Kulatý stůl k digitálním závislostem: Hledání společných řešení

Hanka Višvaderová[1]

e-mail | hvisvaderova@gmail.com

1 | Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie

Dne 3. prosince 2025 se v historickém Lichtenštejnském paláci v Praze uskutečnil odborný kulatý stůl s názvem „Digitální závislosti a legislativa: Hledání společných řešení“, který zorganizoval Odbor protidrogové politiky Úřadu vlády České republiky. Setkání moderovala Mgr. Lucia Kiššová, ředitelka odboru, a zúčastnili se ho odborníci z adiktologie, klinické psychologie, pedagogiky, práva, státní správy, neziskového sektoru a škol. Program byl rozdělen do čtyř tematických bloků, jejichž cílem bylo nalézt konkrétní regulační a preventivní doporučení v oblastech nejpalčivějších pro ochranu dětí a dospívajících v digitálním prostředí: používání mobilních telefonů ve školách, hazardní prvky v počítačových hrách (lootboxy), sběr uživatelských dat a závislostní mechanismy v aplikacích a přístup dětí k pornografickému obsahu. Setkání bylo od počátku rámováno přístupem vyvážené politiky v oblasti závislostí, která usiluje o racionální regulaci kombinovanou s prevencí a podporou sítě péče o duševní zdraví.

BLOK 1: REGULACE MOBILNÍCH TELEFONŮ VE ŠKOLÁCH

Úvodní blok otevřela Michaela Mlíčková Jelínková, zakladatelka neformální rodičovské iniciativy, která se dlouhodobě věnuje mapování zahraničních přístupů k omezování smartphonů ve školním prostředí. Ve svém příspěvku poukázala na skutečnost, že regulace smartphonů ve školách se stala celosvětovým trendem, přičemž napříč různými politickými kulturami panuje překvapivá shoda: regulace a edukace jsou dva komplementární pilíře přístupu, nikoli vzájemně vylučující se alternativy. Jako příklady dobré praxe zmínila Nizozemsko a Dánsko, kde po zavedení omezení více než tři čtvrtiny škol hlásí lepší soustředění žáků a přes dvě třetiny zlepšení kvality vztahů ve třídách. Popsala rovněž australský příklad, kde promyšlená komunikační kampaň přerámovala debatu od „zákazu“ ke „škole jako místu soustředění a pohody“ a výrazně snížila odpor rodičů i žáků vůči připravovaným opatřením.



Na klinická a výzkumná data navázala doc. Kateřina Lukavská, Ph.D., z Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy. Zdůraznila nutnost rozlišovat mezi běžným, nadměrným a problémovým používáním digitálních médií. Pouhý screen time sám o sobě není spolehlivým prediktorem zdravotních obtíží, avšak problémové používání – charakterizované symptomy závislosti dle diagnostických kritérií – je spojeno s výrazně vyšším výskytem duševních problémů. Výzkum zahrnující věkové skupiny 0 až 18 let ukázal, že problémové rysy se nejzřetelněji projevují u dětí ve věku 11 až 14 let, kde dosahují přibližně 10 %. Alarmující je přitom dynamika nárůstu vlastnictví smartphonu: zatímco v sedmi letech má vlastní přístroj přibližně polovina dětí, v jedenácti letech je to již 97 %. Lukavská zdůraznila potřebu promyslet, jak a kdy by měla probíhat tzv. digitální socializace ve školním prostředí, a přirovnala absenci tohoto rámce k situaci, kdy bychom dítě bez přípravy pustili na rušnou ulici.

Slovenskou perspektivu přinesl Mgr. Michal Božík, Ph.D. z Výzkumného ústavu dětské psychologie a patopsychologie. Slovensko přijalo zákon regulující používání mobilních telefonů ve školách s účinností od 1. ledna 2025. Božík

detailně popsal cestu k jeho přijetí: dvouletý proces práce meziodborové skupiny čítající 23 expertů, sérii konzultací se školami, rodiči i samotnými žáky a přijetí zákona, který zakazuje používání smartphonů na základních školách s výjimkou pedagogického využití a zdravotních důvodů. Zároveň upozornil na úskalí tohoto procesu: zákon trpěl opakovaným používáním pojmu „zákaz“ místo „regulace“, komunikační kampaň byla slabá a vymahatelnost opatření problematická. Jako klíčové poučení zdůraznil, že samotná legislativa nestačí – nezbytná je metodická podpora škol, jasná komunikace s rodiči a žáky a průběžné sledování dopadů prostřednictvím dat.

Zkušenosti z přímé pedagogické praxe přinesly Mgr. Anna Dvorská a Mgr. Romana Ondráčková ze školy MOVERE. Ondráčková popsala, jak zavedení pravidla „mobilní telefon je vypnutý a v tašce po celou dobu pobytu ve škole“ narazilo na počáteční odpor, ale postupně vedlo k viditelnému zlepšení klimatu ve třídách i kvality přestávek. Dvorská doplnila, že klíčovým faktorem úspěchu bylo jasné nastavení pravidel a sankcí ve školním řádu a systematická práce s rodiči.

Diskuse prvního bloku vyústila ve shodu nad zásadními doporučeními: pro oba stupně základní školy by měl platit výchozí stav offline. Osobní mobilní zařízení jsou v průběhu pobytu ve škole včetně přestávek mimo provoz a jejich aktivace je možná výhradně na pokyn pedagoga nebo ze zdravotních a specifických vzdělávacích důvodů. Zazněl důraz na metodickou podporu MŠMT v podobě doporučeného rámce pravidel a scénářů komunikace s rodiči a na průběžné vyhodnocování dopadů zaváděných opatření.

BLOK 2: REGULACE LOOTBOXŮ

Druhý blok se věnoval problematice hazardních prvků v počítačových hrách. Mgr. Martin Beneš představil spektrum obchodních modelů současných videoher, od jednorázových nákupů přes předplatné až po systémy lootboxů, jejichž společným jmenovatelem je aplikace principů behaviorálního designu s cílem maximalizovat čas strávený ve hře i výdaje hráčů. Lootboxy využívají prediktivní modely chování a zpětnovazebné smyčky totožné s těmi, které jsou popsány u hazardních her – přestože z formálně právního hlediska většina z nich českou definici hazardu nenaplňuje, neboť virtuální obsah lootboxu zpravidla nelze převést zpět na peníze. Data přitom ukazují, že děti tyto výdaje systematicky podceňují a nevnímají je jako „skutečné utrácení peněz“.

Empirická data z českého prostředí doplnil Mgr. Daniel Galandák. Z výzkumného šetření realizovaného na základních školách vyplynulo, že 66 % dětí má zkušenost s mikrotransakcemi a 21 % za ně utrácí pravidelně každý měsíc. Bylo poukázáno na nesoulad mezi věkovými omezeními systému PEGI a skutečným věkem hráčů, jakož i na průřezová empirická data dokládající pozitivní korelaci nákupů lootboxů s rizikem problémového hraní a se symptomy deprese, úzkosti a impulzivity. Bylo rovněž popsáno riziko tzv. skin bettingu, kdy virtuální předměty získané v lootboxech slouží jako žetony na herních sázkových platformách – tento mechanismus, uznávaný ve Velké Británii od roku 2025 za formu licencovaného hazardu, představuje potenciálně výrazné propojení světa videoher a hazardního hraní.

V diskusi panovala shoda, že efektivní regulace lootboxů je v ryze národním kontextu obtížná především s ohledem na zahraniční provozovatele a offshorové platformy. Navrhovaná opatření proto musí kombinovat více nástrojů: povinné zveřejňování pravděpodobností výher a jasné označování her s návykovými prvky, omezení reklamy na hry s lootboxy (včetně pravidel pro influencery zaměřené na nezletilé), platební ochrany na úrovni aplikačních obchodů a koordinaci s Evropskou unií při sledování dobré praxe ze zemí, jako jsou Belgie nebo Nizozemsko.

BLOK 3: SBĚR DAT, ZÁVISLOSTNÍ MECHANISMY A DIGITAL SERVICES ACT

Odpolední blok se soustředil na širší regulatorní rámec digitálního prostředí ze dvou vzájemně provázaných úhlů pohledu. Mgr. Daniel Galandák představil problematiku tzv. dark patterns, designových triků implementovaných do aplikací za účelem maximalizace doby strávené na platformě a navýšení výdajů uživatelů. Patří sem iluze plné kontroly nad vlastním obsahem, zdůrazňování okamžité odměny, nekonečné posouvání obsahu nebo záměrně komplikované nastavení odhlášení. Podmnožinou dark patterns jsou návykové mechanismy systematicky posilující opakované vracení se k aplikaci, notifikace, gamifikace nebo sociální validace. U nezletilých jsou tyto techniky obzvlášť účinné, neboť adolescentní mozek je biologicky zranitelnější vůči okamžitým odměnám a disponuje nižší schopností inhibovat impulzy.

Mgr. Jan Šalomoun podrobně zmapoval techniky sběru uživatelských dat: od webových trackerů a mobilních SDK přes fingerprinting až po propojování datových stop napříč zařízeními a platformami. Upozornil na specifická rizika konverzačních nástrojů umělé inteligence, které zachycují mimořádně citlivá osobní data, i na zdokumentované případy, kdy data z terapeutických aplikací skončila u reklamních sítí.

Regulatorní dimenzi zastoupila zástupkyně Českého telekomunikačního úřadu (ČTÚ), která představila připravovanou implementaci nařízení o digitálních službách (DSA) do českého právního řádu. Článek 28 DSA přináší konkrétní povinnosti ve vztahu k ochraně nezletilých: platformy budou povinny zavést vícemetodové ověřování věku, nastavit výchozí soukromí dětských účtů, omezit návykové funkce a zablokovat určité typy obsahu. ČTÚ se připravuje na roli koordinátora digitálních služeb a testuje nástroje věkové verifikace; zazněla rovněž potřeba certifikace výzkumníků pro nezávislý přístup k datům platforem.

Klíčovým výstupem diskuse byl konsenzus na potřebě zřídit meziresortní koordinační platformu pro oblast digitálních závislostí propojující regulaci, prevenci, edukaci a evalu-

aci, a urychlit implementaci národního zákona o digitální ekonomice včetně svěření dozorné a sankční kompetence koordinátoru digitálních služeb.

BLOK 4: PORNOGRAFIE A OCHRANA DĚTÍ

Závěrečný tematický blok se věnoval přístupu dětí a dospívajících k pornografickému obsahu – tématu, které v odborné i politické diskusi dlouhodobě stojí na okraji, přestože dostupná data ukazují jeho závažnost. Mgr. Pete Lupton z organizace NePornu pojmenoval klíčový paradox: pornografický obsah je pro děti fakticky neomezeně dostupný, přestože k němu de iure přistupovat nesmějí. Upozornil, že nejde jen o morální, ale o veřejně zdravotní otázku: opakovaná expozice v citlivém vývojovém období prokazatelně souvisí s deformací postojů vůči sexualitě a se zvýšeným rizikem rozvoje problematického užívání pornografie (PPU) nebo kompulzivní poruchy sexuálního chování (CSBD).

Mgr. Terezie Babilonová z Kliniky adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Mgr. Michaela Slussareff, Ph.D., přinesly podrobnější data. Z českého výzkumu vyplývá, že průměrný věk první expozice pornografii je přibližně 13 let, přičemž téměř pětina dětí se s pornografickým obsahem setkala již před svými jedenáctými narozeninami. Část dospívajících konzumuje pornografický obsah týdně, a u této skupiny se projevuje výrazně vyšší míra emočních obtíží, zhoršená schopnost intimity a vyšší skóre v ukazatelích rizikového sexuálního chování. Důležitou roli hraje copingová funkce pornografie – adolescenti ji využívají jako únikový mechanismus při stresu nebo osamělosti, což zvyšuje riziko návykového vzorce chování.

Diskuse se soustředila na dvě komplementární oblasti. Na straně prevence zazněl důraz na zavedení tzv. pornografické gramotnosti jako součásti sexuální výchovy – kritické čtení mediálního obsahu s cílem kultivovat realistická očekávání a posílit odolnost. Na straně regulace bylo diskutováno zavedení věkové verifikace při přístupu na pornografické platformy podle vzoru Velké Británie, Francie a Itálie, kde jsou testovány nebo zaváděny systémy ověřování věku prostřednictvím bankovní identity nebo dokladu totožnosti. Zazněla výzva ke koordinaci ČTÚ s příslušnými mezinárodními regulačními orgány v rámci DSA a k zapojení Rady pro rozhlasové a televizní vysílání do agendy regulace pornografického obsahu.

ZÁVĚR

Závěrečná část kulatého stolu přinesla shrnutí průřezových témat a dohodu o dalších krocích. Napříč všemi čtyřmi bloky se opakovaně vracelo několik sdílených principů: potřeba kombinovat regulaci s prevencí a metodickou podporou, nezbytnost meziresortní spolupráce opřené o data a důraz na to, aby regulační opatření nebyla vnímána jako prohibice, ale jako rámec umožňující smysluplné a bezpečné zapojení digitálních technologií do života dětí.

Jako konkrétní výstupy bylo dohodnuto připravit návrh doporučených školních pravidel pro mobilní telefony (pro 1. i 2. stupeň základní školy) včetně komunikačních materiálů pro rodiče, rozpracovat balíček legislativních kroků zahrnující implementaci DSA v oblasti ověřování věku a platební ochrany u mikrotransakcí a zahájit přípravu meziresortní koordinační platformy pro oblast digitálních závislostí. Kulatý stůl potvrdil, že česká odborná komunita disponuje potřebnými znalostmi i vůlí hledat systémová řešení – výzva spočívá v přenesení odborného konsenzu do konkrétních legislativních a metodických kroků.