickem, věk a místo bydliště. Dále jsou zde uvedeny údaje o vzdělání, zaměstnání, zájmech atd. Samozřejmě je oprávnění uživatele zamezit tomu, a tyto informace nebyly přístupné všem, což umožňuje nastavení viditelnosti profilu jen pro předem určené osoby, ve většině případů jen pro přátele, se kterými se uživatel již zná. V rámci profilů je u většiny sociálních sítí umožněno taktéž nahrávání profilových fotografií. Zpřístupnění dalších uživatelů např. ke komunikaci či seznámení se je postaveno na principu tzv. oboustranného potvrzení přátelství, kdy žadatel o přátelství musí druhou stranu primárně o přátelství požádat a teprve po potvrzení od žádané osoby je přidán do seznamu přátel, což ho opravňuje sdílet informace týkající se profilu uživatele. V opačném případě se neúspěšný žadatel jeví jako osoba cizí s omezeným přístupem k profilu uživatele.

Rozdíly u jednotlivých sociálních sítí je ve formě ukládání, prezentace a sdílení informací a zejména v jejich předmětu a obsahu. V současnosti existuje přibližně 350 sociálních sítí, které lze dle zaměření začlenit následujících podskupin dle preferovaného zájmu:

- **rodina**, kdy tyto sítě umožňují kontakt pouze s rodinnými příslušníky
- **přátelé**, které jsou nejrozšířenější a nejoblíbenější, přičemž tyto sociální sítě jsou zaměřené na vyhledání přátel a umožňují s nimi komunikovat a sdílet informace uživatele
- **studenti**, jenž dávají dohromady spolužáky různých typů škol ve vztahu k aktuálnímu studiu nebo za účelem setkávání bývalých žáků či studentů
- **obchodní sítě a profesionálové**, které se zaměřují na sdružování uživatelů s profesním zaměřením a na virtuální obchodování
- **koníčky a zájmy**, kdy jsou sdruženy komunity různých zálib a koníčků
- **média**, které sdružují příznivce videa, audia a fotografie

- **jazyky**, jenž umožňují propojení lidí, kteří se hodlají naučit cizí jazyk nebo nabízí možnost kontaktování nalezení osoby, jenž mluví požadovaným jazykem
- **cestování**, v rámci kterých si uživatelé vyměňují zážitky z cest, vzájemně si radí a sdílejí cestovní plány
- **nakupování**, které sdružují uživatele prodávající a nakupující prostřednictvím internetu
- **knihy**, které slouží zejména k výměně či sdílení knih mezi členy a dále k prodávání a půjčování knih
- **mobilní telefony**, kdy tyto sítě spojují uživatele konkrétních typů mobilních telefonů za účelem výměny zkušeností a informací

Samozřejmě tato kategorizace není striktní, protože oblasti jednotlivých sociálních sítí se vzájemně prolínají. Jako příklad lze uvést sociální síť zaměřenou na přátele, kde se uživatelé vzájemně baví o své rodině, komunikují o zaměstnání, obchodování, svých zájmech, studiu či vztahu k mobilním telefonům nebo knihám.

U českých uživatelů byly primárně nejoblíbenější a nejrozšířenější sociální sítě českých provozovatelů jako Lide.cz, Spoluzaci.cz, Seznamka.cz, Libimseti.cz. atd. V současnosti jsou však nejpoblíbenější zahraniční, nadnárodní, sociální sítě, zejména pak Facebook, jehož počet uživatelů stále narůstá, dále Twitter, Badoo a další. Důvodem, proč k tomuto došlo, je skutečnost, že v porovnání s těmi tuzemskými uvedené zahraniční sociální sítě disponují celou řadou vlastností, které se žádné české sociální sítě nepovedlo začlenit souhrnně.

### 5.1.1 Facebook

Jak již bylo uvedeno, Facebook se během krátkého období stal nejoblíbenější, nejžádanější a nejrozšířenější sociální sítí v České republice, vzhledem k tomu, že ještě začátkem v roce 2009 měla tato sociální síť přibližně 150 000 uživatelů, na počátku roku 2010 už jich bylo kolem dvou milionů a v roce 2011 něco přes tři miliony uživatelů. Současný stav nelze jednoznačně početně vyjádřit, neboť denně přibude po celém světě 250 000 nových uživatelů.

Předmětná sociální síť není primárně zaměřena na konkrétní sociální či profesní skupinu osob, jak je to např. v případě sociální sítě Spolužáci.cz, která je zaměřená na současné či minulé žáky, studenty, absolventy či učitele nebo sociální síť Libimseti.cz, která sdružuje osoby za účelem seznámení se. Taktéž není určena pro ohraničenou věkovou kategorii, nicméně nejpoužívanější je osobami ve věku 15-24 let, což tvoří téměř polovinu všech uživatelů Facebooku (Facebook, © 2010).

Zakladatelem Facebooku je americký internetový nadšenec, Mark Zuckerberg, který v roce 2004 postavil svůj záměr komunikovat prostřednictvím nového virtuálního prostředí do omezené skupiny studentů univerzity Harvard, pro kterou byla tato sociální síť primárně určena. Po velmi krátkém období nabyla takového věhlasu, že byla následně zpřístupněna i pro jiné univerzity v rámci Spojených států amerických. V souvislosti s velkou oblíbeností byl dva roky od založení zpřístupněn všeobecně pro všechny osoby starší 13-ti let. Během další poměrně krátké doby se z Facebooku rekrutovala celosvětová sociální síť, zaměřená na komunikaci a předávání informací v rámci internetového prostředí. Vliv na celosvětovou popularitu Facebooku přinesly i různé druhy médií, které prezentování sebe sama a svých výstupů propojili právě s touto sociální sítí. Denně se lze setkat např. s projevy různých televizí či rozhlasů, které zvýraznění sledovanosti svých pořadů podporují právě prostřednictvím sociální sítě Facebook.

Platforma této sociální sítě je postavena na poměrně jednoduchém virtuálním zobrazení, do kterého jsou integrovány funkce s prioritou spočívající v zpřístupnění osobních statusů a předávání zpráv a informací, které nejsou nijak cenzurovány či objemově omezovány. Jediné omezení je v nastavení přístupů pro ostatní uživatele ze strany poskytovatele předmětné informace. Registrace nového uživatele na Facebooku je poměrně vágní, kdy postačí do přihlašovacích údajů zadat jméno, e-mailovou adresu, k tomu kompatibilní heslo, pohlaví a datum narození. Je zcela zřejmé, že jediným relevantním údajem vedoucím k ustanovení totožnosti uživatele je pouze e-mailová adresa. Právě možnosti uvádět smyšlený věk, přivedla mnohé osoby, mladší 13-ti let, k bezpečnému zaregistrování se a běžnému užívání této sociální sítě.

Záměrem Facebooku bylo umožnění vzájemného propojení lidí za účelem zkvalitnění mezilidských vztahů a předávání informací v rámci celého světa. V prostředí sociální sítě je daná možnost k hledání nových přátel a kontaktů, ale také k provázání již existujících přátelství. Stěžejní je tedy oprávnění uživatele vytvářet si seznam svých přátel, se kterými se může stýkat i mimo reální svět. K tomuto je určena i poměrně jednoduše nastavená aplikace k vyhledávání nových přátel, kdy postačí do vyhledávače jméno, skupinu nebo kontaktní údaj. Další možností je prohledávání v seznamu přátel osob, které si sám uživatel označil jako přítele. Zajímavou rolí, kromě fyzických osob sdružujících své přátele, hrají i takzvané skupiny např. konkrétní obce, chovatelů konkrétního plemene psa, uživatelů konkrétní značky vozidla a zejména přívrženců firmy či organizace, kde existuje možnost získání specifických informací.

Způsobů komunikace prostřednictvím Facebooku je několik, a to zasílání zpráv obdobně jako u e-mailové komunikace, chatování a zejména oblíbené psaní vzkazů na virtuální zed'. Uživatelé Facebooku mohou navzájem sdílet své fotografie a videa, hrát různé hry a účastnit se výherních soutěží. Užitečné je rovněž propojení s dalšími komunikačními kanály a aplikacemi prostřednictvím hypertextových odkazů, kdy kromě kompatibility s e-mailovou adresou dochází propojeností se Skypem, ICQ a dalšími. Nové technologie, zejména v oblasti mobilní telekomunikace, umožňují nepřetržitý přístup k Facebooku.

Nutné je zdůraznit i skutečnost, že dnešní mládež tráví většinu svého volného času v kontaktu s kamarády prostřednictvím Facebooku a tato neosobní forma komunikace umožňuje sdělit i to, co by bylo při fyzickém kontaktu mnohem obtížnější.

### 5.1.2 Twitter

V pořadí druhou nejrozšířenější nadnárodní sociální síť je Twitter, přičemž se odhaduje, že v České republice je v této sociální síti zaregistrováno na 50 000 osob, přičemž celosvětové číslo se pohybuje kolem 200 miliónů uživatelů.

Principem provozu Twitteru je tok informací ve formě krátkých textových zpráv. Tyto krátké a stručné zprávy, zvané tweety, v prostředí uvedené sociální sítě zveřejňují všichni uživatelé sítě na různých úrovních, tedy běžní uživatelé z řad veřejnosti, ale i celebrity, instituce a média (Sociální síť, © 2011). Uživatel sám zvolí svým nastavením přístupů pro subjekty poskytující svá sdělení, od jaké skupiny osob hodlá zprávy či informace přijmout a z nich si sestaví svůj soukromý informační proud. Rozsah sdělovaných informací je omezen na 140 znaků na jednu zprávu, což umožňuje uživateli sledovat mnohočetný počet zdrojů, a z nich si vybírat ta, které se mu jeví jako zajímavé či potřebné. Zejména u mladší generace tato sociální síť na základě své filozofie a flexibility nahradila jiná media, což uživatelům šetří pro ně tak drahý čas.

Twitter umožňuje nejenom vyhledávání a čtení textových sdělení, ale také vkládání vlastních sdělení přihlášeným uživatelem. Uživatel, který sám aktivně přispívá do toku informací a současně vytěžuje zveřejněné zprávy, se označuje jako follower. Význam Twitteru se odvíjí od počtu uživatelů a počtu sdílených informací, což mu v současné situaci dává sociální status. Negativním rysem této sociální sítě je snaha některých subjektů přenášet na ostatní uživatele různé extremistické, nacionalistické či rasistické názory. Ve vztahu k záměrnému sebepoškozování lze pozitivně vnímat možnost získání dostatečných informací ohledně odborných rad a pomoci při řešení problémů dotčených osob.

V porovnání se sociální sítí Facebooku lze rozdíl spatřovat především v tom, že uživatel není povinen požádat o přístup k určitým informacím, ale sám si volí, které zveřejněné zprávy bude sdílet. V současnosti je evidentní, že zejména mladí lidé, jenž nenachází v prostoru Facebooku dostatečné uspokojení v souvislosti s jeho pojetím a vzhledem k této skutečnosti volí přechod ke Twitteru, potažmo participují na obou uvedených sociálních sítích.

### 5.1.3 Ostatní sociální sítě

#### **Spolužáci.cz**

Spolužáci.cz, jakožto specifická forma sociální sítě, je zaměřená na registraci školních tříd a k vzájemné diskusi. Uživatel se registruje do skupiny - třídy školy, kterou navštěvoval nebo navštěvuje nebo se účastní jiné třídy jako host po předchozím schválení třídou na základě jeho požadavku. Do třídních skupin mohou získat přístup i pedagogové a jiní účastníci vzdělávacího procesu (vychovatelé, učitelé odborného výcviku). Prostředí této sociální sítě je nastaveno na komunikaci jednotlivých uživatelů zveřejněním příspěvku, ne však formou chatu, ale odpovědí formou jiného příspěvku, umístění a sdílení kontaktních údajů jednotlivých spolužáků, dokumentů a fotografií. Chod jednotlivé skupiny může korigovat správce třídy, který má nastavené administrátorské oprávnění. Přístup k sociální sítí je primárně nastaven přes identifikační údaj ke konkrétní třídě a pro registrované uživatele prostřednictvím e-mailové adresy daného spolužáka. Nevýhodou této sociální sítě je skutečnost, že se jedná o uzavřené skupiny a tak se diskuse a výměna informací, ve většině případů studijních materiálů a sdělení ohledně vzdělávacího procesu, odehrává pouze v rámci jediné třídy jedné školy. Tato forma není u současné mládeže oblíbená, a proto se o věcech se školou souvisejících baví raději prostřednictvím Facebooku nebo Twitteru.

#### **Badoo**

Badoo.cz je jako ostatní neplacený web, na který tak mají možnost přihlásit se a připojit se všichni lidé, po předchozím zaregistrování se. Jen co si uživatel vytvoří svůj nick, tedy přezdívku, zvolí si osobní heslo a pomocí svého profilu se přihlásí k možnosti styku s celým světem. Na svůj profil si lze přidat osobní fotky či videa, která pak mohou všichni ostatní uživatelé shlédnout také. A vše funguje také naopak, takže na badoo si lze projíždět nejrůznější profily svých známých, kamarádů či rodinných příslušníků.



S lidmi se nesdílí jen fotky a videa, rovněž s nimi může být uživatel v on-line kontaktu a komunikovat s nimi. Pokud třeba hledá známost, může využít seznamku badoo. Je kompatibilní s Facebookem jako šestá nejpoužívanější aplikace.

### **LinkedIn**

Tato sociální síť nabývá významnějších rozměrů zejména v zahraničí, kde je registrováno přes 100 milionů uživatelů, zatímco v České republice je to kolem 200 000 registrovaných osob.

LinkedIn se svým zaměřením orientuje především na aspekty zaměstnání, řeší a nabízí pracovní příležitosti a reprodukuje diskusi o práci. Svůj profil na této sociální síti si může řídit jednotlivec nebo podnikatelský subjekt, tedy firma, korporace či organizace.

Primárně toto internetové rozraní využívají jednak fyzické osoby za účelem získání zaměstnání nebo ověření si bonity firmy, u které se o zaměstnání uchází a současně samotné firmy či organizace, které hledání adepty pro zaměstnání na konkrétní pracovní pozici. Aplikace umožňuje kromě základního profilu zveřejnit a sdílet i profesní životopis uchazeče. Vzhledem k těmto možnostem je předmětná sociální síť ze strany mladých lidí využívána až po ukončení vzdělávacího procesu, nikoliv však k vzájemné komunikaci, nýbrž ke komunikaci s potencionálním zaměstnavatelem.

LinkedIn ve svém prostředí nabízí i další podpůrné aplikace určené k hledání bývalých kolegů, zaměstnanců či absolventů vysokých škol a také k získání možností spolupráce s dalšími podnikatelskými subjekty či vyhledání případných obchodních partnerů.

### **Lidé.cz.**

V tomto případě se jedná o sociální síť zřízenou za účelem seznámení se především výměnou informací formou chatu, rozmístěných do tzv. chatových místností. Registrace je natolik vágní, že pro vstup do konkrétní chatové místnosti postačuje ze strany uživatele potvrzení, že se jedná o osobu starší 18-ti let, což je zcela určitě nevýhodou a z toho titulu jsou nejnavštěvovanější zejména eroticky zaměřené chatové místnosti. Určit místnosti mají neomezený limit, pro vstup do místnosti, jiné vyžadují určitý počet zúčastněných chatových hodin. I na sociální síti Lidé.cz je nutností vytvoření vlastního profilu. V souvislosti s poměrně nízkým prahem omezení vstupu k chatování lze konstatovat, že tato sociální síť nabízí možnost snadného prezentování negativních sociálně patologických jevů.

Na základě úspěšnosti a oblíbenosti zejména Facebooku vznikly, vznikají a zcela určitě budou vznikat další a další sociální sítě, jejichž provozovatelé se snaží a bude se snažit oslovit potencionální uživatele různými modifikacemi stávajících aplikací za účelem získání co možná největšího počtu svých klientů. Současná situace však ukazuje, že nově vzniklé sociální sítě prozatím nedosahují požadovaných výsledků. Mezi tyto méně využívané sociální sítě v České republice patří Libimseti.cz, Bebo, Google +, Yahoo, My space, Orkut, Last.fm, Plurk, HI5, Classmates, Friendster, Blackplanet, Xing, Naymz a další (Sociální síť, © 2011).

## 5.2 Vliv sociálních sítí

Fenoménem současné mládeže je bezesporu trávení volného času u počítače hraním různých počítačových her, brouzdáním po internetu nebo pobytem na sociálních sítích. Jak již bylo uvedeno, umožněním vzájemné komunikace, vytvářením různých sociálních skupin a distribucí informací, nabývají sociální sítě punc pozitivním přínosu pro jejich uživatele.

Důležitost tohoto jevu je zvláště zřejmá zejména u podstatné části uživatelů sociálních sítí, tedy u adolescentů. V návaznosti na možnost dosažení určitého stupě anonymity nabízí jednotlivé servery provozující sociální sítě jednotlivcům dostatečnou a uspokojující možnost komunikovat se svými vrstevníky prakticky o čemkoliv a s kýmkoliv. Vzhledem ke složitosti dotčeného období života adolescentů se tato forma komunikace a předávání si informací jeví jako efektivní pro vytvoření pozitivního náhledu na svět a lidi kolem zejména na sebe sama Lévy (2000, s. 83). Jen stěží se nalezne mladý člověk, který by vyvracel tvrzení, že sociální sítě jsou pro něho nenahraditelným komunikačním kanálem. Pozitivum lze současně spatřovat taktéž v možnosti svěřením se o svých problémech v rodině, ve škole, s partnerem, s návykovými látkami, se svým tělem, s jídlem nebo obecně s životní situací a jistě i v nalezení prostoru pro řešení těchto problémů, což virtuální prostředí sociálních sítí zcela jednoznačně splňuje.

Samozřejmě přítomnost a aktivní účast na sociálních sítích nepřináší toliko pozitiva, ale má i negativní stránku věci. Kromě toho, že mladí lidé tímto způsobem spotřebují téměř veškerý volný čas, čímž jim nezbyvá čas na přípravu do školy a splnění si svých domácích povinností nebo na jiné volnočasové aktivity, zejména mimo interiér svého pokoje, lze konstatovat, že citelně absentuje tak potřebný fyzický kontakt s vrstevníky, kamarády a hlavně s rodinnými příslušníky. Dalšími negativními faktory ve vztahu k sociálním sítím je poměrně rozšířená kyberšikana, a to prezentováním nepravdivých informací, ponižováním

sociálního statutu rodiny, nemístním komentování fotografií, zveřejněním nelichotivých videí apod., dále ovlivnění světem modelingu s jeho kultem kult hubenosti, která hraničí s anorexií, což může způsobit razantní a neurvalý zásah do utváření vlastního obrazu svého těla a posléze vést právě k anorexii a nelze také nevzpomenout sexuální podtext zveřejněných sdělení na sociálních sítích, kdy výrazně sexuálně zabarvené komentáře u fotografií dívek, nelichotivé komentáře k postavě, k zevním pohlavním znakům, nebo naopak výrazně pozitivní ohlasy se známkami harašení mohou přinést adresátům nemalé problémy (Divínová, 2005, s. 57).

### 5.2.1 Navazování sociální vazby

Důležitým faktorem ve vývoji osobnosti jedince v období dospívání je navazování sociálních vazeb, a v tomto věku obzvláště těch vrstevnických. Získáním členství ve vrstevnické skupině dosahují dospívající pocitu vlastní hodnoty a sociálního statusu. Vrstevnické vztahy a jejich kvalita jsou platformou pro získávání a testování vlastní sociální kompetence. V případě, že se jedinec v období adolescence nedokáže etablovat do nějaké vrstevnické skupiny, následuje u něj pocit sociální stigmatizace. Důležité je rovněž postavení jedince v hierarchii vrstevnické skupiny, což se zpětně odráží v sebehodnocení, neboť jedinci s vyšším hodnocením u vrstevníků mají obecně vyšší míru sebehodnocení než ti, kteří jsou hodnoceni níže. (Sak, Saková, 2007, s. 117-118).

V rámci sociálních sítí jasně znatelná snaha o příslušnost k určité vrstevnické skupině pokus o přidání mezi uživatele uzavřených skupin. Tvorba uzavřené skupiny vychází z činnosti hierarchicky nejvýše postaveného člena skupiny a ostatní v touze stát se členy této skupiny jsou ochotni za členství ve skupině něco obětovat nebo něco podstoupit, např. splnit úkol, v rozporu s jeho běžným jednáním. Po splnění úkolů se pak stává členem skupiny a získává tím kýžený sociální status.

Jiným ze způsobů navazování sociálních vazeb je prosté, náhodné oslovování jiných uživatelů mimo uzavřenou skupinu, kteří mají přístup ke svému profilu nedostatečně zabezpečený čili de facto přístupný všem. Na Facebooku je pro tento způsob navazování kontaktu speciální výraz „ahoj efekt“, a vyznačuje se ukládáním otázek ve smyslu: Kdo jsi? My se známe? a pod. Pak si zájemce počká na případné reakce a uživatele, kteří na jeho otázky reagují odpovědí, se snaží získat mezi své přátele. Je však na něm, zde si ho k sobě do skupiny přidá či nikoliv. (Vybíral, 2000, s. 199).

Další formou získávání v tomto případě pseudopřátel je jednání, kdy si uživatel založí smyšlenou, falešnou skupinu či profil a snaží se ho získat za účelem jeho manipulování v případě, že ho tedy získá. V tomto případě se jedná o formu psychologického šikanování, neboť jakmile se mu druhá strana případně svěří se svými problémy, šikanující vše s radostí a potěšením zveřejní bez odhalení vlastní identity, což jednoznačně negativně působí na osobu s problémem. (Vybíral, 2001, s. 16-19).

V souvislosti s hormonálními změnami spojených s vlastní sexualitou v období adolescence, kdy osoby mužského pohlaví se raději preferují ventilaci svých sexuálních tenzí, zatímco osoby ženského pohlaví většinou řeší otázku vlastní atraktivity, mohou sociální sítě přinést určitou formu pomoci těm ostýchavým a méně odvážným jedincům při navazování vzájemných kontaktů s opačným pohlavím, a to zejména tím, že absentuje fyzický kontakt a psaný projev si může na rozdíl od ústního pečlivě připravit, než ho sdělí dále. Tímto způsobem může najít partnera, čehož by zřejmě v reálném světě nedocílil.

Následný rozvoj partnerských vztahů v erotické rovině patří mezi přirozené projevy psychosexuálního vývoje adolescentů. Prostřednictvím sociálních sítí své vztahy zveřejňují, což příkladně Facebook umožňuje přímo v rámci profilu uživatele zadáním stavu „ve vztahu/bez vztahu“ a vrstevníci mohou aktuální stav komentovat, podporovat či naopak od vztahu odrazovat. Nastavení tohoto atributu usnadňuje přijetí partnerského vztahu jako přirozenou součást života, bez potřeby vztah zpochybňovat nebo ho dokonce tajit. V případě rozchodu je však vystaven opětovným reakcím svých přátel, v mnoha případech i negativních, z něhož může pramenit snížení sebevědomí a pocity méněcennosti.

V těchto případech může být emotivní prožívání svých, v mnoha případech prvních, vztahů může doprovázeno sebedestruktivními sklony, depresi, psychickými bloky apod. (Macek, Lacinová, 2006, s. 96). Za určitých okolností může uživatel sociální sítě, který je přítelem dotčené osoby, existenci jeho problému zaznamenat, podat nebo zprostředkovat mu radu či dokonce pomoc. Tak jak v reálném i ve virtuálním světě je na osobě problémem zasažené, zde radu či pomoc přijme, i když prostřednictvím sociálních sítí je to pro něj neoddiskutovatelně lehčí.

### **5.2.2 Vliv na změnu chování**

Z hlediska posouzení elementárních vlivů sociálních sítí je nutné se zaměřit na vlivy působící na změnu chování jedince, a to zejména na změny negativního charakteru, neboť je důležité zvýraznit i úskalí přehnaně využívaného virtuálního prostředí sociálních sítí.

Sociální sítě či jinde zmiňováno komunitní servery zásadně ovlivňují přímou komunikaci, do které se jedinec zapojuje daný jedinec zapojen, a to z hlediska objemu, kdy množství sdělených informací je nesrovnatelně objemnější, než v případě fyzicky mluveného projevu, tedy v tomto případě lze konstatovat prospěch komunikace prostřednictvím elektronických prostředků (Turkleová In Šmahel, 2003, s. 128).

Výrazným faktorem přechodu od sociální interakce k virtuální komunikaci je i skutečnost, že oproti minulým generacím dnešní mládež nemá nikoho nablízku, kterého by si zvolil za důvěryhodnou osobu, s kým probírat důležité a zásadní záležitosti. I proto se schylují k tomu, že volí alternativu svěřit se svým přátelům nebo dokonce neznámým osobám na sociálních sítích. Zatímco předcházející generace se fyzicky setkávaly v partách, které byly z hlediska členství a tím i udržení tajemství jasně vymezené, dnešní mladá generace komunikuje prostřednictvím sociálních sítí tak, že téměř všichni znají všechny a všichni vědí o všech všechno. Tímto pak ztrácí své opodstatnění status kamaráda, přítele či známého a všichni tito jsou prakticky pouze uživatelé Facebooku či Twitteru a tím se výrazně omezuje měření kvality konkrétního vztahu, vždyť průměrný uživatel Facebooku má ve svém profilu 130. Veškeré vztahy se jeví jako rovnocenné, ve skutečnosti jsou však plytké a povrchní s absentujícím emocionálním nábojem. Toto dokresluje i příklad, kdy na Facebooku se všichni hrozně milují a po nevině hádce o barvě očních stínů se z milujícího přítele kliknutím myši na okno s nápisem „smazat přítele“ stává rázem nepřítel. I toto virtuální prostředí snadno umožňuje.

Samotné emoce lze v rámci komunikace prostřednictvím internetového prostředí vyjádřit snadněji, protože psaná forma je k tomu vhodnější, nicméně na druhé straně lze tvrdit, že emoce vyjádřená mimo vazbu „face to face“ nemůže být upřímná (Šmahel, 2003, s. 69). Obecně je však nutné přiklonit se k prvnímu argumentu, neboť sociální sítě jsou prostředkem k lepšímu, celistvějšímu a preciznějšímu vyjádření emocí, a to lze odůvodnit tím, že tendence vyjadřovat se v psané podobě upřímněji, neboť absentuje okamžitá zpětná vazba v podobě gestikulace, postoje těla protistrany apod., která by je vyvolat nežádoucí reakci stav. Člověk v přímém slovním vyjadřování většinou prezentuje hned první věc, která ho napadne. Naopak komunikace online mu poskytuje dostatek času rozmyslet si, jak zareaguje, jak zformulovat myšlenku a může provést autocenzuru, než svou myšlenku zveřejní ve formě odpovědi.

U adolescentů je to ještě markantnější v návaznosti na citlivost témat, které navzájem probírají, což vede k tomu, že mladí lidé se daleko častěji v choulostivých a problematických

věcech obrací na své vrstevníky přes sociální sítě online, než aby je diskutovali se svými rodiči doma. Přátele s virtuálního prostředí tedy rodinu v mnohém suplují.

### 5.2.3 Cílová skupina sociálních sítí

Pro většinu sociálních sítí se stala jedním z hlavních aspektů úspěchu cílová skupina jejich uživatelů. V prvopočátku se zacílily na studenty a mládež, tedy osoby, kterým jsou blízké nové technologie. Následně, hlavně ve vztahu k zaměření a specializaci konkrétního komunitního serveru, zdárně oslovily i ostatní věkové skupiny. Aktuální cílová skupina sociálních sítí de facto není věkově ani jinou kategorizací ohraničena. Vesměs všechny komunitní servery se i nadále vyvíjí, což ovlivňuje i věkovou skladbu uživatelů. Cílem provozovatelů sociálních sítí již dávno není získání technologicky zdatných jedinců, nýbrž celou masu obyvatelstva. Prioritou se stalo oslovení celého věkového a sociálního spektra populace, což je měřítkem úspěšnosti daného provozovatele sociální sítě (Zelinková, 2012). Oproti tomu zejména Facebook svou politikou integrace jeho aplikací do tzv. chytrých telefonů s operačním systémem android se v současnosti snaží přitáhnout hlavně mladé lidi nebo osoby sociálně silnější, které si tyto přístroje mohou finančně dovolit. Jak již bylo několikrát uvedeno, nejvíce jsou sociální sítě využívány právě mládeží.

### 5.2.4 Vliv sociálních sítí na sebepoškozování

Pro ozřejmení vlivu sociálních sítí na sebepoškozování se je důležité zaměřit se na vliv médií obecně, neboť tyto dva fenomény jsou úzce propojené. Adolescenti totiž vnímají média jako určovatele současných trendů a na jako poskytovatele prostoru pro negativní ovlivnění. I v případě sebepoškozování se mohou média seznámit mladé lidi, kteří se s ním dosud nepotkali, o tomto jevu, posílit stereotypy, které jsou se sebepoškozováním úzce spjaté nebo podat zkreslený či neúplný pohled na danou problematiku, což může motivovat k nezdravému chování (Šmahel, 2003, s. 47).

Existuje celá řada interpretů a hudebních skupin, kteří se ve svých textech o sebepoškozování vyjadřují a v mnoha případech ho otevřeně prezentují jako návod pro posluchače. Odkazy na videoklipy těchto písní, umístěných většinou na serveru Youtube, se běžně vyskytují na různých sociálních sítích. Stejným způsobem lze odkázat na jakoukoliv filmovou produkci, webové stránky či blogy na nich zveřejněné. Ve virtuálním prostředí lze jednoduše vyhledat různé webové stránky a internetové blogy, které sdružují jednak osoby, které mají se záměrným sebepoškozováním praktické zkušenosti, ale i ty, co mají touhu dovědět

se o něm více. Nedílnou součástí tohoto internetového světa jsou prezentace sociálních skupin, u kterých je sebepoškozování jevem tolerovaným nebo i dokonce obdivovaným (Vaculík, Dušková, 202, s. 59).

Prim v této oblasti hrají především stoupenci Emo stylu, u kterých je ze strany ostatních vysoce hodnocena schopnost vyjádřit vlastní negativní emoční rozpoložení a reakce na tyto stavy ve formě sebepoškození. Obdobným jednáním se vyznačuje seskupení zvané Gotik, kdy u jejich členů může sebepoškozování navozovat blízkost dosažení smrti. V obou případech se jedná o sebepoškozování rituální, nicméně je zcela zřejmé, že výstupy těchto stylů na sociálních sítích mohou ovlivnit mnoho mladých lidí, majících problémy, které řeší záměrným sebepoškozováním. Uvedené skupiny a další jiné jim podobné totiž se totiž aktivně zúčastňují dění na různých sociálních sítích.

Závěrem je nutné zdůraznit, že v aktuální době a prostředí může adolescent nalézt množství podnětů k sebepoškozujícímu chování, příkladů a životních zkušeností hovořících o tomto jevu. Prostřednictvím sociálních sítí však nemusí zaznívat názory na jeho obhajobu, ale naopak sdělení ve smyslu poradenství či pomoci. Daná problematika záměrného sebepoškozování a vlivu sociálních sítí na tento jev je poměrně závažná a z hlediska teorie obsáhlá. Z hlediska zodpovězení otázek předmětné problematiky je nutné provést nejednošetření a výzkum.

## II. PRAKTICKÁ ČÁST



## 6 PROJEKT A METODOLOGIE VÝZKUMU

Hlavním záměrem této práce je podat základní, ale sofistikované informace o sebepoškozování u dětí a mládeže v rámci konkrétního teritoria a vlivu sociálních sítí na tento jev. Vzhledem ke skutečnosti, že sebepoškozování je dosud jevem poměrně neprobádaným, je nutné se zaměřit na pozadí, důvody, souvislosti a způsoby sebepoškozování ve vztahu ke konkrétní věkové, či sociální skupině, která v současnosti převážně komunikuje prostřednictvím různých sociálních sítí. Pokud bude tento jev se všemi uvedenými souvislostmi zcela pochopen, bude možné i v praxi s osobami s tímto aktuálním problémem pracovat v takových intencích, že bude docházet k plnohodnotné a odborné pomoci těmto lidem.

### 6.1 Cíl výzkumu

Odborná literatura zabývající se sociálně patologickými jevy uvádí, že výskyt sebepoškozování je vyšší u osob ženského pohlaví, a to v poměru 3:1 oproti mužům (Hort a kol. 2000, s. 341). Počátek sebepoškozování je zaznamenáván ve věku věk kolem 13. roku života jedince, nicméně nejčastější bylo zjištěno u starších adolescentů (Koutek, Kocourková, 2003).

Cílem výzkumu je zjistit strukturu osob, jenž mají se sebepoškozováním vlastní zkušenost, v rámci území Zlínského kraje, jejich rodinné zázemí, zaměřit se na příčiny a důvody, proč se tyto osoby k předmětnému jednání uchylují a stanovit jakým způsobem a s jakým záměrem své sebepoškozování prezentují prostřednictvím sociálních sítí a jaký je vliv těchto sociálních sítí na sebepoškozující se osoby. Jako související aspekt je postoj těchto osob ke svému tělu, k zvládání zátěžových situací a řešení vzniklého problému.

### 6.2 Výzkumný problém

**Výzkumný problém zní:** Působí sociální sítě na osoby se zkušeností se sebepoškozováním nepřímo jako virtuální prostředí pro prezentaci svého problému nebo mají na tento patologický jev s ohledem na pozadí a důvody tohoto jednání přímý vliv?

#### 6.2.1 Dílčí výzkumné problémy

Z jakého rodinného prostředí sebepoškozující se jedinci pochází?

Jaký je důvod sebepoškozování u těchto osob?

Co jim sebepoškozování z hlediska osobních pocitů vlastně přináší?

Jak sociální sítě z hlediska prezentace sebepoškozování na adolescenty působí?

Z jakého důvodu prezentují své sebepoškozování prostřednictvím sociálních sítí?

### 6.3 Stanovení hypotéz

H1<sub>0</sub>: Sebepoškozování na sociálních sítích zaznamenávají stejně tak osoby se zkušeností se sebepoškozováním jako osoby nepoškozující se.

H1<sub>A</sub>: Sebepoškozování na sociálních sítích zaznamenávají častěji osoby se zkušeností se sebepoškozováním.

H2<sub>0</sub>: Sociální síť Facebook je nejpoužívanější stejně tak u osob se zkušeností se sebepoškozováním jako u osoby nepoškozující se.

H2<sub>A</sub>: Sociální síť Facebook je nejpoužívanější většinou u osob se zkušeností se sebepoškozováním.

H3<sub>0</sub>: Podíl sebepoškozujících osob, které prezentují svůj problém na sociálních sítích, je stejný u adolescentů, kteří se poškozují na základě rodinných problémů i u osob s ostatními důvody k tomuto jednání.

H3<sub>A</sub>: Podíl sebepoškozujících osob, které prezentují svůj problém na sociálních sítích, je větší u adolescentů, kteří se poškozují na základě rodinných problémů.

H4<sub>0</sub>: Facebook je stejně tak používáný ke komunikaci o problému ze strany sebepoškozujících se jako jiné sociální sítě.

H4<sub>A</sub>: Facebook je používanější ke komunikaci o problému ze strany sebepoškozujících se, než jiné sociální sítě.

### 6.4 Stanovení výzkumného souboru

Výzkumné šetření bylo provedeno u žáků druhého stupně základních škol, osmiletých gymnázií a klasických středních škol v rámci vybraných škol Zlínského kraje.

**Základní výzkumný soubor** tvoří žáci 8. - 9. ročníků ZŠ, 1. stupně osmiletých gymnázií a studenti středních škol.

**Způsob výběru** Pro výzkumný vzorek byli vybráni žáci z náhodně vybraných škol tak, aby byly rovnoměrně zastoupeny všechny typy škol a územní celky v rámci Zlínského kraje, čili okresy Zlín, Vsetín, Kroměříž a Uherské Hradiště.

**Velikost souboru.** Předpokládaná velikost výzkumného souboru je 50 respondentů v rámci jednotlivých stupňů a forem vzdělávacího procesu, tedy ZŠ, osmileté a čtyřleté gymnázium, střední škola s maturitou, střední odborná škola. Výzkumní soubor tedy čítá celkem 200 respondentů.

## 6.5 Metodika výzkumu

K realizaci výzkumu byla stanovena kvantitativní metoda formou dotazníkového šetření. Předmětná forma výzkumné metody byla zvolena a použita proto, že k provedení výzkumu bylo, vzhledem ke skutečnosti že se jedná o poměrně choulostivé téma, nutné zjistit několik velmi osobních sdělení a alternativa dotazníku se k tomuto účelu jeví jako nejideálnější. Forma dotazníku totiž spolehlivě slouží k potřebnému shromažďování informací o určitém jevu, přičemž je důležité i hledisko dodržení anonymity. Z hlediska formulace cílů může mít dotazník charakter průzkumný nebo výzkumný. Způsob odpovědí na jednotlivé zkoumané otázky se nazývá metoda písemné odpovědi, kdy konkrétní respondent vybere a označí jednu z nabízených odpovědí na otázku, kdy se jedná se o uzavřenou formu dotazníku nebo dotazovaná osoba má možnost sama zformulovat a napsat odpověď na otázku a v tomto případě se jedná o otevřenou formu dotazníku. Je zcela na respondentovi, jak zda na danou otázku odpoví pravdivě, což nemůže výzkumník ovlivnit.

Samotná práce s dotazníkem probíhá v následujících etapách: stanovení výzkumného problému, výběr reprezentativního vzorku výzkumu, předvýzkum, sestavení otázek dle zvolené taktiky, vlastní zkoumání dotazníku na předem vybraném vzorku osob, vyhodnocení získaných jednotlivých odpovědí z vrácených dotazníků, kvantifikace získaných údajů, závěrečná analýza a interpretace výsledků a prezentace výsledků.

Samotné přípravě dotazníku k výzkumnému šetření předcházela pilotáž, provedena formou volného rozhovoru s jednou dívkou, která měla se sebepoškozováním osobní zkušenost (Příloha PI).

Na základě pilotáže byl vytvořen samotný dotazník (Příloha PII). Dotazník obsahuje 29 uzavřených, polootevřených a otevřených otázek. Otázky jsou zaměřené na oblast osobní a rodinné anamnézy, jednání v zátěžových situacích, na otázky související se samotným sebepoškozováním a prezentace cestou sociálních sítí.

## 7 VÝSLEDKY VÝZKUMU A JEJICH ANALÝZA

V rámci prováděného výzkumu bylo s žádostí o vyplnění dotazníku osloveno celkem 200 žáků a studentů různých typů škol. Jednalo se o žáky 8. a 9. tříd jedné základní školy v teritoriu okresu Zlín a jedné základní školy v teritoriu okresu Kroměříž, studenty prvního stupně osmiletého gymnázia na teritoriu okresu Zlín, studenty gymnázia na teritoriu okresu Vsetín, studenty jedné střední školy s maturitou na teritoriu okresu Kroměříž a jedné na teritoriu okresu Uherské Hradiště a studenty jednoho středního odborného učiliště na teritoriu okresu Zlín a jednoho na teritoriu okresu Vsetín. Z celkového počtu distribuovaných dotazníků bylo vyplněno a odevzdáno 176 dotazníků. Návratnost tedy činila 88%. Shrnutí dotazníkového šetření bylo provedeno formou čárkovací metody.

Výsledky jednotlivých otázek byly po následném sečtení převedeny do tabulek s vyjádřením absolutní a relativní četnosti a grafů s doplněním o stručný komentář. Pro potvrzení či vyvrácení stanovených hypotéz byl využit test nezávislosti, chí-kvadrát, pro kontingenční tabulku.

### 7.1 Charakteristika respondentů

Jak již bylo uvedeno, všechny osoby, které se podrobily dotazníkovému šetření, jsou žáci a studenti základních a středních škol v rámci Zlínského kraje. V první části výzkumného šetření byly zjišťovány základní údaje o respondentech, jako jsou pohlaví, věk, typ navštěvované školy a rodinná situace. Z těchto údajů se následně projevila samotná charakteristika respondentů, jak je níže prezentováno. Obecně lze však výzkumný vzorek charakterizovat jako děti a mládež Zlínského kraje.

### 7.2 Výsledky empirického šetření

Dotazníkovým šetřením zjištěné skutečnosti byly zpracovány do výsledků prováděného výzkumu. Následné číslování zjišťovaných údajů a k nim kompatibilních tabulek a grafů koresponduje s pořadím otázek v samotném dotazníku dle přílohy II.

V závěru empirického šetření byly zpracovány profily jednotlivých osob, u kterých bylo sebepoškození zjištěno, se zaměřením na ozřejmění souvislostí mezi vybranými zjišťovanými údaji, jak se v rámci dotazníkového šetření vyjádřily, a to s cílem zdůraznit a ve vztahu k výzkumnému problému nesumarizovat výsledky jednotlivých elementárních šetření.

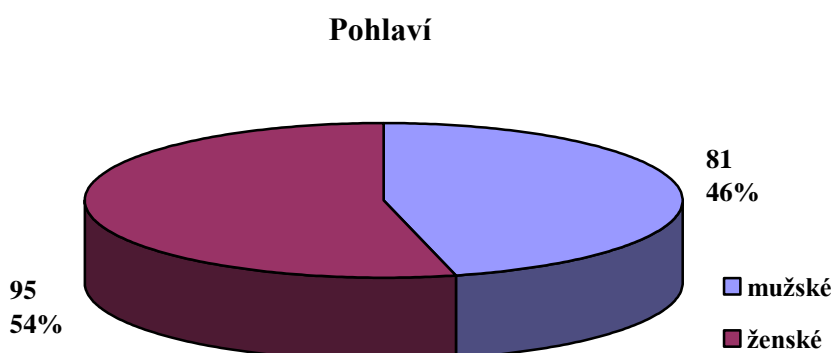
### 1. Pohlaví respondentů (otázka: Pohlaví?)

Prvním zjišťovaným údajem bylo pohlaví respondentů. Rozdělení respondentů dle pohlaví bylo poměrně vyrovnané s mírnou převahou osob ženského pohlaví.

**Tabulka číslo 2 – pohlaví respondentů**

POHLAVÍ	MUŽSKÉ	ŽENSKÉ
Absolutní četnost	81	95
Relativní četnost (%)	46	54

**Graf číslo 1 – pohlaví respondentů**



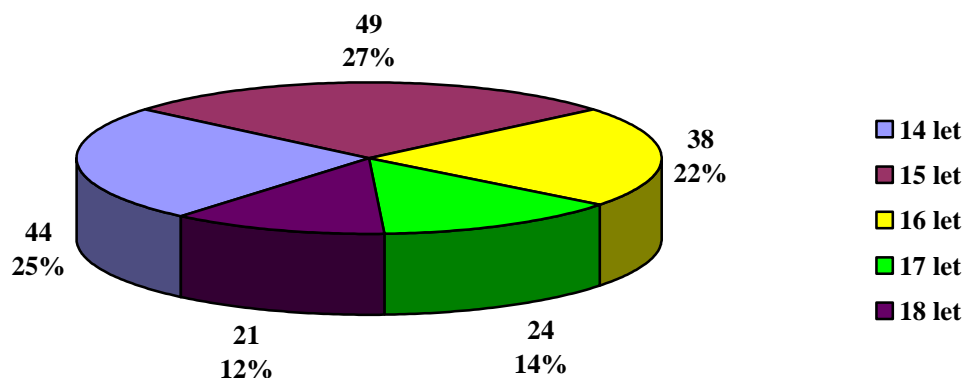
### 2. Věk respondentů (otázka: Uveď svůj věk...)

Dalším, zjišťovaným údajem byl věk respondentů, přičemž výsledky věkového rozložení výzkumného vzorku lze v případě starších respondentů přičíst způsobu rozdaní dotazníků v rámci té, které školy, což nebylo v zadání striktně stanoveno. Jednotlivé součty dle věku zkoumaných osob, bere se li v potaz druh školy, korespondují s počty rozdaných dotazníků a jsou v poměru žáků a studentů téměř shodné.

**Tabulka číslo 3 – věk respondentů**

VĚK	14 LET	15 LET	16 LET	17 LET	18 LET
Absolutní četnost	44	49	38	24	21
Relativní četnost (%)	25	27	22	14	12

Graf číslo 2 – věk respondentů



### 3. Typ navštěvované školy (otázka: Jakou školu navštěvuješ?)

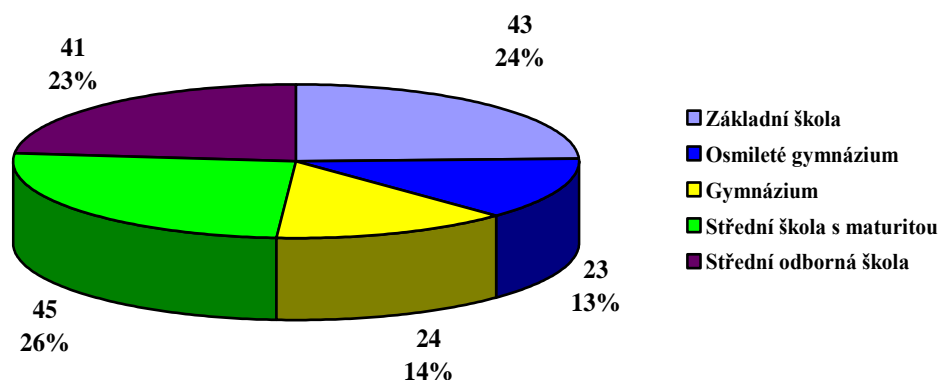
Tímto údajem zjištěné výsledky dokládají skutečnost týkající se přístupu respondentů k vyplňování dotazníku ve vztahu k jejich návratnosti. Z výsledků je zřejmé, že žáci základních škol (43 vyplněných dotazníků z 50-ti), studenti gymnázií (47 vyplněných dotazníků z 50-ti) a studenti středních škol s maturitou (45 vyplněných dotazníků z 50-ti) přistupovali k požadovanému úkonu zodpovědněji, než studenti středních odborných škol, kteří odevzdali pouze 82 % distribuovaných dotazníků, tedy 41 vyplněných z 50-ti.

Údaje o pohlaví, věku a typu navštěvované školy samy o sobě nenesou významnou výpočetní hodnotu, neboť jak již bylo uvedeno, dotazníky byly distribuovány záměrně různým typům a úrovním školských zařízení, následně však byly využity ve vztahu k dalším zjišťovaným skutečnostem v souvislosti s daným výzkumným problémem.

Tabulka číslo 4 – typ navštěvované školy

TYP ŠKOLY	ZÁKALDNÍ ŠKOLA	OSMILETÉ GYMNÁZIUM I. STUPEŇ	GYMNÁZIUM	STŘEDNÍ ŠKOLA S MATURITOU	STŘEDNÍ ODBORNÁ ŠKOLA
Absolutní četnost	43	23	24	45	41
Relativní četnost (%)	24	13	14	26	23

Graf číslo 3 – typ navštěvované školy



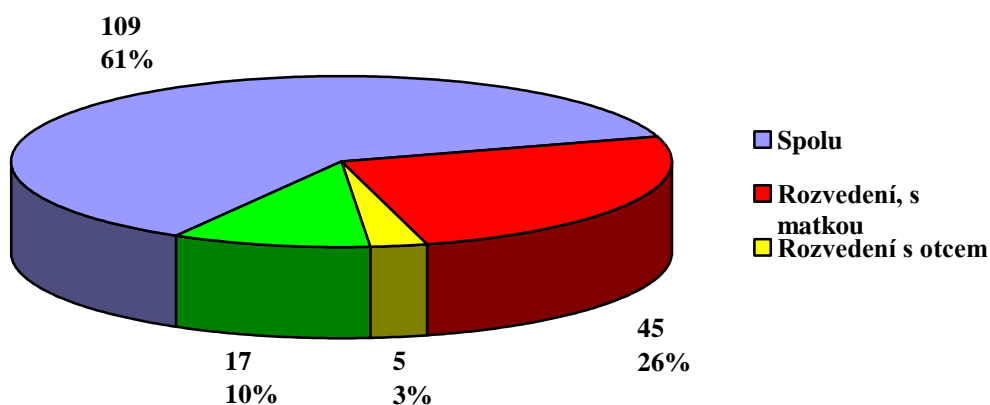
#### 4. Typ rodiny respondentů (otázka: Rodiče jsou?)

Porovnání výsledků tohoto elementárního zkoumání s notoricky známým zjištěním o současném stavu manželství a potažmo rodin v České republice, kdy téměř polovina rodin je rozvedena nebo jiným způsobem neúplná, prokazuje, že zjištěné výsledky korespondují s reálným stavem.

Tabulka číslo 5 – typ rodiny respondentů

RODIČE	SPOLU	ROZVEDENÍ, DÍTĚ S MATKOU	ROZVEDENÍ, DÍTĚ S OTCEM	MATKA SAMOŽIVITELKA
Absolutní četnost	109	45	5	17
Relativní četnost (%)	61	26	3	10

Graf číslo 4 – Typ rodiny respondentů



### 5. Rodinná situace respondentů (otázka: Rodiče jsou spolu?)

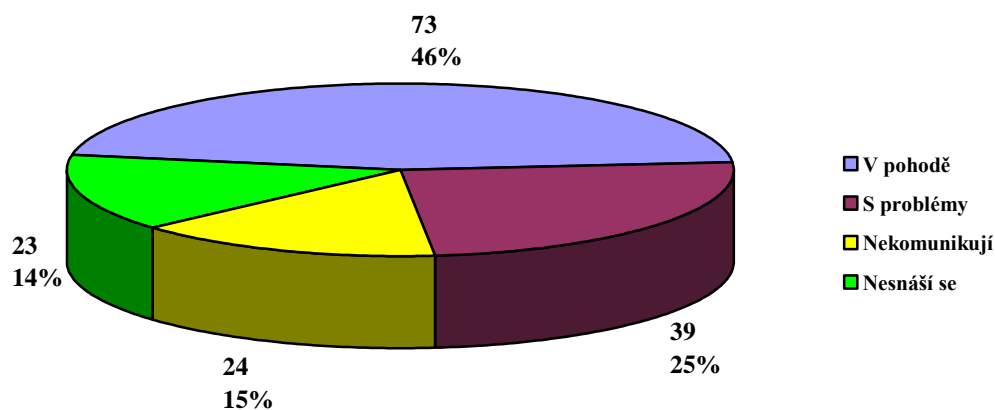
V případě situace v rodinách respondentů v souvislosti se vzájemným soužitím nebo vztahem rodičů odpovědělo celkem 159 respondentů, tedy mimo ty, které mají pouze matku, jakožto samoživitelku. Zde se v porovnání s předchozími uváděnými údaji odráží skutečnost, že někteří rodiče mají kladný vzájemný vztah i po rozchodu. Důležitějším aspektem je však zjištění, že u 54% rodičů je vzájemný vztah narušen nebo zcela ochromen.

Jak následné zkoumání dotčeného sociálně patologického jevu ve vztahu k rodinné situaci prokáže, osoby, které mají zkušenost se sebepoškozováním, se rekrutují právě z těch rodin, kde rodiče nežijí ve vzájemném souladu nebo spolu vůbec nejsou. Poměrně zarážející je zjištění, že 29% rodičů, ať po rozvodu nebo v rámci společného soužití, spolu nekomunikuje nebo se dokonce nesnáší, což se v konečném důsledku negativně projevuje na jejich potomcích, zvláště pak v období pubescence a adolescence.

**Tabulka číslo 6 – rodinná situace respondentů**

RODIČE	JSOU V POHODĚ	NAŽÍVAJÍ S PROBLÉMY	NEKOMUNIKUJÍ	NESNÁŠEJÍ SE
Absolutní četnost	73	39	24	23
Relativní četnost (%)	46	25	15	14

**Graf číslo 5 – rodinná situace respondentů**





## 6. Výskyt kouření u respondentů (otázka: Kouříš?)

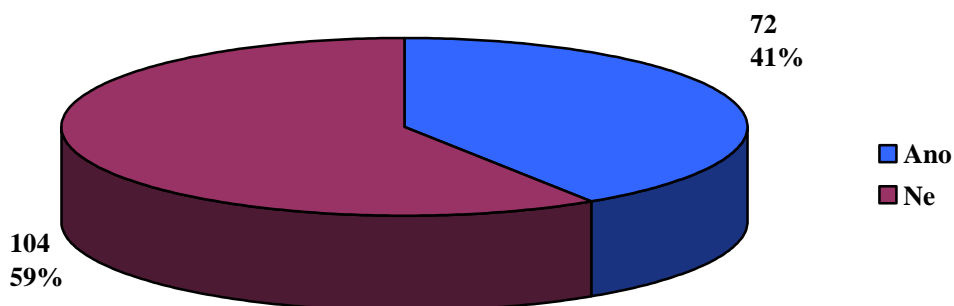
Další tři zkoumané oblasti, tedy užívání návykových látek, které je se sebepoškozováním úzce spjata, poukazují na výskyt kouření, pití alkoholu a ožívání omamných a psychotropních látek u respondentů.

Výsledky v souvislosti s kouřením ukazují, že tak činí 41 % dotázaných, přičemž není uváděno, zda se jedná o klasickou tabákovou cigaretu, dýmku či cigaretu elektronickou, což nebylo primárním cílem tohoto zjištění.

Tabulka číslo 7 – výskyt kouření u respondentů

KOUŘENÍ	ANO	NE
Absolutní četnost	72	104
Relativní četnost (%)	41	59

Graf číslo 6 – výskyt kouření u respondentů



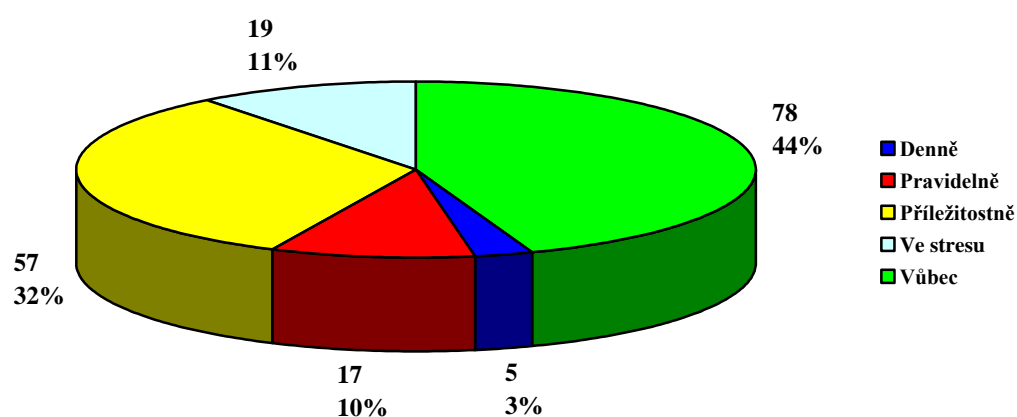
## 7. Konzumace alkoholu u respondentů (otázka: Piješ alkohol?)

Konzumace alkoholu, naproti kouření, je u dotazovaných častější, než úplná abstinence. Více než polovina osob, které alkohol pijí, však tento požívají toliko příležitostně, i když je sporné, co si jednotliví respondenti pod touto kategorií své odpovědi představují, jaký časový odstup mezi jednotlivými požití alkoholu považují za příležitostné. Poměrně velké zastoupení, celkem 13% respondentů, zabírá pravidelnost konzumace alkoholu, což vzhledem k věkovému složení výzkumního vzorku je dost tristní.

Tabulka číslo 8 – konzumace alkoholu u respondentů

KONZUMACE ALKOHOLU	DENNĚ	PRAVIDELNĚ	PŘÍLEŽITOSTNĚ	PŘI STRESOVÉ SITUACI	VŮBEC
Absolutní četnost	5	17	57	19	78
Relativní četnost (%)	3	10	32	11	44

Graf číslo 7 – konzumace alkoholu u respondentů



### 8. Zkušenost respondentů s drogami (otázka: Jakou máš zkušenost s drogami?)

Z hlediska aspektu užívání omamných a psychotropních látek – drog, nebylo taktéž primárním cílem zjišťování užívání konkrétní látky ani forma její užití, nýbrž dokladování četnosti a rozsahu skutečné zkušenosti dotazovaných s drogami. Provedeným výzkumem zjištěné výsledky nasvědčují, že i tento sociálně patologický jev je u dětí a mládeže celkem silně zakotven a způsobuje tak další sekundární problémy v rodinách, škole a prakticky v celé společnosti, vždyť 37% dotazovaných již mělo ve svém věku zkušenost s užíváním drog a dalších 21% po jejím užití touží.

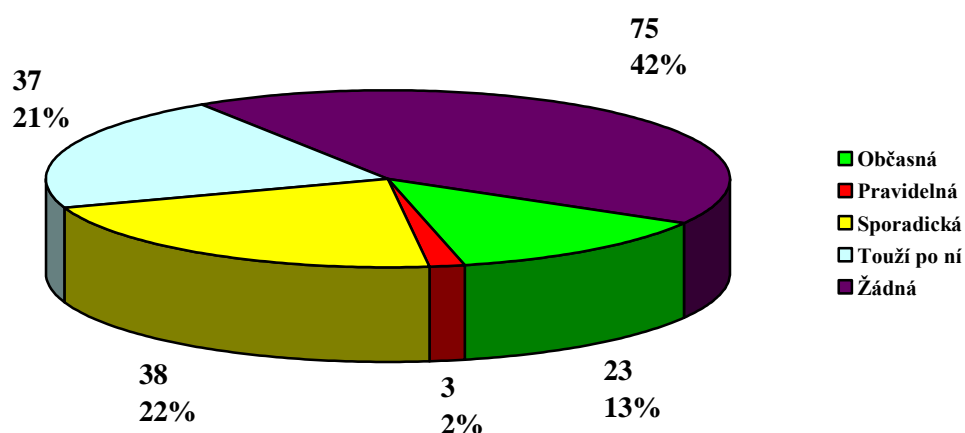
V porovnání s věkem osob, které přišly s drogou do styku ve formě užití, lze jednoznačně zhodnotit, že tento jev se týká převážně osob ve věku 16-18 let, a to 75% dotázaných (48 respondentů z 64, kteří drogu užívají).

U sdělení respondentů, týkajících se kouření, pití alkoholu a užívání omamných a psychotropních látek, je nutné zohlednit pravdivost uvedených odpovědí.

Tabulka číslo 9 – zkušenost respondentů s drogami

ZKUŠENOST S DROGAMI	OBČASNÁ	PRAVIDELNÁ	SPORADICKÁ	NE, ALE TOUHA EXISTUJE	NE
Absolutní četnost	23	3	38	37	75
Relativní četnost (%)	13	2	22	21	42

Graf číslo 8 – zkušenost respondentů s drogami



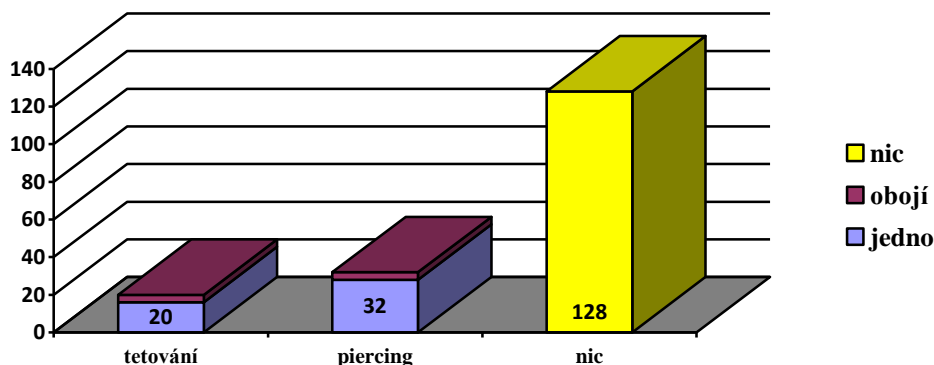
### 9. Výskyt zvláštností na těle respondentů (otázka: Na svém těle máš?)

Záměrem této otázky společně s dotazem na vztah k vlastnímu tělu bylo navodit situaci respondenta k objektivnímu zodpovězení následujících otázek týkajících se přímo výzkumného problému. Výsledky ohledně existence tetování a piercingu u respondentů pouze nepřímo naznačují, že i tento jev souvisí se sebepoškozováním, protože z osob, které sebepoškozování posléze přiznalo, má celá polovina tetování nebo piercing.

Tabulka číslo 10 – výskyt zvláštností na těle

ZVLÁŠTNOST	TETOVÁNÍ	PIERCING	OBOJÍ	NIC
Absolutní četnost	16	28	4	128
Relativní četnost (%)	9	16	2	73

Graf číslo 9 – výskyt zvláštností na těle



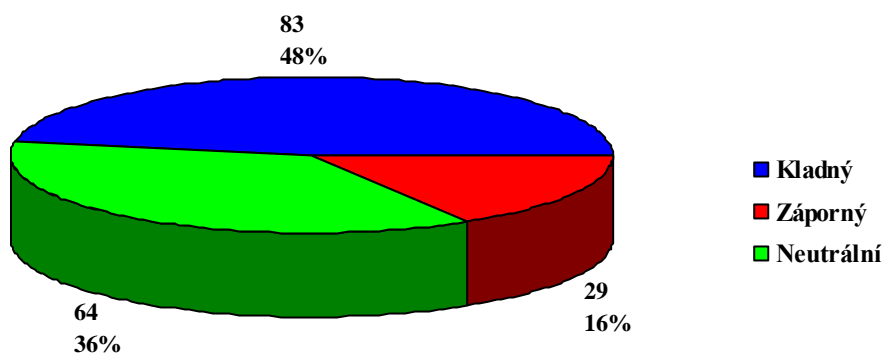
### 10. Vztah respondenta k vlastnímu tělu (otázka: Jaký máš vztah ke svému tělu?)

Pozitivní hodnocení výsledku daného dílčího zkoumání lze spatřovat v tom, že pouze 16% dotázaných má ke svému tělu záporný vztah. Toto je nutné, zejména ve vztahu k neutrálnímu postoji, přičíst, že dnešní mládež je obdobným přístupům poměrně laxní většinu věci z podstaty vůbec neřeší. Dalo by se očekávat, že zejména dívky jsou na své tělo přísné, ale zjištěné hodnoty toto vyvrací, neboť v záporném hodnocení svého těla převládají osoby mužského pohlaví, kdy z 29-ti respondentů, kteří odpověděli záporně, bylo 18 chlapců.

Tabulka číslo 11 – vztah respondenta k vlastnímu tělu

VZTAH K TĚLU	KLADNÝ	ZÁPORNÝ	NEUTRÁLNÍ
Absolutní četnost	83	29	64
Relativní četnost (%)	56	16	36

Graf číslo 10 – vztah respondenta k vlastnímu tělu



### 11. Reakce respondenta na stresové situace (otázka: Když jsi nervózní nebo ve stresu?)

V rámci této otázky se měl respondent rozhodnout pro jedinou reakci na nervozitu a stres, a to tu, která ho jako první napadne a kterou také převážně realizuje. Na tuto otázku zodpovědělo s konkrétní možností 112 respondentů (64%), jiným způsobem (sport, procházka, počítač atd.) to řeší 64 respondentů (36%). Záměrem této otázky bylo vyselektovat osoby, které se při řešení uvedených situací k patologickým jevům. Z dotazovaných, kteří se přiklonili ke konkrétní odpovědi, více než polovina (52%) sahá po cigaretě, jako nejdostupnější formě uvolnění vnitřního napětí. Zásadní je i podíl dotazovaných, kteří v těchto situacích preferují alkohol.

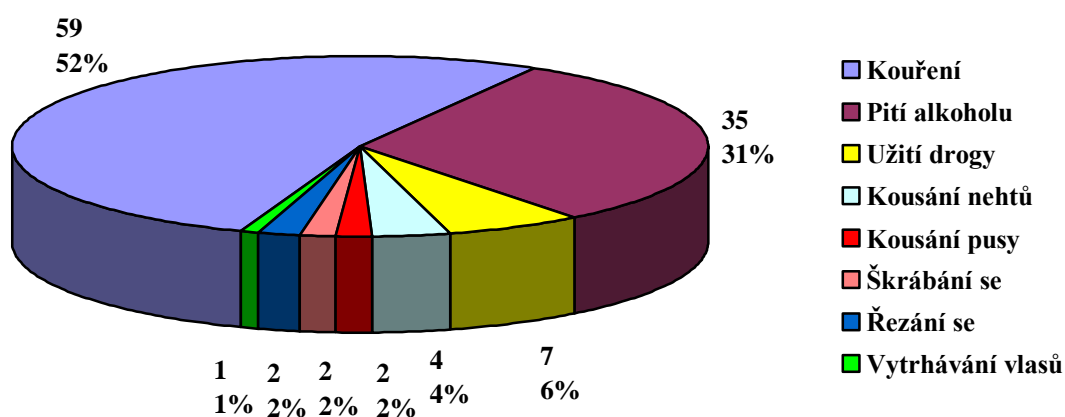
**Tabulka číslo 12 – reakce respondenta na stresové situace**

<b>REAKCE NA STRES</b>	<b>KOUŘENÍ</b>	<b>PITÍ ALKOHOLU</b>	<b>UŽITÍ DROGY</b>	<b>KOUSÁNÍ SI NEHTŮ</b>
Absolutní četnost	59	35	7	4
Relativní četnost (%)	52	31	6	4

<b>REAKCE NA STRES</b>	<b>KOUSÁNÍ SI PUSY A RTŮ</b>	<b>ŠKRÁBÁNÍ SE</b>	<b>ŘEZÁNÍ SE</b>	<b>VYTRHÁVÁNÍ VLASŮ</b>
Absolutní četnost	2	2	2	1
Relativní četnost (%)	2	2	2	1

Výsledky uvedené elementární části výzkumu již naznačily podíl výskytu osob, které se záměrně poškozují, i když, jak bude níže prezentováno, jednáním mající znaky záměrného poškozování při stresových situacích reaguje více osob, v tomto případě 11. Naproti tomu lze kousání nehtů pojat jako zlozvyk.

Graf číslo 11 – reakce respondenta na stresové situace



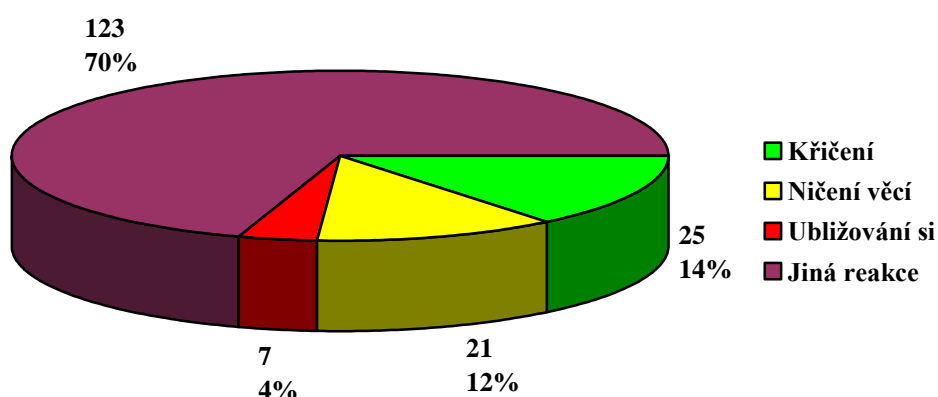
## 12. Reakce respondenta na vztek (otázka: Když máš vztek?)

Výsledky uvedených odpovědí na tuto ve své podstatě přirozenou reakci v návaznosti na předcházející zjištění již poukázaly na přítomnost osob, které určité situace řeší jednáním mající znaky záměrného sebepoškozování, čímž se již nepřímo projeví osoby mající problém, který je předmětem daného výzkumu. Mimo to zaujal i podíl destruktivní činnosti při potřebě ulevit si ze vzteku. Podle očekávání v tomto ohledu rapidně převažují osoby mužského pohlaví, mladšího věku. Jiné reakce směřují k činnostem uváděných v jiném řešení nervozity či stresu, nicméně některé z nich (masturbace, bití sourozenců či útoky z domova), jsou vhodné k dalšímu zkoumání.

Tabulka číslo 13 – reakce respondenta na vztek

REAKCE NA VZTEK	KŘIČENÍ	NIČENÍ VĚCÍ	UBLIŽOVÁNÍ SI	JINÁ REAKCE
Absolutní četnost	25	21	7	123
Relativní četnost (%)	14	12	4	70

Graf číslo 12 – reakce respondenta na vztek



### 13. Jednání respondenta k potřebě ulevit si (otázka: Uleví se Ti, když si?)

Otázka zaměřená na jednání jedince při potřebě ulevit si již byla jednoznačně zaměřená na selektování osob, které se uchylují k sebepoškozování. Výsledky dílčího zkoumání tento záměr jednoznačně potvrdily, neboť na tuto otázku a otázky dvě předcházející odpověděli tytéž respondenti. Jak se ukázalo, úlevu dotazovaným přináší různé formy mající znaky záměrného sebepoškozování, přičemž převažuje rozškrabávání ran a řezání se.

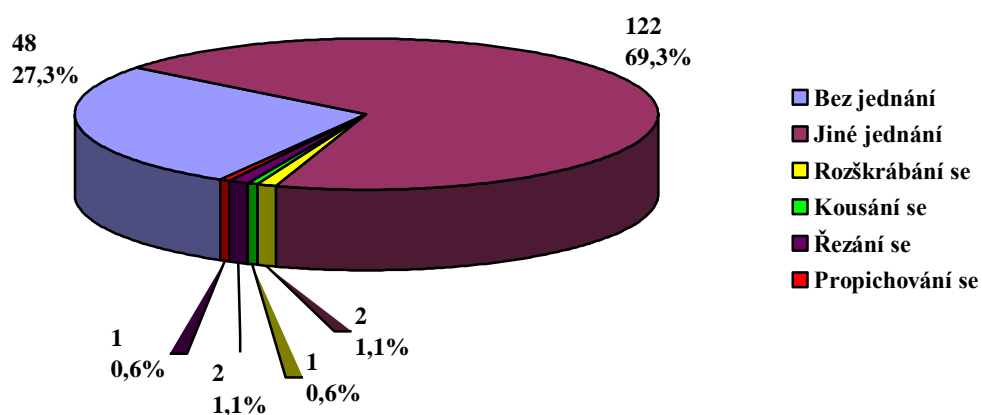
Jiné jednání opětovně koresponduje s předcházejícími odpověďmi na jiné reakce na stres či vztek. Diskutabilní je podíl osob bez jakékoli reakce.

Tabulka číslo 14 – jednání respondenta k potřebě ulevit si

POTŘEBA ULEVIT SI	ROZŠKRABÁNÍ RAN	ŘEZÁNÍ SE	PROPÍCHNUTÍ KŮŽE
Absolutní četnost	2	2	1
Relativní četnost (%)	1,1	1,1	0,6

POTŘEBA ULEVIT SI	KOUSÁNÍ SE	JINÉ JEDNÁNÍ	BEZ JEDNÁNÍ
Absolutní četnost	1	122	48
Relativní četnost (%)	0,6	69,3	27,3

Graf číslo 13 - jednání respondenta k potřebě ulevit si



#### 14. Délka trvání účinku, o který respondentovi jde (otázka: Jak dlouho trvá účinek, o který Ti jde, např. uvolnění nebo lepší nálada?)

Cílem zodpovězení této otázky bylo jednak uvolnění nálady respondenta k zodpovězení dalších významnějších otázek, zejména pak primárně u sedmi osob, které v předchozím šetření uvedly jako své reakce a jednání činnosti mající vztah k sebepoškozování, zjištění doby účinku pocitů, které si tímto způsobily, neboť jim o účinek z uvolnění bezesporu jde a jedná se o další ze znaků zkoumaného patologického jevu.

Tabulka číslo 15 – délka trvání účinku u všech respondentů

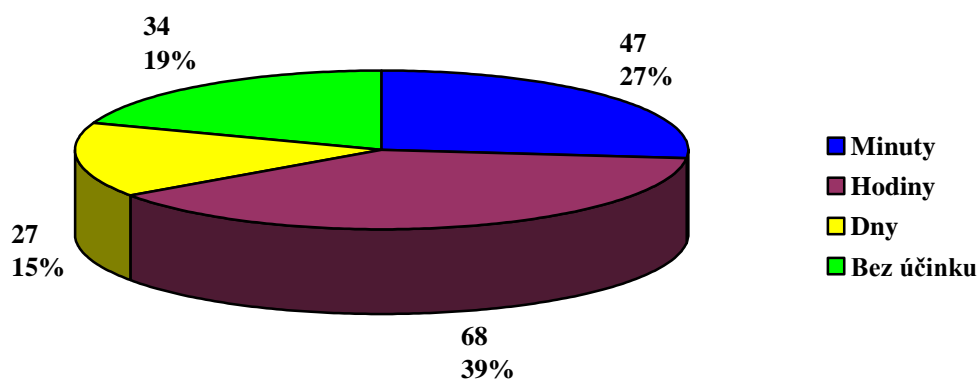
DOBA TRVÁNÍ ÚČINU	MINUTY	HODINY	DNY	BEZ ÚČINKU
Absolutní četnost	47	68	27	34
Relativní četnost (%)	27	39	15	19

Tabulka číslo 15a – délka trvání účinku u vybraných osob

DOBA TRVÁNÍ ÚČINU	MINUTY	HODINY	DNY
Absolutní četnost	2	4	1
Relativní četnost (%)	28	57	15



Graf číslo 14 – délka trvání účinku



V souvislosti s tímto zkoumaným aspektem je významné zejména zjištění u vybraných osob, kdy jednání mající znaky sebepoškozování těmto osobám přináší ve více než polovině případů účinek řádově několika hodin. U dvou osob trvají tyto pocity řádově v minutách a pouze u jednoho trvá tento účinek dny.

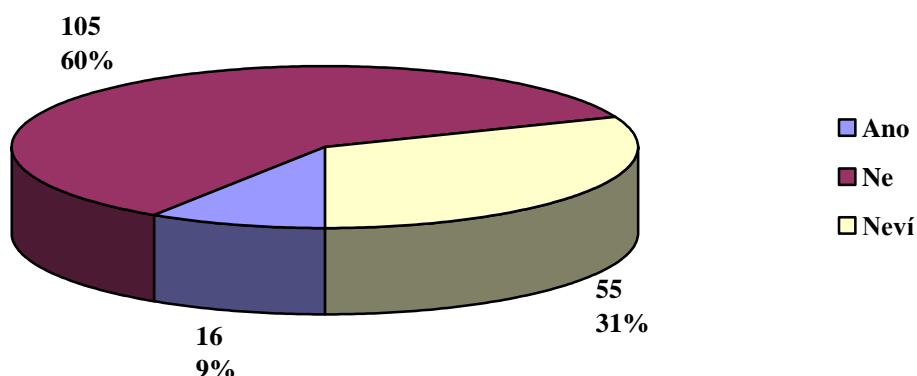
**15. Radost z upoutávání pozornosti ostatních různými druhy zranění (otázka: Rád/a upoutáváš pozornost ostatních různými druhy zranění - zlomeniny, modřiny, řezné rány atd.?)**

Tabulka číslo 16 – radost z upoutání pozornosti zraněním

RADOST Z UPOUTÁNÍ POZORNOSTI	ANO	NE	NEVÍ
Absolutní četnost	16	105	55
Relativní četnost (%)	9	60	31

Důležitým faktorem zjišťovaným uvedenou otázkou je prezentace či naopak latence svého poranění před veřejností. Jak bude níže uvedeno, žádná z osob, které mají sklony k sebepoškozování, nepreferují upoutávání pozornosti u ostatních svými zraněními, což prokazuje latentnost zkoumaného jevu. Z osob, které se rádi se svými zraněními předvádí, převládají chlapci.

Graf číslo 15 – radost z upoutání pozornosti zraněním



### 16. Záměrné ublížení si u respondentů (otázka: Už jsi si někdy záměrně ublížil/a?)

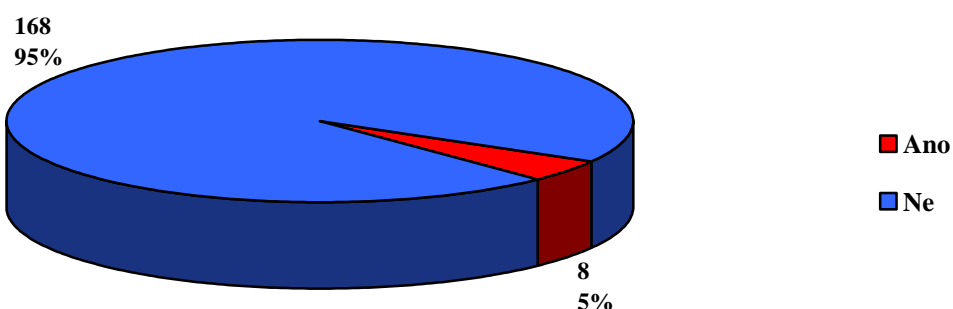
Cílem položené otázky bylo u respondentů získat jednoznačné sdělení k záměrnému sebe-poškození, k čemuž byla i nastavená jednoduchá škála odpovědí ano/ne. Výsledky ukazují na skutečnost, že 5% respondentů mělo se sebe-poškozením praktickou zkušenost a současně prokazují, že toto jednání je reakce na stresové situace, nervozitu a vztek v návaznosti na přítomnost konkrétního problému, neboť právě respondenti, kteří uvedli kladnou odpověď, toto sdělili ve svých předchozích vyjádřeních.

Sebe-poškození přiznaly v pěti případech osoby ženského pohlaví a ve třech případech osoby pohlaví mužského. Jednalo se o osoby napříč spektrem věkového rozložení výzkumného vzorku, protože v rámci dosavadního šetření nebyla zjišťována četnost a období provozování tohoto jevu.

Tabulka číslo 17 – záměrné ublížení si respondentů

ZÁMĚRNÉ UBLIŽENÍ SI	ANO	NE
Absolutní četnost	8	168
Relativní četnost (%)	5	95

Graf číslo 16 – záměrné ublížení si respondentů



### 17. Období, kdy k sebepoškození došlo (otázka: Pokud ano, kdy k tomu došlo?)

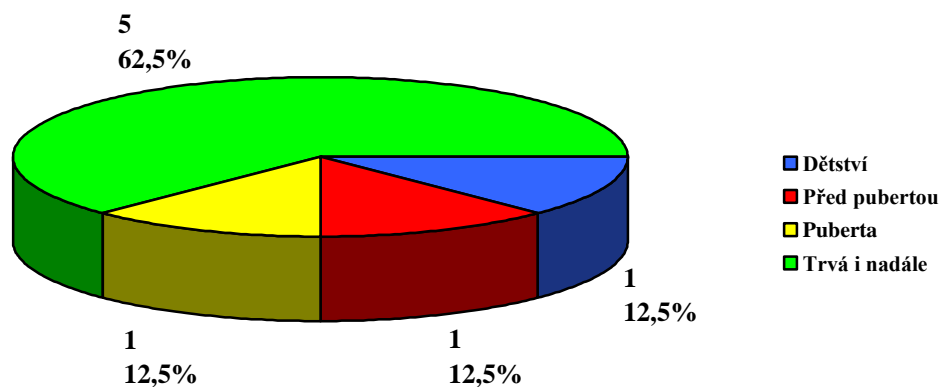
Další zjišťované údaje se již vztahovaly k osobám, které v předchozím šetření uvedly, že se samy sebepoškozují, přičemž bylo zjišťováno období, kdy k tomuto došlo, opakovanost jednání, způsob a důvod sebepoškozování.

V jednom případě k sebepoškozování došlo již v dětství, dva krát v období kolem puberty a ve většině případů (62,5%) k sebepoškozování dochází i nadále. Výsledky této části výzkumu prokázaly, že zkoumaný sociálně patologický jev se týká zejména osob, procházejících obdobími adolescence. Věkové složení osob, které ve svých odpovědích uvedly, že ve svém sebepoškozování pokračují i nadále, je totiž 15 – 17 let. U ostatních dotazovaných lze tedy usoudit, že epizoda jejich života, kdy k sebepoškozování docházelo, je již minulostí.

Tabulka číslo 18 – období sebepoškozování

OBDOBÍ SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	DĚTSTVÍ	PŘED PUBERTOU	PUBERTA	TRVÁ I NADÁLE
Absolutní četnost	1	1	1	5
Relativní četnost (%)	12,5	12,5	12,5	62,5

Graf číslo 17 – období sebepoškozování



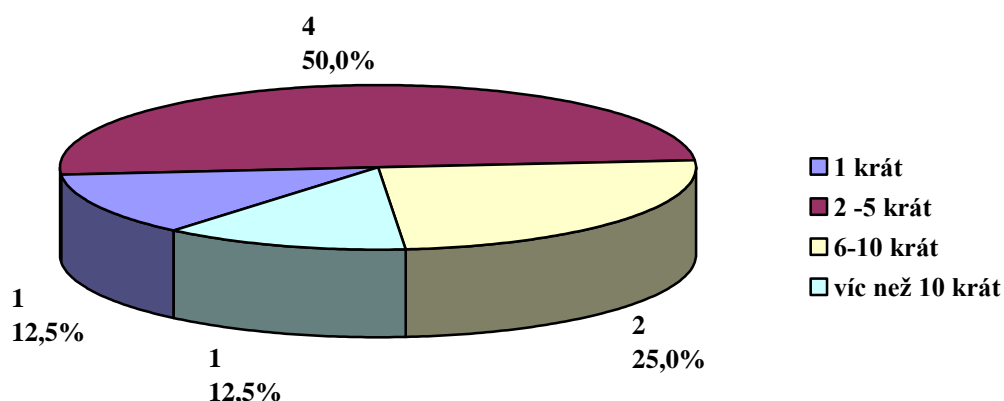
### 18. Opakování sebepoškozování u respondentů (otázka: Kolikrát jsi sebepoškozování zopakoval/a?)

Poměrně významným zjišťovaným údajem je nesporně četnost opakování sebepoškozování. Největší, 50-ti %, zastoupení má rozmezí 2x-5x, následuje rozmezí 6x-10x (25% dotazovaných) a hraničními jsou s jedním případem zjištěné sebepoškozování, která proběhly pouze jednou a naopak opakují se víc než 10x. Z osob, které se sebepoškozují i nadále, dvě uvedly odpověď 2x-5x, jedna odpověď 6x-10x a jedna víc než 10x. Oproti předpokladu, že respondent, který uvedl, že se poškozoval pouze v dětství, toto uskutečnil pouze jednou, bylo zjištěno, že tak činil 2x-5x.

Tabulka číslo 19 – opakování sebepoškozování u respondentů

OPAKOVÁNÍ SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	POUZE JEDENKRÁT	DVAKRÁT AŽ PĚT KRÁT	ŠESTKRÁT AŽ DESTEKRÁT	VÍC, NEŽ DESTEKRÁT
Absolutní četnost	1	4	2	1
Relativní četnost (%)	12,5	50	25	12,5

Graf číslo 18 – opakování sebepoškození u respondentů



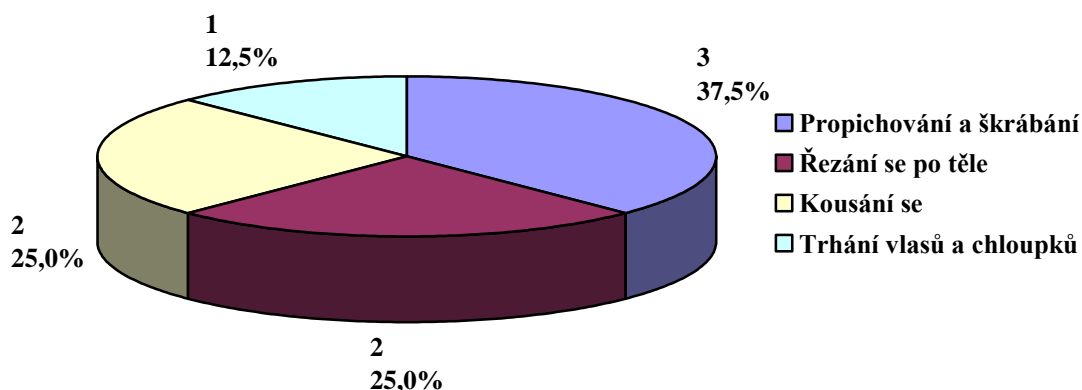
### 19. Způsob záměrného sebepoškození (otázka: Jak si ubližuješ – ubližoval/a?)

Závěry šetření této oblasti stanovily rozložení skupiny výzkumného vzorky, která se sebe-poškozuje, v souvislosti ze způsobem provádění zkoumaného jevu a současně potvrdily předchozí výsledky týkající se jednání při přítomnosti stresu a vzteku. Respondent, který si ubližoval v dětství, toto uskutečňoval formou kousání se. V případech pokračujícího sebe-poškození převládá propichování a škrábání kůže a řezání se (v obou případech 2x).

Tabulka číslo 20 – způsob záměrného sebepoškození se

ZPŮSOB SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	PROPICHOVÁNÍ NEBO ŠKRÁBÁNÍ KŮŽE	ŘEZÁNÍ SE NA ZÁPĚSTÍ NEBO JINÝCH ČÁSTECH TĚLA	KOUSÁNÍ SE	TRHÁNÍ VLASŮ, ŘÁS NEBO OBOČÍ
Absolutní četnost	3	2	2	1
Relativní četnost (%)	37,5	25	25	12,5

Graf číslo 19 – způsob záměrného sebepoškození se



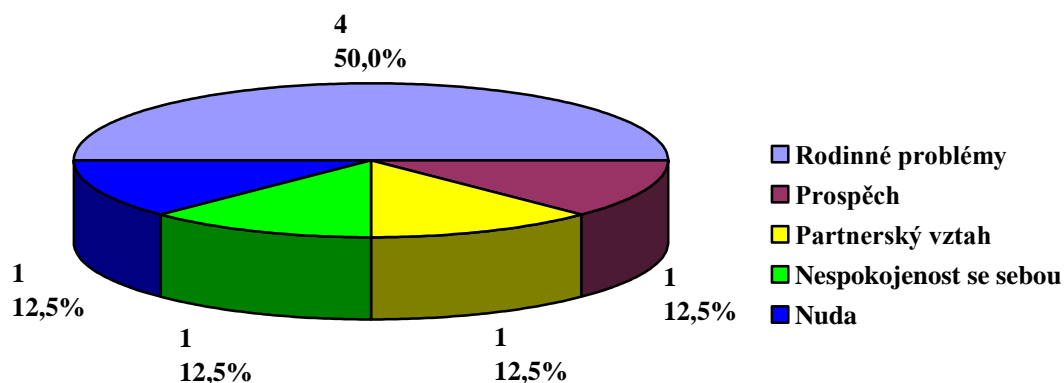
### 20. Důvody záměrného sebepoškození (otázka: Jaký byl důvod Tvého záměrného sebepoškození?)

Stěžejním v případě zjištěného záměrného sebepoškození je zjištění důvodu, proč se dotazovaní k tomuto jednání uchylují, tedy stanovení problému, který je stimulem k sebepoškození. Nejpočetnějším a tedy i nejzávažnějším důvodem jsou problémy v rodině, což jak je následně prezentováno, přímo souvisí s rodinnou situací. Dalšími zjištěnými důvody jsou prospěch, partnerský vztah, nespokojenost se sebou a zajímavým důvodem nuda.

Tabulka číslo 21 – důvod sebepoškození respondentů

DŮVOD SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	RODINNÉ PROBLÉMY	PROSPĚCH	PARTNERSKÝ VZTAH	NESPOKOJENOST SE SEBOU	NUDA
Absolutní četnost	4	1	1	1	1
Relativní četnost (%)	50	12,5	12,5	12,5	12,5

Graf číslo 20 – důvod záměrného poškození respondentů



Veškeré souvislosti s důvody záměrného sebepoškození jsou uvedeny a zdůvodněny v profilech jednotlivých sebepoškozujících se osob.

### 21. Svěření se o sebepoškození jiné osobě (otázka: Svěřil/a jsi se o sebepoškození někomu jinému?)

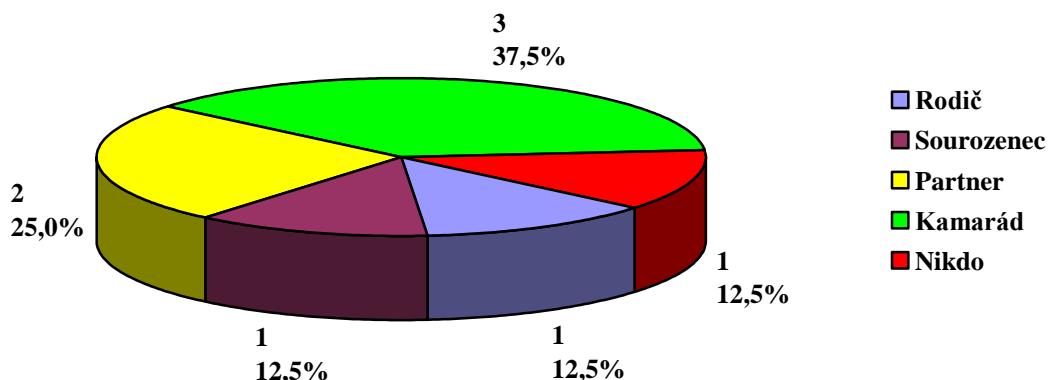
Svěření se o sebepoškození jiné osobě je pro osobu, která má s tímto jevem vlastní zkušenost, s určitostí poměrně složitým rozhodnutím. Vzhledem k této skutečnosti je další oblast zkoumání zaměřená jednak na subjekt, kterému bylo předmětné jednání sděleno, zvláště pak způsob a forma tohoto sdělení se zaměřením na úlohu sociálních sítí jakožto prostředku k předání tak choulostivých informací. Zjišťovány byly dále skutečnosti týkající se důvodu a záměru uvedeného svěření prostřednictvím virtuálního internetového prostředí, neboť je zřejmé, že tento způsob výměny informací a komunikace je mezi současnou mládeží natolik oblíbený a preferovaný, že je nutné se touto otázkou zabývat.

Pouze v jednom případě ke svěření se vůbec nedošlo, nejvíce se sebepoškozující svěřují svým kamarádům a poté partnerům. V případě svěření se rodičům se jednalo o respondenta, který předmětnou činnost provozoval v dětství. Z výsledků tedy vyplývá, že současná rodina z titulu svého poslání, svou funkci neplní.

Tabulka číslo 22 – svěření se respondentů jiné osobě

SVĚŘENÁ OSOBA	RODIČ	SOUROZENEC	PARTNER	KAMARÁD	NIKDO
Absolutní četnost	1	1	2	3	1
Relativní četnost (%)	12,5	12,5	25	37,5	12,5

Graf číslo 21 – svěření se respondentů jině osobě



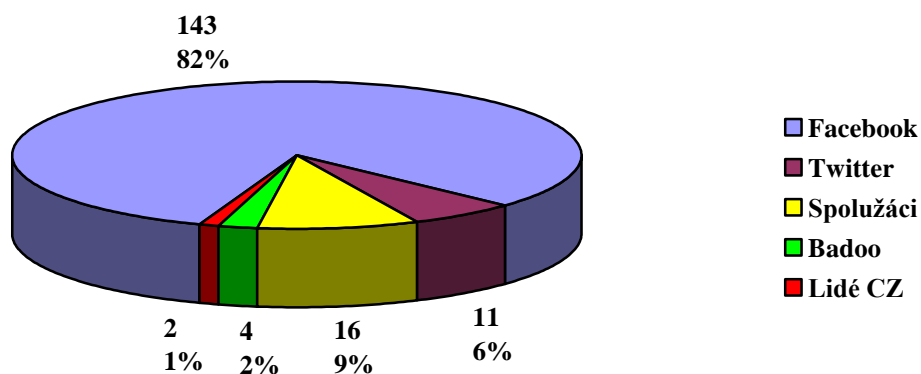
## 22. Uživatelé sociálních sítí (otázka: Jakou sociální síť nejvíc používáš?)

Před dalším elementárním zkoumáním bylo nutné zjistit, jaké sociální sítě respondenti užívají a za jakým účelem. Zjištěné výsledky poměru uživatelů jednotlivých sociálních sítí víceméně korespondují s poměrem uživatelů těchto sítí v rámci České republiky. Jednoznačně nejoblíbenějším virtuálním prostředím dotazovaných je sociální síť Facebook.

Tabulka číslo 23 – respondenty preferovaná sociální síť

SOCIÁLNÍ SÍŤ	FACEBOOK	TWITTER	SPOLUŽÁCI	BADOO	LIDÉ CZ
Absolutní četnost	143	11	16	4	2
Relativní četnost (%)	82	6	9	2	1

Graf číslo 22 – respondenty preferovaná sociální síť





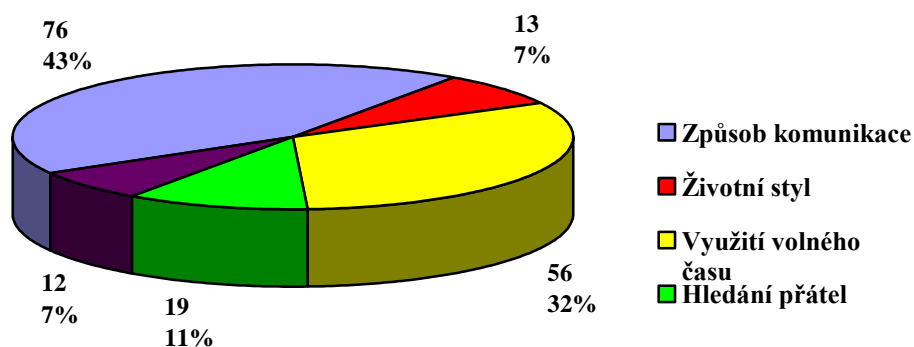
### 23. Důvod užívání sociálních sítí respondenty (otázka: Proč využíváš sociální síť?)

Nejvýznamnějšími důvody užívání sociálních sítí byly u respondentů zjištěny vhodný způsob komunikace (43% dotazovaných) a jako forma zábavy a využití volného času (32% dotazovaných). Užívat sociální síť za účelem utajení své totožnosti a tím zůstat v anonymitě preferuje pouze 7% respondentů. Výsledky tedy poukazují na oblíbenost využívání sociálních sítí ze strany současné mládeže.

Tabulka číslo 24 – důvod užívání sociálních sítí respondenty

DŮVOD UŽÍVÁNÍ SOCIÁLNÍ SÍŤ	VHODNÝ ZPŮSOB KOMUNIKACE	ŽIVOTNÍ STYL	ZÁBAVA, VYUŽITÍ VOLNÉHO ČASU	HLEDÁNÍ NOVÝCH PŘÁTEL	ZŮSTAT V ANONYMITĚ
Absolutní četnost	76	13	56	19	12
Relativní četnost (%)	43	7	32	11	7

Graf číslo 23 – důvod užívání sociálních sítí respondenty



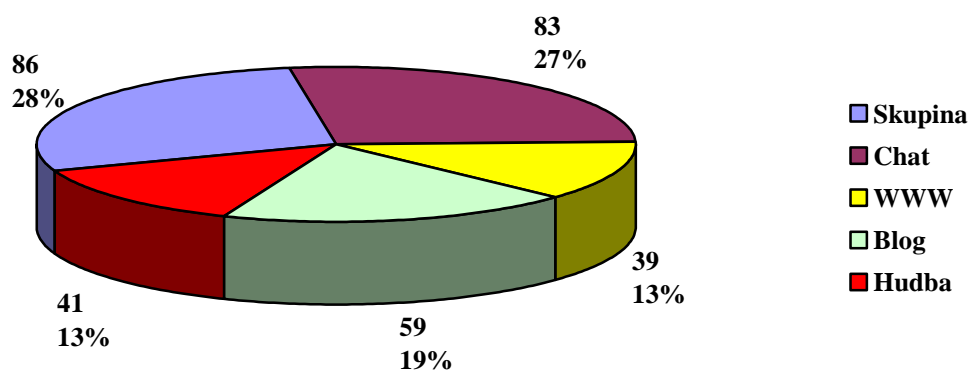
### 24. Setkání se sebepoškozením na sociálních sítích (otázka: Setkal ses na sociálních sítích s informacemi o sebepoškození?)

V tomto případě šlo zjištění kontaktu respondentů se sebepoškozením se zaměřením na výskyt tohoto jevu na sociálních sítích. U tohoto zjišťovaného údajů mohli respondenti uvést více možností korespondující s vlastní zkušenosti, přičemž drtivá většina respondentů se setkala s více druhy prezentace zkoumaného jevu na sociálních sítích.

Tabulka číslo 25 - setkání se sebepoškozováním na sociálních sítích

ZPŮSOB PREZENTACE	ZALOŽENÁ SKUPINA	PŘÍMÝ CHAT	ODKAZ NA WWW	ODKAZ NA BLOG	HUDEBNÍ PRODUKCE
Absolutní četnost	86	83	39	59	41
Relativní četnost (%)	28	27	13	19	13

Graf číslo 24 - setkání se sebepoškozováním na sociálních sítích



Ze všech odpovídajících respondentů jich 12, tedy 7%, uvedlo, že se s informacemi o sebepoškozování a sociálních sítích vůbec nesešlo. Z vyjádření těch zbylých vyplývá, že nejvíce se na sociálních sítích prezentují k tomuto účelu založené skupiny nebo je sebepoškozování předmětem komunikace jednotlivých uživatelů v rámci chatu. Další oblastí jsou zveřejněné odkazy na blogy k diskusi. Zhruba stejné zastoupení mají odkazy na webové stránky organizací a skupin se sebepoškozováním souvisejících a zveřejnění hudební video či audio produkce. Celkem 164 dotazovaných na sociálních sítích narazilo na 308 případů zveřejnění informací týkajících se sebepoškozování.

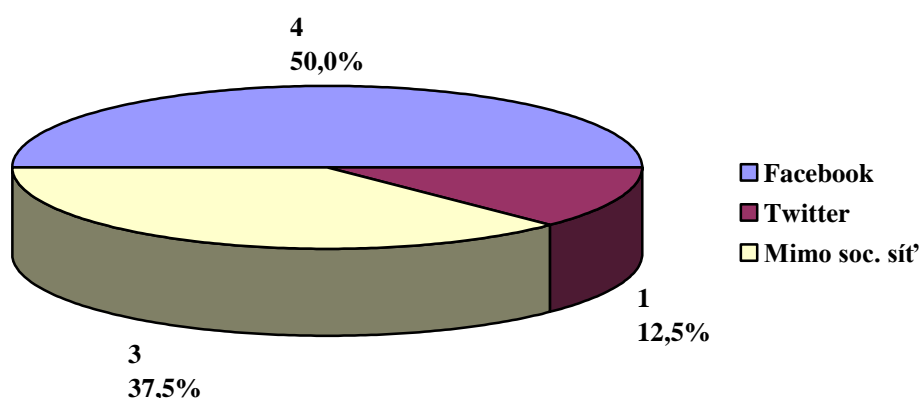
### 25. Řešení situace o sebepoškozování cestou sociálních sítí (otázka: Zveřejnil jsi svůj problém se sebepoškozováním na sociální síti?)

V návaznosti na předcházející otázky byli dotazováni respondenti, u kterých bylo zjištěno sebepoškozování, se zaměřením na zveřejnění a řešení svého problému prostřednictvím konkrétní sociální sítě. Tři respondenti uvedli, že předmětnou záležitost přes sociální síť neřeší. Z pěti osob, které uvedly, že sociální síť k tomuto účelu použily, tak nejvíce činili prostřednictvím Facebooku. Pouze jednou se tak dělo přes sociální síť Twitter.

Tabulka číslo 26 – řešení situace cestou sociálních sítí

ŘEŠENÍ CESTOU SOCIÁLNÍ SÍŤE	FACEBOOK	TWITTER	MIMO SOCIÁLNÍ SÍŤ
Absolutní četnost	4	1	3
Relativní četnost (%)	50	12,5	37,5

Graf číslo 25 – řešení situace cestou sociálních sítí



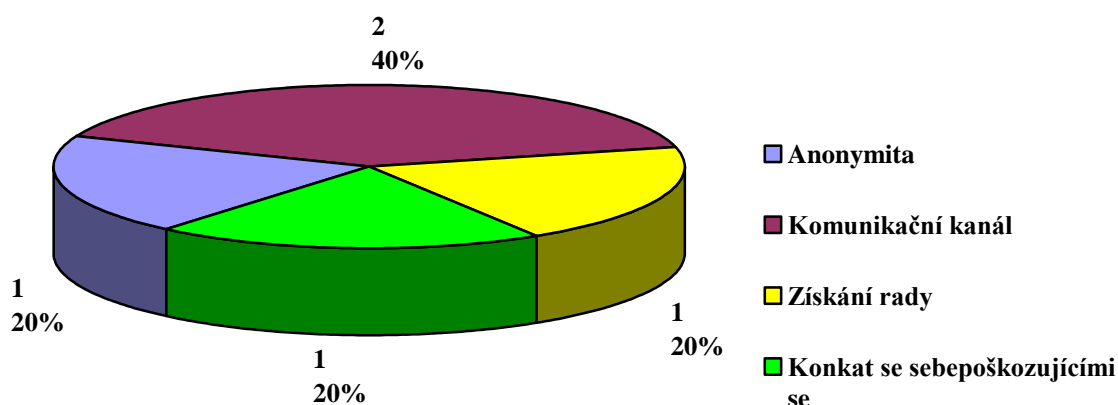
## 26. Důvod řešení situace sebepoškození prostřednictvím sociálních sítí (otázka: Z jakého důvodu jsi tak učinil/a?)

Dalším zkoumaným údajem byl důvod, proč se osoby se sebepoškozením, rozhodly řešit svou situaci prostřednictvím sociálních sítí. Dominujícím důvodem, jak ostatně vyplynulo i s šetření u celého výzkumného vzorku, je fakt, že sociální sítě respondenti považují za vhodný způsob komunikace a i samotní sebepoškozující tedy raději volí tuto formu. V jednom případě hodlal respondent zůstat se svým problémem v anonymitě a ve dvou případech se snaží vyhledat a získat informace ke svému problému, přičemž zásadní je snaha o kontakt s osobami se stejným problémem.

Tabulka číslo 27 – důvod řešení situace sebepoškození prostřednictvím sociálních sítí

DŮVOD ŘEŠENÍ PŘES SOCIÁLNÍ SÍŤ	ZŮSTAT V ANONYMITĚ	VHODNÝ ZPŮSOB KOMUNIKACE	RYCHLÁ MOŽNOST ZÍSKÁNÍ RADY	MOŽNOST KONTAKTU S JINÝMI SEBEPŮŠKOZUJÍCÍMI SE
Absolutní četnost	1	2	1	1
Relativní četnost (%)	20	40	20	20

Graf číslo 26 – důvod řešení situace prostřednictvím sociálních sítí



### 27. Záměr prezentování sebepoškození prostřednictvím sociálních sítí (otázka: S jakým záměrem jsi prezentoval/a své sebepoškození na sociální síti?)

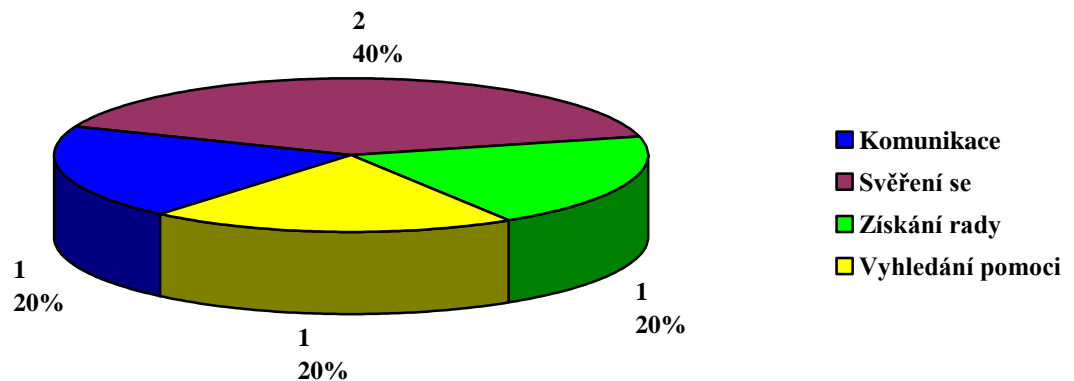
Souvisejícím zjišťovaným údajem ve vztahu k sebepoškození a jeho prezentaci prostřednictvím sociálních sítí byl záměr respondentů, na základě kterého k zveřejnění svého problému přistoupili. Ve dvou případech se chtěli pouze svěřit, v dalších případech bylo jejich záměrem komunikovat o problému, získat radu a vyhledat pomoc.

Z předešlého šetření tedy jednoznačně vyplynulo, že využívání sociálních sítí posloužilo v mnoha případech k zveřejnění zkoumaného jevu zejména k získání vhodného prostředí pro komunikaci o problému, pro získání požadovaných informací a neposlední řadě i rady nebo pomoci. Sociální síť jako forma komunikačního kanálu tedy v závažné míře nahrazují k oblasti výměny informací a komunikace rodinu. Výsledky výzkumu v dostatečných intencích potvrdily pozitivní vliv sociálních sítí na osoby, které mají praktickou zkušenost se záměrným sebepoškozením. Současně lze důvodně tvrdit, že tento vliv se sekundárně projevuje i v myšlení a jednání ostatních osob spojených se sebepoškozenými.

Tabulka číslo 28 – záměr prezentování sebepoškození na sociálních sítích

ZÁMĚR PREZENTOVÁNÍ SEBEPOŠKOZOVÁNÍ	POUZE SE SVĚŘIT	KOMUNIKOVAT O PROBLÉMU	ZÍSKAT RADU	VYHLEDAT POMOC
Absolutní četnost	2	1	1	1
Relativní četnost (%)	40	20	20	20

Graf číslo 27 – záměr prezentování sebepoškozování na sociálních sítích



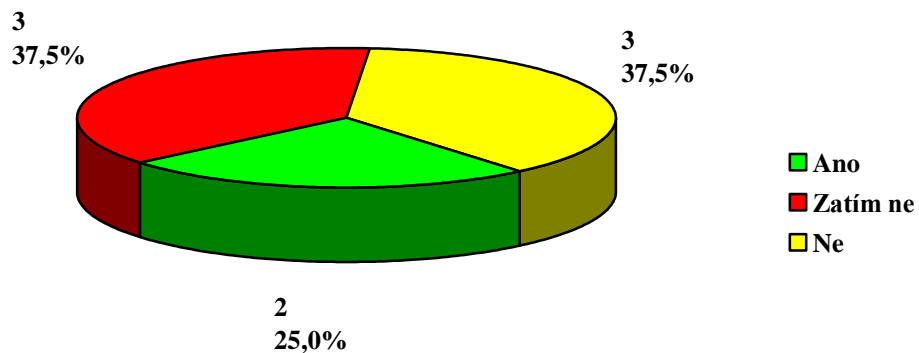
### 28. Vyhledání odborné pomoci respondenty (otázka: Vyhledal/a jsi odbornou pomoc?)

V případě zjišťování u respondentů, zda v souvislosti se sebepoškozováním vyhledali odbornou pomoc, výrazně dominuje skutečnost, že dotazovaní nestojí o odbornou pomoc a snaží se řešit problémy sami nebo ho vůbec neřeší.

Tabulka číslo 29 – vyhledání odborné pomoci respondenty

VYHLEDÁNÍ ODBORNÉ POMOCI	ANO	NE, AŽ POKUD TO NEZVLÁDNE SÁM	NE, NENÍ POTŘEBA
Absolutní četnost	2	3	3
Relativní četnost (%)	50	12,5	37,5

Graf číslo 28 – vyhledání odborné pomoci respondenty



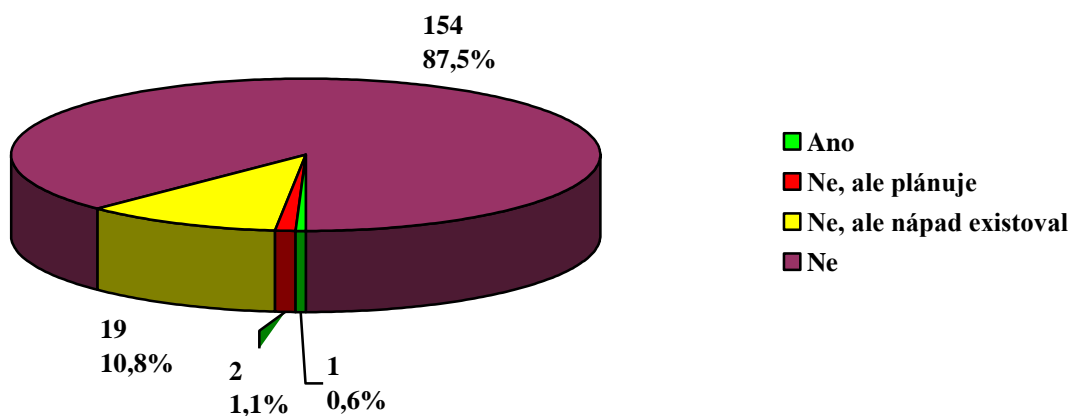
### 29. Zkušenosti se sebevražedným jednáním u respondentů (otázka: Pokusil/a jsi se někdy o sebevraždu?)

Závěrem byl u celého výzkumného vzorku zjišťován údaj týkající se zkušenosti se sebevražedným jednáním, které se záměrným sebepoškozováním taktéž souvisí. Naprostá většina dotazovaných (87,5%) ne sebevraždu nikdy ani nepomyslela, 10,8% dotazovaných s touto myšlenkou koketovalo. Pouze jeden z respondentů se o sebevraždu pokusil a jedná se o člena skupiny osob sebepoškozujících se, další dva z téže skupiny se vyjádřily, že předmětný akt plánují a další dva měli alespoň myšlenky o sebevraždě.

**Tabulka číslo 30 – zkušenosti respondentů se sebevražedným jednáním**

POKUS O SEBEVRAŽDU	ANO	NE, ALE PLÁNUJE	NE, ALE NÁPAD EXISTOVAL	NE
Absolutní četnost	1	2	19	154
Relativní četnost (%)	0,6	1,1	10,8	87,5

**Graf číslo 29 – zkušenosti respondentů se sebevražedným jednáním**



#### 7.2.1 Profily osob se zjištěným sebepoškozováním

Pro zviditelnění propojení souvislostí mezi jednotlivými zjišťovanými údaji jsou v následujících tabulkách vyjádřeny a následně vyhodnoceny profily osmi osob, u kterých bylo dotazníkovým šetřením diagnostikováno záměrné sebepoškozování. Na základě těchto výstupů lze stanovit důvody, příčiny a další aspekty zkoumaného jednání.

Tabulka číslo 31 – profily sebepoškozujících se osob

OTÁZKA	OSOBA Č. 1	OSOBA Č. 2	OSOBA Č. 3	OSOBA Č. 4
Pohlaví	žena	žena	žena	žena
Věk	15	16	16	17
Rodiče	spolu	rozvedení s matkou	samoživitelka	spolu
Situace v rodině	s problémy	nesnáší se	-	nekomunikují
Zvláštnost na těle	tetování	nic	nic	piercing
Vztah k tělu	záporný	neutrální	záporný	neutrální
Reakce na stres	řezání se	řezání se	kreslení	procházka
Reakce na vztek	ublížení si	ublížení si	křičení	ublížení si
Ulevení si	řezání se	řezání se	vytrhání vlasů	propíchnutí kůže
Délka účinku	hodiny	hodiny	minuty	dny
Prezentace zranění	ne	ne	ne	ne
Období sebepoškozování	trvá	trvá	před pubertou	puberta
Opakování sebepoškozování	2-5	6-10	2-5	6-10
Způsob sebepoškozování	řezání se	řezání se	trhání vlasů	škrábání se
Důvod sebepoškozování.	prospěch	rodinné problémy	nespokojenost se sebou	partner
Svěření se osobě	kamarád	partner	nikdo	sourozenec
Řešení cestou sociální sítí	Facebook	Facebook	mimo sociální sít'	mimo sociální sít'
Důvod řešení přes sociální sítě	vhodná komunikace	získání rady	x	x
Záměr řešení přes sociální sítě	pouze se svěřit	získat radu	x	x
Sebepoškozování na sociálních sítích	chat, blog, www	chat, skupina	chat	skupina, hudba
Sebevražednost	ne	v plánu	ano	nápad

OTÁZKA	OSOBA č. 5	OSOBA č. 6	OSOBA č. 7	OSOBA č. 8
Pohlaví	žena	muž	muž	muž
Věk	17	15	17	18
Rodiče	rozvedení s matkou	spolu	spolu	rozvedení s matkou
Situace v rodině	nekomunikují	s problémy	s problémy	nekomunikují
Zvláštnost na těle	nic	nic	tetování	tetování
Vztah k tělu	kladný	kladný	záporný	neutrální
Reakce na stres	škrábání se	kousání nehtů	škrábání se	kouření
Reakce na vztek	ublížení si	sport	ublížení si	ublížení si
Ulevení si	rozškrábání ran	-	rozškrábání ran	kousání se
Délka účinku	hodiny	-	hodiny	minuty
Prezentace zranění	ne	neví	neví	ne
Období sebepoškozování	trvá	dětství	trvá	trvá
Opakování sebepoškozování	10 a víc	2-5	2-5	1
Způsob sebepoškozování	škrábání se	kousání se	škrábání se	kousání se
Důvod sebepoškozování.	rodinné problémy	rodinné problémy	rodinné problémy	nuda
Svěření se osobě	kamarád	rodič	partner	kamarád
Řešení cestou sociální sítě	Facebook	mimo sociální síť	Facebook	Twitter
Důvod řešení přes sociální síť	vhodná komunikace	x	anonymita	kontakt s jinými
Záměr řešení přes sociální síť	komunikovat	x	pouze se svěřit	vyhledat pomoc
Sebepoškozování na sociálních sítích	chat, skupina, www, hudba	ne	chat, blog, www	chat, blog, skupina
Sebevražednost	v plánu	ne	nápad	ne



### 7.2.2 Vyhodnocení profilů vybraných osob

1. osoba: dívka, která žije společně s oběma rodiči mající spolu problémy, má na svém těle tetování a záporný vztah ke svému tělu. Stresové situace a vztek řeší sebepoškozováním. Záměrně se sebepoškozuje řezáním, což trvá doposud, provedla akt již 2-5 krát. Důvodem jejího jednání je špatný prospěch a o svém problému se svěřila kamarádovi, což prezentovala i na Facebooku, jakožto vhodném komunikačním prostředku, nicméně hodlala se pouze se svým problémem svěřit. O sebepoškozování se na sociálních sítích dověděla přes chat, odkaz na blog, a webové stránky. Odbornou pomoc dle svého vyjádření nepotřebuje, na sebevraždu nepomyslela.

2. osoba: dívka, která žije po rozvodu rodičů společně s matkou, přičemž rodiče se nesnáší, má ke svému tělu neutrální vztah. Stresové situace a vztek řeší sebepoškozováním. Záměrně se sebepoškozuje řezáním se, což dosud trvá, akt provedla 6- 10 krát. Příčinou jejího jednání jsou rodinné problémy a o svém sebepoškozování se svěřila partnerovi, což prezentovala i na Facebooku za účelem získání rady. O sebepoškozování se na sociálních sítích dověděla přes chat a uzavřenou skupinu. Odbornou pomoc dle svého vyjádření nepotřebuje, nicméně sebevraždu má v plánu.

3. osoba: dívka, která žije s matkou, samoživitelkou, má ke svému tělu záporný vztah. Stresové situace a vztek řeší nyní jinou formou. Záměrně se sebepoškovala vytrháváním vlasů, k čemuž docházelo před pubertou s opakováním aktu v počtu 2-5 krát. Důvodem jejího jednání byla nespokojenost se sebou, nikomu z uvedených subjektů se o tom nesvěřila a problém neřešila ani prostřednictvím sociálních sítí. O sebepoškozování se na sociálních sítích dověděla přes chat. Problém řešila přes odbornou pomoc a pokusila se i o sebevraždu.

4. osoba: dívka, která žije po rozvodu rodičů společně s matkou, přičemž rodiče vzájemně nekomunikují, má piercing a neutrální vztah ke svému tělu. Záměrně se sebepoškovala v pubertě propíchnutím kůže se, přičemž akt zopakovala 6-10 krát. Příčinou jejího jednání byl partnerský vztah a o svém sebepoškozování se svěřila sourozenci a na sociálních sítích to neprezentovala. O sebepoškozování se na sociálních sítích dověděla prostřednictvím uzavřené skupiny a zaznamenala i hudební produkci. Odbornou pomoc by vyhledala, až v případě, kdyby to sama nezvládla a s myšlenkami na sebevraždu koketovala.

5. osoba: dívka, která žije po rozvodu rodičů společně s matkou, přičemž rodiče vzájemně nekomunikují, má ke svému tělu kladný vztah. Záměrně se sebepoškozuje škrábáním se, což dosud trvá, provedla akt víc, než 10 krát. Příčinou jejího jednání jsou rodinné problémy a o svém sebepoškození se svěřila kamarádovi, což prezentovala i na Facebooku, jakožto vhodném komunikačním prostředku, kdy hodlala o svém problému komunikovat. O sebepoškození se na sociálních sítích dověděla přes chat, odkazy na blog a www stránky a zaznamenala i hudební produkci. Odbornou pomoc dle svého vyjádření nepotřebuje a sebevraždu má v plánu.

6. osoba: kluk, který žije společně s oběma rodiči mající spolu problémy, má ke svému tělu kladný vztah. Stresové situace řeší sportem, ale ve vzteku si kouše nehty. Záměrně se sebepoškozoval v dětství kousáním se, přičemž akt zopakoval 2-5 krát. Důvodem jeho jednání byly rodinné problémy. Se sebepoškození se na sociálních sítích nesetkal. O tomto se svěřil rodičům, nikoliv pak prostřednictvím sociálních sítí. Problém řešil cestou odborné pomoci, na sebevraždu nepomyslel.

7. osoba: kluk, který žije společně s oběma rodiči mající spolu problémy, má na svém těle tetování a záporný vztah ke svému tělu. Stresové situace a vztek řeší sebepoškozením. Záměrně se sebepoškozuje škrábáním se, což trvá doposud, akt provedl již 2-5 krát. Důvodem jeho jednání jsou problémy v rodině a o svém problému se svěřil partnerovi, problém prezentoval i na Facebooku, jakožto prostředí vhodné pro anonymitu, nicméně měl potřebu se svým problémem se svěřit. O sebepoškození se na sociálních sítích dověděl přes chat a odkazy na blog a webové stránky. Odbornou pomoc dle svého vyjádření nepotřebuje, na sebevraždu již myšlenky měl.

8. osoba: kluk, který, která žije po rozvodu rodičů společně s matkou, přičemž rodiče vzájemně nekomunikují, má tetování a neutrální vztah ke svému tělu. Stres řeší kouřením, vztek ublížením si. Záměrně se poškodil jednou, to kousáním se, přičemž uvádí, že jeho problém i nadále trvá. Příčinou jeho jednání je nuda, o svém sebepoškození se svěřil kamarádovi, což prezentovala i na Twitteru, jakožto vhodném prostředku na kontaktování osob se stejným problémem se záměrem vyhledání pomoci. O sebepoškození se na sociálních sítích dozvěděl přes chat, blog a uzavřenou skupinu. Odbornou pomoc by vyhledal, až v případě, kdyby to sám nezvládl, myšlenky na sebevraždu nemá.

## 8 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU

Dle zjištěných výsledků sčítání jednotlivých odpovědí dotazníkového šetření bylo provedeno zkoumání zjištěných hodnot ve vztahu vlivu vnějších faktorů na sebepoškozování a vlivu sociálních sítí na tento sociálně patologický jev pro následné ověření stanovených hypotéz a interpretaci výsledků výzkumu.

### 8.1 Vyhodnocení vlivu sociálních sítí na sebepoškozování a ověření stanovených hypotéz

V rámci výzkumného problému byly následně zjišťovány souvislosti mezi jednotlivými provedeným dotazníkovým šetřením získaných údajů se zaměřením na stanovení a ověření vlivu sociálních sítí na sebepoškozování.

Potvrzení či vyvrácení stanovených hypotéz H1, H2 bylo provedeno za použití testu nezávislosti, chí-kvadrát pro čtyřpolní tabulku. Pro ověření hypotéz a H3 a H4, vzhledem k malým četnostem zjištěných proměnných, byl použit Fisherův kombinatorický test, opětovně s využitím čtyřpolní tabulky.

#### Zkušenost respondentů se sebepoškozováním na sociálních sítích

Primárně bylo vyhodnoceno, jak ukazuje tabulka č. 32, jaká je vazba mezi osobami, které se sebepoškozují či nikoliv a setkáním se se sebepoškozováním na sociálních sítích. Jak výsledky ukazují a je to výše i graficky znázorněno, drtivá většina (93%) dotázaných se s tímto jevem různými způsoby prezentací na sociálních sítích setkala, kdy mezi osobami, které sama sebe nepoškozují, to bylo 93,4 % a mezi sebepoškozujícími se to bylo 87,5 %.

**Tabulka číslo 32 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 1**

	SEBEPOŠKOZOVÁNÍ NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH ANO	SEBEPOŠKOZOVÁNÍ NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH NE	$\Sigma$
Sebepoškozující se NE	<b>157 (93,4%)</b>	<b>11 (6,6%)</b>	168
Sebepoškozující se ANO	<b>7 (87,5%)</b>	<b>1(12,5%)</b>	8
$\Sigma$	164	12	176

**Hypotéza č. 1:** Předpokladem je, že sebepoškození na sociálních sítích zaznamenávají častěji osoby se zkušeností se sebepoškozením, než osoby bez této zkušenosti.

Hypotéza vyjadřuje, že existuje vztah mezi prezentací sebepoškození na sociálních sítích a osobami, které mají či nemají praktickou zkušenost se sebepoškozením.

$H_{10}$ : Sebepoškození na sociálních sítích zaznamenávají stejně tak osoby se zkušeností se sebepoškozením jako osoby nepoškozující se.

$H_{1A}$ : Sebepoškození na sociálních sítích zaznamenávají častěji osoby se zkušeností se sebepoškozením.

Test významnosti byl zvolen na hladině  $\alpha = 0,01$ . Testové kritérium chí-kvadrát  $\chi^2$  je následně vypočítán z hodnot čtyřpolné tabulky č. 32 podle vzorce  $\chi^2 = n \cdot (ad-bc)^2 / (a+b) \cdot (a+c) \cdot (b+d) \cdot (c+d) = 176 \cdot (157-77)^2 / 168 \cdot 164 \cdot 12 \cdot 8 = 0,425$

Pro zvolenou hladinu významnosti 0,01 je ve statistické tabulce přidělena kritická hodnota  $\chi^2_{0,01}(1) = 6,635$ , tedy vypočítaná hodnota testového kritéria chí-kvadrát  $\chi^2$  je nižší než hodnota kritická, a proto se odmítá alternativní hypotéza  $H_{1A}$  a přijímá se hypotéza nulová  $H_{10}$ , což vyplývá i z jednotlivých dílčích výsledků vyjádřených v příslušných tabulkách a grafech.

### Preferování konkrétní sociální sítě

Dále byl zjišťován a následně ověřen, což tabulka č. 33 i ukazuje, vztah osob, které se sebepoškozují či nikoliv a oblíbenou sociální sítí. Srovnání bylo uskutečněno mezi facebookem jako obligátně nejúspěšnější, nejoblíbenější a nejrozšířenější sociální sítí a těmi ostatními. Facebook používá celkem 81% dotázaných respondentů, z toho u osob, které samy sebe nepoškozují, to bylo 81,5 % a mezi sebepoškozujícími se to bylo 75 %.

**Tabulka číslo 33 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 2**

	FACEBOOK	OSTATNÍ SOCIÁLNÍ SÍTĚ	$\Sigma$
Sebepoškozující se NE	<b>137 (81,5%)</b>	<b>31 (18,5%)</b>	168
Sebepoškozující se ANO	<b>6 (75,0%)</b>	<b>2(25,0%)</b>	8
$\Sigma$	143	33	176

**Hypotéza č. 2:** Předpokladem je, že Facebook je oblíbenější u osob se zkušeností se sebe-poškočováním, než osoby bez této zkušenosti.

Hypotéza vyjadřuje, že existuje vztah mezi nejpoužívanější sociální sítí a osobami, které mají či nemají praktickou zkušenost se sebepoškočováním.

$H_{2_0}$ : Sociální síť Facebook je nejpoužívanější stejně tak u osob se zkušeností se sebepoškočováním jako u osoby nepoškozující se.

$H_{2_A}$ : Sociální síť Facebook je nejpoužívanější většinou u osob se zkušeností se sebepoškočováním.

Test významnosti byl zvolen na hladině  $\alpha = 0,01$ .

Testové kritérium chí-kvadrát  $\chi^2$  je následně vypočítán z hodnot čtyřpolní tabulky č. 33 podle stejného vzorce, kdy  $\chi^2 = 176 \cdot (274 - 186)^2 / 168 \cdot 143 \cdot 33 \cdot 8 = 0,915$

Pro zvolenou hladinu významnosti 0,01 je ve statistické tabulce přidělena kritická hodnota  $\chi^2_{0,01}(1) = 6,635$ , tedy vypočítaná hodnota testového kritéria chí-kvadrát  $\chi^2$  je nižší než hodnota kritická, a proto je nutné odmítnout alternativní hypotézu  $H_{2_A}$  a přijímá se hypotéza nulová  $H_{2_0}$ , což vyplývá i z jednotlivých dílčích výsledků vyjádřených v příslušných tabulkách a grafech.

### **Rodinné problémy jako důvod k sebepoškození a prezentování na sociálních sítích**

Významným bylo zjištění, že polovina osob, které přiznaly sebepoškození, tak činila na základě problémů ve své rodině. Jak z výsledků vyplynulo, většina z osob, které mají zkušenost se sebepoškočováním, se svěřila osobám mimo rodinu a v mnoha případech svůj problém řešili prostřednictvím sociálních sítí. Vzhledem k těmto skutečnostem bylo důležité ověřit, zda rodinné problémy jako důvod k sebepoškození jsou prezentovány osobami s tímto problémem na sociálních sítích. Zjištěné údaje prezentuje tabulka č. 34, kdy bylo zjištěno, že ze tří ze čtyř osob, které uvedly, že se sebepoškozují kvůli tomu, že mají ve své rodině problémy, svoji situaci ve vztahu k sebepoškození uvedly i na sociálních sítích a naopak tři ze čtyř osob, které svůj problém řešily mimo sociální sítě, uvedly, že se poškozují na základě jiného impulzu.

Tabulka číslo 34 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 3

	PREZENTACE NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH	MIMO SOCIÁLNÍ SÍTĚ	$\Sigma$
Rodinné problémy ANO	<b>3 (75,0%)</b>	<b>1 (25,0%)</b>	4
Rodinné problémy NE	<b>1 (25,0%)</b>	<b>3(75,0%)</b>	4
$\Sigma$	4	4	8

**Hypotéza č. 3:** Předpokladem je, že podíl sebepoškozujících osob, které prezentují svůj problém na sociálních sítích, je větší u adolescentů, kteří se poškozují na základě rodinných problémů.

Hypotéza vyjadřuje, že existuje vztah mezi formou prezentace zkušenosti se sebepoškozováním a důvody tohoto jednání.

H<sub>30</sub>: Podíl sebepoškozujících osob, které prezentují svůj problém na sociálních sítích, je stejný u adolescentů, kteří se poškozují na základě rodinných problémů i u osob s ostatními důvody k tomuto jednání.

H<sub>3A</sub>: Podíl sebepoškozujících osob, které prezentují svůj problém na sociálních sítích, je větší u adolescentů, kteří se poškozují na základě rodinných problémů.

Test významnosti byl tentokrát zvolen na hladině  $\alpha = 0,05$  a z hodnot čtyřpolní tabulky č. 34 a pomocných tabulek pro Fisherův kombinatorický test je vypočítána přímo významnost, která bude porovnána se zvolenou hladinou významnosti. Po dle vzorce  $p = \frac{(a+b)!(a+c)!(b+d)!(c+d)!}{n!a!b!c!d!}$  jsou vypočítány částečné hodnoty, které se pro jednotlivé pomocné tabulky sečetly do konečné hodnoty. Provedeným výpočtem byla zjištěna významnost  $p = 0,032$  (3,1%), což vyjadřuje riziko neoprávněného odmítnutí nulové hypotézy, které je tedy menší než zvolená hladina významnosti a proto se odmítá nulová hypotéza H<sub>30</sub> a přijímá se hypotéza alternativní H<sub>3A</sub>, což vyjadřuje významný vztah mezi důvody sebepoškozování a zveřejněním na sociálních sítích.

### **Oblíbenost sociálních sítí ke komunikaci u sebepoškozujících se**

Na základě dotazníkovým šetřením zjištěných výsledků je zřejmé, že z pěti sebepoškozujících se osob, které svůj problém prezentovaly i na sociálních sítích jeden tak učinil na Twitteru a další čtyři na Facebooku. V jiné elementární části výzkumného šetření bylo zjiš-

těno, že pouze jeden z respondentů se rozhodl prezentovat svůj problém na sociálních sítích z důvodu zajištění anonymity. Další dotázaní tak činili za účelem komunikace. Oba aspekty zahrnuje tabulka č. 35. Významným a důležitým je tedy ozřejmit vztah sebepoškozujícího jednání a sociální sítě jako komunikačního kanálu v souvislosti s tímto jevem.

**Tabulka číslo 35 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 4**

	KUMUNIKACE	ANONYMITA A DALŠÍ	$\Sigma$
Facebook	<b>3 (75,0%)</b>	<b>1 (25,0%)</b>	4
Twitter	<b>1 (100,0%)</b>	<b>0</b>	1
$\Sigma$	4	1	5

**Hypotéza č. 4:** Předpokladem je, že Facebook je používanější ke komunikaci o problému ze strany sebepoškozujících se, než jiné sociální sítě.

Hypotéza vyjadřuje, že existuje vztah mezi konkrétní sociální sítí a důvodem prezentování sebepoškozujícího jednáním na sociální sítí.

$H_{4_0}$ : Facebook je stejně tak používaný ke komunikaci o problému ze strany sebepoškozujících se jako jiné sociální sítě.

$H_{4_A}$ : Facebook je používanější ke komunikaci o problému ze strany sebepoškozujících se, než jiné sociální sítě.

Test významnosti byl opět zvolen na hladině  $\alpha = 0,05$  a z hodnot čtyřpolní tabulky č. 35 pro Fisherův kombinatorický test je vypočítána přímo významnost, která bude porovnána se zvolenou hladinou významnosti. Provedeným výpočtem byla zjištěna významnost  $p = 0,083$  (8,3%), což vyjadřuje riziko neoprávněného odmítnutí nulové hypotézy, které je tedy větší než zvolená hladina významnosti a proto se odmítá alternativní hypotéza  $H_{4_A}$  a přijímá se hypotéza nulová  $H_{4_0}$ , což vyjadřuje málo významný vztah mezi konkrétní sociální sítí a účelu zveřejnění sebepoškozování na nich.

## 8.2 Interpretace výsledků výzkumu

Cílem výzkumu bylo zjistit strukturu osob, jenž mají se sebepoškozováním vlastní zkušenost, v rámci území Zlínského kraje, jejich rodinné zázemí, zaměřit se na příčiny a důvody, proč se tyto osoby k předmětnému jednání uchylují a stanovit jakým způsobem a s jakým záměrem své sebepoškozování prezentují prostřednictvím sociálních sítí a jaký je vliv těchto sociálních sítí na sebepoškozující se osoby.

Spolu s výzkumným cílem byly vymezeny pracovní hypotézy, které byly ověřeny testováním za pomoci statistických metod pro analýzu nominálních dat, přičemž vyšlo najevo, že sociální sítě jsou osobami, které mají nebo měly praktickou zkušenost se sebepoškozováním, vyžívaný ve stejných intencích jako u ostatních adolescentů. Na těchto sociálních sítích je množství podnětů, prostřednictvím kterých může jejich uživatel přijít do kontaktu s informacemi o sebepoškozování. Navíc virtuální komunitní servery nabízí sebepoškozujícím osobám dostatek prostoru pro komunikaci o problému, potažmo pro získání pomoci. Jen okrajově se tyto osoby uchylují k prezentaci svého problému za účelem zajištění anonymity. Jak ukázaly výsledky výzkumu, všechny osoby, u kterých bylo sebepoškozování zjištěno, ve větší míře oproti ostatním, získávali informace o tomto sociálně patologickém jevu prostřednictvím sociálních sítí.

Výzkum tedy prokázal, i vzhledem ke skutečnosti, že v dnešní době komunikace na sociálních sítích téměř úplně nahradila komunikaci v rodině, že sociální sítě zásadně ovlivňují jednání současných adolescentů a tedy i osob, které sebe sama záměrně poškozují.

Objektivně je však nutné současně konstatovat, že pro stanovení konkrétního ovlivnění sociálními sítěmi, rozsahu tohoto ovlivnění a příčinného jednání ve vztahu k těmto komunitním serverům, by bylo vhodnější provést kvalitativní formu výzkumu, zejména rozhovory se zjištěnými sebepoškozujícími se osobami.



## ZÁVĚR

Životní prostor současné mládeže je situován do virtuálního prostředí různých informačně technologicky komunikačních aplikací a je zřejmé, že jejich vliv zejména na adolescenty je jak pozitivní. Zvláště pak vlně popularity sociálních sítí nelze nijak zabránit, jelikož jsou využívány drtinou většinou mládeže.

Na druhou stranu se dnešní mladí lidé setkávají s různými situacemi a problémy, které způsobují to, že se pak uchylují k záměrnému sebepoškozování. I tento sociálně patologický jev nabývá oproti předchozím generacím větších rozměrů, i když v porovnání s využíváním sociálních sítí ne tak dramatických.

Komunitní servery, jak se sociální sítě jindy označují, mají na dospívající silný vliv v mnoha oblastech jejich každodenní činnosti, a jak ukázal provedený výzkum i v oblasti specifické, jakou záměrné sebepoškozování rozhodně je. Ukázalo se, že slouží primárně jako zdroj informací o tomto sociálně patologickém jevu nejen pro osoby poškozující se, ale pro celou populaci tohoto věkového rozhraní, ale zejména jako komunikační kanál pro potřebu svěření se, vyhledání či získání rady a pomoci pro osoby, které mají praktickou zkušenost se sebepoškozováním.

Z tohoto pohledu je zarážející, jak náhle ztratila rodina jakožto elementární sociální skupina svou roli ve vztahu ke komunikaci, což s ní dělá rodinu ne plně funkční. Tuto roli nahradily sociální sítě a staly se tak i prostředím pro prezentaci a řešení problémů souvisejících se záměrným sebepoškozováním.

Zde se tedy nabízí prostor pro sdělení apelu na rodiče, kteří by si měli uvědomit svůj přístup k vlastním dětem ve věku adolescentů, zejména pak v případě vyzorování nestandardního chování a v případě tohoto zjištění kooperovat s dalšími účastníky i prostřednictvím sociálních sítí a skupin na nich působících za účelem zjištění problému, jeho řešení příp. vyhledání odborné pomoci.

Samozřejmě i odborníci, zabývající se záměrným sebepoškozováním, by se měly zaměřit na aspekty působení sociálních sítí na tuto problematiku, neboť jak bylo zjištěno, osoby mající zkušenost se sebepoškozováním měly bezproblémový přístup k dostatečným informacím ohledně sebepoškozování, ale zejména prostřednictvím těchto sítí o svém problému komunikovali. Využití těchto informací by bylo zcela účinné pro řešení konkrétního problému aktivním působením odborníka, samozřejmě za účasti rodiče.

Jak již bylo uvedeno, oba jevy, jejichž vzájemné působení na sebe bylo předmětem provedeného výzkumu, jsou jednak velmi aktuální a současně vhodné pro další šetření, zkoumání, analýze a vyhodnocení, neboť je zřejmé, že spolu vzájemně souvisí.

Z pedagogického hlediska je důležité i zamyšlení nad otázkou začlenění obou předmětných témat do výchovně vzdělávacího procesu jak to bylo třeba s finanční gramotností či základy podnikání, jejichž aplikace do učebních osnov se stala zcela určitě přínosná a pro žáky a studenty rozhodně zajímavá.

Nesporné je, že sociální sítě se stávají každodenní součástí života jedince v jakékoliv věkové skupině a je jen na nás, jak s jejich užíváním a využitím informací z nich získaných, třeba i o sebepoškozování vlastních dětí, naložíme.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] BAŠTECKÁ, Bohumila. 2003. *Klinická psychologie*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-735-3.
- [2] DIVÍNOVÁ, Radana. 2005. *Cybersex: forma internetové komunikace*. Vyd. 1. Praha: Triton. ISBN 80-7254-636-8.
- [3] Facebook. 2010. *SPIR: Věková struktura uživatelů Facebooku*. [online]. 2010. [cit. 2012-11-02]. Dostupné z: [http://www.facebook.com/note.php?note\\_id=177015451163](http://www.facebook.com/note.php?note_id=177015451163).
- [4] HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. 2004. *Psychologický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-303-X.
- [5] HORT, Vladimír et al. 2008. *Dětská a adolescentní psychiatrie*. 2. Vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-404-5.
- [6] CHRÁSKA, Miroslav. 2010. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
- [7] JEDLIČKA, Richard a Jaroslav KOŤA. 1998. *Aktuální problémy výchovy: analýza a prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže*. 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-555-8.
- [8] KELLER, Thomas a Diva DE LEO. 2004. *Who are the kids who self-harm? An Australian self-report school survey*. Medical Journal of Australia, 3, s. 140. [online]. 20048. [cit. 16.1.2013]. Dostupné z: [http://www.mja.com.au/public/issues/181\\_03\\_020804/del10634\\_fm.pdf](http://www.mja.com.au/public/issues/181_03_020804/del10634_fm.pdf).
- [9] KLIMEŠ, David. 2008. *Děti utíkají do kyberprostoru*. Mladá fronta DNES, 7.1.2006, s. F/1-2. [online]. 2008. [cit. 16.1.2013]. Dostupné z: <http://mimochodem.info/2006/deti-utikaji-do-kyberprostoru/>.
- [10] KOHOUTEK, Rudolf. 2000. *Základy psychologie osobnosti*. Brno: Akademické nakladatelství CERM. ISBN 80-7204-156-8.
- [11] KOUKOLÍK, František a Jana DRTINOVÁ. 2008. *Vzpouza deprivantů: Nestůry, nástroje, obrana*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-410-2.
- [12] KOUTEK, Jiří a Jana KOCOURKOVÁ. 2003. *Sebevražedné chování: současné poznatky o suicidalitě a její specifika u dětí a dospívajících*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-732-9.
- [13] KRAUS, Blahoslav. 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.

- [14] KRIEGLOVÁ, Marie. 2008. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-2333-978-4.
- [15] LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. 2006. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-1284-9.
- [16] LÉVY, Pierre. 2000. *Kyberkultura: zpráva pro Radu Evropy v rámci projektu "Nové technologie: kulturní spolupráce a komunikace"*. Vyd. 1. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0109-5.
- [17] MACEK, Petr. 2003. *Adolescence*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-747-7.
- [18] MACEK, Petr a Lenka, LACINOVÁ. 2006. *Vztahy v dospívání*. Brno: Barrister & Principál. ISBN 80-7364-034-1.
- [19] PLATZNEROVÁ, Andrea. 2009. *Sebepoškozování*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-606-9.
- [20] POKORNÝ Vratislav, TELCOVÁ Jana a Anton TOMKO. 2003. *Prevence sociálně patologických jevů*. Brno: /stav psychologického poradenství a diagnostiky. ISBN 80-86568-04-0.
- [21] ROBINS, Kevin. 2003. *Kyberprostor a svět, ve kterém žijeme*. Revue pro média č. 5: Média a digitalizace. [online]. 2003. [cit. 7.10.2012]. Dostupné z: [http://rpm.fss.muni.cz/Revue/Revue05/recenze\\_robins-webster.htm](http://rpm.fss.muni.cz/Revue/Revue05/recenze_robins-webster.htm).
- [22] SEDLÁČKOVÁ, Daniela. 2009. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2685-4.
- [23] SAK, Petr a Karolína SAKOVÁ. 2004. *Mládež na křižovatce: sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Vyd. 1. Praha: Svoboda Servis. ISBN 80-86320-33-2.
- [24] SOBOTKOVÁ, Irena. 2007. *Psychologie rodiny*. Praha: Portál. ISBN 978-80 7367-250-8.
- [25] Sociální síť. 2011. *Navajo otevřená encyklopedie*. [online]. 2011. [cit. 16.12.2012]. Dostupné z: <http://socialni-sit.navajo.cz/>.
- [26] SULER, John. 2001. *The Psychology of Cyberspace*. Department of Psychology Science and Technology Center Rider University. [online]. 2001. [cit. 26.1.2013]. Dostupné z: <http://users.rider.edu/~suler/psycyber/psycyber.html>.
- [27] ŠMAHEL, David. 2003. *Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi*. Vyd. 1. Praha: Triton. ISBN 80-7254-360-1.

- [28] Český statistický úřad. 2012. *Uživatelé Facebooku v České republice v roce 2012*. [online]. 2012. [cit. 4.1.2013]. Dostupné z: [http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/1\\_uzivatele\\_facebooku\\_v\\_ceske\\_republice](http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/1_uzivatele_facebooku_v_ceske_republice).
- [29] VACULÍK, Martin a Monika DUŠKOVÁ. 2002. *Psychologické aspekty on-line komunikace prostřednictvím internetu na tzv. chatech*. Československá psychologie, Praha: AV ČR, roč. 46, č. 1, s. 55-63.
- [30] VÁGNEROVÁ, Marie. 2000. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 8071783080.
- [31] VÁGNEROVÁ, Marie. 2002. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-678-0.
- [32] World Internet Users and Population Stats. 2012. *Internet World Stats*. [online]. 2012. [cit. 10.11.2012]. Dostupné z: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>.
- [33] VYBÍRAL, Zbyněk. 2000. *Psychologie lidské komunikace*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-291-2.
- [34] VYBÍRAL, Zbyněk. 2001. *Mění se lidská psychika v éře internetu?* Psychologie DNES, č. 3, s. 16–19.
- [35] VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. 2010. *Sociální psychologie*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1428-8.
- [36] ZANDL, Patrick. 2010. *Historie českého Internetu II*. LUPA: Server o českém internetu [online]. 2010. [cit. 25.9.2012]. Dostupné z: <http://www.lupa.cz/clanky/historie-ceskeho-internetu/>.
- [37] ZELINKOVÁ, Věra. 2012. *Kyberprostor. Kisk – kabinet informačních studií a knihovnictví*. [online]. 2012. [cit. 28.12.2012]. Dostupné z: <http://kisk.phil.muni.cz/wiki/Kyberprostor>.

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

např.	například
atd.	a tak dále
apod.	a podobně
tzv.	takzvaně
č.	číslo
s.	strana
ČR	Česká republika
soc.	sociální
$\Sigma$	suma, celkem, součet

**SEZNAM TABULEK**

Tabulka číslo 1 – metody sebepoškozování v závislosti na pohlaví.....	19
Tabulka číslo 2 – pohlaví respondentů.....	45
Tabulka číslo 3 – věk respondentů.....	45
Tabulka číslo 4 – typ navštěvované školy.....	46
Tabulka číslo 5 – typ rodiny respondentů.....	47
Tabulka číslo 6 – rodinná situace respondentů.....	48
Tabulka číslo 7 – výskyt kouření u respondentů.....	49
Tabulka číslo 8 – konzumace alkoholu u respondentů.....	50
Tabulka číslo 9 – zkušenost respondentů s drogami.....	51
Tabulka číslo 10 – výskyt zvláštností na těle.....	51
Tabulka číslo 11 – vztah respondenta k vlastnímu tělu.....	52
Tabulka číslo 12 – reakce respondenta na stresové situace.....	53
Tabulka číslo 13 – reakce respondenta na vztek.....	54
Tabulka číslo 14 – jednání respondenta k potřebě ulevit si.....	55
Tabulka číslo 15 – délka trvání účinku u všech respondentů.....	56
Tabulka číslo 15a – délka trvání účinku u vybraných osob.....	56
Tabulka číslo 16 – radost z upoutání pozornosti zraněním.....	57
Tabulka číslo 17 – záměrné ublížení si respondentů.....	58
Tabulka číslo 18 – období sebepoškozování.....	59
Tabulka číslo 19 – opakování sebepoškozování u respondentů.....	60
Tabulka číslo 20 – způsob záměrného sebepoškozování se.....	61
Tabulka číslo 21 – důvod sebepoškozování respondentů.....	62
Tabulka číslo 22 – svěřeni se respondentů jiné osobě.....	63
Tabulka číslo 23 – respondenty preferovaná sociální síť.....	64
Tabulka číslo 24 – důvod užívání sociálních sítí respondenty.....	65
Tabulka číslo 25 - setkání se sebepoškozováním na sociálních sítích.....	66
Tabulka číslo 26 – řešení situace cestou sociálních sítí.....	67
Tabulka číslo 27 – důvod řešení situace sebepoškození prostřednictvím sociálních sítí....	67
Tabulka číslo 28 – záměr prezentování sebepoškozování na sociálních sítích.....	68
Tabulka číslo 29 – vyhledání odborné pomoci respondenty.....	69
Tabulka číslo 30 – zkušenosti respondentů se sebevražedným jednáním.....	70

---

Tabulka číslo 31 – profily sebepoškozujících se osob.....	71-72
Tabulka číslo 32 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 1.....	76
Tabulka číslo 33 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 2.....	77
Tabulka číslo 34 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 3.....	79
Tabulka číslo 35 - čtyřpolní tabulka pro ověření hypotézy č. 4.....	80



**SEZNAM GRAFŮ**

Graf číslo 1 – pohlaví respondentů.....	45
Graf číslo 2 – věk respondentů.....	46
Graf číslo 3 – typ navštěvované školy.....	47
Graf číslo 4 – typ rodiny respondentů.....	47
Graf číslo 5 – rodinná situace respondentů.....	48
Graf číslo 6 – výskyt kouření u respondentů.....	49
Graf číslo 7 – konzumace alkoholu u respondentů.....	50
Graf číslo 8 – zkušenost respondentů s drogami.....	51
Graf číslo 9 – výskyt zvláštností na těle.....	52
Graf číslo 10 – vztah respondenta k vlastnímu tělu.....	52
Graf číslo 11 – reakce respondenta na stresové situace.....	54
Graf číslo 12 – reakce respondenta na vztek.....	55
Graf číslo 13 - jednání respondenta k potřebě ulevit si.....	56
Graf číslo 14 – délka trvání účinku.....	57
Graf číslo 15 – radost z upoutání pozornosti zraněním.....	58
Graf číslo 16 – záměrné ublížení si respondentů.....	59
Graf číslo 17 – období sebepoškozování.....	60
Graf číslo 18 – opakování sebepoškozování u respondentů.....	61
Graf číslo 19 – způsob záměrného sebepoškozování se.....	62
Graf číslo 20 – důvod záměrného poškození respondentů.....	63
Graf číslo 21 – svěřeni se respondentů jiné osobě.....	64
Graf číslo 22 – respondenty preferovaná sociální síť.....	64
Graf číslo 23 – důvod užívání sociálních sítí respondenty.....	65
Graf číslo 24 - setkání se sebepoškozováním na sociálních sítích.....	66
Graf číslo 25 - řešení situace cestou sociálních sítí.....	67
Graf číslo 26 – důvod řešení situace prostřednictvím sociálních sítí.....	68
Graf číslo 27 – záměr prezentování sebepoškozování na sociálních sítích.....	69
Graf číslo 28 – vyhledání odborné pomoci respondenty.....	69
Graf číslo 29 – zkušenosti respondentů se sebevražedným jednáním.....	70

## SEZNAM PŘÍLOH

PI: Záznam o rozhovoru v rámci provedené pilotáže

PII: Dotazník

## **PŘÍLOHA P I: ZÁZNAM O ROZHOVORU**

Vendule K. je 14 let a navštěvuje 8. ročník základné školy v jednom menším městě na teritoriu okresu Zlín. Její současný prospěch v specializované matematicko – přírodovědní třídě, kam se dostala na základě výborných školních výsledků, je průměrný. Bydlí ve vedlejší vesnici s oběma rodiči a dvěma o dost mladšími sourozenci. Do školy dojíždí vlakem. Podle svého vyjádření se obléká moderně, má solidní mobilní telefon, nějak ekonomicky nestrádá a v kolektivu je oblíbená. Mimo položené otázky sama dodává, že má našetřeno 20 tisíc Kč. Poté, co začala navštěvovat druhý stupeň ZŠ, začala kouřit, přičemž nyní vykouří denně cca 5 cigaret. Kouří pouze v době, kdy je ve škole, doma o tom nikdo neví. Kouřit začala z nudy a navíc, ve škole kouří skoro všichni. Nemá nějak úzce vyhrazeného koníčka. Na přání rodičů navštěvuje základní uměleckou školu, kde hraje na flétnu. Není taktéž zastáncem konkrétního životního či módního stylu.

Ke svému sebepoškozování po určitém otálení sdělila, že to byla z její strany blbost a že už to nikdy neudělá. Přiznala, že si před cca půlrokem opakovaně, cca pět krát, pořezala žiletkou kůži na zápěstí, ale vše se časem zahojilo a nemá po tomto činu žádné jizvy. Hned na to ukázala obě své zápěstí. K důvodu, proč tak učinila, uvedla, že rodiče, poté, co se jim narodili sourozenci, se o ní zajímali čím dál méně a ona před časem nabyla dojmu, že jí již nemají rádi a mají rádi pouze sourozence. Tím, že se pořezala, chtěla původně docílit toho, aby se rodiče začali o ní zajímat tím, že jí budou litovat a starat se více o ní. Rodiče jsou jinak hodní, ale měla potřebu je k sobě více přitáhnout. Na své sourozence poměrně dost žárlila. Poté, co provedla první pořezání obou zápěstí, se lekla a místo působení žiletky zakryla náramky. Začala se totiž bát, že jí rodiče místo zvýšeného přísunu lásky dovedou k psychiatrovi. Za dva dny se však pořezala podruhé a za týden potřetí. Během dalších asi 14-ti dnů tak učinila ještě 2-3 krát. Fyzickou bolest nijak zvlášť nepociťovala. Vždy si místo však zakryla náramky a o celé věci nikomu neřekla.

Až jednou se svěřila ve škole svým spolužačkám a to neměla dělat, protože jedna „kráva“ to hned běžela sdělit třídní učitelce. Třídní si jí ihned zavolala k pohovoru a doslova jí zakázala toto ještě jednou provést. Slíbila jí a její žádost, že rodičům to neřekne, pokud s tím přestane. Od té doby tak již neučinila. Na spolužačku, co to třídní vyradila se již nezlobí.

Svým pořezáváním se nechtěla zabít, proto se řezala jen opatrně, povrchově, chtěla jen, aby si jí rodiče více všímali. Nakonec přiznala, že z tohoto důvodu začala i kouřit, tedy, že se cítila být osamělá a cigareta jí nahrazovala někoho blízkého. Rodičům se dosud nesvěřila, nechce, aby je tímto trápila a celý problém, tím že ho nikam nevyventilovala je pořád v ní, i když tvrdí, že sebepoškozovat se již nikdy nebude. O sebepoškozování předtím nic konkrétního nevěděla, přišlo to na ní zcela spontánně, viděla to jen v nějakém filmu. Na internetu se žádné diskuze či blogu nezúčastnila. Nebrala to ani jako projev nějakého životního stylu, jako je třeba Emo. Neví o nikom jiném, kdo si tímto způsobem sám ubližuje.

Na dotaz, zda by se vyjádřila i do anonymního dotazníku a že by její svěření se případně pomohlo jiným mladým lidem, uvedla, že tak tedy asi ano, ale nyní už o tom moc mluvit nechce.

Pozn. Tazateli není známá situace a vztahy v rodině, ze které dívka pochází.

## **PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK**

Vážení respondenti,

jsem studentem 2. ročníku oboru Sociální pedagogika navazujícího magisterského studia na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Tématem mé diplomové práce je Vliv sociálních sítí na sebepoškozování u dětí a mládeže ve Zlínském kraji. Formou tohoto dotazníku bych chtěl od Vás získat informace, které mi dají potřebné údaje k zjištění současného stavu tohoto jevu z Vašeho pohledu. Prosím Vás tedy o jeho vyplnění. Vámi poskytnuté informace budou zcela anonymní a budou použity pouze pro potřeby mé diplomové práce.

Předem Vám děkuji za čas věnovaný jeho vyplnění.

Pokyny k vyplnění: Nebude-li u jednotlivých otázek uvedeno jinak, odpověď, kterou vyberete jako vyhovující, zakroužkujte.

Bc. Juraj Riečičiar

**1, Pohlaví?**

- a) muž
- b) žena

**2, Uved' svůj věk .....**

**3, Jakou školu navštěvuješ?**

- a) základní školu
- b) osmileté gymnázium I. stupeň
- c) gymnázium
- d) střední školu s maturitou
- e) střední odbornou školu

**4, Rodiče jsou?**

- a) spolu
- b) rozvedeni, žiju s matkou
- c) rozvedeni, žiju s otcem
- d) mám jenom matku

**5, Rodiče jsou spolu? ( kdo odpověděl v otázce č. 4 za „d“, na tuto otázku neodpovídá)**

- a) v pohodě
- b) nic moc
- c) nekomunikují
- d) nesnášejí se

**6, Kouříš?**

- a) ano
- b) ne

**7, Piješ alkohol?**

- a) denně
- b) denně ne, ale pravidelně
- c) příležitostně
- d) když jsem ve stresu
- e) vůbec

**8, Jakou máš zkušenost s drogami?**

- a) občas si dám
- b) beru pravidelně
- c) jen jsem zkoušel/a
- d) nezkoušel/a jsem, ale chci to zkusit
- e) nezkoušel/a jsem, a ani to nechci zkoušet

**9, Na svém těle máš?**

- a) tetování
- b) piercing
- c) obojí
- d) nemám nic

**10, Jaký máš vztah ke svému tělu?**

- a) mám ho rád/a
- b) nesnáším ho
- c) toto neřeším

**11, Když jsi nervózní nebo ve stresu?**

- a) kouřím
- b) piju alkohol
- c) užiju oblíbenou drogu
- d) koušu si nehty
- e) koušu si vnitřek pusy nebo rty
- f) škrábu se
- g) řežu se
- h) vytrhávám si vlasy
- i) řeším to jinak (uved').....

**12, Když máš vztek?**

- a) stačí, když se vykřičím
- b) kopolu do věcí kolem sebe
- c) ubližuji sám/sama sobě
- d) jiná možnost (uved').....

**13, Uleví se Ti, když si?**

- a) rozškrábu zahojené rány nebo strup
- b) říznu se
- c) propíchnu kůži
- d) udělám modřiny
- e) něco jiného (uved').....
- f) ani jedno

**14, Jak dlouho trvá účinek, o který Ti jde, např. uvolnění nebo lepší nálada?**

- a) nepocítuji žádný účinek
- b) účinek trvá maximálně několik minut
- c) několik hodin
- d) trvá několik dnů
- e) ještě déle (uved').....

**15, Rád/a upoutáváš pozornost ostatních různými druhy zranění (zlomeniny, modřiny, řezné rány atd.)?**

- a) ano
- b) nevím
- c) ne

**16, Už jsi si někdy záměrně ublížil/a?**

- a) ano
- b) ne

**17, Pokud ano, kdy k tomu došlo?**

- a) v dětství
- b) před pubertou
- c) v pubertě
- d) trvá to dosud

**18, Kolikrát jsi sebepoškozování zopakoval/a?**

- a) pouze jedenkrát
- b) dvakrát až pětkrát
- c) šestkrát až desetkrát
- d) víc, než desetkrát

**19, Jak si ubližuješ (ubližoval/a)?**

- e) řezání se
- f) popálení/ opaření
- g) sebetlučení
- h) trhání vlasů, řas nebo obočí
- i) propichování nebo škrábání kůže
- j) kousání se
- k) polykání nejedlých nebo toxických látek
- l) vkládání cizích předmětů do těla
- m) neubližoval/a jsem si nikdy

**20, Jaký byl důvod Tvého záměrného sebepoškození?**

- a) problémy v rodině
- b) prospěch
- c) partner/ka
- d) nespokojenost se sebou
- e) jiný (uved') .....

**21, Svěřil/a jsi se o sebepoškození někomu jinému?**

- a) mamce
- b) tatřkovi
- c) sourozencům
- d) partnerovi
- e) kamarádům
- f) někomu jinému (uved').....
- g) ne, nikomu

**22, Jakou sociální síť nejvíc používáš? (zde opětovně odpovídají všichni)**

- a) Facebook
- b) Twitter
- c) Badoo
- d) LinkedIn
- e) Spoluřáci
- f) Lidé cz
- g) nějakou jinou (uved').....
- h) řádnou

**23, Proč využíváš sociální sítě?**

- a) vhodný způsob komunikace
- b) beru to jako životní styl
- c) zábava, využití volného řasu
- d) hledání nových přátel
- e) přístup k informacím
- f) chci zůstat v anonymitě
- g) něco jiného (uved').....



**24, Setkal ses na sociálních sítích s informacemi o sebepoškození? (označ všechny možnosti, se kterými máš zkušenosti)**

- a) ano, na zdi či jiném chatu
- b) ano, v rámci uzavřené skupiny
- c) ano, odkaz na webové stránky
- d) ano, odkaz na blog
- e) ano, odkaz na písničku či videoklip
- f) ano, jinak (uveď).....
- g) ne, nikdy.

**25, Zveřejnil jsi svůj problém se sebepoškozením na sociální síti?**

- a) na Facebooku
- b) na Twitteru
- c) na Badoo
- d) na LinkedIn
- e) na Spolužácích
- f) na Lidé.cz
- g) na nějaké jinou (uveď).....
- h) na žádné

**26, Z jakého důvodu si tak učinil/a?**

- a) vhodný způsob komunikace
- b) získání kontaktu s jinými sebepoškozujícími se
- c) možnost získání rady
- d) získat informace o pomoci
- e) chci zůstat v anonymitě
- f) něco jiného (uveď).....

**27, S jakým záměrem jsi prezentoval/a své sebepoškození na sociální síti?**

- h) pouze se svěřit
- i) komunikovat o problému
- j) získat radu
- k) vyhledat pomoc
- l) pochlubit se
- m) něco jiného (uveď).....

**28, Vyhledal/a jsi odbornou pomoc?**

- a) ano
- b) ne
- c) nebylo třeba, nepoškozuji se

**29, Pokusil/ a jsi se někdy o sebevraždu?**

- a) ano
- b) ne, ale plánu ji
- c) ne, ale napadlo mne to,
- d) nikdy jsem na sebevraždu nepomyslel/a