

<p>Jaká byla hlavní sdělení/myšlenky shlednutého filmu a videa? Zkuste to prosím vyjádřit přesně.</p>	<p>2. O co se hlavní sdělení/myšlenky opíraly? O jaké konkrétní argumenty, důkazy?</p>	<p>3. Byla podle Vás některá hlavní sdělení/myšlenky nepodložená? Uveďte prosím jaká, a vysvětlete.</p>	<p>4. Co z toho filmu a videa podle Vás vyplývá? Pro Vás osobně? Pro společnost?</p>
<p>Hlavním sdělením bylo, že i když si to neuvědomujeme, sociální sítě nejsou zadarmo, my jsme produktem, který je prodáván. Jednotlivé sociální sítě soutěží o naši pozornost, protože to jim vydělává peníze. My jim vyděláváme peníze. Nejde jim o naše blaho, ale o své peníze. Je potřeba si to uvědomit a začít internetové aplikace využívat a ne se jimi nechat zneužívat. Nadužívání sociálních sítí vede k horší psychice, radikalizaci, vzniku sociálních bublin. Sítě nám ukazují to, co chceme vidět a ne pravdu.</p>	<p>Film byl vlastně svědectvím různých lidí, kteří pracovali v těchto službách a odešli kvůli etickým důvodům, nelíbilo se jim, jak služba funguje. Vysvětlovali, jak se algoritmy snaží udržet naši pozornost, že falešné zprávy se šíří 6x rychleji než pravdivé, že můžeme s počátkem sociálních sítí spojovat enormní nárůst sebepoškozování a sebevražd u dospívajících i dětí. Odkazovali se také na výzkum, který ukázal, že společnost je čím dál víc rozdělená a např. v USA se republikáni i demokraté stále více radikalizují.</p>	<p>Žádný moment si nevybavuji. Každopádně většinu času lidé mluvili o svých zkušenostech. Plus celý film je produktem Netflix, který se sám snaží udržet lidi co nejdéle doba na svých obrazovkách, aby vydělal více peněz.</p>	<p>Je potřeba dohnat zákony roky, kdy se sociální sítě, obecně internet nijak nehlídal, neomezoval. Ve filmu zmínili, že na vlastníky sítí tlačí akcionáři, takže si nemohou dovolit "ubrat". I předtím jsem si říkala, jak se i zde projevuje vlastně tlak na výkon, na růst. Ve filmu teda zmiňované pouze důsledky na lidi, ale samozřejmě se za tím skrývají důsledky i pro přírodu. Více času na technice znamená větší využití elektřiny, rychlejší vybíjení a ztrácení životnosti u baterií. Oboje při své výrobě ničí přírodu. S myšlenkou, že lidé se nestíhají vyvíjet tak rychle, jak se vyvíjí elektronika, jsem se už setkala a obecně je vývoj teď tak rychlý, že se nestíháme zamýšlet pořádně nebo vůbec nad důsledky. Etika za tím vším jen klopýtá a nestíhá</p>

<p>Myslím, že hlavnými zdelieniami dokumentu a videa bolo poukázať nato, že každý z nás môže byť sociálnymi médiami ovplyvnený aj keď ich priamo nevyužíva. Sociálne spoločnosti ovplyvňujú ľudí pomocou algoritmov, ktoré podporujú závislosť, ktorá je úzko spojená s hormónov dopamín, ktorý sa zatvorením aplikácií môže znížiť, a to nás núti "chcieť viac", preto, aby zvýšili svoj zisk.</p>	<p>Hlavné myšlienky sa opierali najmä o skúsenosti odborníkov - pracovníkov z jednotlivých technologických spoločností, práve z tých najvýznamnejších, ktoré denne používajú milióny ľudí. Argumentujú, že to, čo sa deje prináša mnohé negatívne zmeny a je potrebné niečo zmeniť. Je mnoho dôkazov, že sociálne siete sú návykové, že nás istým spôsobom ohrozujú (najmä deti, šírenie hoaxov, konšpiračných teórií...) a že negatívne vplývajú aj na naše duševné zdravie. Okrem toho sa opierajú aj o argumenty</p>	<p>Pri hlavnom zdelení, že sociálne médiá v nás vzbudzujú závislosť, si nedovolím tvrdiť, že je to nepodložené, je to samozrejme podložené, napadlo mi však, že v dokumente The Social Dilemma je jedinou príčinou závislosti manipulácia ľudí algoritmi. Avšak myslím, že proste závislosť je komplexná a hrá tam rolu omnoho viac faktorov, ako manipulácia veľkými spoločnosťami.</p>	<p>Dokument The Social Dilemma som videla po prvýkrát hneď potom, čo sa objavil na Netflixu. Viem, že ma vtedy vydesil, a to tým spôsobom, že som mala pocit, že toto všetko už predsa viem, ale nikdy som to nevidela v takýchto súvislostiach a neuvedomovala som si tú vážnosť. Nijak ma to však neovplyvnilo v používaní sociálnych sietí, čo podľa mňa mohlo byť pre veľa ľudí dôležitým zdelením - viac sa chrániť tým, že sociálne siete používať nebudeme. Dokument som si pozrela znovu a uvedomila som si, ako mám poslednú dobu rada, keď niečo najprv vzbudí strach a potom ponúkne nejaké riešenie a zakončí to nádejou, no to sa v tomto prípade nestalo, a tak mám pocit, že reakcie na dokument či video môžu byť skutočne rôznorodé. Vo všeobecnosti by sme si mali byť vedomí rizík, ktoré sociálne siete prinášajú a snažiť sa pred nimi chrániť. Tiež je veľmi dôležité na čo človek sociálne siete používa, a to môžeme každý z nás ovplyvniť. Rovnako tak množstvo, ktoré na nich strávime aj keď sa to zdá nemožné, vzhľadom zámernej manipulácii technologických spoločností. Možno to "môžeme" s tým niečo robiť je v dokumente trochu skryté, a po prvýkrát som ho tam nevidela, teraz som však nato nazerala trochu inak.</p>
<p>Dopad sociálnych sietí/médií na spoločnosť a hlavne na dnešnú generáciu Z. Spôsob ich fungovania pomocou algoritmov aby získali čo najviac našej pozornosti, ktorú sú schopní monetizovať aj keď sa tvária, že sú zadarmo. Negatívne dopady ako závislosť, ovplyvňovanie vnímania reality, sociálnej mienky, zdravia...</p>	<p>Opierali sa o výskumy, ktoré skúmali hlavne prepojenie medzi časom stráveným na sociálnych sieťach a zvýšenom množstve duševných problémov ako depresie, samovrážd, vyhrotených situácií/reakcií verejnosti, polarizovaní spoločnosti, ...</p>	<p>Práve mi žiadna nenapadá.</p>	<p>Sme ľahko ovplyvniteľný. Je nutná zmena a napravenia fungovania týchto médií, lebo to môže mať ešte len katastrofálne následky ako napr. občianske vojny, viac depresí, samovrážd a vražd a podobne.</p>

<p>Rozvoj technologií a sociálních sítí má negativní následky pro politická rozhodnutí ve světě, psychické zdraví dětí a dospělých. Sociální média manipulují lidmi a šíří falešné informace, občas bez zlého úmyslu jejich návrhářů. Shromáždění ekonomické a politické síly v rukou nekontrolovaných korporací.</p>	<p>Hlavní myšlenky se opíraly na osobní zkušenosti bývalých zaměstnanců největších korporací, specialistů z oblasti umělé inteligence a data science, také na několik výzkumníků. Zaznělo několik odkazů na určitá data, a určité výzkumy. Na předpoklad, že i my pozorujeme život kolem sebe, a poznáme vlastní zkušenosti ve vlastním prostředí. Také bylo několik příkladů z politického života (volby, válka)</p>	<p>Některé myšlenky jsou příliš komplexní, aby mohly být jednoduše podloženy, myslím si, že to nebylo v rozsahu tohoto filmu. Ve videu, předpokládám, úroveň jednání byla víc oficiální, takže myslím si, že každé slovo bylo pečlivě zváženo. Řekla bych, že samotný výklad nás motivuje k vlastnímu zkoumání, co je pravda a co ne.</p>	<p>Osobně pro každého z nás: máme zrušit účty v sociálních sítích, nebo výrazně snížit naši prezenci, ověřovat informace, které sdílíme. Pro společnost: ztrácíme kontrolu nad technologií, aktivita korporací, které pracují s daty, by měla být regulovaná. Demokracie je ohrožená, žijeme v časy krize důvěry.</p>
<p>V životě nás a naše chování ovlivňuje velké množství faktorů. Jednou z významných negativně ovlivňujících oblastí jsou média v podobě internetu, sociálních sítí, zpráv atd. Problém je v tom, že si lidé neuvědomují, jak moc jsou skrze tyto všechny zdroje informací manipulováni a vlastně i využíváni. Jejich myšlení, rozhodování, vnímání sebe a ostatních pak není stoprocentně svobodné, vzniklé pouze na základě jejich myšlí, jelikož je zde právě faktor ovlivnění a manipulace.</p>	<p>Hlavní sdělení se opíralo především o osobní zkušenosti různých specialistů z oboru, kteří měli vlastní zkušenosti s těmito technologiemi. Významnou osobností byl např. Tristan Harris, bývalý pracovník společnosti Google. Dále zde byla zmíněna např. i studie od MIT, která tvrdila, že falešné zprávy na Twitteru se šíří 6x rychleji než skutečné zprávy.</p>	<p>Nezतोžňuji se s výrokem od bývalého prezidenta Pinterestu, který zněl: „Tyto služby lidí zabíjí a způsobují, že lidé páchají sebevraždy“ a jeho výrok byl do videa vložen po ukázce výzkumu, který upozorňoval na nárůst sebevražd/sebepoškozování u mladých lidí, kdy tento vzorec prý údajně směřuje k sociálním sítím. Ano, bezesporu si také myslím, že sociální sítě mohou být jedním z faktorů, ovšem nemyslím si, že by šlo tyto veškeré problémy hromadně připsat pouze sociálním sítím. Jistě za nárůstem stálo více negativních ovlivňujících faktorů.</p>	<p>Pro mě z filmu vyplývá, že bych si měla lépe uvědomovat, jak budu trávit svůj volný čas, jestli se chci nechat dobrovolně „lapit do sítí“ médií, nebo ten čas budu chtít trávit raději skutečnými aktivitami, ve skutečném světě. Společnost by si měla z dokumentu odnést vlastně to stejné, možná bych přidala, že i když jsme ovlivněni okolím, stejně vždy zodpovědnost za naše výsledné chování a jednání přebírá každý člověk jen sám za sebe. A také myslet na to, že peníze vládnou světem, za vším jsou schované, a proto je dobré být obezřetný. Chtěla bych, aby se každopádně povinně mluvilo o této problematice na základních/středních školách. Právě děti/dospívající jsou ve věku, kdy jsou nejvíce ovlivnitelní, manipulovatelní a bohužel je to skupina, která má k sociálním sítím a ostatním médiím velmi blízko.</p>

<p>Ako technologické firmy prevzali kontrolu nad svetom v rôznych aspektoch cez zber dát od užívateľov, ich následným spracovaním a personalizovaním obsahu na platformách s využitím neurovedy, psychologických a evolučných nastavení človeka vedúcich k maximalizácii interakcií a závislosti na nich za účelom finančného profitu.</p>	<p>Opierali sa o výskumy k vzostupu depresii, samovrážd, úzkosti u mladistvých alebo o princípy neurovedy, ľudskej psychiky alebo evolučných mechanizmov. Tiež o objektívnu realitu: polarizácia spoločnosti, radikalizácia spoločnosti, šírenie dezinformácií, cielenie na emócie užívateľov; alebo o merateľné parametre ako napr. screen-on-time,...</p>	<p>Veľa vecí bolo povedaných bývalými zamestnancami, ťažko vyhodnotiť do akej miery hovorili pravdu a aká konkrétne bola ich motivácia. Zaujímavá bola časť, kde spomínali, že zavedenie tlačidla Like malo zamýšľané vyslovene pozitívne dopady (šíriť lásku, atď) na užívateľov, no naopak tvrdili, že zámerne vytvárali prvky, ktoré mali tvoriť u ľudí dopamínové odozvy, ktoré z dlhodobého hľadiska šťastie neprinášajú.</p>	<p>Spoločnosti dokážu cieľiť obsah na jednotlivcov alebo na skupiny ľudí s rovnakými preferenciami, tým sa dá ovplyvniť verejná mienka, voľby, nálada v spoločnosti... V prípade volieb môžu byť sociálne média vážnou hrozbou pre demokraciu, čo úzko súvisí s cílením obsahu na emócie užívateľov a postupná polarizácia spoločnosti. Myslím, že celkovo v spoločnosti vládne vysoká miera dôvery v sociálne média a ich obsah, čo vedie k deformácii informačnej scény. Ľudia majú skôr sklony k alternatívam a nudné fakty idú bokom, nie sú až tak zaujímavé a nič v nás neprebúdzajú. Určite by stálo za zváženie prehodnotiť čas venovaný sociálnym sieťam a bližšie si rozanalyzovať, čo mi podsúvajú. Pýtať sa otázky prečo daný obsah vidím, ako ma to ovplyvní a či by nebolo vhodnejšie si dohľadávať obsah svojpomocne. Sám musím uznať, že algoritmus na YouTube je skvelý a podsúva mi videá, ktoré by som sám zrejme nedohľadal alebo by mi nikdy nenapadlo si ich vôbec hľadať. Kľúčové je prevziať kontrolu do vlastných rúk a produkty Big Tech využívať vo svoj prospech.</p>
--	---	--	---

<p>Myslím, že hlavním cílem bylo poukázat na to, jak skutečně fungují sociální sítě a internet, jaké jsou jejich záměry, a také jaké jsou důsledky jejich nevědomého používání. Jako důležité sdělení vnímám to, že na každém z nás záleží, respektive platformám, které sbírají naše data, záleží na informacích o každém z nás. Po shlédnutí dokumentu se mé myšlenky stále dokola vracely ke větě, která tam zazněla, a to, že pokud za jakýkoliv produkt přímo neplatíme, pak my a data o nás jsou tím produktem. Silným sdělením též byly informace o potenciálu, který mají sociální sítě při tvorbě názorů, například politických, o polarizaci názorů a s tím spojenými společenskými riziky.</p>	<p>Lidé hovořící v dokumentu se opírali jednak o vlastní zkušenost, kdy byli nebo stále jsou součástí prostředí okolo vytváření a řízení sociálních sítí, zároveň se opírali o současné psychologické poznatky o lidské psychice, konkrétně o „pravěkých“ emocích a tendencích k vytvoření závislosti. Co se například duševního zdraví týče, argumentovali též statistikami a studiemi, které by bylo ale asi potřeba dohledat a zhodnotit jejich metodologickou kvalitu a tedy i možnosti zobecnění výsledků.</p>	<p>V dokumentu mě zaujalo tvrzení, že falešné zprávy se šíří šestkrát rychleji než zprávy pravdivé. Zajímalo by mě, zdali je tohle opravdu nějak spočítané, případně, jakým způsobem by to vůbec bylo možné, nebo se jednalo pouze o odhad. Přesto, že se nejedná o jednu z hlavních myšlenek, ale spíše o okrajovou informaci, myslím, že to byl jeden z argumentů, který zazněl v souvislosti s polarizací názorů a šířením dezinformací, což jsem jako jedno z hlavních sdělení dokumentu vnímala.</p>	<p>Abych byla upřímná, sama jsem nevěděla, k čemu konkrétně data, která svou aktivitou na internetu poskytují, slouží, nevěděla jsem nic o vytváření profilu uživatele. A ačkoliv jsem se už dříve měla na pozor, po shlédnutí dokumentu své chování na internetu zkusím ještě více omezit a zároveň to šířit mezi ostatní lidi v mém okolí, kteří bohužel ukázkově naplňují definice digitální závislosti a argumentují slovy, že data „obyčejných“ lidí jsou jim úplně k ničemu, nebo že to, kolik času stráví u obrazovek, mají pod kontrolou, ...</p>
---	---	---	---

<p>Sociální sítě mají na své uživatele neskutečně veliký vliv - udělají si profil uživatele a algoritmus následně dělá co může, aby jeho pozornost udržel co nejdéle. A postupně ho ovlivňoval, manipuloval k tomu, aby se choval více podle představ sponzorů. Ať už jde o to, že si koupí produkt, za jehož reklamu sponzor platí, nebo se začal projevovat určitým politickým směrem. Algoritmus pak uživatele udržuje v kružích, kde se opakují podobné názory, až jim často dotýčný "podlehne", respektive čím víckrát danou "informaci" uvidí, tím je větší šance, že ji postupně i začne věřit. Další užitečná data, která sítě sbírají, se týkají budoucnosti svých uživatelů. Umí pak předpovědět, jak by se uživatel mohl chovat.</p>	<p>O statistiky (sebevraždy a mentální problémy u mladých dívek), o reporty, zprávy a studie udělané na tato témata. Také o osobní zkušenosti respondentů, kteří mají blízkou zkušenost s prací v tomto odvětví.</p>	<p>Osobně mě trochu zarazilo sdělení o pravěkém mozku. Nepopírám, že jedinec téměř nemá šanci proti algoritmu, superpočítačům a x analytikům, jejichž hlavním cílem je držet jeho pozornost. Ale nevěřím, že za několik milionů, ba ani pár set tisíc let, se lidský mozek nezměnil, nevyvinul, nepřizpůsobil.</p>	<p>Mě osobně to utvrzuje v přesvědčení, že moje budoucí potenciální děti přístup k sítím mít co nejdéle nebudou. Filmy a pohádky klidně ano, ale pěkně z cédéček, aby se mi na youtube nezatoulaly. A já jsem to (z vlastního rozhodnutí) bez mobilu s internetem zvládla "až" do skoro sedmnácti, takže je naučím, jak si poradit. Dokument mě jinak rozhoupal k tomu, si nastavit časovač na instagram, což jsem už dlouho chtěla udělat, ale byla líná to hledat v nastavení. Dneska jsem na mobilu prakticky nebyla (z mého úhlu pohledu) a statistika stejně ukazovala 3 hodiny a 9 minut aktivity, 1/3 z toho právě na instagramu. Vypnula jsem notifikace. Pro společnost by mělo vyplynout to, že opačný názor není otázka života a smrti (většinou), což jsme si odvykli vnímat. Asi vážně není na škodu, si občas vyslechnout i někoho odlišného. Obecně pak z filmu a videa vyplývá, že je absolutní nutností začít sítě regulovat. Trochu chytřeji než doposud, protože když jsem naposled slyšela o regulaci reklam na youtube kids, spousta tvůrců, věnujících se výrobě figurek, panenek a dalším "dětským" tématům, se ze dne na den ocitla v ohrožení ztrátou práce, kterou dělali na plný úvazek a která pro děti ani nebyla.</p>
---	--	--	---

<p>Hlavní myšlenkou bylo ukázat, jak moc nebezpečné sociální sítě jsou, jak pracují, jaký je jejich záměr, kolik dat dokáží shromáždit, a jakým způsobem působí tyto sítě na lidskou psychiku. Zaměřuje se na způsob jakým firmy jako je Google, Facebook atd manipulují lidské chování a myšlení a zneužívají lidskou pozornost pro svůj profit.</p>	<p>Mluvili například o výzkumech prokazujících nárůst depresí, duševních onemocnění a sebevraždnosti mladých lidí (děvčat) do 15 let myslím Díky filtrům měnícím vzhled, bodyshamingu narůstá kyberšikana, rozdělování společnosti. Dále Tristan Harris mluvil o tom, že například o deepfake videích, která jsou již docela známá a podložená jako nereálná. Jedna z hlavních myšlenek byla taky v tom, že počítače jsou nastaveny k tomu dělat rozpory mezi lidmi, protože tím zvyšují svůj účel, nejvíce mě z filmu strašila ukázka rozdělení společnosti na základně politického přesvědčení v Americe (dnes již celkem dobře podložená informace).</p>	<p>Podle mě se dá se všemi myšlenkami ve filmu do určité míry polemizovat, možná i proto, že nemám reálné informace a data k tomu, abych posoudila co a do jaké míry jsou tyto informace pravdivé.</p>	<p>Pro mě osobně určitě umět si informace vybírat, být kritický k těm informacím co mám, protože, podle harrise, protože jsou mi podávány na základě toho, kde se nacházím, a které záměrně udrží mou pozornost, ne vždy tak mohou reflektovat realitu. Z filmu si jde odnést hodně věcí, nejvíce mě straší myšlenka rozdělení a polarizace společnosti, a myslím, že společnost by si z toho měla odnést nějakou osvětu, umět kriticky uvažovat a umět poznat následky. Myšlenka, která myslím byla vyjádřena někde v závěru filmu, že sám počítač, nebo umělá inteligence je i přes to všechno lidským výtvořem, který jsme zase schopni změnit bychom se jako společnost měli držet, ovšem nezáleží jenom na nějaké abstraktní spáse, mělo by se reálně usilovat o nějakou regulaci toho co tyto korporace dělají, a jak bylo řečeno ve filmu, zavést například nějakou daň za shromažďování a zpracovávání dat.</p>
<p>Sociálne siete a iné veľké internetové platformy manipulujú/ovplyvňujú naše myslenie a správanie.</p>	<p>Jednak o výpovede bývalých pracovníkov týchto spoločností a tiež o vedecké výskumy, konkrétne dáta, konkrétne príklady (eg. basketbalista tvrdil, že Zem je plocha, neskôr sa ospravedlnil a vyhovoriť sa na youtube, pretože mu odporúčal videá s touto tematikou; výskumy o stúpajúcej miere depresí a samovrážd medzi mladými ľuďmi).</p>	<p>Vo filme pripisovali zvýšenú mieru samovrážd medzi mladými ľuďmi priamo nástupu sociálnych sietí - korelácia však nemusí automaticky znamenať kauzalitu, za zvýšenou mierou samovrážd môžu byť aj iné príčiny.</p>	<p>Na konci filmu povedali niekoľkí rečníci pár odporúčaní/opatrení: vypnúť si upozornenia z aplikácií; nastaviť pravidlá pre deti; vedome si voliť obsah, ktorý sledujeme; sledovať aj ľudí s ktorými nesúhlasíme... toto je v skratka to, čo pre mňa z filmu aj videa vyplynulo. Pre spoločnosť? - neviem, možno nič, veľa ľuďom vôbec nemusí vadiť, ako na nich sociálne siete vplyvajú. Zrejme ale bude musieť časom nastať nejaká zmena v otázkach regulácie zberu a používania dát - to by malo tiež na spoločnosť vplyv.</p>

<p>Hloubka a velikost problému ohledně sociálních sítí je větší, než bychom si dokázali představit. Propracovanost a dokonalost algoritmů nutí lidskou pozornost, aby se více a více času trávili na konkrétní platformě: YouTube nám doporučuje videa na základě našich předchozích shlédnutých, Facebook nám nabízí přesně naší osobě určené reklamy a informace, Instagram dokonalou vizi dokonalého života, vzhledu... Nemenším problémem než dále zmíněným je to, jak tyto "dokonalé" životy ovlivňují psychiku mladých lidí, jak jim to snižuje sebevědomí, jak se snaží být jako tyto vize. Od vývoje soc. sítí počet sebevražd stoupl více než 2x. Hlavní problém nastává, když my jako uživatelé už nedokážeme rozlišit, zda poskytované informace jsou pravdivé či nikoli. Tzv. FAKE NEWS a HOAX pak cílením na miliony lidí mohou způsobit politické nepokoje, posílit rasismus, nebo dokonce podle některých i občanské války.</p>	<p>Jelikož předmětem filmu byla zpověď vývojářů velmi úspěšných internetových platform, jejich argumenty se opírali o zkušenosti, čísla a o to, jak se jejich původní záměr úplně odklonil. Byly zde také znázorněny reálné situace jako příklad, momenty demonstrací ohledně koronaviru (které by se dost pravděpodobně nekonali, pokud by existovala diktatura ohledně cenzury informací, a lidé by dostávali pouze ověřené a pravdivé informace), modelové situace jedné rodiny, kdy jsme viděli mladou slečnu která je už velmi silně závislá na telefonu a soc. sítích, jejího brácha, který byl zpočátku na hraně závislosti, ale s postupem příběhu stal také velmi nebezpečně závislý, a nejstarší "normální" sestra, na které bylo znázorněno, jak vnímá z venku tyto závislosti.</p>	<p>Nemyslím si, že by fyzický kontakt opravdu vymizel, jak bylo ve filmu naznačeno. Resp. si toto možná nechci připustit. Nevím, jestli jsem ještě "málo" závislá na těchto platformách, nebo si to prostě neuvědomuji, ale můj opravdový sociální život je podobně bohatý, jako byl, když jsem byla menší.</p>	<p>"RED FLAG" je pro mě vždy to, když zjistím, že dvorci, zakladatelé, vývojáři a vynálezci nevyužívají jejich produkty. Z jakéhokoli důvodu. Farmaceuti nepodávají léky svým dětem, majitelé řetězců s rychlým oběremstvením tam neberou na obědy svoji rodinu, majitel Adidas neběhá ve svých botách. Pokud si i sami vývojáři sociálních sítí a algoritmů uvědomují, jak užívání těchto zmíněných věcí působí negativně a že to v nich probouzí špatnou závislost, je to přesně ta jedna red flag, kterou si nyní uvědomuji. Asi nedokážu 100 % nepoužívat soc. sítě, rozhodně je zvládnout omezit.</p>
<p>Uživatel sociálních sítí a dalších platform je ve skutečnosti produkt. Algoritmy pracují bez etického rámce. Ve chvíli, kdy je cíl zisk, k čemuž slouží zvýšení sledovanosti, funguje sázet na oblasti, které člověka provokují, šokují, strachují a v druhém plánu radikalizují, což zvyšuje onu sledovanost a ta přináší zisk. Obsah nikdo nekontroluje a naše závislost na těchto platformách přináší i řadu dalších negativních efektů (deprese apod.)</p>	<p>Důraz je kladen hlavně na výpovědi bývalých pracovníků oněch platform, kteří odhalují, co se děje takřikajíc za zdmi těchto společností.</p>	<p>Celkově vidím problém ve výběru mluvčích, chybí mi pohled vícero humanitních vědců. Dokument hodně podsouvá myšlenku, že jsme v tomhle procesu pasivní bytosti podléhající algoritmům, ale věřím, že celá ta problematika je složitější. Dokument sám vytváří to, před čím varuje, tedy exaltované emoce, a chce šokovat, ocenila bych větší odstup a kdyby tolik prostoru neměli ti zúčastnění lidé, ale nezaujatí pozorovatelé.</p>	<p>Rozhodně je třeba začít řešit celou otázku online prostoru a přizvat hlavně humanitní obory. Pro mě osobně je to impulz nebrat soc. sítě tolik vážně a přistupovat k nim s větší lehkostí. Osobně ale věřím v možnosti "zelených technologií" a nejsem technologický skeptik. Akorát je to nástroj, který ještě neumíme používat.</p>



<p>Vo videu aj filme bolo jasne vyjadrené znepokojenie nad mocou sociálnych sietí v dnešnej spoločnosti. To ako sú psychologicky nadizajnované tak, aby si na nich človek ľahko vytvoril závislosť, stratil sa v čase a bol na nich čo najdlhšie. Znepokojujúce je to, ako nám dokážu podsúvať informácie pomocou nazbieraných dát počas našej činnosti na internete. Algoritmus potom sledujúcim ponúka skôr videá ktoré sú zaujímavé svojimi vyhrotenými informáciami, čo môže viesť k vytváraniu rôznych hoax podporovateľov, radikalistov a pod. Vo filme vystupujú hlavne bývalí vysokopostavení zamestnanci platforiem sociálnych sietí, tiež rôzni odborníci a skorý investor Facebooku. Jedná sa o biznis model, ktorý na nás zarába pomocou zbieraním a predávaním dát a donútením nás byť čo najdlhšie na sociálnych sieťach, tak aby sme boli neustále vystavení reklame, čo je ich hlavným produktom. Hlavným cieľom filmu bolo upozorniť na ohrozenie pre demokraciu a psychické zdravie ľudí.</p>	<p>Hlavné myšlienky sa opierali o tvrdenia bývalých zamestnancov, ktorí pracovali pre rôzne platformy sociálnych sietí. Hlavné argumenty boli postavené na osobnej skúsenosti rôznych CEO a rôznych dizajnérov platforiem. Bolo to vlastne svedectvo ľudí, ktorí vedia z vnútra ako sociálne siete fungujú, ako sú nadizajnované a aký je ich hlavný zámer. Vo filme boli tiež použité dáta z prieskumu psychického zdravia teenagerov, ktorý dokazoval, že psychické zdravie sa radikálne zhoršilo, práve po roku 2008, kedy začali vznikať a byť populárne rôzne tieto sociálne siete. Často boli ale hlavné myšlienky postavené tak, aby sme sa sami mohli zamyslieť ako nás sociálne siete ovplyvňujú a celý film bol postavený hlavne na tvrdeniach rôznych odborníkov a ľudí, ktorí sa problémom sociálnych sietí zaoberajú.</p>	<p>Najviac nepodložená mi pripadala myšlienka, že sociálne siete dokážu ovplyvňovať naše politickú orientáciu a to, že majú na starosti popularitu populistických strán vo svete. Dôkaz toho, že potom ako sa stal Facebook populárny v Mjanmarsku, tak sa ľudia zradikalizovali mi pripadá dosť náhodný.</p>	<p>Z filmu aj videa vyplýva to, že internetový giganti majú veľkú moc hlavne v tom, že ich biznis model je nadizajnovaný tak, aby užívatelia internetu alebo sociálnych sietí slúžili ako nástroj na zarabanie peňazí. Nejedná sa teda o záujem spoločnosti, ale len o zisky z používania rôznych internetových platforiem. Tiež by sme mali na informácie na internete nahliadať kriticky a uvedomiť si, že v navrhnutých stránkach a videách môžu byť často vyhrotené a nepravdivé informácie.</p> <p>Ja som si uvedomila, ako veľa času mi požíra používanie sociálnych sietí a internetu a že by som so svojou závislosťou na nich mala začať pracovať a tráviť svoj čas lepšie a kvalitnejšie. Používanie sociálnych sietí mi zhoršuje psychickú pohodu a často si to ani neuvedomujem.</p> <p>V rámci spoločnosti to znamená, že spolu komunikujeme menej tvárou v tvár a sme menej prítomní v realite a že najohrozenejšia je teraz najmladšia generácia, ktorá so sociálnymi sieťami vyrastá a je nimi ovplyvňovaná viac ako ktokoľvek iný.</p>
---	--	---	---

<p>Hlavná myšlienka dokumentu bola ako dizajn sociálnych sietí vytvára a podporuje závislosť ľudí. Zameriava sa na problém manipulácie a ovládanie ľudí pomocou rôznych algoritmov na ich platformách.</p>	<p>Opierali sa o to, že sú sociálne siete dizajnované na to aby nás ovládali, aby sme boli na nich závislí. Prostredníctvom reklám nám predkladajú veci, ktoré nás zaujímajú, pretože vedia, že na ne klikneme, že nás zaujmú a tým ich vlastne podporujeme. Síce sa sociálny svet týka nás všetkých, zasahuje výraznejšie na mladších používateľov a deti. Tí sú práve čoraz viac a viac zvyknutí na trávenie veľkého množstva času práve pri telefónoch, čo ovplyvňuje aj ich zdravie. Častokrát majú znetvorenú predstavu o tom ako vyzerá život mimo sociálnych sietí. Zhoršila sa kyberšikana a zvýšilo násilie.</p>	<p>Bohužiaľ mi nenapadla myšlienka, ktorá by bola nepodložená. Veľmi sa ospravedlňujem a teším sa čo prinesie diskusia v škole.</p>	<p>Vo mne to zanechalo dojem, že len my sme práve tí, ktorí musia spraviť ten krok k obmedzeniu sociálneho sveta. To sa síce môžeme pokúšať, ale príde mi, že dnešný svet je na tom bohužiaľ až moc závislí. Čo je na jednu stranu veľká hrozba, ktorá môže viesť k horším veciam, ale taktiež nám to poskytuje mnoho príležitostí a zjednodušuje nám to náš životný štýl. Omnoho lepšie sa teraz dostanem k rôznym informáciám len v rámci školy, ktoré by sa bez sociálnych sietí ku mne dostávali horšie. Mne osobne to opäť otvorilo oči, rozhodne sa posnažím strážiť si čas v sociálnom svete.</p>
--	---	---	--

<p>Na sociálních sítích jsou lidé (jejich uživatelé) těmi produkty, se kterými se obchoduje. Zaujal mě citát "pokud je něco zadarmo, jste vy tím produktem". Začalo to možná nevině (v průběhu dokumentu bylo několikrát zdůrazněno, že původní záměr byl skutečně lidem pomoci), ale nyní je absolutně jediným účelem velkých společností, které sociální sítě provozují, vydělat ještě víc peněz, přestože už teď jsou těmi nejbohatšími na světě. Využívají ty největší odborníky na lidskou mysl k tomu, aby nás donutili chovat se tak, jak potřebují. Algoritmy jsou natolik "magické", že každému člověku vytvářejí skutečně jeho vlastní svět, který nemusí mít vůbec nic společného se světem člověka, který žije pár metrů od něj. Už nyní žijeme na planetě ovládané umělou inteligencí - není to žádná sci-fi představa, ale fakt.</p>	<p>Celý dokument stál hlavně na tom, že poskytoval prostor k vyjádření se lidem, kteří v předních společnostech typu Facebook dříve pracovali - mají tedy informace zevnitř, v mnoha případech třeba to, před čím teď varují, sami vymysleli. Sdělení se tedy opírají o jejich zkušenosti. Dále byla řeč o mnoha kauzách/událostech typu Pizzagate, díky kterým vyšla najevo obrovská přesvědčovací síla sociálních médií. Zmínka padla o zvyšujícím se výskytu sebepoškozování a sebevražd obzvlášť mezi mladými dívkami - za pravděpodobnou příčinu byla označena právě digitální média.</p>	<p>Připadá mi, že je velmi těžké se v téhle problematice spoléhat na skutečně podložené informace, protože společnosti, o kterých je řeč, se samozřejmě o informace o svých nekalých praktikách nebudou dělit s nadšením. Lidé, kteří v nich dříve pracovali, mi ale připadají jako velmi důvěryhodný zdroj. Nenapadá mě nic, u čeho bych si v průběhu sledování říkala "je tomu skutečně tak?". Je ale pravda, že film byl zároveň poměrně manipulativní - hodně scén hrajících na city, neposkytoval prostor lidem, kteří by měli jiný názor apod.</p>	<p>Myslím, že z filmu měly především vyplynout nějaké praktické tipy, případně nápady, co s tím tedy dělat, co změnit - jak pro společnost celkově, tak pro jedince, který dokument sleduje. Bohužel to skončilo u popsání problému. Já osobně si odnáším to, že se svým přístupem k sociálním sítím a digitálním technologiím celkově opravdu nejsem spokojená, a cítím, že na tom nutně potřebuji zapracovat.</p>
--	--	--	---

<p>Média a sociální sítě nás ovlivňují více, než si vůbec myslíme a než bychom si možná přáli. Hlavním cílem společností jako Google, Twitter, Facebook, Instagram a dalších je co nejdéle udržet jejich uživatele aktivní na sítích. K tomu používají algoritmy, které sledují a analyzují lidské chování na jejich platformách. The Social Dilemma tuto situaci vysvětluje tak, že algoritmus vytvoří jakéhosi avatara, který odráží naše vzorce chování. Čím více sociální sítě používáme, tím více o nás algoritmus ví a navrhuje nám odpovídající obsah. Dokument poukazuje na to, že nebezpečí médií se skrývá právě v tom, že si člověk neuvědomuje, že je algoritmy ovlivňován. Jako dopad tohoto ovlivňování je zmíněna například závislost na sociálních sítích, nárůst psychických problémů (nejen) u mladých lidí, a šíření fake news a konspiračních teorií.</p>	<p>V dokumentu vystupovala řada odborníků, z nichž se většina nějakým způsobem podílela na vzniku sociálních sítí a právě algoritmů, které uživatele tak silně ovlivňují. Tito odborníci přesně vědí, jakým způsobem algoritmy fungují a jaká nebezpečí mohou představovat. Dokument poukazuje mimo jiné na rostoucí počet sebevražd u mladých dívek, který souvisí se zvyšujícím používáním sociálních sítí. Také se zaměřuje na rostoucí názorové rozdělování společnosti, které je ukázáno na příkladu rozdílných politických hodnot demokratů a republikánů v USA.</p>	<p>Přišlo mi, že dokument v některých momentech zacházel až do dystopických představ. Popisoval lidi jako otroky sociálních sítí, oběti algoritmů neschopné vytvořit si vlastní názor. Scény s voodoo panenkou ovládanou třemi algoritmy by se mi hodily spíše do nějakého sci-fi filmu, ne do seriózního dokumentu. Nemyslím si, že bychom ve vztahu se sociálními sítěmi byli tak bezmocní.</p>	<p>Sociální sítě se staly obrovskou součástí našich životů. Nemyslím si, že řešením je sociální sítě zahodit a naučit se fungovat bez nich. Je třeba si nastavit hranice a najít ve vztahu s médii rovnováhu. Pro mě osobně to znamená třídění obsahu, který se ke mně dostává, a omezování bezduchého koukání do obrazovky.</p>
<p>Film ukazuje nebezpečí sociálních sítí, jak moc jsme každodenně ovlivňováni sociálními médii, jak fungují, jaký praktický dopad mají v našem životě a jak lehce mohou manipulovat a rozdělovat společnost. Video vysvětluje jak přesně sociální sítě fungují, jejich strategie, jak zasahují naši psychiku, co vše se dá s těmito daty udělat a ovlivnit nás.</p>	<p>Film se zejména opíral o zkušenosti bývalých zaměstnanců a odborníků, jejich názorů a podložené předchozím výzkumem a daty povětšinou z psychologie. Příímým příkladem může být graf znázorňující míru sebevražd u dívek a její zvýšení od roku 2009 s příchodem sociálních médií. U videa mi přišlo, že se více využíval studie a data.</p>		<p>Bylo až mrazivé vidět jak film i video názorně ukazují změnu našich životů s příchodem sociálních médií a jak nás ovlivňují v každodenním životě. Já osobně se budu snažit více regulovat čas strávený na sociálních sítích a u obrazovky, ale zároveň vím, že v dnešní době se sociálním sítím nebo obrazovkám jde jen těžko vyhnout. Na základě informací z filmu i videa si myslím, že problematika sociálních sítí by měla být předmětem přednášky nebo výuky na základních a středních školách pro mladší generaci, která je sociálními sítěmi ovlivněna.</p>

<p>Uživatelé sociálních sítí jako produkt, který se prodává? Sociální sítě využívají extrémně složité sofistikované algoritmy, které se snaží nás, své uživatele, udržet co nejvíce aktivní, snaží se získat naši pozornost pomocí různých psychologických "triků" a informací, které o nás získávají a na základě toho se nám snaží prodávat produkty. Rozdělování společnosti, nebezpečí tzv. rabbit holes - nejvíce interakcí při vyhocených tématech.</p>	<p>Zkušenosti a názhledy odborníků, kteří se nějakými způsoby podíleli na vývoji sociálních sítí. Označování na fotografiích, barvy, sledování, like apod. jsou všechno mechanismy založené na psychologických poznatcích vyvinuté společnostmi pro maximalizaci interakcí uživatele se sociálními sítěmi.</p>	<p>Nejsem si jistá. Je to možné určitě. Nezaměřovala jsem se na to tolik během sledování.</p>	<p>Obrovská síla a moc sociálních médií, kterou si často vůbec neuvědomuje, za kterou stojí generování zisku na základě reklam a podobně. Polarizace společnosti, fakenews --&gt; konflikty? Závislost na sociálních sítích. Víme o problémech, ale těžké řešit? Jak by vypadal můj život v tomto dnešním světě bez sociálních sítí? Mám (se snažit) "odpoutat" se od sociální sítí? Co (můžu já) dělat s problémy prezentovanými v tomto filmu?</p>
<p>Hlavní myšlenkou bylo upozornit na realitu sociálních sítí a internetu, kterou často přehlízíme nebo ignorujeme. Autoři popisují neetičnost sociálních sítí a jak se v průběhu let přeměnily z užitečného nástroje na marketingový produkt, který řídí životy 2 miliard lidí. Často je toto vykořisťování kladeno za vinu nynějšímu kapitalismu a způsobu nakládání s daty uživatelů. Film i video nám předkládají, jak funguje design sociálních sítí na naši pozornost a utužuje závislost, také jak podporuje polarizaci a dezinformace ve společnosti a jaký dopad má na duševní zdraví.</p>	<p>Film a video jsou založeny především na zkušenostech bývalých zaměstnanců světových internetových špiček jako jsou Google, Facebook, Pinterest, Youtube a Twitter. Autoři se zamýšlejí nad tím, jak se společnost kvůli internetu polarizuje a je pro ni jednodušší uvěřit dezinformacím. To vše opřeno občas o nějaké výzkumy, jako například korelace nárůstu deprese a sebevraždy u nynějších mladistvých a trávení času na sociálních sítích nebo vliv Youtube videí na podporu konspiračních teorií. Také ukázka toho, co můžou sociální sítě napáchat za škody, byla dobře ukázána na pogromu v Myanmaru, kde bylo kvůli vzniklé nenávisti zabito mnoho lidí.</p>	<p>Celkově film mířil na naše emoce a z užitečných nástrojů ke komunikaci udělal jasné zloduchy. Například to, že jsme dle sdělení pouze produktem Facebooku, který se snaží udržet naši pozornost, je trochu zavádějící, protože Facebook je "živen" z reklam tak, aby byl pro uživatele zdarma. Vždy si uživatel může zvolit, jestli Facebook bude moct jeho data na základě pozorování reklam využívat: Taky fakt, že dokument obvinil z různých problémů společnosti čistě sociální sítě, je poněkud zjednodušený. Vždyť jsou zde přece jiná média, jako televize nebo rádio. Film z nás uživatelů dělá pouhé loutky, které jsou ovládané mocí sítí, ale jaké jsou například motivace lidí dávat na internet takové příspěvky, které šíří negativní emoce, je nezodpovězenou otázkou.</p>	<p>Rozhodně nám ukazuje, jak jsme se podvolili těmto médiím a jak jsme se na nich stali na závislí. Jedinci, kteří se jim vyhýbají, nemají už téměř šanci držet krok se současným světem. Sítě nás odtrhávají od reality a my se svou aktivitou na internetu podílíme na tvorbě nové reality, o které ani nevíme, že ji tvoříme. Film i video jsou varovným prstem před zdegenerovaným světem.</p>