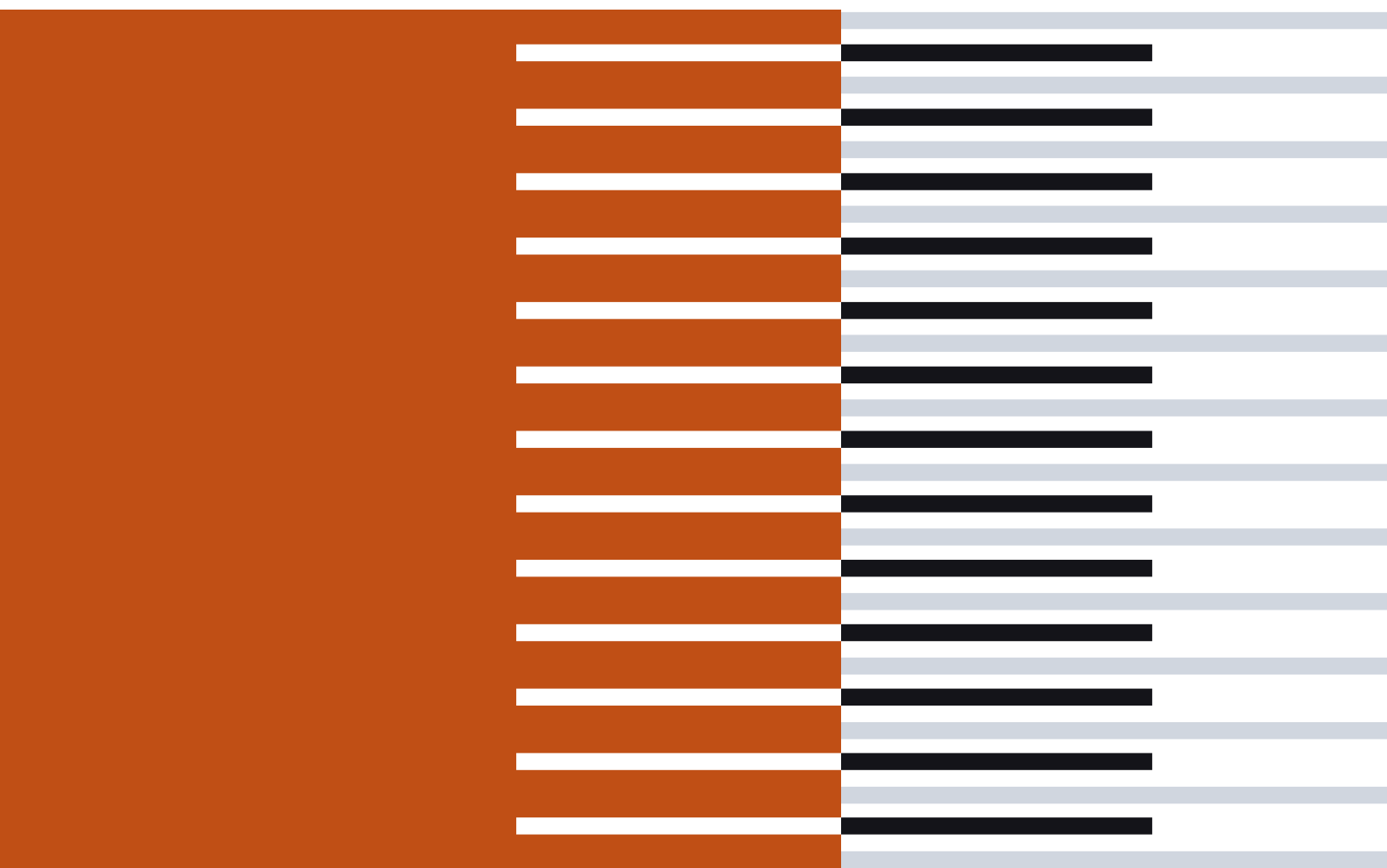


Slovenskí žiaci v online svete 2025

Výskumná správa - súhrn zistení



Autori:

Juraj Holdoš

Angela Almašiová

Pavel Izrael

METODOLÓGIA

Výskumný súbor

Výskum sa uskutočnil na výskumnom súbore 1731 respondentov – žiakov vo veku 12 až 19 rokov, pričom hlavnú časť výskumného súboru tvorili žiaci od 13 do 19 rokov. V súbore bolo zastúpených 50,8 % (879) dievčat a 49,2 % (852) chlapcov. Dáta boli zbierané z celého Slovenska, zo všetkých ôsmich vyšších územných.

Priebeh zberu dát a výberu výskumného súboru

Zber dát prebiehal v mesiacoch september a október 2025 na všetkých typoch základných a stredných škôl na celom Slovensku. Výskumný súbor bol zostavený na základe reprezentatívneho výberu zo zoznamu všetkých základných a stredných škôl, ktorý je zverejnený v Centre vedecko-technických informácií SR. Výber škôl bol realizovaný náhodným výberom pomocou generátora náhodných čísel. Súbor bol reprezentatívny pre vekovú skupinu 13 až 19 rokov z hľadiska pohlavia, veku a veľkosti regiónu.

Zber dát zabezpečovali koordinátori ochrany pred násilím z Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny pod gesciou Centra bezpečného internetu a Národného koordináčného strediska pre riešenie problematiky násilia na deťoch. Koordinátori oslovili vybrané základné a stredné školy, vedenie škôl zaslalo rodičom informovaný súhlas s účasťou na výskume a v prípade jeho udelenia sa na jednotlivých školách realizoval zber dát. Ten prebiehal počas vyučovania v počítačových učebniach za prítomnosti koordinátorov ochrany pred násilím alebo učiteľov.

Zber dát prebiehal online a trval najviac jednu vyučovaciu hodinu. Žiaci boli informovaní o anonymite dotazníka a o tom, že jeho vyplňanie môžu kedykoľvek ukončiť. Na konci dotazníka boli poskytnuté informácie o možnostiach psychologickej podpory a pomoci.

Výskum bol schválený Etickou komisiou Katolíckej univerzity.

Dotazník

Vo výskume bol pre účely porovnania použitý výskumný nástroj vyvinutý Centrom pre bezpečný internet v Českej republike (Safer Internet Centrum) (Bezpečný internet, n.d.), konkrétne výskumnou skupinou pod vedením prof. Kamila Kopeckého z Univerzity Palackého v Olomouci. Dotazník bol preložený z českého do slovenského jazyka štandardnou prekladovou procedúrou.

Demografické charakteristiky respondentov

Do výskumu boli zapojené základné školy v 7. až 9. ročníku a stredné školy v ročníkoch 1. – 4. Základných škôl sa vo výskume zúčastnilo 34,5 %, 28,9 % klasických základných škôl a 5,6 % 8 ročných gymnázií (sekunda – kvarta). Priemerne v triede vyplnilo dotazník 14,24 žiaka. Ostatné školy (71,1 %) boli stredoškolského stupňa. Gymnáziá 19,1 %, stredné odborné školy (bez maturity) 1,3 %, stredné odborné školy (s maturitou) 41,8 %, iný typ (napr. konzervatórium) 3,3 %. Priemerne v triede na stredných školách vyplnilo dotazník 21,21 žiaka.

VYUŽÍVANIE SOCIÁLNYCH SIETÍ A KOMUNIKAČNÝCH NÁSTROJOV

- Najpoužívanjšou sociálnou sieťou medzi slovenskými žiakmi je Instagram, nasledovaný TikTokom, Snapchatom a YouTube.
- Iba 7 % žiakov vôbec nepoužíva YouTube a 12 % nepoužíva Instagram.
- Dievčatá používajú Instagram, TikTok a Snapchat častejšie ako chlapci.
- Chlapci využívajú častejšie YouTube a Discord.
- 36 % žiakov už niekedy nahlásilo obťažovanie/ubližovanie alebo iný typ škodlivého obsahu (napr. násilný, extrémistický obsah či podvod).
- Väčšina žiakov (93 %) vie, podľa čoho im sociálne siete zobrazujú obsah.
- Približne polovica žiakov (49 %) sa s pravidlami sociálnych sietí neoboznámila – buď ich preskočili, alebo ich prebehli len zbežne.
- Iba 17 % žiakov uvádza, že pravidlá používania sociálnych sietí čítali a rozumejú im.
- Najčastejšie zverejňovanými osobnými údajmi sú meno a priezvisko (84 %), fotografia tváre (47 %) a e-mailová adresa (43 %).
- Pri citlivých údajoch sú žiaci pomerne obozretní – rodné číslo, číslo bankovej karty, adresu bydliska alebo fotografie v plavkách zverejňuje len veľmi malé percento žiakov.
- Približne 8 z 10 detí pristupuje na internet zo svojej izby alebo izby so súrodencom; častejšie dievčatá (83 %) než chlapci (74 %).
- Iba 8 % žiakov má obmedzený čas na sociálnych sieťach, 7 % má časové limity na počítači a 17 % na mobile.
- 17 % žiakov uvádza, že sa stretlo s rodičovskými obmedzeniami týkajúcimi sa prístupu na určité webové stránky (napr. s násilným obsahom, obsahom pre dospelých či sociálne siete).

ZOZNAMOVANIE NA INTERNETE

Overovanie identity osôb na internete

- 23 % respondentov si vždy overuje každého, kto ho kontaktuje, 27 % skôr áno, 30 % niekedy áno a 8 % si nikdy nikoho neoveruje,
- Dievčatá si častejšie overujú identitu osôb, ktoré ich na sociálnych sieťach žiadajú o pridanie medzi priateľov ako chlapci (dievčatá 88 %, chlapci 72 %),
- rozdiely vzhľadom na vek a región sa nepreukázali.

Schôdzka s neznámym

- 19 % respondentov uviedlo, že ak by ich niekto, koho poznajú len cez internet, požiadal o schôdzku, stretli by sa s ním,
- chlapci by boli takémuto stretnutiu viac naklonení ako dievčatá (dievčatá 12 %, chlapci 25 %),
- starší respondenti viac ako mladší respondenti,
- rozdiely vzhľadom na región sa nepreukázali.

Osoba, ktorej by respondent o takejto schôdzke povedal

- 50 % respondentov by takéto niečo povedalo kamarátovi pod 18 rokov, 48 % by to povedalo rodičom, 38 % kamarátom starším ako 18 rokov,

- dievčatá v tomto viac dôverujú súrodencom starším ako 18 rokov (24 %) ako chlapci (12 %), kamarátovi pod 18 rokov (dievčatá 62 %, chlapci 43 %). Chlapci sú v tomto skôr nedôverčiví voči nikomu ako dievčatá (dievčatá 7 %, chlapci 22 %),
- starší respondenti skôr takéto niečo povedia kamarátom a mladší respondenti skôr rodičom,
- rodičom v tomto najviac dôverujú respondenti z Bratislavy, najmenej z východného Slovenska, Najviac respondentov, ktorí by to nepovedali nikomu, je zo stredného Slovenska a z východného Slovenska.

Osoba, ktorá prišla na schôdzku z internetu

- 11 % respondentov uviedlo, že to bol kamarát, ktorý si robil srandu, 8 % niekto z rodiny, 34 % uviedlo dospelú osobu, ktorá zodpovedala profilu, 2 % osobu, ktorá profilu nezodpovedala, 2 % dieťaťu, ktoré profilu nezodpovedalo a 43 % dieťa, ktoré profilu zodpovedalo,
- rozdiely vzhľadom na pohlavie sa nepreukázali,
- mladší respondenti na takýchto schôdzkach častejšie stretnú dieťa, ktoré zodpovedá profilu a starší respondenti sú na takejto schôdzke skôr konfrontovaní dospelým alebo niekým iným, koho čakali,
- rozdiely vzhľadom na región sa nepreukázali.

Čo požadoval od respondenta online kontakt

- 15 % respondentov uviedlo, že od nich požadoval/a fotku alebo video, na ktorom sú oblečení, od 10 % respondentov vyžadoval/a, aby poslali fotku alebo video, na ktorých sú vyzlečení alebo v spodnom prádle, po 8 % respondenti uviedli, že online kontakt od nich chcel, aby im cez webkameru ukázali a aby urobili niečo, čo im bolo nepríjemné alebo čo urobiť nechceli,
- dievčatá zažívajú viac nátlak spojený s intimitou: žiadosť o zaslanie fotky alebo videa kde sú nahé alebo v spodnom prádle (dievčatá 16 %, chlapci 4 %), žiadosť o zaslanie fotky alebo videa, na ktorom sú oblečené (dievčatá 20 %, chlapci 10 %). Takisto sa viac stretávajú s tým, aby urobili niečo, čo im je nepríjemné (dievčatá 11 %, chlapci 4 %). Chlapci sa zasa viac stretávajú s tým, že od nich niekto žiada peniaze (dievčatá 3 %, chlapci 5 %),
- starší respondenti sa viac stretávajú s vydieraním ako mladší, s vekom rastú požiadavky na realizáciu nepríjemných vecí, s vekom rastú požiadavky na zdieľanie fotografií a videa s oblečením aj bez oblečenia,
- rozdiely vzhľadom na región sa nepreukázali.

Chatovanie s cudzím človekom

- 41 % respondentov takúto stránku nikdy nepoužilo, 27 % ju použilo, ale nič zvláštne sa nestalo, 21 % respondentov takéto stránky pozná, ale nepoužíva ich, 12 % respondentov na takýchto stránkach videlo niečo sexuálne a 6 % tam videlo niečo, čo im bolo nepríjemné,
- dievčatá sa na týchto stránkach viac stretli so sexuálnym obsahom (14 %) ako chlapci (10 %),
- s vekom stúpa používanie takýchto stránok, takisto starší respondenti sa viac stretávajú na týchto stránkach so sexuálnym obsahom a s obsahom, ktorý im bol nepríjemný.

INTÍMNA KOMUNIKÁCIA NA INTERNETE

Posielanie obsahov so sexuálnym obsahom

- 10 % detí a dospelujúcich poslalo niekomu svoje video, kde sú čiastočne vyzlečení alebo nahí, 3 % to robí stále alebo veľmi často, viac chlapci ako dievčatá,
- 16 % detí a dospelujúcich poslalo niekomu svoju fotku, na ktorej sú čiastočne vyzlečení alebo nahí, 3 % to robí stále alebo veľmi často, viac chlapci ako dievčatá,
- 27 % detí a dospelujúcich poslalo niekomu správu, ktorá bola veľmi osobná a mala sexuálny podtón, 5 % to robí stále a veľmi často, viac chlapci ako dievčatá,
- čím vyšší vek, tým vyššia frekvencia posielania videí, fotografií a správ so sexuálnym obsahom,
- regionálne rozdiely sú výrazné pri posielaní videí a správ, pričom viac takéto obsahy posielajú respondenti zo stredného a východného Slovenska.

Prijímanie obsahov so sexuálnym obsahom

- 31 % respondentov dostalo video, na ktorom bol niekto čiastočne vyzlečený alebo nahý, 5 % takéto video dostáva veľmi často alebo stále,
- 42 % respondentov dostalo fotku na ktorej bol niekto čiastočne vyzlečený alebo nahý, 5 % takéto fotky dostáva veľmi často alebo stále,
- 45 % respondentov dostalo správu, ktorá bola veľmi osobná a mala sexuálny podtón, 7 % takúto správu dostáva stále alebo veľmi často,
- výraznejšie rozdiely medzi chlapcami a dievčatami sa nepreukázali okrem prijímania správ – chlapci sú častejšie prijímatelia ako dievčatá
- všetky typy prijatia sexuálnych obsahov stúpajú s vekom
- regionálne rozdiely sú najväčšie pri prijatí videa – najmenej to deklarovali respondenti z Bratislavy

Osoba, ktorej respondent poslal správu so sexuálnym obsahom

- 10 % respondentov takúto správu poslalo súčasnému priateľovi alebo priateľke,
- výraznejšie rozdiely medzi chlapcami a dievčatami sa nepreukázali,
- najväčšie rozdiely vzhľadom na vek sa preukázali u osôb poznaných len cez internet, u osôb, ktoré respondent pozná len krátko, u osôb, s ktorými chce respondent chodiť, u bývalom alebo súčasnom partnerovi,
- regionálne rozdiely sa nepreukázali.

Dôvody posielania intímneho obsahu

- najčastejším dôvodom (32 %) je to, že respondent chcel urobiť radosť priateľovi alebo priateľke, druhým dôvodom je chuť flirtovať a tretím dôvodom je odpoveď na podobný sexuálny obsah,
- výraznejšie rozdiely medzi pohlaviami sa nepreukázali,
- mladší respondenti to robia najmä zo srandy alebo to berú ako hru a zábavu, starší respondenti chcú takto urobiť radosť priateľovi alebo priateľke alebo ako súčasť flirtovania,
- regionálne rozdiely sa nepreukázali.

Platformy, cez ktoré respondenti posielajú sexuálne obsahy

- najviac je využívaný Instagram (62 %), druhou najčastejšie využívanou platformou je Snapchat (41 %),
- najväčšie rozdiely vzhľadom na pohlavie sa preukázali pri Snapchate – viac ho využívajú dievčatá (52 %) ako chlapci (29 %), Telegram – viac ho využívajú chlapci (8 %) ako dievčatá (2 %),
- Instagram je vo všetkých vekových kategóriách najpoužívanejší.

Reakcie okolia na poslanie sexuálneho obsahu

- najčastejšie respondenti uvádzali, že človek, ktorému to poslali túto správu niekomu ukázal, alebo bez súhlasu respondenta to poslal ďalej,
- rozdiely vzhľadom na pohlavie sa ukázali v prípade online vydierania a online vyhrážania – v oboch prípadoch to viac reportovali dievčatá,
- rozdiely vzhľadom na vek a región sa nepreukázali.

Prežívanie pocitov po nechcenom zverejnení intímneho materiálu respondenta

- najčastejšie uvádzaným pocitom bolo nič, nasledoval hnev, trápnosť a hanba.

Reakcia na nechcené zverejnenie intímneho obsahu respondenta na internete

- 53 % respondentov by to nahlásilo platforme alebo sociálne sieti, 46 % by to povedalo rodičom, 38 % by sa obrátilo na Políciu SR,
- dievčatá by sa častejšie obrátili na niekoho s prosbou o pomoc – rodičia, iný dospelý, kamarát, Linka pomoci, chlapci viac túžia po pomste, dievčatá sa viac cítia zahanbene ako chlapci,
- mladší respondenti viac v tomto dôverujú rodičom a iným dospelým ako starší respondenti, ktorí by skôr túto situáciu riešili nahlásením platforme.

OBŤAŽOVANIE, UBLIŽOVANIE NA INTERNETE

Ubližovanie, obťažovanie na internete

- 55 % respondentov sa stretlo so slovným ubližovaním, 30 % respondentov uviedlo, že ich obťažovali prostredníctvom prezváňania a 28 % sa stretlo s tým, že niekto šíril fotografiu, ktorá ich mala ponížiť. Objavili sa aj závažné útoky proti súkromiu: 7 % respondentov uviedlo, že niekto vytvoril ich nahú fotografiu prostredníctvom AI a takmer 8 % respondentov uviedlo, že niekto šíril ich intímne fotografie,
- slovné ubližovanie sa objavilo u 5 % respondentov niekoľkokrát za týždeň a obťažovanie prostredníctvom prezváňania u 4 % respondentov niekoľkokrát za týždeň,
- najvýraznejšie rozdiely vzhľadom na pohlavie: dievčatá sa viac ako chlapci stretli s: vydieraním (dievčatá 21 %, chlapci 8 %), podvodom (dievčatá 13 %, chlapci 8 %), chlapci sa viac ako dievčatá stretli so zneužitím online účtu (dievčatá 8 %, chlapci 10 %), šírením zvukovej nahrávky, ktorá ich mala zneužiť alebo zosmiešniť (dievčatá 9 %, chlapci 13 %), šírením videonahrávky, ktorá ich mala ponížiť, zosmiešniť (dievčatá 12 %, chlapci 16 %), vytvorení nahej fotky prostredníctvom AI (dievčatá 2 %, chlapci 6 %) a šírením intímnych fotografií (dievčatá 2 %, chlapci 5 %),

- starší respondenti sa viac ako mladší respondenti stretli: so založením ich falošného profilu, s obťažovaním prostredníctvom prevádzania, s tým, že sa im niekto bez dovolenia dostal do účtu, s podvodom (napr. v rámci nakupovania, inzerátu a pod.), so zneužitím online účtu, aby ich uviedli do problémov, so šírením video a zvukovej nahrávky, ktorá ich mala zosmiešniť, šírením fotografií a intímnych fotografií, vytvorením nahej fotografie cez AI a slovným ubližovaním,
- regionálne rozdiely: bez dovolenia do účtu sa dostali respondentom najviac na východnom a strednom Slovensku, vydierali viac respondentov z Bratislavy a východného Slovenska, podviedli najviac respondentov z východného Slovenska, zneužili online účet najviac respondentom na východnom Slovensku, rovnako na východnom Slovensku vytvorili respondentom pomocou AI nahú fotku, šírili fotografiu s úmyslom zosmiešniť viac najviac v Bratislave a na východnom Slovensku a slovne najviac ubližovali respondentom na západnom Slovensku a v Bratislave.

Miesto obťažovania

- Najčastejšie uvádzané miesto, kde sa dialo ubližovanie a obťažovanie bolo Instagram a Snapchat.

Osoba, ktorá respondenta na internete obťažovala

- 13 % respondentov uviedlo, že to bol spolužiak z triedy, 11 % uviedlo bývalého kamaráta, 8 % uviedlo osobu, ktorú poznajú len z internetu,
- najväčšie rozdiely vzhľadom na pohlavie: dospelú osobu, ktorú respondenti poznali iba z internetu uviedlo viac dievčat (8 %) ako chlapcov (4 %) a dospelú osobu, ktorú poznali uviedlo takisto viac dievčat (3 %) ako chlapcov (1 %),
- rozdiely vzhľadom na vek: starší respondenti častejšie uvádzali osobu, ktorú poznali a bývalého kamaráta/ku, s ktorými randili a mladší respondenti zas častejšie uvádzali spolužiaka z rovnakej triedy,
- regionálne rozdiely sa nepreukázali.

Riešenie problému s obťažovaním alebo ubližovaním na internete

- 30 % respondentov uviedlo, že takýto problém nijako neriešilo a nikomu to nepovedali, 18 % respondentov to povedalo rodičom, 4 % respondentov zavolalo na Políciu SR a povedalo to učiteľom,
- rozdiely vzhľadom na pohlavie sa nepreukázali,
- mladší respondenti viac volajú na Linku pomoci ako starší respondenti, mladší respondenti sa viac s takýmito problémami zverujú rodičom ako starší, starší respondenti si takéto problémy viac nechávajú pre seba ako mladší respondenti,
- regionálne rozdiely sa najviac preukázali u rodičov – najviac sa im zverujú s takýmito problémami na západnom Slovensku.

PREVENCIA NEVHODNÉHO SPRÁVANIA

Výučba diskusie

- najčastejšou zisťovanou preventívnou aktivitou v celej skupine 12- až 19-ročných mladých ľudí bola diskusia o rizikách internetu vedená niekým mimo školy (59 %). Výučby o rizikách internetu vedenej niekým zo školy sa zúčastnilo 37 % respondentov. S výučbou z oblasti sexuálnej výchovy, ktorú viedol človek zo školy, má skúsenosť 10 % a s diskusiou na identickú tému vedenou niekým mimo školy má skúsenosť 15 % mladých. Približne tretina mladých indikuje, že nemá skúsenosť so žiadnou zo spomínaných aktivít.
- viac dievčat (63 %) ako chlapcov (54 %) má skúsenosť s diskusiou o rizikách internetu vedenou niekým mimo školy,
- naopak, viac chlapcov (13 %) ako dievčat (7 %) tvrdí, že sa zúčastnilo výučby o sexe vedenej niekým zo školy,
- celkovo sa preventívnych aktivít viac zúčastnili dievčatá (74 %) ako chlapci (64 %),
- z pohľadu veku sa ukázali štatisticky významné rozdiely v prípade sexuálnej výchovy, keďže len 2 % mladých vo veku 12 rokov deklarovalo skúsenosť s výučbou a 9 % s diskusiou na tému sexu, pričom vo vyšších kategóriách to bolo 9 až 18 %,
- z pohľadu regiónu sa rozdiely prejavili v tom, že v Bratislavskom kraji a na východnom Slovensku bola skúsenosť s diskusiou o rizikách internetu vedenou niekým mimo školy na úrovni 52 a 54 %, no v ďalších dvoch regiónoch to bolo 63 % (stredné Slovensko) a 64 % (západné Slovensko).

Prvé zdroje informácií o sexe

- ako prvý zdroj informácií o sexe mladí najčastejšie uvádzali internet (33 %), potom nasledovali kamaráti (25 %), iné (17 %) , mama (16 %), spolužiaci 11 %, otec a učitelia (rovnako 7 %). Celkovo 13 % mladým nikto nevysvetlil, čo je to sex. Súrodenci boli zdrojom v 4 %, kniha v 5 %, časopisy a umelá inteligencia v 2 % prípadov,
- z pohľadu pohlavia sa štatisticky významné rozdiely prejavili nasledovne: mama bolo zdrojom informácií častejšie pre dievčatá (20 %) ako pre chlapcov (12 %) a rovnako aj kniha (7 % dievčatá a 3 % chlapci) a kamaráti (28 % dievčatá a 23 % chlapci). Na druhej strane, otec častejšie informoval chlapcov (10 %) ako dievčatá (5 %),
- z pohľadu veku sa prejavilo viacero štatisticky významných rozdielov. Mama bola zdrojom informácií o sexe menej často v skupine 17- až 19-ročných (12 %) ako v iných skupinách (14 až 18 %), ale vo všetkých vekových kategóriách bola zdrojom častejšie ako otec,
- učiteľa ako zdroj informácií o sexe najmenej často uvádzali mladí vo veku 12 rokov (3 %), 17 – 19 rokov (5 %) v ostatných vekových kategóriách to bolo 8 % (15 – 16 rokov) a 11 % (13 – 14 rokov),
- spolužiaci ako prvý zdroj informácií figurovali najmenej často vo vekovej kategórii 17 – 19 rokov. Naopak, priateľ/ka v romantickom vzťahu boli zdrojom menej často vo vekových kategóriách 12 a 13 - 14 rokov ako vo vyšších vekových kategóriách,
- internet ako prvý zdroj informácií o sexe bol najmenej častý v kategórii 12 rokov (17 %) a najčastejší v kategórii 17 – 19 rokov (40 %). V kategórii 13 – 14 rokov to bolo 27 % a v kategórii 15 – 16 rokov 36 %,

- z pohľadu veku bola umelá inteligencia ako prvý zdroj informácií o sexe uvádzaná najčastejšie v kategórii 15 – 16 rokov (4 %),
- z pohľadu rozdielov medzi regiónmi sa ukázali štatisticky významné rozdiely v nasledovných položkách: „nikto mi to ešte nevysvetlil“, „mama“, „priateľ/ka v romantickom vzťahu“. Najpočetnejšia skupina respondentov, ktorým pojem sex ešte nikto nevysvetlil je na východnom Slovensku (16 %), najmenej početná na západnom Slovensku (9 %). Podobne je to aj v prípade priateľa/ky: východné Slovensko (5 %), Bratislava 1 %. Mamu ako prvý zdroj informácií o sexe uvádzajú naprieč regiónmi najmenej často na východe (11 %) v porovnaní s Bratislavou (22 %).

Prvé zdroje informácií o porne

- ako prvý zdroj informácií o porne mladí najčastejšie uvádzali internet (33 %), potom nasledovali kamaráti (28 %), iné (17 %) , spolužiaci 13 %, mama (7 %), otec a súrodenci (rovnako 3 %). Celkovo 15 % mladým nikto nevysvetlil, čo je to porno,
- v porovnaní medzi pohlaviami sa ukazuje, chlapcom pojem porno častejšie vysvetlil otec (5 % voči 2 %), stará mama a starý otec (1 % voči 0 %), časopis (2 % voči 0 %), umelá inteligencia (2 % voči 1 %). Dievčatá zas častejšie uvádzajú odpoveď „iné“ (19 %) ako chlapci (15 %),
- z pohľadu veku sa štatisticky významné rozdiely ukázali len v prípade internetu a odpovede „nikto mi to ešte nevysvetlil“. Internet ako prvý zdroj informácií o sexe bol najmenej častý v kategórii 12 rokov (18 %) a najčastejší v kategórii 17 – 19 rokov (40 %). V kategórii 13 – 14 rokov to bolo 27 % a v kategórii 15 – 16 rokov 37 %. Najviac odpovedí v zmysle „nikto mi to ešte nevysvetlil“ bolo v kategórii 12 rokov (26 %) a najmenej v kategórii 17 – 19 rokov (11 %),
- z pohľadu regiónov, sa významný rozdiel prejavil len pri odpovedi „kamarát/ka“, ktorú najmenej často uvádzali mladí na východnom Slovensku (23 %) napr. v porovnaní so západným Slovenskom, kde to bolo 32 %.

VYUŽÍVANIE UMELEJ INTELIGENCIE

- Takmer polovica respondentov ešte nekomunikovala s chatbotom, 28 % to len vyskúšalo, 17 % s chatbotom komunikuje občas a 10 % pravidelne. Takáto aktivita je častejšia medzi dievčatami, ale medzi vekovými skupinami a regiónmi nie sú štatisticky významné rozdiely. Prevažujú chatboty v rozhraní ChatGPT, My AI, Character AI, Gemini, Copilot,
- z pocitov, ktoré používatelia pri komunikácii s chatbotom mali, bol najčastejší pocit uvoľnenia a bezpečia, keďže AI neposudzuje a nekritizuje (24 %). Celkovo 15 % mladých sa stotožňuje s tým, že im je ľahšie zveriť sa AI ako reálnemu človeku a približne každému siedmemu komunikácia s chatbotom pomáha, keď sa cíti osamelosť alebo smutne. Jeden z desiatich respondentov má pocit, že AI mu rozumie viac ako ľudia. Všetky tieto tri odpovede sa objavujú signifikantne častejšie v skupine dievčat. Celkovo 5 % mladých používateľov malo po komunikácii s chatbotom pocit prázdna alebo smútku,
- štatisticky významný rozdiel medzi vekovými skupinami bol len v odpovedi „ľahšie je zveriť sa AI ako reálnemu človeku“, keď nižšia prevalencia bola v skupine 12-ročných (9 %) a v skupine

17 – 19 rokov (11 %). Najviac sa s touto odpoveďou stotožnili mladí vo veku 15 – 16 rokov (19 %),

- čo sa týka prístupu k AI, 57 % ju vníma len ako program, pravidlá a hranice nerieši. Takmer pre jednu tretinu respondentov je komunikácia s AI jednoduchšia ako s ľuďmi (29 %), približne jedna štvrtina oceňuje, že AI môže povedať čokoľvek a bez strachu z výsmechu. Celkovo 18 % víta, že AI vždy súhlasí a urobí, čo chcú na rozdiel od ľudí. Odpoveď, že „ľudia ma niekedy nepočúvajú alebo mi nerozumejú, ale AI ma vníma a má na mňa vždy čas“ si zvolilo 15 % mladých a 13 % respondentov sa s AI rozpráva, pretože im odpovedá tak, ako sa im páči. Jediný štatisticky významný rozdiel medzi chlapcami a dievčatami bol v odpovedi „ľudia ma niekedy nepočúvajú alebo mi nerozumejú, ale AI ma vníma a má na mňa vždy čas“ – dievčatá (17 %), chlapci (12 %). Rozdiely v odpovediach naprieč vekovými skupinami a regiónmi neboli štatisticky významné,
- jedna tretina respondentov sa s AI rozprávala o osobných veciach, 21 % s AI hovorilo o vzťahoch, citoch a láske, 14 % povedalo AI niečo, čo by iným ľuďom nepovedali, lebo by sa hanbili, 11 % hovorilo s AI o svojom tele alebo sexualite a 10 % sa rozprávalo s AI ako s chlapcom/dievčaťom do ktorých sú zamilovaní. Štatisticky významné rozdiely v odpovediach na základe pohlavia sa prejavili tak, že dievčatá viac ako chlapci rozprávajú s AI o vzťahoch, láske, citoch, ako s osobou, do ktorej sú zamilované a celkovo o osobných veciach. Z pohľadu veku osobné veci a tematiku vzťahov, lásky, sexuality riešia menej často deti vo veku 12 rokov. Z pohľadu regiónov sa rozdiel ukázal len pri položke „hovoril/a som s AI o svojom tele alebo sexualite, keď v Bratislavskom kraji a na západnom Slovensku bola prevalencia nižšia ako vo zvyšných dvoch regiónoch,
- len 13 % mladých so skúsenosťou v komunikácii s chatbotom sa domnieva, že AI chatbot môže nahradiť kamarátov a 7 % sa stotožňuje s tým, že chatbot môže nahradiť osobu v randení. Na druhej strane, každý piaty respondent súhlasí s tým, že s chatbotom si nacvičuje, ako hovoriť s chlapcom alebo dievčaťom, ktorý/á sa mu páči, a pre 35 % je ľahšie napísať chatbotovi, keď majú otázky o vzťahoch alebo sexualite. Posledné dve odpovede sa častejšie objavujú medzi dievčatami ako chlapcami. Najpočetnejšia skupina súhlasí s tým, že o vzťahoch je ľahšie písať s chatbotom, bola vo vekovej kategórii 15 – 16 rokov. Nacvičovanie komunikácie s druhým pohlavím pomocou chatbota, súhlas s tvrdením, že chatbot môže nahradiť kamarátov aj osobu v randení, boli najmenej zastúpené v skupine 17 – 19 rokov. Z pohľadu regiónov bol štatisticky významný rozdiel len pri odpovedi o nacvičovaní komunikácie s druhým pohlavím, keď najmenšia miera výskytu bola v Bratislavskom kraji,
- celkovo 6 % mladých má skúsenosť, že im chatbot odpovedal niečo nevhodné alebo nepríjemné a 15 % počulo, že sa to stalo iným. Pri tejto položke sa neprejavili štatisticky významné rozdiely na základe pohlavia, veku a regiónu.

Zdravotné aplikácie

- z celej vzorky 41 % mladých používa mobilnú aplikáciu na sledovanie alebo zlepšovanie zdravia, pričom približne polovica ju používa pravidelne a polovica občas. Približne tretina respondentov o takýchto aplikáciách počulo. Používanie aj povedomie je významne vyššie medzi dievčatami ako chlapcami. Pri veku a regiónoch sa neprejavili štatisticky významné rozdiely,
- spomedzi 12 aplikácií je najčastejšie používaná aplikácia Samsung Health (15 %) a aplikácia Flo (8 %), ktorá je zameraná na sledovanie menštruačného cyklu, teda je primárne určená ženám

(používa ju 12 %) ale aj 2 % chlapcov uviedli, že ju používajú. Celkovo 22 % mladých uviedlo, že používa nejakú inú aplikáciu. Uvedené zdravotné aplikácie sú menej známe v skupine 12-ročných, ktorí aj významne menej používajú spomínanú „ženskú“ aplikáciu Flo,

- z tých mladých, ktorí používajú zdravotné aplikácie, 11 % ju využíva sledovanie menštruačného cyklu a s ním súvisiace odporúčania (takmer výhradne dievčatá staršie ako 12 rokov mimo stredného Slovenska), 9 % dostáva od nej odporúčania na zlepšenie spánku, 7 % to využíva na odporúčanie cvičení a pohybových aktivít podľa zadania, 6 % získava odporúčania na zmenu jedálňička, odporúčania v súvislosti s váhou, rovnako 6 % aplikácie používa len na zapisovanie a žiadne rady od nej nedostávajú, 5 % to pomáha s náladou, stresom a zvládaním emócií,
- zdrojom informácií o zdravotných aplikáciách boli najviac kamaráti (18 %), následne skutočnosť, že mladý človek dostal smart hodinky alebo fitness náramok (16 %), sociálne siete a reklama (12 %), rodina (10 %), výučba v škole (7 %). Rozdiely podľa pohlavia a regiónu sa neprejavili a z pohľadu veku sa štatisticky významný rozdiel prejavil len pri sociálnych sieťach a reklame, ktoré boli najčastejším zdrojom informácií vo vekovej skupine 12 rokov (18 %). So zvyšujúcim sa vekom to klesalo: skupina 13 – 14 rokov (15 %), skupina 15 – 16 rokov (10 %), skupina 17 – 19 rokov (8 %).

Postoje k zdravotným aplikáciám s podporou AI

- celkovo 25 % mladých sa o takéto aplikácie vôbec nezaujíma a 40 % ich nepoužíva. Takmer každý piaty používateľ má pri týchto aplikáciách obavu o svoje súkromie a 10 % ich vníma ako zložité a máťúce. Približne tretina používateľov (viac chlapci) súhlasí s tým, aby sa o týchto aplikáciách hovorilo v škole, 36 % sa zaujíma o to, ako fungujú (viac dievčatá), a rovnako 36 % cíti, že by im niektorá aplikácia mohla pomôcť (viac dievčatá). S tvrdením, že aplikácie im pomáhajú žiť zdravšie súhlasí 42 % mladých (viac dievčatá) a podobne 41 % súhlasí s tým, že vďaka zdravotným aplikáciám s AI môžu mať lepší prehľad o svojom zdraví (viac dievčatá). V odpovediach sa neprejavili štatisticky významné rozdiely naprieč vekovými skupinami a regiónmi.

ANALÝZA PSYCHOLOGICKÝCH A SOCIÁLNYCH PREMENNÝCH

- Psychologický skrining (PHQ-4) ukazuje, že priemerná úroveň emocionálneho distresu žiakov je mierna.
- Celkovo 19,4 % žiakov má stredne ťažké ťažkosti a 10,6 % vykazuje závažné ťažkosti.
- Riziko depresie (PHQ-2) sa objavilo u 38,4 % žiakov a riziko úzkosti (GAD-2) u 35,2 %.
- Dievčatá dosahujú významne vyššiu mieru emocionálnych ťažkostí, depresie aj úzkosti než chlapci.
- V rámci sebaúcty v rôznych sociálnych kontextoch výrazne najvyššie skóre vykazuje rodinná sebaúcta ($M = 13,25$, $SD = 3,34$), nasleduje sebaúcta v škole ($M = 10,37$, $SD = 2,77$) a rovesnícka sebaúcta ($M = 9,78$, $SD = 2,63$).
- Chlapci majú významne vyššiu rodinnú sebaúctu než dievčatá (veľkosť efektu je malá).
- Žiaci so skúsenosťou so sextingom majú v porovnaní s ostatnými: vyššie emocionálne ťažkosti, vyššie riziko depresie a úzkosti, nižšiu rodinnú a školskú sebaúctu, mierne vyššiu rovesnícku sebaúctu.

- Pasívne formy sextingu (dostávanie fotografií, videí, správ) majú v priemere negatívnejší dopad na emocionálne ťažkosti, riziko depresie a úzkosti než aktívne formy (posielanie fotografií, videí, správ).
- Sexting vykazuje negatívnu koreláciu s rodinnou a školskou sebaúctou a mierne pozitívnu s rovesníckou sebaúctou.
- Skúsenosť so slovným kyberšikanovaním má najsilnejšie prepojenie so zvýšeným rizikom depresie, úzkosti a celkovými ťažkosťami.
- Celkovo platí: čím častejšia skúsenosť s kyberšikanovaním, tým vyššie emocionálne ťažkosti a tým nižšia rodinná a školská sebaúcta.
- Participanti, ktorí sú ochotní stretnúť sa osobne s človekom, ktorého poznajú iba z internetu, vykazujú vyššie emocionálne ťažkosti a horšiu sebaúctu v rodine a v škole než žiaci, ktorí takúto ochotu neuvádzajú.

Záver

Predkladaný výskum poskytuje širší pohľad na to, ako slovenskí žiaci a študenti vo veku 13 až 19 rokov využívajú digitálne technológie, sociálne siete a online komunikačné platformy. Výskum spíňal charakteristiky reprezentatívneho súboru v ukazovateľoch pohlavie a regionálne členenie Slovenska. Do výsledkov sú zahrnuté aj údaje 12-ročných žiakov, táto skupina však nespĺňa reprezentatívne charakteristiky súboru.

Výsledky potvrdzujú, že online prostredie sa stalo prirodzenou súčasťou ich každodenného života, významne ovplyvňuje ich sociálne interakcie, identitu, trávenie voľného času, vzťahy a napokon aj psychosociálnu pohodu. Digitálne správanie mladých ľudí sa síce v mnohom podobá trendom, ktoré pozorujeme v iných krajinách Európy, avšak vykazuje aj špecifické črty typické pre regionálne podmienky, aktuálnu kultúru používania technológií a mieru rodičovského dohľadu na Slovensku.

Digitalizovaný svet mladých ľudí ako štandard, nie výnimka

Z výsledkov jednoznačne vyplýva, že väčšina detí a dospievajúcich trávi výraznú časť dňa v online priestore. Digitálne prostredie nie je len doplnkom ich každodenného života, ale často jeho centrálnou súčasťou. Platformy založené na krátkych videách (najmä Instagram Reels a TikTok) predstavujú dominantný spôsob prijímania obsahu, pričom sociálne siete slúžia rovnako na zábavu, tvorbu obsahu, udržiavanie vzťahov aj sebaaprezentáciu. Ukázali sa aj zaujímavé rozdiely medzi dievčatami a chlapcami: dievčatá častejšie používajú vizuálne a komunikačné platformy (Instagram, TikTok, Snapchat) a chlapci preferujú platformy zamerané na videoobsah alebo komunitné prostredie (YouTube, Discord).

Povšimnutiahodnou skutočnosťou je, že už v najnižšej sledovanej vekovej skupine (12 rokov) používa sociálne siete veľká časť detí, hoci viaceré platformy majú minimálny vek používateľa stanovený na 13 rokov. Používanie sociálnych sietí je teda realita, s ktorou musia pracovať nielen rodičia, ale aj školy, odborníci a tvorcovia verejných politík.

Digitálne kompetencie a informovanosť: dobré základy, ale nedostatky v porozumení pravidlám

Pozitívnym zistením je pomerne dobré porozumenie tomu, ako fungujú algoritmy sociálnych sietí: drvivá väčšina žiakov uvádza, že vie, podľa čoho im platformy zobrazujú obsah. Menej priaznivý je však fakt, že len približne pätina žiakov si prečítala pravidlá sociálnych sietí dôkladne a rozumie im. Ostatní

ich preskočili, čítali len povrchné alebo im nerozumeli. Táto disproporcia naznačuje, že intuitívna znalosť digitálneho prostredia je u mladých vysoká, no formálna znalosť pravidiel, rizík a povinností je nedostatočná. Ide o priestor, kde majú potenciál pôsobiť vzdelávacie programy, školské intervencie aj rodičovské usmernenie.

Prevalencia rizikového správania: online bezpečnosť zostáva výzvou

Výskum poukazuje na to, že deti a mladí ľudia sa v online priestore stretávajú nielen so zábavou a sociálnymi interakciami, ale aj s mnohými formami rizikového správania. Až 36 % žiakov už nahlásilo obťažovanie alebo škodlivý obsah, čo naznačuje, že problematika online bezpečnosti sa týka veľkej časti populácie. Zároveň je možné predpokladať, že časť incidentov zostáva nenahlásených, a teda reálna prevalencia môže byť ešte vyššia.

Intímna komunikácia na internete ako súčasť reality dospelujúcich

Jedným z významných zistení je skutočnosť, že intímna komunikácia a posielanie obsahov so sexuálnym podtónom (tzv. sexting) je medzi mladými pomerne rozšírený jav, a to najmä vo vyšších vekových kategóriách. Celkovo 10 % mladých poslalo video s čiastočnou nahotou, 16 % poslalo fotografiu so sexuálnym obsahom, 27 % poslalo správu so sexuálnym podtónom a až 45 % takýto obsah dostalo. Tento trend je zreteľnejší s pribúdajúcim vekom, čo môže súvisieť s rozvojom sexuality, hľadaním intimity, tlakom rovesníkov či romantickými vzťahmi atď. Zároveň ide o oblasť, ktorá nesie vysoké riziká s možnosťou ujmy – od zneužitia obsahu až po psychické následky a vydieranie.

Pozoruhodný je rozdiel v reakciách po nechcenom zverejnení intímneho materiálu: dievčatá výrazne častejšie prežívajú hanbu alebo sa obracajú na niekoho so žiadosťou o pomoc, zatiaľ čo chlapci častejšie volia reakcie založené na hneve alebo túžbe po pomste. To poukazuje na výrazné rozdiely v prežívaní a zvládaní online ohrozenia medzi chlapcami a dievčatami.

Rodičovské obmedzenia a kontrola: nízka intenzita, slabá prevencia

Výsledky ukazujú, že rodičovské obmedzenia sú relatívne slabé a so zvyšujúcim sa vekom dieťaťa prirodzene klesajú. Časové limity alebo blokovanie nežiaduceho obsahu využíva len menšia časť rodičov. Výraznejšia je iba kontrola mladších žiakov a obmedzenia, ktoré rodičia používajú ako formu trestu. Špecifickou výzvou je aj bežný prístup na internet zo samostatnej izby, ktorý má až štyri pätiny detí vrátane tých mladších.

Pornografia a sexuálny obsah: internet ako dominantný zdroj informácií

Moderný internet umožňuje mladým prístup k pornografii v extrémne nízkom veku, často neúmyselne, prostredníctvom reklám, algoritmických odporúčaní alebo obsahu zdieľaného rovesníkmi. Výsledky ukazujú, že internet predstavuje dominantný zdroj prvých informácií o sexe aj pornografii, pričom jeho význam výrazne rastie s vekom naprieč oboma témami. Tradiční edukátori (rodičia, učitelia) zohrávajú menšiu úlohu, hoci matka má stále relatívne silnejšiu pozíciu najmä u dievčat. U chlapcov vidíme pri téme pornografie väčší vplyv otca. Medzi žiakmi sme identifikovali skupinu, ktorej nikto nevysvetlil základné informácie o sexe (13 %) či pornografii (15 %), čo môže byť vnímané taktiež ako rizikové ako pri informáciách o sexe a pornografii iba z internetu.

AI: nové témy, nové výzvy

Približne polovica mladých už niekedy komunikovala s AI chatbotom, pričom dievčatá sú aktívnejšími používateľkami. Najčastejšie pociťujú pri komunikácii uvoľnenie a bezpečie a pätina uvádza, že AI im

„lepšie rozumie“. Tretina sa s chatbotom rozprávala o osobných témach, pätina o vzťahoch a citoch a každý desiaty mladý človek o sexualite či ako s osobou, do ktorej sú „zamilovaní“. O týchto témach častejšie hovoria dievčatá a najmenej 12-roční. Len menšina verí, že chatbot môže nahradiť kamarátov alebo partnera, no pätina mladých cez AI „trénuje“ komunikáciu s druhým pohlavím. Zdravotné aplikácie používa 41 % mladých (viac dievčatá). Najrozšírenejšie sú Samsung Health a Flo. Aplikácie využívajú najmä na sledovanie cyklu, spánku, pohybu či stravovania. Mladí sa o nich najčastejšie dozvedajú od kamarátov. Hoci sa štvrtina o tieto aplikácie vôbec nezaujíma, viac než 40 % verí, že im pomáhajú žiť zdravšie a mať lepší prehľad o svojom zdraví.

Rodina a škola ako ochranný dáždnik

Psychologický skrínig ukazuje, že žiaci vo veku 12 – 19 rokov majú priemerne miernu úroveň emocionálneho distresu, pričom 30 % z nich vykazuje stredne ťažké až závažné ťažkosti. Riziko depresie a úzkosti sa týka približne tretiny žiakov. Dievčatá majú vo všetkých ukazovateľoch horšie výsledky než chlapci. Najvyššia sebaúcta sa prejavuje v rodinnom prostredí, najslabšia medzi rovesníkmi. Chlapci majú o niečo vyššiu rodinnú sebaúctu.

Rizikové online správanie výrazne súvisí so psychickým prežívaním. Sexting, najmä pasívne formy (dostávanie správ), aj kyberšikanovanie sa spájajú s vyššou mierou emocionálnych ťažkostí, depresiou, úzkosťou a nižšou mierou sebaúcty v rodine a v škole. Mierne vyššia rovesnícka sebaúcta sa ukázala u žiakov, ktorí sexting zažili. Žiaci ochotní stretnúť sa s osobou poznanou len z internetu či tí, ktorí často používajú AI chatboty, taktiež vykazujú viac psychických ťažkostí a nižšiu sebaúctu.

Zo zistení môžeme zovšeobecniť dva súvisiace závery. Po prvé, psychické ťažkosti a zhoršené vnímanie sebaúcty v rodine a v škole sú jednoznačne prepojené s rizikovým online správaním, najmä so sextingom a kyberšikanou, ale aj internetovým zoznamovaním či využívaním AI chatbotov. Po druhé, rodinná a školská sebaúcta sú svojim obsahom veľmi blízke konceptu bezpečia a prijatia doma a v škole. A podobne ako v našich predchádzajúcich výskumoch analýzy ukazujú, že pôsobia ako ochranné faktory rizikových skúseností a následnej ujmy v prostredí internetu.

Na koniec

Výskum potvrdzuje, že deti a mladí ľudia dnes žijú v digitálne prepojenom svete, ktorý je pre nich prirodzený, dynamický a často aj bezpečný – no zároveň plný výziev. Správanie mladých v online priestore je pestré, mnohovéstevné a ovplyvnené viacerými faktormi, od sociálnych vzťahov, cez psychosociálne potreby, rodinné prostredie až po technologické trendy. Tomuto svetu je potrebné čo najviac porozumieť a rozumne chrániť a sprevádzať deti a mládež cestou ich dospievania. Výskumná správa *Slovenskí žiaci v online svete 2025* chce byť príspevkom, aby ďalšie výskumy, ale aj politiky a intervencie bezpečného, zdravého a zodpovedného využívania digitálnych technológií medzi deťmi a mládežou vychádzali z relevantných dát.