

# **REGULOVAT, NE ZAKAZOVAT: PROČ PLOŠNÝ ZÁKAZ SOCIÁLNÍCH SÍTÍ DO 15 LET NENÍ ŘEŠENÍM**

**Kamil KOPECKÝ**

Aktuální a velmi emotivní vlna diskusí o zavedení striktního zákazu sociálních sítí pro děti mladší patnácti let, kterou v českém veřejném prostoru v únoru 2026 znovuotevřel Andrej Babiš, představuje v mnoha ohledech „délà vu“. Ačkoliv se může zdát, že jde o zcela nový politický impuls, tato problematika u nás rezonovala již opakovaně, zejména v souvislosti s implementací evropského nařízení GDPR. Právě tehdy se vedly ostré debaty o tom, zda má být věková hranice pro „digitální plnoletost“ stanovena na 13, 15 či 16 let. Česká republika se nakonec v roce 2019 přiklonila k hranici 15 let v rámci § 7 zákona č. 110/2019 Sb., čímž de jure přístup mladších dětí bez souhlasu rodičů omezila. Současný politický apel tedy v podstatě jen obnažuje fakt, že tehdejší legislativní úprava zůstala bez funkčních kontrolních mechanismů pouze formálním textem.

## **Proč se experti neshodnou? Pět klíčových perspektiv**

Při sledování odborné debaty je fascinující sledovat, jak odlišně k tématu přistupují různé skupiny expertů na základě své specializace, praxe a optiky, kterou na dospívající nahlíží. Tyto názory často vycházejí nejen z měřitelných dat, ale také z přímé zkušenosti s prací s dětmi, což zásadně ovlivňuje výsledná doporučení.

---

Profesor **Jiří Horáček**, ředitel Národního ústavu duševního zdraví (NUDZ), vnímá zákonné omezení sociálních sítí pro děti jako **jednoznačně pozitivní a namístě**. Argumentuje tím, že sítě dramaticky mění fungování lidské psychiky a mají na děti často devastující dopady. Zdůrazňuje, že děti na rozdíl od dospělých nemají dostatečné kapacity, aby se agresivním algoritmům bránily, což vyžaduje systémové řešení [[Echo24, 2026](#)].

Naproti tomu klinická a adiktologická optika, kterou reprezentují docentka **Kateřina Lukavská** a adiktoložka **Amalie Neumanová**, vychází z práce s dětmi, u kterých již problém propukl. Volí nekompromisní analogii: sociální sítě jsou pro dětství podobně toxické jako alkohol. Stejně jako dětem nedovolujeme pít kvůli nezralosti jejich organismu, neměli bychom je vystavovat návykovým algoritmům [[iROZHLAS, 2026](#)].

Technologický pohled do diskuse vnáší expert na algoritmy **Josef Holý**, který upozorňuje, že sítě nejsou neutrální nástroje, ale stroje na pozornost. Problémem podle něj není jen věk, ale samotná architektura platforem, která záměrně zneužívá lidské kognitivní slabiny za účelem zisku a udržení uživatele v toxické smyčce [[iROZHLAS, 2026](#)].

Vědecká obec reprezentovaná **profesorem Davidem Šmahelem** a výzkumným týmem [IRTIS \(Masarykova univerzita\)](#), kteří jsou odbornými garanty digitální sekce prestižní mezinárodní studie [HBSC](#), sleduje celou populaci dospívajících, nikoliv jen ty v krizi. Jejich aktuální data ukazují, že problematické užívání sociálních sítí se v České republice týká přibližně **8 % dospívajících**, zatímco naprostá většina dětí využívá sítě k socializaci a budování sociálního kapitálu bez zásadních negativních dopadů na jejich psychickou pohodu. Experti z MUNI proto [důrazně varují](#), že plošný zákaz může nadělat více škody než užitku, neboť by děti připravil o pozitivní aspekty digitálního života a znemožnil by jim získat potřebné kompetence pod bezpečným dohledem.

Tuto debatu uzavírá psychopedagogická perspektiva. Expertka **Michaela Slussareff** varuje před používáním mobilu jako „digitálního dudlíku“ a nabádá k postupné přípravě dítěte [[EDUin, 2026](#)]. Psychoanalytik [Daniel Štrobl doplňuje](#), že bez této přípravy vrhneme patnáctileté do „digitální džungle“ zcela bez

## Mezinárodní zkušenost: Lekce z Austrálie

Při hledání funkčních modelů se často upírá zrak k Austrálii, která v prosinci 2025 schválila historicky nejprísnější zákon zakazující sociální sítě dětem mladším 16 let, respektive zakazuje **provozovatelům**, aby umožnily dětem přístup k sociálním sítím. První měsíce praxe však odhalují zásadní trhliny v restriktivním přístupu. Děti a dospívající totiž na novou bariéru reagují masivním využíváním technologií pro obcházení pravidel, především skrze virtuální privátní sítě (VPN), které jim umožňují maskovat svou polohu a tvářit se jako uživatelé ze zemí bez omezení. Objevují se i případy falšování digitálních dokladů či využívání starších prostředníků k zakládání účtů. Tato lekce jasně ukazuje, že samotný zákaz bez robustního technického řešení vede pouze k tomu, že se děti učí systém obcházet, čímž stát i rodiče definitivně ztrácejí přehled o jejich online aktivitách [[Advokátní deník, 2026](#)].

## E-Bezpečí: Data z výzkumu a zkušenosti z praxe

V rámci projektu **E-Bezpečí** na Univerzitě Palackého v Olomouci pravidelně měříme výskyt rizikového chování a realizujeme rozsáhlý výzkum. Náš aktuální výzkum **Čeští žáci v online světě 2025** ukazuje na alarmující trendy: **online agrese roste**, přičemž nejčastější formou je slovní ubližování (58 %). Zcela novým fenoménem je zneužívání AI k vytváření deep nudes – **7 % žáků potvrdilo, že někdo zneužil AI k vytvoření jejich svlečené fotografie**, a 68 % těchto obětí se stalo terčem vydírání [[E-Bezpečí, 2025](#)].

Data o intimitě online potvrzují, že **sexting se stal běžnou součástí života**: téměř pětina dětí již sdílela svou obnaženou fotografii. V naší poradenské praxi přitom řešíme spíše **konkrétní krizové incidenty**, kterým by se dalo předejít, kdyby fungovala skutečná prevence založená na otevřené komunikaci v trojúhelníku

rodiče–škola–děti. Setkáváme se spíše s dětmi, kterým se v online světě stalo něco konkrétního, než s dětmi primárně závislými [[E-Bezpečí, 2026](#)].



## Hlavní důvody pro a proti plošnému zákazu

Abychom dokázali objektivně zhodnotit dopady případné regulace, je nutné vedle sebe postavit klíčové argumenty, které v současné debatě tvoří základní názorové protipóly a ukazují na hloubku celého problému.

**Zastánci plošného zákazu** opírají svou argumentaci především o

---

nezpochybnitelnou neurobiologickou a psychologickou zranitelnost dětí. Podle expertů, jako jsou profesor Jiří Horáček či docentka Kateřina Lukavská, představují sociální sítě prostředí, které je pro nezralý mozek srovnatelné rizikové jako alkohol nebo hazardní hry. Algoritmy platforem jsou totiž cíleně designovány k vyvolávání dopaminových smyček, kterým se dospívající bez plně vyvinutých seberegulačních mechanismů nedokážou účinně bránit. Vládní zmocněnkyně Klára Šimáčková Laurenčíková v této souvislosti upozorňuje na devastující vliv sítí na duševní zdraví, zejména skrze normalizaci násilí a šíření nereálných standardů krásy. Zákaz je v tomto pojetí vnímán jako nezbytný „ochranný val“, který má dětem zajistit bezpečný prostor pro zdravý vývoj.

**Na druhé straně odpůrci plošného zákazu**, mezi které se řadím i já spolu s experty z týmu IRTIS či představiteli Pirátské strany, varují před iluzí bezpečí, kterou taková restrikce vytváří. Hlavním protiargumentem je naprostá technická nevymahatelnost, kdy zkušenosti z jiných zemí (např. Austrálie) jasně ukazují, že děti pravidla masivně obcházejí pomocí VPN či falešných identit. Tím se však paradoxně dostávají do ještě nebezpečnějšího „digitálního podzemí“, kde nad nimi rodiče i stát ztrácejí jakoukoli kontrolu. Profesor David Šmahel navíc připomíná, že pro naprostou většinu dospívajících jsou sítě klíčovým nástrojem socializace. Z psychopedagogického hlediska pak Daniel Štrobl zdůrazňuje riziko naprosté nepřipravenosti; pokud dítě zcela izolujeme, v patnácti letech ho vrhneme do džungle, na kterou nemá vypěstovanou žádnou obranyschopnost.

## Regulovat, ne zakazovat

Osobně se kloním k názoru, že **řešením není prohibice, nýbrž chytrá regulace**. Zákaz, jak jsem uvedl pro [Olomoucký deník](#), je pouze politicky líbivé gesto. Musíme se zaměřit na **vymáhání Aktu o digitálních službách (DSA)** a přinutit technologické giganty k úpravě jejich algoritmických modelů tak, aby přestaly být toxické.

Považuji za zásadní, abychom sociální sítě nepovažovali za **prostředí, která nelze změnit**. Naším cílem musí být jejich transformace ve funkční a bezpečný prostor prostřednictvím tlaku na designéry platforem. Hlavním pilířem musí zůstat prevence.

---

Musíme vybavit děti i jejich rodiče schopností kriticky vyhodnocovat obsah a rozpoznávat manipulaci dříve, než napáchá škody. Skutečná ochrana dětí leží v kombinaci funkčních technických bariér pro ověřování věku, odpovědnosti platform a trpělivé edukaci, která dětem umožní v on-line světě bezpečně „plavat“ dříve, než do něj budou muset v patnácti letech skočit naplno.

prof. Mgr. Kamil Kopecký, Ph.D.  
Univerzita Palackého v Olomouci

## Použité zdroje:

### Výzkumná data a vědecké studie

- **E-Bezpečí (2025):** [Agrese dětí online roste. Výzkum na českých školách odhaluje i další klíčové trendy v online světě](#)
- **E-Bezpečí (2026):** [Čeští žáci a intimita online: sexting je běžný, bezpečná komunikace s dospělými chybí](#)
- **HBSC Czechia (2022):** [Projekt HBSC \(CZ\) | Sociální sítě a gaming \(výstup k datům HBSC\)](#)
- **IRTIS MUNI (2026):** [Odborníci zákaz sociálních sítí do 15 let nedoporučují: Jeho dopady jsou zatím nejasné](#)

### Expertní pohledy a mediální výstupy

- **Echo24 (2026):** [Sociální sítě mají na děti devastující dopady, jejich omezení je namístě, říká šéf NUDZ Horáček](#)
- **Olomoucký deník (2026):** [Zákaz sociálních sítí pro děti? Olomoucký expert Kamil Kopecký varuje před prohibicí](#)
- **iROZHLAS (2026):** [Zakazovat dětem do 15 let sociální sítě? Pít alkohol jim také nedovolujeme, říká analytik Holý](#)
- **Forbes Česko (2026):** [Sítě likvidují dětskou psychiku a normalizují násilí, říká Šimáčková Laurenčíková](#)
- **Seznam Zprávy (2026):** [V 15 letech je vrhnou do džungle. Psychoanalytik Daniel Štrobl o zákazu sociálních sítí](#)
- **EDUin (2026):** [Digitální dudlík: Když dítěti dávám ke konzumaci obsah, kterému nerozumí, zakládám na komplexní problém](#)
- **Advokátní deník (2026):** [Další země debatují o zákazu sociálních sítí pro děti: Lekce z Austrálie a VPN](#)

---

## Politický kontext a legislativa

- **ČT24 (2026):** [Babiš by byl pro zákaz používání sociálních sítí u dětí mladších patnácti let](#)
- **iROZHLAS (2026):** [Pavel podpořil zákaz sociálních sítí pro děti. Mohou prý zkreslovat realitu](#)
- **Pirátská strana (2026):** [Zákaz sociálních sítí pro děti do 15 let je politicky líbivý, ale neřeší podstatu problému](#)
- **Zákony pro lidi:** [Zákon č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů \(§ 7\)](#)