

Brusel 24. června 2025
(OR. en)

10430/1/25
REV 1

SAN 366
SOC 440
JEUN 163
EDUC 274
CULT 76
DIGIT 125
TELECOM 198
DISINFO 56
CYBER 174
JAI 872
RECH 289

VÝSLEDEK JEDNÁNÍ

Odesílatel:	Generální sekretariát Rady
Příjemce:	Delegace
Č. předchozího dokumentu:	9069/25
Předmět:	Závěry Rady o podpoře a ochraně duševního zdraví dětí a dospívajících v digitálním věku

Delegace naleznou v příloze závěry Rady o podpoře a ochraně duševního zdraví dětí a dospívajících v digitálním věku, které schválila Rada pro zaměstnanost, sociální politiku, zdraví a ochranu spotřebitele (zdraví) na zasedání konaném dne 20. června 2025.

Závěry Rady o podpoře a ochraně duševního zdraví dětí a dospívajících v digitálním věku

Úvod

Digitální technologie¹ mají potenciál zlepšit duševní zdraví tím, že poskytují přístup k informacím, podpůrným sítím a službám terapie na dálku, ale i schopnost negativně ovlivnit duševní zdraví², zejména u dětí a dospívajících³.

Proto je naléhavě nutné podporovat bezpečnější a zdravější používání digitálních nástrojů dětmi a dospívajícími, které bude podporou mediální a digitální gramotnosti spolu se sociálními a emocionálními dovednostmi a vytvořením zdravějšího, bezpečnějšího a digitálního prostředí, které odpovídá jejich věku, prostřednictvím úzké spolupráce s klíčovými zúčastněnými stranami, včetně tvůrců politik, místních orgánů a digitálního průmyslu, jakož i spolupráce s rodinami, pečovateli, pedagogy, zdravotnickými pracovníky, dalšími dospělými pracujícími s dětmi a dospívajícími a zástupci mládeže, klást důraz na ochranu jejich duševního zdraví.

-
- ¹ Pojem „digitální technologie“ se zde používá jako zastřešující termín a označuje digitální zařízení (tj. počítače, tablety, mobilní telefony, chytré hodinky), jakož i digitálně zprostředkované činnosti, do nichž se děti a dospívající prostřednictvím těchto zařízení zapojují (tj. používání internetu, sociální sítě, konverzace on-line nebo hraní her). Více informací viz: Kardefelt-Winther, D., „How does the time children spend using digital technology impact their mental well-being, social relationships and physical activity? An evidence- focused literature review“ (Jak čas, který děti stráví používáním digitálních technologií, ovlivňuje jejich duševní pohodu, sociální vztahy a fyzickou aktivitu? Průzkum literatury zaměřený na důkazy), Diskuzní dokument Innocenti, 2017-02, prosinec 2017, Výzkumný úřad UNICEF – Innocenti, Florencie, <https://www.unicef.org/innocenti/media/8181/file/UNICEF-Innocenti-Time-Using-Digital-Tech-Impact-on-Wellbeing-2017.pdf>.
- ² Evropská komise, Sdělení Komise Evropskému parlamentu, Radě, Evropskému hospodářskému a sociálnímu výboru a Výboru regionů o komplexním přístupu k duševnímu zdraví, COM(2023) 298 final, 7. června 2023, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/cs/TXT/?uri=COM:2023:298:FIN>.
- ³ V tomto dokumentu se kategorie „dětí“ vztahuje na malé děti (dětí, které ještě nezačaly základní školní docházku) a děti školního věku (dětí navštěvující základní školu), zatímco kategorie „dospívající“ označuje děti na středních školách.

Osoby a subjekty zapojené do tvorby digitálního designu musí převzít větší odpovědnost a musí vyhodnotit potenciální důsledky svých rozhodnutí, včetně rizik a hrozeb pro duševní zdraví dětí a dospívajících. Pokud by tvůrci a poskytovatelé digitálních technologií od samého počátku začlenili do procesu navrhování bezpečnost, soukromí, transparentnost, rozmanitost a důvěryhodnost vysoce kvalitního obsahu a pohody uživatele, mohli by pomoci zmírnit negativní dopady na duševní zdraví dětí a dospívajících a podpořit bezpečnější a vyvážené on-line prostředí pro děti a dospívající.

Nedávné globální a regionální výzvy, včetně pandemie COVID-19, válečné agrese Ruska proti Ukrajině, eskalace ozbrojených konfliktů na Blízkém východě i jinde, přetrvávající klimatické krize a neočekávaných mimořádných událostí, zhoršily stresové faktory, které mají dopad na duševní zdraví, zejména u dětí a dospívajících. Tyto výzvy dále umocnil rostoucí vliv a rychlý rozvoj digitálních technologií a on-line prostředí, včetně sociálních médií, a s tím související nárůst problematických postupů navrhování on-line⁴, které se snaží uživatele ovlivňovat nebo zneužívat zranitelnosti dětí a dospívajících⁵.

Tento vývoj vyžaduje koordinovanou reakci na evropské úrovni⁶.

⁴ Například temné vzorce nebo návykové designy.

⁵ Evropská komise: Generální ředitelství pro spravedlnost a spotřebitele, Lupiáñez-Villanueva, F., Boluda, A., Bogliacino, F., Liva, G. a kol., „Behavioural study on unfair commercial practices in the digital environment – Dark patterns and manipulative personalisation – Final report“ (Behaviorální studie týkající se nekalých obchodních praktik v digitálním prostředí – Temné vzorce a manipulativní personalizace – Závěrečná zpráva), Úřad pro publikace Evropské unie, 2022, <https://data.europa.eu/doi/10.2838/859030>.

⁶ Pandemie COVID-19 výrazně prodloužila dobu, kterou děti tráví na internetu, protože výuka, kulturní i sociální život se přesunuly do on-line prostředí. Více informací viz: Evropská komise, Sdělení Komise Evropskému parlamentu, Radě, Evropskému hospodářskému a sociálnímu výboru a Výboru regionů: Strategie EU pro práva dítěte, COM(2021) 142 final, 24. března 2021, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/cs/TXT/?uri=CELEX%3A52021DC0142>.

PŘIPOMÍNÁJÍC

1. Že neoddělitelnou součástí zdraví je duševního zdraví, které WHO definuje jako „stav duševní pohody, který člověku umožňuje se vyrovnat se stresem v životě, realizovat své schopnosti, dobře se učit a pracovat a podílet se na životě své komunity“⁷.
2. Článek 168 odst. 1 SFEU, který mimo jiné uvádí, že činnost Unie by měla být zaměřena na předcházení duševním nemocem⁸.
3. Právo všech dětí a dospívajících na zdraví, včetně duševního zdraví, jak je zakotveno v mezinárodním právu, zejména v Úmluvě o právech dítěte z roku 1989^{9, 10} a v Listině základních práv EU¹¹.

⁷ Světová zdravotnická organizace, „Mental Health“ (Duševní zdraví), internetové stránky Světové zdravotnické organizace, zobrazeno dne 20. ledna 2025, https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1.

⁸ Článek 168 Smlouvy o fungování Evropské unie. Úř. věst. C 326, 26.10.2012, ELI: http://data.europa.eu/eli/treaty/tfeu_2012/oj.

⁹ Článek 17 této úmluvy uznává právo dítěte na přístup k informacím podporujícím dobré životní podmínky, ale rovněž výslovně zmiňuje ochranu dítěte před obsahem, který poškozuje jeho blaho, článek 24 stanoví právo dítěte na dosažení nejvýše dosažitelné úrovně zdravotního stavu a článek 27 zdůrazňuje „právo každého dítěte na životní úroveň nezbytnou pro jeho tělesný, duševní, duchovní, mravní a sociální rozvoj.“ Více informací viz: Organizace spojených národů, Úmluva o právech dítěte, 20. září 1989, <https://www.ohchr.org/sites/default/files/crc.pdf>.

¹⁰ Kromě toho se v obecné připomínce č. 25 Výboru pro práva dítěte uvádí, že všechna práva dětí by měla být prosazována, respektována, chráněna a dodržována v digitálním prostředí, <https://www.unicef.org/bulgaria/en/media/10596/file>.

¹¹ Článek 24 této listiny uznává, že děti mají nárok na „ochranu a péči nezbytnou pro jejich blaho“ a že prvořadým hlediskem pro veřejné orgány a soukromé instituce musí být nejvlastnější zájem dítěte. Více informací viz: Úř. věst. C 303, 14.12.2007, s. 1, ELI: http://data.europa.eu/eli/treaty/char_2007/oj.

4. Že Evropská unie v posledních letech zařadila téma duševního zdraví mezi své priority, a proto se duševnímu zdraví dětí a dospívajících věnuje zvýšená pozornost^{12, 13, 14, 15, 2, 16, 17, 18,} mimo jiné v rámci Evropského roku mládeže 2022, strategie EU pro mládež (2019–2027)¹⁹, stěžejní iniciativy Evropského vzdělávacího prostoru Cesty ke školnímu úspěchu²⁰ a akčního plánu digitálního vzdělávání²¹.

¹² Rada Evropské unie, závěry Rady o budoucnosti evropské zdravotní unie: Evropa, která pečuje, připravuje se a chrání, dokument 11597/24, 26. června 2024, <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-11597-2024-INIT/cs/pdf>.

¹³ Rada Evropské unie, závěry Rady o duševním zdraví, dokument 15971/23, 30. listopadu 2023, <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-15971-2023-INIT/cs/pdf>.

¹⁴ Závěry Rady a zástupců vlád členských států o komplexním přístupu k duševnímu zdraví mladých lidí v Evropské unii, Úř. věst. C, C/2023/1337, 30.11.2023, ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/C/2023/1337/oj>.

¹⁵ Evropský parlament: Výbor pro životní prostředí, veřejné zdraví a bezpečnost potravin, Cerdas, S., Zpráva o duševním zdraví, 2023/2074(INI), 17. listopadu 2023, https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-9-2023-0367_CS.html.

¹⁶ Evropská komise: Generální ředitelství pro vzdělávání, mládež, sport a kulturu, „Wellbeing and mental health at school – Guidelines for education policymakers“ (Dobré životní podmínky a duševní zdraví ve školách – pokyny pro tvůrce politik v oblasti vzdělávání), Úřad pro publikace Evropské unie, 2024, <https://data.europa.eu/doi/10.2766/590>. <https://education.ec.europa.eu/news/supporting-wellbeing-at-school-new-guidelines-for-policymakers-and-educators>.

¹⁷ Rada Evropské unie, Závěry Rady o podpoře duševního zdraví žen a dívek prosazováním genderové rovnosti, dokument 16366/24, 2. prosince 2024, <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-16366-2024-INIT/cs/pdf>.

¹⁸ Společné prohlášení Evropského parlamentu, Rady a Komise, Evropské prohlášení o digitálních právech a zásadách pro digitální dekádu, Úř. věst. C 23, 23.1.2023, https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=OJ:JOC_2023_023_R_0001.

¹⁹ Usnesení Rady Evropské unie a zástupců vlád členských států, zasedajících v Radě, o rámci evropské spolupráce v oblasti mládeže: strategie Evropské unie pro mládež na období let 2019–2027, Úř. věst. C 456, 18.12.2018, s. 1, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=celex%3A42018Y1218%2801%29>.

²⁰ Evropská komise: Generální ředitelství pro vzdělávání, mládež, sport a kulturu, „Pathways to school success“ (Cesty ke školnímu úspěchu), Úřad pro publikace Evropské unie, 2024, <https://data.europa.eu/doi/10.2766/477763>.

²¹ Evropská komise, Evropský prostor vzdělávání – digitální vzdělávání, „Akční plán digitálního vzdělávání“, internetové stránky Evropské komise, 23. listopadu 2023, zobrazeno dne 20. května 2025. <https://education.ec.europa.eu/cs/focus-topics/digital-education/action-plan>.

5. Strategii EU pro práva dítěte, která uznává význam dobrého duševního zdraví pro rozvoj dětí²², a doporučení Rady, kterým se zavádí evropská záruka pro děti, která klade na duševní zdraví zvláštní důraz²³.
6. Sdělení Komise o komplexním přístupu k duševnímu zdraví, ve kterém je uznáno dětství jako klíčová etapa života a je zdůrazněn dlouhodobý dopad problémů v oblasti duševního zdraví v dětství na jednotlivce, komunity a společnosti, jakož i klíčová úloha, kterou hrají rodiny², jejich socioekonomické zdroje a životní prostředí obecně.
7. Závěry Rady o podpoře duševního zdraví žen a dívek prosazováním genderové rovnosti, které zdůrazňují negativní vliv kybernetické šikany, zavádějících informací, dezinformací a vystavení nerealistickým normám krásy na duševní zdraví dětí a dospívajících¹⁷.

²² Evropská komise, Sdělení Komise Evropskému parlamentu, Radě, Evropskému hospodářskému a sociálnímu výboru a Výboru regionů:

Strategie EU pro práva dítěte, COM(2021) 142 final, 24. března 2021,
<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/cs/TXT/?uri=CELEX%3A52021DC0142>.

²³ Doporučení Rady (EU) 2021/1004 ze dne 14. června 2021, kterým se zavádí evropská záruka pro děti, Úř. věst. L 223, 22.6.2021, ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reco/2021/1004/oj>.

8. Nedávnou legislativní i nelegislativní činnost Unie v oblasti zvyšování bezpečnosti digitálního světa pro děti a dospívající^{24, 25, 26, 27, 28, 29} a v oblasti boje proti sexuálnímu zneužívání dětí na internetu^{30, 31}.

-
- ²⁴ Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2022/2065 ze dne 19. října 2022 o jednotném trhu digitálních služeb a o změně směrnice 2000/31/ES (nařízení o digitálních službách), Úř. věst. L 227, 27.10.2022, s. 1, ELI: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reg/2022/2065/oj>.
- ²⁵ Evropská komise, sdělení Komise Evropskému parlamentu, Radě, Evropskému hospodářskému a sociálnímu výboru a Výboru regionů: Digitální dekáda pro děti a mládež: nová Evropská strategie pro lepší internet pro děti (BIK+), COM(2022) 212 final, 11. května 2022, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=celex:52022DC0212>.
- ²⁶ Usnesení Evropského parlamentu ze dne 11. března 2021 o právech dítěte s ohledem na strategii EU pro práva dítěte, Úř. věst. C 474, 24.11.474, s. 146 https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=oj:JOC_2021_474_R_0017.
- ²⁷ Rada Evropské unie, Závěry Rady o mediální gramotnosti v neustále se měnícím světě, Úř. věst. C, 2020/C 193/06, 9.6.2020, s. 23, [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609\(04\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609(04)).
- ²⁸ Směrnice Evropského parlamentu a Rady (EU) 2018/1808 ze dne 14. listopadu 2018, kterou se mění směrnice 2010/13/EU o koordinaci některých právních a správních předpisů členských států upravujících poskytování audiovizuálních mediálních služeb (směrnice o audiovizuálních mediálních službách) s ohledem na měnící se situaci na trhu, Úř. věst. L 303, 2018/1808, 28.11.2018, p. 69, ELI: <http://data.europa.eu/eli/dir/2018/1808/oj>.
- ²⁹ Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2024/1689 ze dne 13. června 2024, kterým se stanoví harmonizovaná pravidla pro umělou inteligenci a mění nařízení (ES) č. 300/2008, (EU) č. 167/2013, (EU) č. 168/2013, (EU) 2018/858, (EU) 2018/1139 a (EU) 2019/2144 a směrnice 2014/90/EU, (EU) 2016/797 a (EU) 2020/1828 (akt o umělé inteligenci), PE/24/2024/REV/1, Úř. věst. L, 2024/1689, 12.7.2024, ELI: <http://data.europa.eu/eli/reg/2024/1689/oj>.
- ³⁰ Evropská komise, sdělení Komise Evropskému parlamentu, Radě, Evropskému hospodářskému a sociálnímu výboru a Výboru regionů: Strategie EU pro účinnější boj proti pohlavnímu zneužívání dětí, COM(2020) 607 final, 24. července 2020, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=CELEX%3A52020DC0607>.
- ³¹ Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2021/1232 ze dne 14. července 2021 o dočasné odchylce od některých ustanovení směrnice 2002/58/ES, pokud jde o používání technologií poskytovateli interpersonálních komunikačních služeb nezávislých na číslech ke zpracování osobních a jiných údajů pro účely boje proti pohlavnímu zneužívání dětí on-line, pozměněné nařízením Evropského parlamentu a Rady (EU) 2024/1307 ze dne 29. dubna 2024, PE/38/2021/REV/1, Úř. věst. L 274, 30.7.2021, ELI: <http://data.europa.eu/eli/reg/2021/1232/oj>.

9. nařízení o digitálních službách, které mimo jiné ukládá on-line platformám požadavky na zajištění vysoké úrovně soukromí, bezpečnosti a ochrany nezletilých osob využívajících jejich služby²⁴ a ukládá velmi velkým on-line platformám povinnost provádět pravidelné posuzování a zmírňování rizik v souvislosti se systémovými riziky pro dodržování práv dítěte a ochranu nezletilých osob před negativními důsledky pro jejich tělesnou a duševní pohodu; směrnici o audiovizuálních mediálních službách, která mimo jiné stanoví zvláštní rámec s ochrannými opatřeními proti škodlivému audiovizuálnímu obsahu, včetně obsahu poskytovaného na platformách pro sdílení videonahrávek, a rovněž ukládá členským státům povinnost zajistit, aby poskytovatelé audiovizuálních mediálních služeb a poskytovatelé platform pro sdílení videonahrávek spadající do jejich pravomoci přijali vhodná opatření na ochranu nezletilých osob před jakýmkoli pořady nebo videi vytvořenými uživateli a audiovizuálními obchodními sděleními, které mohou narušit jejich tělesný, duševní nebo mravní vývoj²⁸; novou evropskou strategii pro lepší internet pro děti (BIK+), která zahrnuje opatření na podporu duševní pohody on-line a designu přiměřeného věku, jejímž cílem je zvýšit povědomí o on-line rizicích, jako jsou kyberšikana, zavádějící informace a dezinformace, a vybudovat kapacity, pokud jde o tato rizika, a podporovat zdravé a odpovědné chování na internetu²⁵ a akt o umělé inteligenci, který stanoví horizontální a na riziku založená pravidla pro to, jak lze v Unii ve všech oblastech a odvětvích umělou inteligenci vyvíjet a používat, usiluje o zajištění vysoké úrovně ochrany a bezpečnosti základních práv a zohledňuje zvláštní práva dětí, mimo jiné výslovným zákazem systémů AI, které zneužívají zranitelnosti dětí na internetu²⁹, a zavedením přiměřených a účinných záruk pro vysoce rizikové systémy AI.

10. Závěry Rady o podpoře well-beingu v digitálním vzdělávání, v nichž se členské státy vyzývají, aby při navrhování vnitrostátních politik a strategií v oblasti digitálního vzdělávání posilovaly osobní pohodu účastníků vzdělávání i pedagogů a aby podporovaly školy při rozvíjení vhodného nakládání s časem, pokud jde o digitální a prezenční výukové a vzdělávací činnosti³².
11. Závěry Rady o přínosu vzdělávání a odborné přípravy k posílení společných evropských hodnot a demokratického občanství, které vyzývají členské státy, aby s ohledem na rostoucí výzvy, jimž děti a dospívající čelí v kontextech digitálního prostředí a v on-line prostředí, v souvislosti s otázkami, jako je digitální bezpečnost a soukromí, kyberšikana, dezinformace, nenávistné verbální projevy a radikalizace, zvyšovaly účinnou mediální a digitální gramotnost³³;
12. Strategii unie připravenosti, kterou předložila Komise, jejímž cílem je začlenit připravenost do školních osnov, vyškolit pedagogické pracovníky, aby mohli pomoci rozvíjet základní dovednosti v oblasti připravenosti, jako je mediální a digitální gramotnost, a zvyšovat povědomí o rizicích a hrozbách, zejména bojem proti dezinformacím³⁴.
13. Závěry Rady o podpoře motorických schopností a pohybových a sportovních aktivit u dětí, které zdůrazňují souvislost mezi pohybovou aktivitou a duševní pohodou dětí a dospívajících³⁵.

³² Rada Evropské unie, závěry Rady o podpoře well-beingu v digitálním vzdělávání, 2022/C 469/04, 9.12.2022,

ELI: [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609\(01\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=CELEX:52020XG0609(01)).

³³ Rada Evropské unie, Závěry Rady o přínosu vzdělávání a odborné přípravy k posílení společných evropských hodnot a demokratického občanství, Úř. věst. C, C/2023/1419, 1.12.2023, ELI: <http://data.europa.eu/eli/C/2023/1419/oj>.

³⁴ Evropská komise, sdělení Komise Evropskému parlamentu, Radě, Evropskému hospodářskému a sociálnímu výboru a Výboru regionů o Strategii unie připravenosti, JOIN(2025) 130 final, 26. března 2025, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=celex:52025JC0130>.

³⁵ Rada Evropské unie, závěry Rady o podpoře motorických schopností a pohybových a sportovních aktivit u dětí, Úř. věst. C, 2015/C 417/09, 15.12.2015, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=CELEX%3A52015XG1215%2807%29>.

14. Závěry Rady a zástupců vlád členských států, zasedajících v Radě, o celoživotní pohybové aktivitě, které zdůrazňují dopad pohybové aktivity na duševní zdraví v dětství³⁶.
15. Že těmito závěry Rady nejsou dotčena jednání o víceletém finančním rámci na období po roce 2027.

UZNÁVAJÍC, ŽE:

16. Duševní pohoda může dětem a dospívajícím umožnit dosáhnout vývojových milníků³⁷, naučit se vypořádat s problémy, usměrňovat své emoce, získat sociální a emoční kompetence, navazovat bezpečné a smysluplné vztahy s vrstevníky a dospělými, mít úspěch ve škole, vytvořit si jasný pocit vlastní hodnoty a budovat sebedůvěru a vlastní identitu, které budou potřebovat, aby se jim v životě dařilo³⁵.
17. Až 20 % dětí na světě se potýká s duševními problémy²² a v Evropě trpí duševními poruchami 9 milionů dospívajících (ve věku 10 až 19 let)³⁸, přičemž tyto poruchy, pokud nejsou léčeny, vážně ovlivňují vývoj těchto dětí a dospívajících, jejich dosažené vzdělání i potenciál žít naplněný život.

³⁶ Rada Evropské unie, závěry Rady o celoživotní pohybové aktivitě, Úř. věst. C 2021/C 501 I/01, 13.12.2021,

https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=oj:JOC_2021_501_I_0001.

³⁷ SOS Children's Villages, „A truly comprehensive EU approach to mental health: Putting children and families' wellbeing at the centre“ (Skutečně komplexní přístup EU k duševnímu zdraví: Zaměřit se na dobré životní podmínky dětí a rodin), září 2024,

<https://www.sos-childrensvillages.org/getmedia/677b48e5-a312-4454-bc0a-766057acbf30/Briefing-note-mental-health-SOS-CVI>.

³⁸ UNICEF, „The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health“ (Situace dětí ve světě 2021: Záleží na tom – podpora a ochrana duševního zdraví dětí a péče o něj), UNICEF, New York, říjen 2021,

<https://www.unicef.org/media/114636/file/SOWC-2021-full-report-English.pdf>.

18. Příčiny problémů v oblasti duševního zdraví často vznikají již v raném dětství a přibližně polovina všech duševních poruch se objevuje před dovršením věku 14 let, což svědčí o tom, že tato fáze života je pro vývoj jednotlivce nejvýš důležitá³⁷. Podobně je dospívání klíčovým obdobím pro rozvoj sociálních a emocionálních návyků, které podporují duševní pohodu. Dokonce i v případech, kdy se problémy v oblasti duševního zdraví rozvinou v pozdější fázi života, jsou první zkušenosti formativní, a pokud jsou těžké, mohou přispět k rozvoji duševních poruch v kterémkoli věku.
19. Každodenní život dětí a dospívajících se dnes ve stále větší míře odehrává v digitálním prostředí, a proto je zásadní, aby jejich práva v digitálním světě byla chráněna ve stejné míře jako ve světě reálném.
20. Rychlý rozvoj digitálních technologií nabízí dětem a dospívajícím mnoho výhod, pokud jde o vzdělávání, zábavu a komunikaci, k nimž patří například možnosti individualizovaného učení, rozvoje digitálních dovedností a kompetencí dětí a dospívajících, nebo možnosti přístupu k virtuálním komunitám. Tyto přínosy přispívají k vytváření sociálních vazeb, zejména mezi dospívajícími, což může posílit jejich duševní zdraví³⁹ a celkovou pohodu. Také mohou pozitivně přispívat k preventivním kampaním zaměřeným na děti a dospívající, jako jsou kampaně zaměřené na prevenci sebevražd.

³⁹ Příkladem těchto výhod je zodpovědné hraní her, které mohou být pro duševní zdraví přínosné tím, že tříbí smysly, zlepšují náladu a umožňují hráčům poznávat nové identity a emoce. On-line hry mohou rovněž pomoci vybudovat globální vazby, zejména těm, kteří mají potíže se socializací. Více informací viz: Mental Health Europe, „Report on Digitalisation in Mental Health, Mental health in the digital age: Applying a human rights based, psychosocial approach as compass“ (Zpráva o digitalizaci v oblasti duševního zdraví, Duševní zdraví v digitální éře: Využívání psychologického přístupu založeného na lidských právech jako kompasu), prosinec 2022, <https://www.mhe-sme.org/wp-content/uploads/2023/01/Mental-health-in-the-digital-age-Applying-a-human-rights-based-psychosocial-approach-as-compass.pdf>.

21. Výše uvedený rychlý rozvoj digitálních technologií však představuje zároveň také hrozbu, jejíž rozsah a důsledky pro celkovou duševní pohodu dětí a dospívajících jsou stále ještě částečně neznámé. Proto je zapotřebí dalšího výzkumu, aby bylo možné řádně posoudit jeho dopad na rozvoj mozku a osobnosti, včetně kognitivních funkcí a dovedností, jakož i jeho potenciální důsledky pro chování⁴⁰, zejména pokud jde o děti a dospívající ve zranitelném postavení.
22. Rizika pro duševní zdraví dětí a dospívajících spojená s šířením digitálních technologií mohou být velká, a proto se zdá rozumné, aby do doby, než bude proveden dostatečný výzkum, byla na základě současných vědeckých důkazů přijata preventivní opatření ke zmírnění potenciálních rizik. V rámci těchto opatření je například možné začlenit do systému vzdělávání výuku sociálně-emoční dovednosti a mechanismy zvládání stresu, usměrňovat praktiky, o nichž je již známo, že jsou návykové a manipulativní, a podporovat rodiče poskytnutím vhodných informací a nástrojů, aby se děti a dospívající naučili, jak se bezpečně a kompetentně orientovat v digitálním světě.
23. Těmito výzvami se musí účinněji zabývat regulační a vzdělávací systémy, aby bylo zajištěno, že děti a dospívající budou využívat nabízených příležitostí, zároveň se zabrání potenciálnímu nepříznivému dopadu na jejich duševní zdraví a tento dopad se bude zmírňovat.
24. Ve většině případů nepředstavuje problém samotná digitalizace nebo používání digitálních technologií jako takové, nýbrž skupina digitálních determinantů, které mohou ovlivnit duševní zdraví dětí a dospívajících, například uživatel, chování, prostředí, obsah a design.

⁴⁰ European Public Health Alliance, Farah, L., „Strengthening countries’ cooperation to safeguard children and adolescents from screen addiction and to protect mental health“ (Posilování spolupráce mezi zeměmi s cílem chránit děti a dospívající před závislostí na obrazovkách a chránit duševní zdraví“), internetové stránky European Public Health Alliance, 24. září 2024, zobrazeno dne 21. ledna 2025, <https://epha.org/strengthening-countries-cooperation-to-safeguard-children-and-adolescent-from-screen-addiction-and-protect-mental-health/>.

25. Děti a dospívající jako uživatelé digitálních technologií představují zranitelnou skupinu a jsou obzvláště náchylní k tomu, aby se stali obětí kyberkriminality (např. krádeže identity, vydírání, pohlavního zneužívání dětí), manipulativního nebo návykového designu, nezákonného používání osobních údajů nebo zahájení činností, které jsou pro ně nevhodné nebo nezákonné (např. sledování obsahu pro dospělé, hazardní hry on-line a v rámci on-line her (např. tzv. loot boxy), nákup alkoholu, tabáku a podobných výrobků⁴¹ nebo sázky on-line). Děti a dospívající mohou být rovněž zranitelní ve smyslu on-line náboru za účelem dalšího vykořisťování a dívky jsou vystaveny především riziku genderově podmíněného kybernetického násilí, včetně kybernetického obtěžování⁴¹, zatímco děti se zdravotním postižením jsou vystaveny zvláště kyberšikaně a násilí⁴².

⁴¹ Sala, A., Porcaro, L. Gomez, E., „Social Media Use and adolescents’ mental health and well-being: An umbrella review“ (Používání sociálních médií a duševní zdraví a pohoda dospívajících: komplexní přehled), Computers in Human Behavior Reports, březen 2024, <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100404>.

⁴² Barringer-Brown, Ch., „Cyber bullying among Students with Serious Emotional and Specific Learning Disabilities“ (Kyberšikana mezi studenty s vážnými emocionálními poruchami a specifickými poruchami učení), Journal of Education and Human Development, červen 2015, sv. 4, č. 2 (1), <https://jehdnet.com/vol-4-no-2-1-june-2015-abstract-4-jehd/>.

26. Pokud jde o chování, poskytování přístupu k digitálním technologiím malým dětem, k němuž dojde příliš brzy, které neprobíhá pozvolna nebo se odehrává bez náležitého dohledu, může narušit jejich kognitivní a duševní vývoj⁴³, kdežto nevhodné či nadměrné používání digitálních technologií dětmi školního věku a dospívajícími může vést k psychickým problémům, například tím, že se omezují sociální interakce mimo internet⁴⁴, dochází k sociální izolaci⁴⁵ a osamělosti⁴⁶ a k negativnímu dopadu na kognitivní funkce⁴⁷, rozvíjí se hráčská porucha⁴⁸ nebo vzniká behaviorální závislost⁴⁹.

⁴³ Světová zdravotnická organizace, „Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age“ (Pokyny týkající se pohybové aktivity, sedavého způsobu života a spánku u dětí do pěti let), World Health Organization, 2019, <https://iris.who.int/handle/10665/311664>.

⁴⁴ Mental Health Europe, „Report on Digitalisation in Mental Health, Mental health in the digital age: Applying a human rights based, psychosocial approach as compass“ (Zpráva o digitalizaci v oblasti duševního zdraví, Duševní zdraví v digitální éře: Využívání psychologického přístupu založeného na lidských právech jako kompasu), prosinec 2022, <https://www.mhe-sme.org/wp-content/uploads/2023/01/Mental-health-in-the-digital-age-Appling-a-human-rights-based-psychosocial-approach-as-compass.pdf>.

⁴⁵ Světová zdravotnická organizace, infografika WHO „Social isolation and loneliness affect people of all ages, worldwide“ (Sociální izolace a osamělost postihuje na celém světě lidi všech věkových kategorií), internetové stránky WHO, 15. listopadu 2023, zobrazeno dne 20. května 2025, <https://www.who.int/multi-media/details/social-isolation-and-loneliness-affect-people-of-all-ages--worldwide>.

⁴⁶ Evropská komise, Společné výzkumné středisko (JRC) (2024): EU Loneliness Survey (Průzkum EU zaměřený na osamělost). Evropská komise, Společné výzkumné středisko (JRC) [soubor údajů] PID: <http://data.europa.eu/89h/82e60986-9987-4610-ab4a-84f0f5a9193b>.

⁴⁷ Small, G. W., Lee, J., Kaufman, A., Jalil, J., Siddarth, P. a kol., ‘Brain health consequences of digital technology use’ (Vliv používání digitálních technologií na zdraví mozku), Dialogues in clinical neuroscience, sv. 22, 2. vydání, 2020, s. 179–187, <https://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/gsmall>.

⁴⁸ Světová zdravotnická organizace, internetové stránky, zobrazeno dne 15. dubna 2025, <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder>.

⁴⁹ Nevhodné či nadměrné používání digitálních technologií, zejména sociálních médií, se projevuje modelem chování, který se vyznačuje příznaky podobnými závislostem, včetně neschopnosti toto používání technologií kontrolovat, abstinence příznaků, pokud člověk technologie nepoužívá, zanedbávání jiných činností ve prospěch používání digitálních technologií a negativní důsledky nadměrného používání v každodenním životě. Více informací viz: Světová zdravotnická organizace, „Teens, screens and mental health“ (Mladiství, obrazovky a duševní zdraví), internetové stránky Světové zdravotnické organizace, 25. září 2024, zobrazeno dne 20. ledna 2025, <https://www.who.int/europe/news-room/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>.

27. Nevhodné či nadměrné používání digitálních technologií dětmi a dospívajícími může mít nepříznivý dopad rovněž na jejich fyzické zdraví, například tím, že vede k omezení pohybové aktivity⁵⁰, přispívá k vytváření nebo zhoršování sedavého životního stylu, jakož i ke špatným stravovacím návykům, což může obojí vést k obezitě⁵¹, problémům se spánkem⁵², k poškození zraku (zejména ke krátkozrakosti) nebo k rozvoji muskuloskeletálních poruch⁵³. U všech těchto faktorů rovněž hrozí zhoršení duševního zdraví a celkové pohody.
28. Prostředí, v němž rodiče, pedagogové nebo osoby pečující o děti a dospívající nadměrně používají digitální zařízení, může na základě technologií vést k narušení vytváření řádných interakcí mezi dospělým a dítětem (technoference) a narušit rozvoj životních dovedností, které jsou nezbytné pro duševní pohodu⁵⁴.

⁵⁰ Kardefelt-Winther, D., Rees, G., & Livingstone, S., „Contextualising the link between adolescents’ use of digital technology and their mental health: a multi-country study of time spent online and life satisfaction“ (Souvislosti mezi používáním digitálních technologií dospívajícími a jejich duševním zdravím: studie věnovaná času strávenému online a životní spokojenosti provedená ve více zemích), *Journal of child psychology and psychiatry and allied disciplines*, sv. 61, 8. vydání, 2020, s. 875–889, <https://doi.org/10.1111/jcpp.13280>.

⁵¹ Špatné stravovací návyky mohou vést k rozvoji dyslipidemií a diabetu, jakož i k nadváze a obezitě. Více informací viz: Aghasi, M., Matinfar, A., Golzarand, M., Salari- Moghaddam, A., & Ebrahimpour-Koujan, S., „Internet Use in Relation to Overweight and Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis of Cross-Sectional Studies“ (Používání internetu ve vztahu k nadváze a obezitě: systematický přezkum a metaanalýza průřezových studií), *Advances in nutrition*, sv. 11, 2. vydání, 2020, s. 349–356, <https://doi.org/10.1093/advances/nmz073>.

⁵² Spánek je klíčovým faktorem duševního zdraví a jedním z hlavních nepříznivých účinků používání digitálních technologií u dětí a dospívajících je zkrácení doby spánku a jeho nižší kvalita. Více informací viz: Stanković, M., Nesic, M., Cicevic, S., & Shi, Z., „Association of smartphone use with depression, anxiety, stress, sleep quality, and internet addiction. Empirical evidence from a smartphone application“ (Souvislost mezi používáním chytrých telefonů a depresí, úzkostí, stresem, kvalitou spánku a závislostí na internetu. Empirický důkaz z aplikace pro chytré telefony), *Personality and Individual Differences*, sv. 168, leden 2021, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110342>.

⁵³ Tereshchenko S., Kasparov E., Manchuk V., Evert L., Zaitseva O. a kol., „Recurrent pain symptoms among adolescents with generalized and specific problematic internet use: A large-scale cross- sectional study“ (Opakující se projevy bolesti u dospívajících se všeobecným a specifickým problémovým používáním internetu: rozsáhlá průřezová studie), *Computers in Human Behavior Reports*, sv. 16, prosinec 2024, <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100506>.

⁵⁴ McDaniel, B.T., Radesky, J. S., „Technoference: Parent Distraction with Technology and Associations with Child Behavior Problems“ (Technoference: Rozptylování rodičů technologiemi a souvislost s poruchami chování u dětí), *Child Development*, sv. 89(1), květen 2017, <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>.

29. Obsah, který děti a dospívající sledují, můžeme rozdělit do dvou kategorií. U prvního typu sice může být obsah prezentovaný v sociálních médiích a na podobných platformách přiměřený věku, avšak vzhledem k tomu, jak je tento obsah ve skutečnosti zprostředkován (např. s jakou četností je uživatelům zobrazován), a vzhledem ke zvláštním designovým prvkům, jejichž cílem je podnítit aktivitu uživatelů, může mít negativní dopad na sebevědomí⁵⁵ nebo sebedůvěru jednotlivce, zvyšovat u něj míru stresu a úzkosti⁵⁵, vést ke vzniku nebo zhoršování duševních poruch, např. depresí⁵⁶ a poruch chování, jako je hyperaktivita/poruchy pozornosti⁵⁷, a přispívat k negativnímu vnímání vlastního těla a ke vzniku poruch příjmu potravy⁵⁸.

⁵⁵ Karim, F., Oyewande, A. A., Abdalla, L. F., Chaudhry Ehsanullah, R., & Khan, S., „Social Media Use and Its Connection to Mental Health: A Systematic Review“ (Používání sociálních médií a souvislost s duševním zdravím: systematický přezkum), Cureus, sv. 12, 6. vydání, 2020, <https://doi.org/10.7759/cureus.8627>.

⁵⁶ Ma, L., Evans, B., Kleppang, A. L., & Hagquist, C., „The association between screen time and reported depressive symptoms among adolescents in Sweden“ (Souvislost mezi časem stráveným u obrazovky a hlášenými příznaky deprese u dospívajících ve Švédsku), Family practice, sv. 38, 6. vydání, 2021, s. 773–779, <https://doi.org/10.1093/fampra/cmab029>.

⁵⁷ UNICEF, „Child and adolescent mental health. The State of Children in the European Union 2024“ (Duševní zdraví dětí a dospívajících. Situace dětí v Evropské unii v roce 2024), Policy Brief č. 2, únor 2024, [https://www.unicef.org/eu/media/2806/file/Child and adolescent mental health policy brief.pdf.pdf](https://www.unicef.org/eu/media/2806/file/Child%20and%20adolescent%20mental%20health%20policy%20brief.pdf.pdf).

⁵⁸ Marks, R. J., De Foe A. & Collett J., „The pursuit of wellness: Social media, body image and eating disorders“ (Být v pohodě: Sociální média, vnímání těla a poruchy příjmu potravy), Children and youth services review, sv. 119, 2020, <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105659>.

Druhým typem je obsah nevhodný a jedná se o případy, kdy jsou děti a dospívající vystaveni škodlivému obsahu, jako je násilí (kyberšikana a obtěžování na internetu)⁵⁹ a extrémní násilí, sexuálnímu obsahu (pornografii)⁶⁰, zavádějícím informacím a dezinformacím (včetně obrázků, videí a zvukových záznamů vytvořených za pomoci umělé inteligence, nebo *deep fake*)⁶¹, nenávistným verbálním projevům⁶², obchodním a neobchodním sdělením nebo reklamě na nezdravé potraviny a nápoje, alkohol, tabák a podobné výrobky¹⁴ či zakázané látky (drogy)¹³.

30. Při utváření zkušeností a chování uživatelů, zejména dětí a dospívajících, hraje klíčovou úlohu design digitálního produktu. Promyšlený design může podpořit snadné používání, bezpečnost a soukromí, kdežto problematické volby designu mohou uživatele vystavovat rizikům, která mají dopad na jejich pohodu a duševní zdraví. Zásadní význam má zajištění toho, aby byli uživatelé konfrontováni se širokou škálou obsahu, a to zejména proto, aby se zabránilo tomu, že uvíznou v názorových bublinách, které je utvrzují ve stejných názorech, což může zejména u dětí a dospívajících prohlubovat úzkost, izolaci nebo škodlivé sebepojetí. K vykořisťování dětí a dospívajících v digitálním světě vedou škodlivé, zavádějící a klamavé praktiky v oblasti designu, jako jsou temné vzorce, které zneužívají zranitelnosti a ovlivňují chování, návykové a manipulativní designy zaměřené na udržení uživatelů, které zároveň podporují rozsáhlou interakci (automatické přehrávání, nekonečné rolování stránky, série příspěvků, oznámení, loot boxy a varování před „zameškáním obsahu“), jakož i klamavé metody personalizace (algoritmy), které mohou být ještě posíleny nekalými obchodními modely, špatnou správou a řízením společností a špatnými obchodními rozhodnutími.

⁵⁹ Do této kategorie patří rovněž smrtící násilí, zneužívání, smrt, sebepoškozování a sebevražda.

⁶⁰ Raine, G., Khouja, C., Scott, R., Wright, K., Sowden, A. J., „Pornography use and sexting amongst children and young people: a systematic overview of reviews“ (Sledování pornografie a sextování u dětí a mladých lidí: systematický přehled přezkumů), Systematic Reviews, sv. 9, 2020, <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01541-0>.

⁶¹ Pilgrim, J., & Vasinda, S., „Fake News and the „Wild Wide Web”: A Study of Elementary Students’ Reliability Reasoning“ (Fake news a Wild Wide Web: Studie věnovaná schopnosti žáků základní školy vnímat realitu), Societies, sv. 11, 4. vydání, 2021, <https://doi.org/10.3390/soc11040121>.

⁶² Kansok-Dusche, J., Ballaschk, C., Krause, N., Zeiðig, A., Seemann-Herz, L., a kol., „A Systematic Review on Hate Speech among Children and Adolescents: Definitions, Prevalence, and Overlap with Related Phenomena“ (Systematický přezkum zaměřený na nenávistné projevy u dětí a dospívajících), Trauma, Violence, & Abuse, sv. 24, 4. vydání, 2023, s. 2598-2615, <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/15248380221108070>.

31. Děti a dospělí netvoří homogenní skupinu. Ačkoli u duševního zdraví dětí a dospívajících hrají významnou úlohu faktory, jako je gender⁶³, vzdělání a socioekonomické nerovnosti⁶⁴, zdá se, že nejdůležitějším faktorem, pokud jde o plánování strategií pro zásahy proti negativnímu dopadu zneužívání nebo nadměrného využívání digitálních technologií na jejich duševní zdraví, je věk⁶⁵.

⁶³ Twenge, J. M., Haidt, J., Lozano, J., & Cummins, K. M., „Specification curve analysis shows that social media use is linked to poor mental health, especially among girls“ (Analýza specifikační křivky ukazuje, že používání sociálních médií je spojeno se špatným duševním zdravím, zejména u dívek), *Acta Psychologica*, sv. 224, 2022, 103512, <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103512>.

⁶⁴ UNICEF, „Digital technologies, child rights and well-being. The State of Children in the European Union 2024“ (Digitální technologie, práva a dobré životní podmínky dětí. Situace dětí v Evropské unii v roce 2024), Policy Brief no 4, UNICEF, únor 2024, https://www.unicef.org/eu/media/2586/file/Child_and_adolescent_mental_health_policy_brief.pdf.pdf.

⁶⁵ Holly, L., Demaio, S., & Kickbusch, I., „Public health interventions to address digital determinants of children’s health and wellbeing“ (Intervence v oblasti veřejného zdraví zaměřené na faktory, které ovlivňují zdraví a pohodu dětí prostřednictvím digitálních technologií), *The Lancet Public Health*, sv. 9, 9. vydání, 2024, s. e700-e704, [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00180-4](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00180-4).

UZNÁVAJÍC, ŽE

32. V Evropě dochází ke zhoršování duševního zdraví dětí a dospívajících², a proto je naléhavě zapotřebí odhodlaného, mnohostranného a progresivního přístupu, který se bude zabývat komplexními základními příčinami, bude pevně stát na vědeckých důkazech a vycházet z multidisciplinárního výzkumu a bude podpořen prostřednictvím posílené spolupráce a sdílení osvědčených postupů v celé Evropě s cílem zajistit zdravější budoucnost pro současné i budoucí generace⁶⁶.
33. Při řešení problematiky duševního zdraví dětí a dospívajících by měl být kladen stejný důraz na podporu zdravého životního stylu a zdravého prostředí⁶⁷, které podporují celkové duševní zdraví a pohodu, na preventivní opatření zaměřená zejména na děti a dospívající ve zranitelném postavení a na poskytování psychologické a psychiatrické pomoci a podpory v případě potřeby.
34. Důkazy o pozitivní korelaci mezi fyzickým cvičením (včetně venkovních aktivit), duševním zdravím a kognitivními procesy⁶⁸ zdůrazňují skutečnost, že tělesná aktivita je jedním z nejdůležitějších a nejúčinnějších faktorů při udržování tělesného i duševního zdraví po celý život³⁶. Rozvoj psychosociálních dovedností dětí od útlého věku má rovněž zásadní význam pro to, aby si děti osvojovaly vzorce chování, jež budou podporovat jejich duševní a fyzické zdraví v průběhu celého jejich života a zabrání pozdějšímu nevhodnému používání digitálních nástrojů.

⁶⁶ Do této činnosti je zásadně důležité zapojit různé zúčastněné strany: rodiče, pečující osoby, pedagogy, tvůrce politik, vědce, odborníky v oblasti duševního zdraví a poskytovatele technologií. Více informací viz: Světové ekonomické fórum, „How to protect children’s mental wellbeing in the digital era“ (Jak chránit duševní pohodu dětí v digitálním věku), internetové stránky Světového ekonomického fóra, 10. října 2023, navštíveno 21. ledna 2025, <https://www.weforum.org/stories/2023/10/world-mental-health-day-how-to-safeguard-childrens-mental-well-being-in-the-digital-era/>.

⁶⁷ Světová zdravotnická organizace, internetové stránky WHO „Health Promotion“ (Podpora zdraví), navštíveno 20. května 2025, <https://www.who.int/teams/health-promotion/enhanced-wellbeing/first-global-conference/actions>.

⁶⁸ Cosma A., Abdrakhmanova S., Taut D., Schrijvers K., Catunda C., Schnohr C., „A focus on adolescent mental health and well-being in Europe, central Asia and Canada. Health Behaviour in School-aged Children.“ International report from the 2021/2022 survey (Zaostřeno na duševní zdraví a pohodu adolescentů v Evropě, Střední Asii a Kanadě. Chování školáků v souvislosti se zdravím. Mezinárodní zpráva na základě průzkumu z let 2021/2022). Svazek 1, Kodaň, regionální kancelář WHO pro Evropu (2023), navštíveno 20. února 2025, <https://iris.who.int/handle/10665/373201>.

35. Zdravá strava, pravidelná tělesná aktivita a kvalitní spánek spolu s rovnováhou mezi odpočinkem a aktivitou mají pro plnohodnotný tělesný a duševní vývoj dětí zásadní význam; kromě toho může mít na duševní zdraví dětí a dospívajících pozitivní dopad socializace s vrstevníky, kulturní účast, tvůrčí činnost, čas na hraní bez dozoru dospělých, podnětné prostředí a trávení času v přírodě, přispívající k budování jejich sebeúcty, sebedůvěry, sebedůvěry a vědomí vlastní hodnoty²².
36. Využívání digitálních technologií dětmi a dospívajícími je nezbytnou součástí širšího pojetí prevence a strategií prevence rizikového chování na vnitrostátní úrovni,

VYZÝVÁ ČLENSKÉ STÁTY, ABY:

37. ROZVÍJELY a PODPOROVALLY cílenou komunikaci a kampaně, jejichž účelem bude zvýšit v celé společnosti, se zvláštním zaměřením na rodiče, pečovatele a pedagogy, povědomí o přínosech pozdržení přístupu k digitálním technologiím u malých dětí do určitého věku a následně o organizaci postupného zavádění bezpečného používání pod dohledem, přičemž bude zdůrazněn pozitivní dopad tohoto přístupu na kognitivní a psychický vývoj malých dětí^{69, 70}.

⁶⁹ Věk, kdy děti začínají používat digitální technologie, neustále klesá. Švédské statistiky z roku 2019 ukazují, že 16 % jednoletých dětí sledovalo videoklipy (např. YouTube) alespoň jednu hodinu denně. Více informací viz: Švédská rada pro média, Nutley, S., & Thorell, L., „Digital media and mental health problems in children and adolescents. A research overview“ (Digitální média a problémy dětí a dospívajících v oblasti duševního zdraví. Přehled výzkumu), 2022,

https://mediemyndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/2022/digital-media-and-mental-health-problems-in-children-and-adolescents_tillganglighetsanpassad.pdf.

⁷⁰ Měla by být rovněž představena rizika a možné negativní důsledky spojené s poskytnutím takového přístupu příliš brzy, bez postupného zavádění nebo bez řádného dohledu.

38. ROZVÍJELY, PODPOROVALLY A NABÍZELY různé off-line metody péče o malé děti, jejich vzdělávání a zábavy a kladly důraz na činnosti, které podporují kognitivní, emocionální a sociální rozvoj, jako jsou interaktivní hraní, venkovní aktivity, trávení času s rodinou a přáteli a tvůrčí projev prostřednictvím poutavých, nedigitálních alternativ. Tyto alternativy by mohly zahrnovat rozvoj atraktivních městských a venkovských veřejných prostor podporujících činnosti bez obrazovek, jako jsou zelené plochy a rekreační zóny, knihovny, kulturní centra a inkluzivní a přístupná infrastruktura pro všechny děti. Toto úsilí může podpořit vyvážený přístup k rozvoji v raném dětství a zároveň snížit závislost na digitálních technologiích⁷¹.
39. PROSAZOVALY fakticky podložená opatření s cílem omezit nevhodné nebo nadměrné využívání digitálních technologií u dětí ve školním věku, podporovaly jejich kognitivní a emocionální pohodu a USILOVALY O TO, aby tato opatření nejen řešila omezení týkající se využívání digitálních technologií dětmi, ale učila je především způsoby, jak používat digitální technologie používat odpovědně. Kromě toho by měl být při navrhování těchto opatření zdůrazněn význam zachování digitální hygieny⁷² pro všechny rodinné příslušníky, přičemž je třeba uznat, že modelování zdravých vzorců chování je významný a účinný výukový nástroj⁷³.

⁷¹ Raustorp, A., & Fröberg, A., „Comparisons of pedometer-determined weekday physical activity among Swedish school children and adolescents in 2000 and 2017 showed the highest reductions in adolescents“ (Srovnání týdenní tělesné aktivity švédských školáků a dospívajících zaznamenané pedometry za roky 2000 a 2017 vykazovalo nejvýraznější snížení u dospívajících), *Acta Paediatrica*, sv. 108, vydání 7, 2019, s. 1303–1310, <https://doi.org/10.1111/apa.14678>.

⁷² Pojem „digitální hygiena“ odkazuje na zdravou rovnováhu digitálních a nedigitálních činností v každodenním životě, přičemž se zaměřuje především na behaviorální praktiky, jako je zkrácení a účinné řízení času stráveného u obrazovky, jakož i zlepšení bezpečnosti on-line.

⁷³ Konca, A. S., „Digital Technology Usage of Young Children: Screen Time and Families“ (Používání digitálních technologií malými dětmi: čas strávený u obrazovky a rodina“, *Early Childhood Education Journal*, sv. 50, 2021, s. 1097–1108, <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01245-7>.

40. UZNALY zásadní úlohu, kterou hraje interdisciplinární školní vzdělávání při prosazování zdravého životního stylu, gramotnosti v oblasti duševního zdraví, mediální a digitální gramotnosti, jakož i digitální hygieny, a zároveň rozvíjely kompetence účastníků vzdělávání a pedagogů a ZVÁŽILY MOŽNOST vytvářet na podporu těchto cílů ve vzdělávacím kontextu prostředí bez osobních digitálních zařízení⁷⁴, nebo, jsou-li osobní digitální zařízení nezbytná, ZAVEDLY pravidla, která podporují cíl omezit používání digitálních technologií, s ohledem na právo dětí na odpojení.
41. ZVÁŽILY provádění preventivních politik, které dále spravují a regulují přístup dětí ve školním věku k digitálním technologiím, čímž se minimalizuje riziko újmy, mimo jiné posílením přesných, spolehlivých a účinných postupů ověřování věku chránících soukromí, je-li to vhodné, přiměřené a použitelné⁷⁵, a chrání děti před praktikami návykového designu, jako jsou klamavé designy, manipulativní architektura výběrů na internetu, on-line hazardní hry a hazardní hry v rámci jiných her, jakož i před agresivními personalizovanými přesvědčovacími technikami, a ŽÁDÁ, aby poskytovatelé digitálních platforem a další digitální podniky nesly významnou odpovědnost za svůj design a za obsah, který hostují.

⁷⁴ V roce 2023 vyzvalo UNESCO k zákazu chytrých telefonů ve třídách. Více informací viz: Global Education Monitoring Report Team, „Global education monitoring report, 2023: technology in education: a tool on whose terms?“ (Zpráva o globálním monitoringu vzdělávání: Technologie ve vzdělávání – kdo tento nástroj drží v rukách?, UNESCO, Paříž, 2023, <https://doi.org/10.54676/UZQV8501>. Kromě toho existuje stále více důkazů o přínosech prostředí bez digitálních zařízení. Více informací viz: Ministerstvo školství, Jižní Austrálie, „Behaviour improves as the result of mobile phone ban“ (Výsledkem zákazu mobilních telefonů je zlepšení chování), 2. března 2025, navštíveno dne 20. května 2025, <https://www.education.sa.gov.au/departments/media-centre/our-news/behaviour-improves-as-a-result-of-mobile-phone-ban>.

⁷⁵ Viz například „postupy pro ověřování věku založené důkazy s nulovou znalostí“ nebo iniciativu Evropské komise: Pracovní skupina pro ověřování věku; <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/news/digital-services-act-task-force-verification-0>.

42. USILOVALY o zmírnění negativních důsledků nevhodného nebo nadměrného využívání digitálních technologií mezi dospívajícími⁷⁶, zejména zvyšováním povědomí dospívajících o předpisech a zákonech, jejichž cílem je vytvořit bezpečnější on-line prostředí, a úsilím o jejich vzdělávání o mediální a digitální gramotnosti a o tom, jak se chránit, včetně toho, jak chránit své duševní zdraví, v digitálním světě, a to prostřednictvím dostupných nástrojů, jako je označování škodlivého obsahu, oznamování nevhodného chování a využívání linek pomoci.
43. VYVINULY nebo případně PODPOROVALY informační kampaně zdůrazňující rizika a nebezpečí digitálního světa a jejich potenciální negativní dopad na duševní zdraví dospívajících, s přihlédnutím k genderovému hledisku, včetně osob ohrožených diskriminací, kyberšikanou, narušením soukromí, nevhodným používáním souvisejícím s návykovými designy a expozicí škodlivému obsahu.
44. PODNĚCOVALY, ROZŠÍŘOVALY nebo DÁLE REALIZOVALY osvětové kampaně, činnosti vázané na školy, mimoškolní programy a další již existující vhodné nástroje podporující zdravý životní styl, mimo jiné prostřednictvím fyzické aktivity, vyvážené stravy a dostatečného spánku, a podporovaly rozvoj mezilidských, sociálních, emočních a odolnostních dovedností za účelem účinného zvládnání stresu, úzkosti, hněvu a frustrace u dospívající populace.

⁷⁶ 73 % dospívajících ve věku od 17 do 18 let uvedlo, že používání digitálních médií je týdně vede k zanedbávání činností, které mají pozitivní vliv na duševní zdraví, jako je spánek, cvičení a školní práce. Více informací viz: Švédská rada pro média, Nutley, S., & Thorell, L., „Digital media and mental health problems in children and adolescents. A research overview“ (Digitální média a problémy dětí a dospívajících v oblasti duševního zdraví. Přehled výzkumu), 2022, https://mediemyndigheten.se/globalassets/rapporter-och-analyser/2022/digital-media-and-mental-health-problems-in-children-and-adolescents_tillganglighetsanpassad.pdf.

45. ROZVÍJELY nebo ZKVALITŇOVALLY přístupné a atraktivní sociální infrastruktury pro děti a dospívající jako alternativu k obrazovkám, se zaměřením na oslabení nebo omezení okolností, které způsobují újmu, a aby zároveň důsledněji kontrolovaly ty okolnosti digitálního prostředí, které by mohly újmu způsobit a vést k závislostem.
46. VYPRACOVALY společné politiky a opatření na podporu odpovědného využívání digitálních technologií, zejména sociálních médií, a ZASAZOVALY SE o vyvážené využívání her s cílem předcházet chorobnému hraní a zmírnit jeho negativní dopad na každodenní život dětí ve školním věku i dospívajících².
47. ZAVÁDĚLY iniciativy pro boj proti systémům pohlavního vykořisťování a prostituce on-line, a to posílením mechanismů oznamování a zahájením osvětových kampaní, které dětem, dospívajícím, rodičům a pečovatелům pomohou tyto hrozby rozpoznat a reagovat na ně, a to s co nejlepším využitím evropské multidisciplinární platformy pro boj proti hrozbám vyplývajícím z trestné činnosti (EMPACT)⁷⁷.
48. ZAJISTILY, aby všechny plánované i vyvíjené strategie, informační kampaně a programy byly přiměřené věku, přístupné a vstřícné k příjemcům a aby zohledňovaly děti a dospívající ve zranitelném postavení, aby byla zaručena jejich účinnost a úspěšnost⁶⁵ a aby bylo možné sledovat a hodnotit jejich dopad.

⁷⁷ Evropská multidisciplinární platforma pro boj proti hrozbám vyplývajícím z trestné činnosti (EMPACT) je stěžejním nástrojem EU pro multidisciplinární a multiagenturní operační spolupráci v boji proti organizované trestné činnosti na úrovni EU. Více informací viz: Europol, „EU Policy Cycle - EMPACT, EMPACT 2022+ Fighting crime together“ (Politický cyklus EU – EMPACT, EMPACT 2022+ Společný boj proti trestné činnosti), navštíveno dne 20. května 2025, <https://www.europol.europa.eu/crime-areas-and-statistics/empact>.

49. PROVÁDĚLY nebo v případě potřeby VYVÍJELY a PROVÁDĚLY cílené programy a iniciativy v oblasti mediální a digitální gramotnosti a zajistily, aby se programy a iniciativy pro děti ve školním věku zaměřovaly na soukromí na internetu, digitální bezpečnost, rozpoznání a řešení kybernetické šikany, pohlavní zneužívání včetně groomingu, pochopení digitální stopy a jejího dopadu na budoucnost dětí, účinné řízení času stráveného u obrazovky, odhalování dezinformací a zavádějících informací a budování odolnosti vůči nim a připravenosti na ně, podporu sociálních a emočních dovedností, porozumění reklamním praktikám a obchodnímu modelu on-line světa orientovaného na zisk, jakož i mechanismy algoritmů a povahu tvorby obsahu na platformách sociálních médií, podporu kritického myšlení a interakci s on-line světem a přijímání informovaných rozhodnutí na internetu.
50. ZAJISTILY, aby programy a iniciativy v oblasti mediální a digitální gramotnosti rovněž zvyšovaly povědomí o možných rizicích spojených s obsahem vytvořeným umělou inteligencí (AI), virtuálními světy⁷⁸ a kognitivní manipulací. Tyto programy a iniciativy by měly děti a dospívající ve školním věku informovat o rozmanitém souboru rizik souvisejících s AI, včetně nových rizik souvisejících s vytvářením vztahů s AI postavami a citovou závislostí na nich, a poskytnout jim znalosti a dovednosti potřebné k rozpoznání a kritickému posouzení vlivu médií rozšířených pomocí AI, jako jsou deepfakes, zmanipulované snímky, videa nebo zvukové záznamy a předpojaté algoritmy, jakož i upozorňovat je na to, že nevhodné používání AI může pokřivovat realitu, formovat vnímání, podporovat rychlé šíření dezinformací, zvyšovat náchylnost k manipulaci a ovlivňovat rozhodování škodlivými způsoby. Tyto programy a iniciativy by se měly rovněž zaměřit na etické a odpovědné využívání technologií AI a vzdělávat děti a dospívající o vhodném využívání AI pro vzdělávací účely.

⁷⁸ Sdělení Komise Evropskému parlamentu, Radě, Evropskému hospodářskému a sociálnímu výboru a Výboru regionů: Iniciativa EU v oblasti webu 4.0 a virtuálních světů: náskok na cestě k další technologické transformaci, COM(2023) 442, 11. července 2023, Štrasburk, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/cs/TXT/?uri=celex:52023DC0442>.

51. ZAJISTILY, aby programy a iniciativy v oblasti mediální a digitální gramotnosti určené dospělým (např. rodičům, pečovatelům, pedagogům a zastáncům) byly snadno dostupné pro všechny, včetně osob ve zranitelném postavení, a aby zahrnovaly praktické pokyny pro digitální hygienu, používání různých druhů sociálních médií odpovídající věku a používání stávajících a aktuálních technických prvků digitálních technologií, jako je rodičovská kontrola, sledování používání, správa oznámení a nastavení časových omezení, jakož i návrhy, jak se vyhnout rizikům, a poznatky o tom, jak rozpoznat známky nesnází, problémy v oblasti duševního zdraví a příznaky digitální závislosti u dětí a dospívajících, spolu s poradenstvím, jak tyto otázky řešit jako rodič nebo pečovatel. Tyto pokyny by měly rovněž informovat dospělé o rizicích, s nimiž se děti a dospívající on-line potýkají, například o riziku pohlavního zneužívání dětí on-line (jak ho rozpoznat, jak se ho vyvarovat), spolu s riziky spojenými s jejich vlastní činností, například o nadměrném vysílání obsahu týkajícího se dětí v jejich okolí (sharenting), jakož i o tom, jak oznamovat škodlivý obsah (např. horké linky, policie).
52. ZAJISTILY, aby všechny druhy programů a iniciativ v oblasti mediální a digitální gramotnosti byly pravidelně aktualizovány, aby zůstaly relevantní a účinné s ohledem na rychlé tempo digitální transformace našich společností, včetně nepřetržitého zavádění digitálních nástrojů a online aplikací a jejich vývoje v průběhu času.
53. POSKYTOVALY všem dětem a dospívajícím, zejména těm, kteří se nacházejí ve zranitelném postavení, kteří utrpěli újmu na internetu nebo vykazují příznaky chorobného nebo závislého používání digitálních médií, přístup k profesionálním službám a péči založeným na důkazech, včetně psychologického a psychosociálního poradenství, právní pomoci, služeb vzájemné pomoci, například v případě odborníků na základě zkušeností, a podpory digitální bezpečnosti.

54. ZVÁŽILY využití mezioborových poradních orgánů, které zahrnují obránce práv dětí a odborníky v oblasti neurobiologie, psychologie, psychiatrie, vědy o závislosti, etiky umělé inteligence, podpory duševního zdraví, vývoje dětí a digitálních technologií, s cílem poskytovat informované pokyny, podporovat rozhodovací procesy a zajistit, aby rozhodnutí týkající se digitálního prostředí upřednostňovala zájmy, duševní pohodu a bezpečnost dětí a dospívajících.
55. PODPOROVALY zavedení participativních procesů, které dětem a dospívajícím umožní vyjádřit svůj názor na své digitální návyky.
56. ZAMĚŘILY se na posílení spolupráce mezi rodinami, školami, vládními a nevládními organizacemi a dalšími klíčovými zúčastněnými stranami zapojenými do ochrany duševního zdraví dětí a dospívajících v digitálním světě a podpory vyváženého využívání digitálních médií,

VYZÝVÁ EVROPSKOU KOMISI A ČLENSKÉ STÁTY, ABY:

57. ZMAPOVALY stávající legislativní a nelegislativní opatření na úrovni EU i na vnitrostátní úrovni s cílem vypracovat jednotné a přísné evropské standardy pro poradenství poskytované rodičům, pečovatelům a pedagogům v oblasti digitální hygieny a pro využívání sociálních médií přiměřené věku s cílem řešit nepříznivý dopad nevhodného nebo nadměrného využívání digitálních technologií na duševní zdraví dětí a dospívajících.

58. PODPOROVÁLY navrhování a provádění strukturálních reforem na ochranu pohody a duševního zdraví dětí a dospívajících v digitálním světě a PROSAZOVALY shromažďování a výměnu osvědčených postupů a získaných zkušeností mezi členskými státy⁷⁹, a to na základě činností umožněných Nástrojem pro technickou podporu⁸⁰, pokud jde o účinná opatření k prevenci a zmírnění nepříznivého dopadu nevhodného nebo nadměrného využívání digitálních technologií na duševní zdraví dětí a dospívajících.
59. PODPOROVÁLY v členských státech Evropské unie zdravý životní styl a kladly důraz na vyvážený přístup, včetně on-line i off-line metod učení a zábavy pro děti a dospívající, jako je účast na fyzických a kulturních aktivitách, četba knih a trávení kvalitního času s rodinou a přáteli.
60. VYZÝVALY poskytovatele zprostředkovatelských služeb on-line, aby plnili své povinnosti při vytváření bezpečného on-line prostředí pro nezletilé osoby, například povinnosti podle nařízení o digitálních službách. To zahrnuje větší odpovědnost podniků za moderování obsahu a za to, jak je prezentován v digitálním světě, k němuž mají přístup děti a dospívající, jako jsou aplikace, sociální média, streamovací platformy, internetové herní stránky a pornografie, a to zavedením ochrany dětí již od návrhu a zajištěním dodržování všech základních práv.

⁷⁹ Osvědčené postupy lze vyměňovat prostřednictvím portálu osvědčených postupů EU v oblasti veřejného zdraví. Více informací viz <https://webgate.ec.europa.eu/dyna/bp-portal/submission/search>.

⁸⁰ Nástroj pro technickou podporu je program EU, který členskými státy EU poskytuje individuálně uzpůsobené odborné znalosti pro navrhování a provádění reforem. V oblasti duševního zdraví dětí a dospívajících viz například: „Healthier Youth - Addressing the risks of online gambling and gaming“ (Zdravější mládež – řešení rizik hazardních her on-line), 2024, https://reform-support.ec.europa.eu/what-we-do/health-and-long-term-care/healthier-youth-addressing-risks-online-gambling-and-gaming_en#:~:text=This%202022-year%20project%20aims%20to%20reduce%20the%20risks,contributing%20to%20their%20wellbeing%20and%20improved%20mental%20health, a „Supporting mental health and care for the wellbeing of vulnerable children and young people, Child & Youth wellbeing and mental health first“ (Podpora duševního zdraví a péče o duševní pohodu zranitelných dětí a mladých lidí, Duševní pohoda a duševní zdraví dětí a mládeže na prvním místě), 2023, https://reform-support.ec.europa.eu/what-we-do/labour-market-and-social-protection/supporting-mental-health-and-care-wellbeing-vulnerable-children-and-young-people_en.

61. VYZÝVALY poskytovatele a provozovatele systémů AI, aby zajistili vysokou úroveň ochrany základních práv a bezpečnosti tím, že budou dodržovat akt o AI, se zvláštním ohledem na dopad systémů AI na děti. Dále aby vyzývaly poskytovatele a provozovatele systémů AI, aby přijali opatření a zavedli záruky k řešení rizik vyplývajících z aplikací AI přístupných dětem nebo majících na ně dopad, a to i prostřednictvím bezpečného a etického navrhování a používání, a aby předcházeli jakémukoli zneužívání vlastních zranitelných míst škodlivými způsoby.
62. PROSAZOVALY pravidla stanovená ve směrnici o audiovizuálních mediálních službách, nařízení o digitálních službách, aktu o umělé inteligenci a dalších legislativních rámcích, které přispívají mimo jiné k ochraně dětí před manipulativními a návykovými praktikami používanými v návrzích, kyberšikanou, pohlavním zneužíváním, náborovými praktikami on-line za účelem dalšího vykořisťování a porušování soukromí, nevhodným a klamavým obsahem, dezinformacemi, invazivním shromažďováním informací, agresivním on-line marketingem nezdravých potravin a nápojů, ideálů krásy a nerealistických zobrazení lidského těla, alkoholu, tabáku a podobných produktů, a NADÁLE prováděly směrnici o audiovizuálních mediálních službách a akt o digitálních službách v souladu s jejich příslušnými ustanoveními způsobem, který plně zohlední potenciální škody na duševním zdraví způsobené nadměrným používáním sociálních médií a dalších digitálních technologií, jako jsou video platformy založené na algoritmech, imerzivní virtuální prostředí, on-line herní platformy a případně systémy pro doporučování obsahu.

63. NALÉHAVĚ VYZÝVALY zúčastněné strany z řad digitálních podniků, aby stanovily výchozí nastavení pro děti podle nejprísnějších standardů bezpečnosti a ochrany soukromí, aby se vyvarovaly formátů a prvků, které podporují závislost, jako je nekonečné scrollování nebo používání netransparentních algoritmů, a aby zaručily obsah přiměřený věku a bezpečný digitální prostor, aby ve vhodných, přiměřených a použitelných případech dodržovaly a prosazovaly postupy ověřování věku, a to způsobem, který respektuje soukromí uživatelů, a aby zvážily významné riziko, že věk většiny uživatelů je za současné situace přeceňován. V zásadě, a zejména v případech, kdy není možné rozlišovat mezi dětmi a dospělými uživateli, by zúčastněné strany z řad podniků měly být vybízeny k tomu, aby toto výchozí nastavení uplatňovaly na všechny uživatele s cílem předejít újmě dětí.
64. V rámci regulačního a etického dohledu VYZÝVALY zúčastněné strany z řad digitálních podniků, aby prováděly transparentní a nezávislá posouzení dopadu digitálních technologií, a zejména prvků návrhu, jejichž cílem je zvýšit zapojení uživatelů, na duševní a fyzické zdraví dětí a dospívajících, včetně těch, kteří se nacházejí ve zranitelném postavení, a aby údaje týkající se tohoto dopadu na zdraví sdílely s nezávislými výzkumnými pracovníky a širokou veřejností způsobem, který je včasný a chrání soukromí.

65. PODPOROVAT a PROPAGOVAT výzkum s cílem lépe dokumentovat a charakterizovat vazby mezi duševním zdravím a digitálními technologiemi a možné škodlivé účinky těchto technologií.
66. USNADŇOVAT odpovídající finanční podporu s cílem zajistit udržitelnou podporu výzkumu i opatření založených na důkazech v této oblasti.
67. USNADŇOVAT účelné a účinné využívání programů financování, jako je Nástroj pro technickou podporu, Evropský sociální fond plus, program EU pro zdraví, program Digitální Evropa a program Horizont Evropa. Program Erasmus+ může rovněž podporovat digitální vzdělávání a rozvoj digitálních dovedností všech účastníků vzdělávání, včetně mediální a digitální gramotnosti, s cílem podpořit jejich digitální začlenění a posílení jejich postavení.

68. **PROVÁDĚLY** pravidelné přezkumy a **PODPOROVALY** používání pokynů pro digitální vzdělávání (tj. pokynů pro učitele a pedagogy na podporu mediální a digitální gramotnosti a boje proti dezinformacím prostřednictvím vzdělávání a odborné přípravy a etických pokynů pro pedagogy týkajících se využívání AI a dat ve výuce a učení) a pro pohodu a duševní zdraví (tj. pokynů pro tvůrce politik a pedagogy na podporu pohody a duševního zdraví ve školách) a podporovat používání těchto pokynů na vnitrostátní úrovni ke zvýšení povědomí o různých aspektech souvisejících s digitálním vzděláváním a kvalitou života, jako je digitální odolnost a digitální občanství⁸¹.

VYZÝVÁ EVROPSKOU KOMISI, ABY:

69. **POKRAČOVALA** v provádění a prosazování komplexního přístupu k duševnímu zdraví nastíněného ve sdělení Komise o komplexním přístupu k duševnímu zdraví, včetně opatření a stěžejních iniciativ zaměřených na prevenci problémů v oblasti duševního zdraví a opatření a iniciativ zaměřených na vytvoření bezpečnějšího a zdravějšího digitálního prostoru pro děti a dospívající².

⁸¹ Tento bod odkazuje na pokyny zveřejněné v roce 2022 – opatření 6 a 7 plánu digitálního vzdělávání (2021–2027). Řečené pokyny jsou v současné době revidovány. Další informace viz <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/cs/TXT/?uri=CELEX%3A52020DC0624>.

70. ZAJISTILA, aby při provádění nařízení o digitálních službách a dalších příslušných právních předpisů bylo i nadále upřednostňováno duševní zdraví a pohoda dětí a dospívajících, a aby urychleně VYPRACOVALA pokyny stanovené v článku 28 nařízení o digitálních službách, v nichž zdůrazní, že je třeba, aby se poskytovatelé služeb on-line platformem zdrželi záměrně návykových návrhů zaměřených na děti, aby prosazovali postupy tvorby návrhů odpovídající věku a přijali přesná, spolehlivá a účinná řešení pro ověřování věku chránící soukromí v případech, kdy je to vhodné, přiměřené a použitelné.
71. ZOHLEDNILA duševní zdraví a pohodu dětí a dospívajících v nadcházejícím hodnocení a případném přezkumu směrnice o audiovizuálních mediálních službách.
72. POKRAČOVALA v provádění Strategie pro lepší internet pro děti (BIK+) a zajistila rovnováhu mezi ochranou dětí a mladých lidí na internetu a posilováním jejich postavení.
73. POKRAČOVALA v provádění akčního plánu digitálního vzdělávání (2021–2027) s cílem zajistit, aby se mladí lidé mohli na internetu informovaně a bezpečně rozhodovat a aby disponovali digitálními dovednostmi a kompetencemi, díky nimž budou moci používat digitální technologie odpovědným, kritickým a sebevědomým způsobem.

74. PODPOROVALA i nadále provádění doporučení Rady o cestách ke školnímu úspěchu⁸²,⁸² sdílením účinných postupů, pokynů a praktických nástrojů, které školám a pedagogům pomohou prosazovat pohodu a duševní zdraví v souladu s celosystémovým celoškolním přístupem k pohodě a duševnímu zdraví⁸³. To zahrnuje úsilí v oblasti prevence a zvyšování povědomí s plným využitím unijních nástrojů pro spolupráci, on-line platform a vzdělávacích komunit, jako je Evropská platforma pro školní vzdělávání, včetně eTwinningu⁸⁴.
75. KONZULTOVALA s členskými státy celounijní šetření dopadu sociálních médií a nadměrného času stráveného u obrazovky na duševní zdraví a pohodu s cílem dosáhnout pozitivního, kreativního a vyváženého využívání digitálních technologií⁸⁵.

⁸² Doporučení Rady ze dne 28. listopadu 2022 o cestách ke školnímu úspěchu a o nahrazení doporučení Rady ze dne 28. června 2011 o politikách snížení míry předčasného ukončování školní docházky (Text s významem pro EHP) 2022/C 469/01, ST/14981/2022/INIT, Úř. věst. C 469, 9.12.2022, s. 1, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32022H1209%2801%29>.

⁸³ Evropská komise, Evropský prostor vzdělávání – školní vzdělávání, „Bezpečné a zdravé prostředí na školách“, 7. října 2024, navštíveno dne 20. května 2025, <https://education.ec.europa.eu/cs/education-levels/school-education/wellbeing-at-school>.

⁸⁴ Evropská platforma školního vzdělávání je místem setkávání pro komunitu školního vzdělávání – zaměstnance škol, výzkumné pracovníky a tvůrce politik – pro sdílení zpráv, rozhovorů, publikací, příkladů praxe, kurzů a partnerů pro jejich projekty Erasmus+. Jeho oblast eTwinningu je věnována projektům eTwinerů a jejich aktivitám. Další informace viz: <https://school-education.ec.europa.eu/cs>.

⁸⁵ Existuje stále více vědeckých důkazů, které poukazují na nutnost zásahů za účelem kontroly používání obrazovek u dětí a dospívajících. Více informací viz: Qi, J., Yan, Y. & Yin, H., „Screen time among school-aged children of age 6–14: a systematic review“ (Čas strávený školáky ve věku 6–14 let u obrazovek: systematický přehled), Global Health Research and Policy, sv. 8, č. 12 (2023), <https://doi.org/10.1186/s41256-023-00297-z>; Muppalla S.K., Vuppapapati S., Reddy Pulliahgaru A., Sreenivasulu H., „Effects of Excessive Screen Time on Child Development: An Updated Review and Strategies for Management“ (Dopady nadměrného množství času stráveného u obrazovek na vývoj dětí: aktualizovaný přehled a strategie pro řešení), Cureus, 18. čer 2023, sv. 15(6), <https://www.cureus.com/articles/162175-effects-of-excessive-screen-time-on-child-development-an-updated-review-and-strategies-for-management#!/>.

76. SHROMAŽĎOVALA údaje a znalosti prostřednictvím celounijního šetření dopadu sociálních médií a nadměrného množství času stráveného u obrazovky na duševní zdraví a pohodu a na základě získaných výsledků ZVÁŽILA opatření, jako je vypracování akčního plánu nebo jiného vhodného dokumentu, který určí a bude řešit výzvy a rizika, jakož i nastíní strategie prevence, vzdělávání a podpory s cílem zavést pozitivní, kreativní a vyvážené využívání digitálních technologií a předcházet nepříznivému dopadu digitálních technologií na duševní zdraví dětí a dospívajících a zmírňovat jej⁸⁶.
77. VZALA V ÚVAHU rozměr duševního zdraví, včetně preventivních opatření, nediskriminace, účinných záruk, podávání zpráv a komplexní podpory, při vypracovávání připravovaného akčního plánu proti kybernetické šikaně.
78. VYPRACOVALA pokyny založené na důkazech, a to na základě výsledků celounijního šetření dopadu sociálních médií a nadměrného množství času stráveného u obrazovek na duševní zdraví a pohodu⁸⁷, pro tvůrce politik, pedagogy, pečovatele a rodiče, pokud jde o význam digitální hygieny, jakož i účinné a odpovědné strategie řízení času stráveného u obrazovek (tj. pravidla týkající se času stráveného u obrazovek a druhu prohlíženého obsahu, období bez obrazovky, alternativní činnosti ke snížení závislosti na digitálních technologiích)⁴⁰ a doporučení pro používání obrazovek a sociálních sítí pro konkrétní věk.

⁸⁶ Tento akční plán doplní připravovaný akční plán proti kyberšikaně. Více informací viz: U. Von Der Leyen – kandidátka na funkci předsedkyně Evropské komise, European's Choice – „Policy Guidelines for The Next European Commission 2024–2029“ (Politické směry pro nastupující Evropskou komisi v období 2024–2029) Štrasburk, 18.7.2024, https://commission.europa.eu/document/download/e6cd4328-673c-4e7a-8683-f63ffb2cf648_en?filename=Political%20Guidelines%202024-2029_EN.pdf.

⁸⁷ Pověřovací dopis předsedkyně Evropské komise Ursuly Von Der Leyenové adresovaný kandidátovi na komisaře pro mezigenerační spravedlnost, mládež, kulturu a sport Glennu Micallefovi, Brusel 17. září 2024, https://commission.europa.eu/document/download/c8b8682b-ca47-461b-bc95-c98195919eb0_en?filename=Mission%20letter%20-%20MICALLEF.pdf. Pověřovací dopis předsedkyně Evropské komise Ursuly Von Der Leyenové adresovaný kandidátovi na komisaře pro zdraví a dobré životní podmínky zvířat Olivéru Várhelyimu, Brusel 17. září 2024, https://commission.europa.eu/document/download/b1817a1b-e62e-4949-bbb8-ebf29b54c8bd_en?filename=Mission%20letter%20-%20VARHELYI.pdf.

79. ZAJISTILA, aby evropské a vnitrostátní právní předpisy společně účinně fungovaly s cílem předcházet nekalým a škodlivým obchodním praktikám v on-line prostředí a účinně prosazovat stávající úpravu.
80. ZAJSTILA aktivní a smysluplnou účast dětí a mladých lidí v celé Evropě na rozvoji politik, opatření a řešení EU zaměřených na posílení jejich postavení na internetu a snížení negativního dopadu digitálních technologií na duševní zdraví dětí a dospívajících⁸⁸.
81. ZVYŠOVALA POVĚDOMÍ v rámci Evropské unie, pokud jde o možné nepříznivé důsledky poskytování přístupu k digitálním technologiím dětem a dospívajícím v rané fázi bez řádného dohledu, pokynů nebo omezení.
82. PODPOROVALA výzkum a vývoj služeb v oblasti duševního zdraví přizpůsobených digitálnímu věku pomocí zdrojů, linek pomoci a on-line poradenství⁸⁹.
83. SLEDOVALA a VYMÁHALA dodržování stávajících předpisů o ochraně dětí a dospívajících v kyberprostoru ze strany zúčastněných stran z řad digitálních podniků, jejich pokrok v této oblasti a jejich proaktivní postoj a průběžně POSUZOVALA, zda jsou k dispozici správné nástroje k řešení výzev.

⁸⁸ Usnesení Rady Evropské unie a zástupců vlád členských států, zasedajících v Radě, o rámci evropské spolupráce v oblasti mládeže: strategie Evropské unie pro mládež na období let 2019–2027, Úř. věst. C 456, 18.12.2018, https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=oj:JOC_2018_456_R_0001.

⁸⁹ Chen, T., Ou, J., Li, G., Luo, H., „Promoting mental health in children and adolescents through digital technology: a systematic review and meta-analysis“ (Podpora duševního zdraví dětí a dospívajících prostřednictvím digitálních technologií: systematický přehled a metaanalýza), Frontiers In Psychology, 12. března 2024, sv. 15, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1356554>.

84. URČILA příklady dobrého a bezpečného návrhu digitálních technologií, zejména platforem sociálních médií, pokud jde o potřeby a zranitelnost dětí a dospívajících, a VYBÍZELA k iniciativám, které podporují zdravý obsah s cílem čelit negativním dopadům digitálních technologií.
85. ZOHLEDŇOVALA při navrhování politických iniciativ rozmanitost evropské populace s cílem podpořit řádnou ochranu dětí a dospívajících, jejichž duševní zdraví je potenciálně ohroženo.
86. PODPOROVALA výzkum a inovace s cílem získat další vědecké důkazy o tom, jak využívání digitálních technologií ovlivňuje duševní zdraví a pohodu dětí a dospívajících ve stále více digitalizované společnosti, SLEDOVALA a HODNOTILA dopad strategií a iniciativ zaměřených na podporu zdravého a vyváženého využívání digitálních technologií a POSOUDILA možnosti konzistentního financování na podporu výzkumu i opatření založených na důkazech v této oblasti.
-