

Sociální síť a duševní zdraví

Měla by EU a členské státy předcházet negativním dopadům sociálních sítí na duševní zdraví? Pokud ano, jakými metodami?

Sociální síť používá 57 % občanů EU.¹ Mezi mladými lidmi v rozmezí 16 až 24 let je to dokonce 87 %, ² proto považují sociální síť za neoddelitelnou součást společenského života každého občana EU. Jelikož EU má za cíl prosazovat blahobyt svých občanů,³ tak by měla své občany chránit před negativními jevy, které jsou spojeny se sociálními sítěmi.

V této eseji nejdříve ukážu, jak sociální síť ovlivňuje společnost. Také se podívám na lidskoprávní problematiku, zejména na článek 31 Listiny základních práv a svobod, která souvisí s regulacemi sociálních sítí.

Se sociálními sítěmi přichází spousta negativních jevů. Mezi nimi i kyberšikana, tedy cílené chování některých jedinců, které ubližuje jiným lidem a probíhá přes digitální prostředí.⁴ Podle zprávy od RSPH zažilo kyberšikanu 7 mladých lidí z 10.⁵ Pacienti mladší 18 let ze studie Kanadské akademie dětské a mladistvé psychiatrie, u kterých se vyskytují duševní nemoci, a kteří se setkali s kyberšikanou, měli 3,1krát větší šanci, že trpěli prokazatelnými sebevražednými myšlenkami než ti, kteří zažili pouze verbální formu šikany mimo internet, a 11,5krát větší šanci než ti, kteří žádnou formu šikany nezažili.⁶ Sebevražedné myšlenky mohou vést k sebevraždě, což je podle WHO⁷ čtvrtá nejčastější příčina úmrtí u lidí ve věku 15 až 19 let⁸ a má obrovský negativní sociální i ekonomický dopad.⁹ K sebevraždě mohou vést také úzkosti a deprese, které se během pandemie ještě více rozmohly.¹⁰ Jejich příčinou, podle již zmiňované zprávy RSPH¹¹, může být také užívání sociálních sítí po dobu více než 120 minut denně

1 Evropská unie

2 <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/edn-20210630-1>

3 https://european-union.europa.eu/principles-countries-history/principles-and-values/aims-and-values_cs

4 <https://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%A0ikana>

5 <https://www.rsph.org.uk/static/uploaded/d125b27c-0b62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf>

6 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5510935/>

7 Světová zdravotnická organizace

8 <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

9 <https://www.cdc.gov/suicide/facts/index.html>

10 <https://zivotbehempandemie.cz/dusevni-zdravi>

11 Královská společnost pro veřejné zdraví

(průměr v ČR, u lidí v rozmezí 9-16 let, se pohybuje kolem 172 minut).¹² Dle těchto informací usuzují, že sociální sítě mají prokazatelně špatný vliv na duševní zdraví svých uživatelů.

Abych tady neukazoval sociální sítě pouze ve špatném světle, tak (na základě zprávy RSPH) zmíním, že ze zkoumaných sítí (Twitter, Snapchat, Instagram, Facebook, YouTube) vyšlo YouTube, jako jediné, s převažujícím pozitivním dopadem na své uživatele a ostatní sítě mohou také působit kladně například tím, že poskytují informace, emocionální podporu, sebevyjádření či podporují vznik nových přátelství v reálném světě.

Dalším problémem spojeným se sociálními sítěmi jsou dezinformace, což jsou úmyslně vypouštěné nepravdivé informace.¹³ Ty mohou vést k vážnému ohrožení demokracie^{14 15}, protože mohou šířit paniku, nenávist či extremistické ideologie podněcující k terorismu. Podle prosincové zprávy Českých elfů^{16 17} nejčastěji negativně vykreslují EU, NATO¹⁸ a USA,¹⁹ naopak pozitivně vykreslují třeba Ruskou federaci, tedy stát s autoritářským režimem.²⁰ Kromě demokracie mohou vést k ohrožení zdraví. Podle výše zmíněné zprávy Českých elfů se 68 % dezinformací týká pandemie onemocnění Covid-19 a některé z nich mluví o nebezpečnosti vakcíny. Podle článku BBC,²¹ který odkazuje na studii Amerického deníku tropické medicíny a hygieny, skončilo v nemocnici 5800 osob, protože věřili dezinformacím, ke kterým se dostali hlavně na internetu. Také dle stejného článku věří 28 % Američanů lži, že ve vakcínách se nachází mikročipy,²² což může být důvod, proč se nechtějí očkovat, a tak ohrožují své i veřejné zdraví.

12 <https://www.eukidsonline.ch/files/Eu-kids-online-2020-international-report.pdf>

13 <https://www.mvcr.cz/cthh/clanek/definice-dezinformaci-a-propagandy.aspx>

14 https://essay.utwente.nl/72995/1/Thijssen_MA_BMS.pdf

15

[https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/653635/EXPO_STU\(2021\)653635_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/653635/EXPO_STU(2021)653635_EN.pdf)

16 Skupina, která bojuje proti dezinformacím na českém internetu (zdroj: <https://cesti-elfove.cz/>)

17 <https://cesti-elfove.cz/mesicni-report-prosinec-2021/>

18 Severoatlantická aliance

19 Spojené státy americké

20 [https://pages.eiu.com/rs/753-RIQ-438/images/eiu-democracy-index-](https://pages.eiu.com/rs/753-RIQ-438/images/eiu-democracy-index-2021.pdf?mkt_tok=NzUzLVJJUS00MzgAAAGCiGS5b1u3nkyuWMcsnH1E76sgkouTTKADjmflCzPrJ_9GFB)

[2021.pdf?mkt_tok=NzUzLVJJUS00MzgAAAGCiGS5b1u3nkyuWMcsnH1E76sgkouTTKADjmflCzPrJ_9GFBaL7-TQR4zth99P1ySliW_0mBd179fGK5H0Ku97MqIsfCfsGqDhe4-Te4xTA4payQ](https://pages.eiu.com/rs/753-RIQ-438/images/eiu-democracy-index-2021.pdf?mkt_tok=NzUzLVJJUS00MzgAAAGCiGS5b1u3nkyuWMcsnH1E76sgkouTTKADjmflCzPrJ_9GFBaL7-TQR4zth99P1ySliW_0mBd179fGK5H0Ku97MqIsfCfsGqDhe4-Te4xTA4payQ)

21 veřejnoprávní britská televizní a rozhlasová společnost

22 <https://www.bbc.com/news/world-53755067>

Podle článku 31 Listiny základních práv a svobod má každý člověk právo na ochranu svého zdraví.²³ Jedné se o psychické či fyzické zdraví? Já si myslím, že obojí, protože psychické i fyzické zdraví má stejnou váhu. Například sebevražda, jejíž příčinou většinou bývá špatné psychické zdraví, je čtvrtým nejčastějším důvodem smrti u mladých lidí. Ochranu zdraví by měla zajistit Unie i členské státy, tím že budou monitorovat a regulovat tyto negativní jevy na sociálních sítích, které jak už bylo řečeno nejsou minoritní problém a mají obrovský negativní dopad na společnost, který koreluje se zvyšujícím se počtem uživatelů sociálních sítí.²⁴

S regulací těchto jevů přichází i regulace samotných sociálních sítí. Někdo by mohl říci, že jde o omezení článku 26 Listiny, tedy právo svobodně podnikat, jelikož sociální sítě zprostředkovávají korporace, tak můžeme říci, že toto právo je jim upíráno, avšak musíme brát Listinu jako systém, tedy: „že žádné ze základních lidských práv nebo svobod nepředstavuje zcela samostatnou a izolovanou hodnotu, nýbrž že se vždy nachází v určitém vztahu k jiným základním právům nebo svobodám.“²⁵ cituji nález Ústavního soudu, který se zabývá konfliktem (kvůli regulaci pohostinství skrz obecní vyhlášku) práva na soukromí a práva na svobodné podnikání. Ústavní soud vyhodnotil, že pokud podnikání ohrožuje soukromí, tak je regulace na místě, z toho usuzuji, že pokud nějaké podnikání ohrožuje zdraví, které má dle mého větší váhu než soukromí, mělo by být regulováno, či úplně zakázáno.

Samotné sociální sítě se bez žádného vnějšího podnětu samy regulovat nebudou.²⁶ Určité, a z mého pohledu velmi rozumné návrhy, pro regulaci sociálních sítí byly předloženy Evropskou komisí v podobě Aktu o digitálních službách,²⁷ který má

23 <https://www.psp.cz/docs/laws/listina.html>

24 <https://www.statista.com/statistics/278414/number-of-worldwide-social-network-users/>

25 <http://nalus.usoud.cz/Search/GetText.aspx?sz=pl-13-09>

26 <https://hbr.org/2021/01/social-media-companies-should-self-regulate-now>

27 Akt o digitálních službách požaduje, aby každá platforma měla mechanismus, který zamezí šíření nelegálního obsahu, pokud tento obsah platforma zachytí, tak je povinna ho nahlásit. Obsah budou moci nahlášovat i specializované instituce, jejichž nahlášení bude nést větší váhu. Také budou platformy muset, v zájmu demokracie, bojovat proti dezinformacím. Měly by také na platformách prezentovat objektivní informace a nabourat tedy sociální bubliny uživatelů. Toho všeho chce Akt docílit díky auditorům ze členských států, kteří budou situaci na sociálních sítích sledovat a platformy jim budou muset poskytovat svá data. Pokud platforma nebude respektovat tyto nařízení, tak je budou členské státy sankcionovat. (zdroje: <https://www.mvcr.cz/cthh/clanek/evropsky-navrh-regulace-digitalnich-sluzeb.aspx> a <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/cs/TXT/?qid=1608117147218&uri=COM%3A2020%3A825%3AFIN>)

za cíl zvýšit bezpečí jejich uživatelů.^{28 29} Ten teď čeká na schválení od Evropské rady a Evropského parlamentu.³⁰ Také (např. v Itálii) se regulací sociálních sítí už zabývají úřady, které regulují i obsah televize či rádia.³¹

Závěrem chci říct, že sociální sítě představují velké riziko pro veřejné zdraví (současné a hlavně budoucí, protože sociální sítě používá většina nyní mladých lidí, generace) i demokracii, ale mohou mít také pozitivní vliv, ten je však u většiny sítí převážen vlivem negativním. Zároveň chci podotknout, že jsme na dobré cestě zmírnit negativní dopady sociálních sítí na společnost a souhlasím s metodami na regulaci sociálních sítí řečenými v Aktu o digitálních službách. Tyto regulace nepovažuji za ohrožení práva na svobodné podnikání, ale za nezbytný krok k ochraně veřejného zdraví, které je určitě důležitější než právo na soukromé podnikání. Také by se dle mého mělo více investovat do vzdělávání v oblasti mediální gramotnosti, které (podle mé zkušenosti) je nyní nedostatečné a osnovy přestávají držet krok s dobou.

Jako moderní Evropané musíme dbát na naše zdraví, a proto bychom měli více regulovat sociální sítě!

28 https://www.vlada.cz/cz/evropske-zalezitosti/umela-intelligence/online_sluzby/online-sluzby-192761/#Akt%20o%20digit%C3%A1ln%C3%ADch%20slu%C5%BEb%C3%A1ch

29 https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/europe-fit-digital-age/digital-services-act-ensuring-safe-and-accountable-online-environment_cs

30 https://en.wikipedia.org/wiki/Digital_Services_Act

31 <https://www.psp.cz/sqw/text/orig2.sqw?idd=81919>

Zdroje:

<https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/edn-20210630-1>
https://european-union.europa.eu/principles-countries-history/principles-and-values/aims-and-values_cs
<https://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%A0ikana>
<https://www.rsph.org.uk/static/uploaded/d125b27c-0b62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5510935/>
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
<https://www.cdc.gov/suicide/facts/index.html>
<https://zivotbehempandemie.cz/dusevni-zdravi>
<https://www.eukidsonline.ch/files/Eu-kids-online-2020-international-report.pdf>
<https://www.mvcr.cz/cthh/clanek/definice-dezinformaci-a-propagandy.aspx>
https://essay.utwente.nl/72995/1/Thijssen_MA_BMS.pdf
[https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/653635/EXPO_STU\(2021\)653635_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2021/653635/EXPO_STU(2021)653635_EN.pdf)
<https://cesti-elfove.cz/mesicni-report-prosinec-2021/>
<https://www.bbc.com/news/world-53755067>
<https://www.psp.cz/docs/laws/listina.html>
<https://www.statista.com/statistics/278414/number-of-worldwide-social-network-users/>
<http://nalus.usoud.cz/Search/GetText.aspx?sz=pl-13-09>
https://www.vlada.cz/cz/evropske-zalezitosti/umela-inteligence/online_sluzby/online-sluzby-192761/#Akt%20o%20digit%C3%A1ln%C3%ADch%20slu%C5%BEb%C3%A1ch
https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/europe-fit-digital-age/digital-services-act-ensuring-safe-and-accountable-online-environment_cs
https://en.wikipedia.org/wiki/Digital_Services_Act
<https://www.psp.cz/sqw/text/orig2.sqw?idd=81919>
<https://hbr.org/2021/01/social-media-companies-should-self-regulate-now>
<https://www.mvcr.cz/cthh/clanek/evropsky-navrh-regulace-digitalnich-sluzeb.aspx>

Vítek Souchop, EKO
GYMNÁZIUM o.p.s, téma č.2

<https://cesti-elfove.cz/>