

# Netholismus



**závislost na internetu**

**na sociálních sítích**

**na hraní her**

# Ohrožení

- více muži než ženy
  - potíže s navazováním vztahů
  - nové zkušenosti
  - potřeba někam patřit
  - pocit sounáležitosti



# Příznaky

- postiženy vztahy rodinné a přátelské
- negativně ovlivňováno zdraví jedince
- negativně ovlivněna práce nebo škola
- zasahováno do trestně-právní oblasti
- neodtržitelnost od internetu
- nedodržování pitného a stravovacího režimu
- ignorace okolí a uzavírání se do sebe sama
- nervozita či agrese při absenci internetu
- zhoršení sebeovládání
- potíže při odvykacím stavu
- zanedbávání ostatních zájmů



# Následky

- odebrání dětí
- utlučení syna
- smrt po 50 hodinách hraní
- sebevražda
- kolaps po 15 dnech hraní
- ubití sedmnáctiměsíční dcery
- vražda matky



# Léčení

- zaheslování počítače
- psychoterapeut
- nová náplň života
- cestování (1 - 3 měsíce)
- elektrošoky

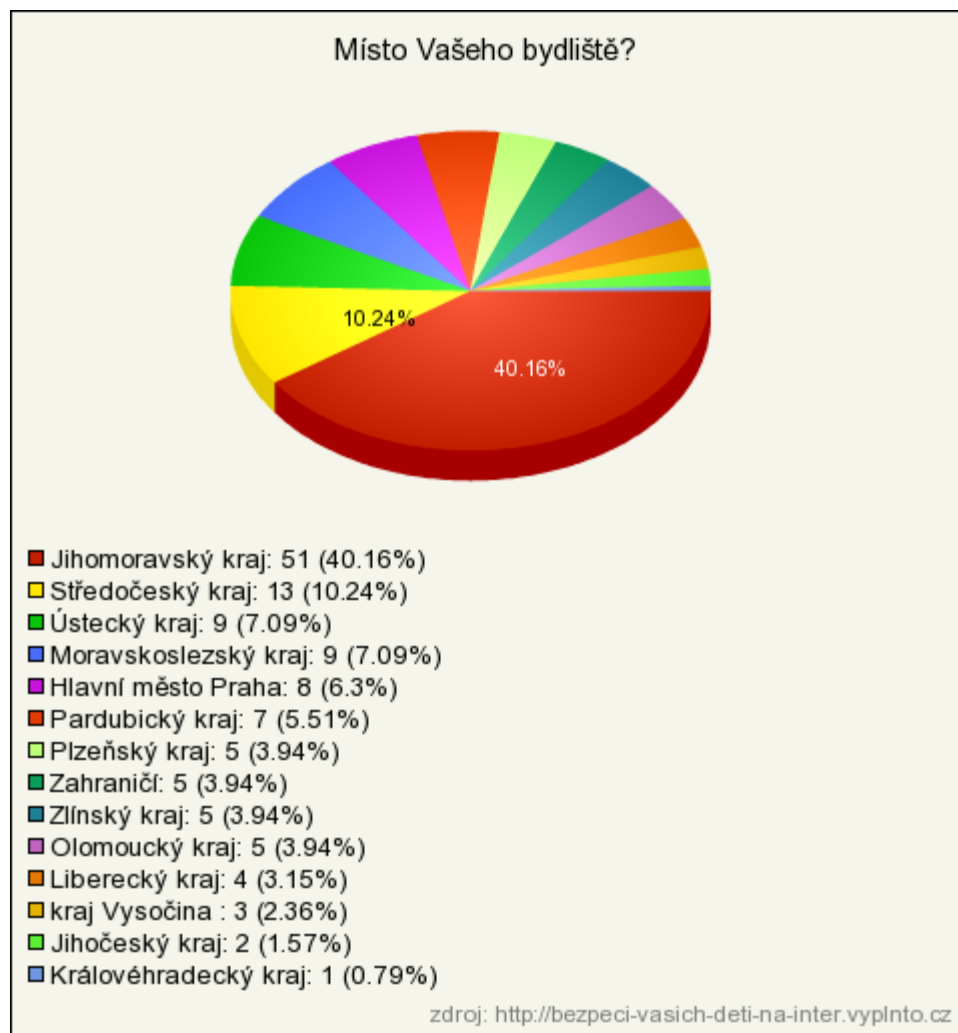
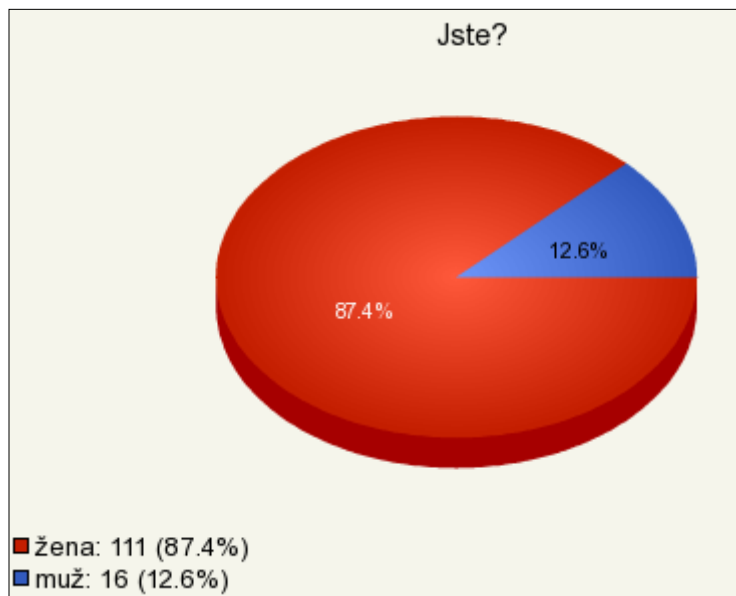


# Prevence

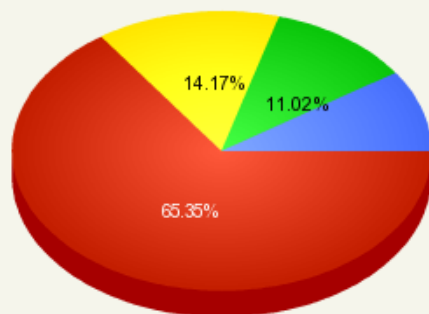
- Nedávat nikomu adresu ani telefon (nikdy nevíme kdo se skrývá za obrazovkou)
- Neposílat nikomu po internetu svoji fotografii
- Nedsdělovat nikomu po internetu věk
- Dbát na to, aby děti nepoužívaly úplná jména
- Neodpovídat na neslušné nebo vulgární e-mailly
- Nedomlouvat si schůzku po internetu, aniž by o ní někdo další věděl (např. rodiče)
- Zavést domácí pravidla pro využívání internetu



# Bezpečnost dětí na internetu



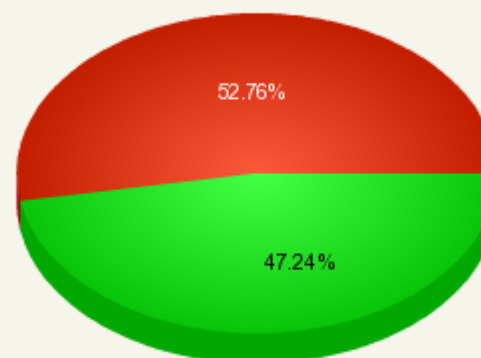
Věk Vašeho dítěte? (V případě, že máte víc než 1 dítě, vyplňte prosím tuto informaci vztahnou k dítěti, které stráví u počítače nejvíce času).



- 0 - 6: 83 (65.35%)
- 13 - 17: 18 (14.17%)
- 7 - 12: 14 (11.02%)
- 18 a více: 12 (9.45%)

zdroj: <http://bezpeci-vasich-deti-na-inter.vyplnto.cz>

Hlídejí Vaše děti minimálně 1x týdně po dobu minimálně 2 hodin jiní rodinní příslušníci?

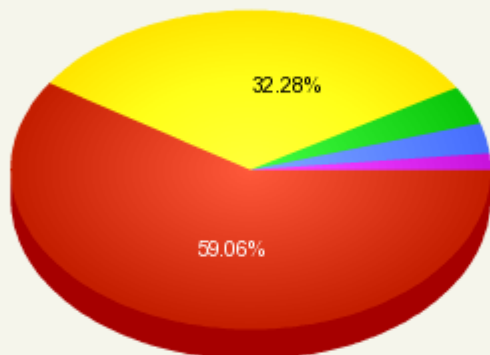


- ano: 60 (47.24%)
- ne: 67 (52.76%)

zdroj: <http://bezpeci-vasich-deti-na-inter.vyplnto.cz>



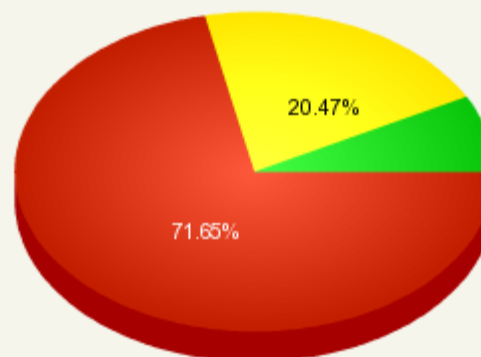
Kolik času průměrně denně Vaše dítě stráví u počítače mimo aktivit spojených se školou? (V případě, že máte víc než 1 dítě, vyplňte prosím tuto informaci vztahnou k dítěti, které stráví u počítače nejvíce času).



- počítač zatím neovládá: 75 (59.06%)
- 0 -3 hodiny: 41 (32.28%)
- 7 hodin a více: 5 (3.94%)
- 4 - 6 hodin: 4 (3.15%)
- nevím: 2 (1.57%)

zdroj: <http://bezpeci-vasich-deti-na-inter.vyplnto.cz>

Využíváte sociální síť Facebook?



- ano a umím nastavit soukromí uživatelského profilu: 91 (71.65%)
- ne: 26 (20.47%)
- ano, ale neumím nastavit soukromí uživatelského profilu: 10 (7.87%)

zdroj: <http://bezpeci-vasich-deti-na-inter.vyplnto.cz>

# Dotazník

- Nejste-li zrovna on-line, přemýšlíte, co budete dělat příště, až budete?
- Je internet ve vašem hodnotovém žebříčku na jednom z prvních třech míst?
  - Zhorší se vám nálada po tom, co se musíte odpojit od internetu?
    - Zdá se vám, že se hůř soustředíte, nejste-li on-line?
  - Nezdá se vám po odpojení od internetu svět značně neskutečný?
    - Trávíte na internetu stále větší množství času?
  - Potřebujete na internetu stále více času, abyste dosáhli toho, co chcete?
  - Máte nepříjemné psychické, či fyzické pocity po tom, co se odpojíte?
  - Chtěli jste snížit čas, který trávíte on-line, ale nepodařilo se to?
    - Myslíte, že se kvůli internetu vídáte méně s přáteli?
- Přes nějaké problémy, které jste měli kvůli používání internetu, jste on-line v nezmenšené míře?
  - Omezili jste kvůli internetu nějaké své zájmy?
  - Měli jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých povinností?



# Video – Facebook vs. Realita

<http://www.youtube.com/watch?v=22gUYhzG3il>





# Informační zdroje



- Wikipedia, otevřená encyklopedie, [online]. c2002, poslední úpravy 28. 09. 2012 [cit. 2012-02-10]. URL:<<http://cs.wikipedia.org/wiki/Netholismus/>>
- Youtube [online]. c2002, poslední úpravy 28. 10. 2012 [cit. 2012-29-10]. URL:<<http://www.youtube.com/>>
- Nebud' oběť! Rizika internetu a komunikačních technologií, o.s., [online]. c2010, poslední úpravy 27. 03. 2012 [cit. 2012-02-10]. URL:<<http://www.nebudobet.cz/?page=netholismus/>>
- Zdravi4u.cz, Studio zdraví HEDIS, [online]. c2001, poslední úpravy 13. 01. 2012 [cit. 2012-02-10]. URL:<<http://www.zdravi4u.cz/view.php?cisloclanku=2012011301/>>
- Cube, mladí & neklidní, [online]. c2012, poslední úpravy 04. 07. 2012 [cit. 2012-02-10]. URL:<<http://www.ycube.cz/clanek/10498/netholismus---problem,-ktery-se-mozna-tyka-i-vas-nebo-vasich-blizkych.html/>>

