Informačný list predmetu

Akademický rok 2026/2027

Vysoká škola	Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave
Fakulta	FMK UCM
Kód predmetu	KMEDV/26mdDIZO17/26
Názov predmetu	psychologické aspekty digitálnej komunikácie
Rozsah	2S
Počet kreditov	2
Vyučujúci	PhDr. Vladimíra Hladíková, PhD., MBA (prednášajúci)

Podmienky na absolvovanie predmetu

Úspešné absolvovanie predmetu podmieňuje:
1. Pravidelná účasť na výučbe, povolené sú maximálne 2 absencie (t. j. max. 4 vyučovacie hodiny) bez udania dôvodu. V prípade individuálneho študijného plánu je nutná minimálne 50 % účasť na prednáškach /seminároch (pozri Študijný poriadok UCM, § 13) a riadne odovzdanie praktického výstupu. Absencie nad rámec povoleného množstva sú zdôvodňované a ospravedlňované individuálne, avšak do úvahy sa berú len relevantné dôvody a nepredvídateľné závažné okolnosti. V prípade väčšieho počtu absencií (3 – 4 absencie) je potrebné predložiť kópiu lekárskej dokumentácie, ktorá svedčí o závažnejšej povahe zdravotných problémov študenta alebo iný dokument obsahujúci relevantné dôvody neúčasti študenta na prednáškach. Ospravedlnenia sa predkladajú výhradne v písomnej forme (e-mailom). V prípade vymeškania viac ako polovice prednášok nie je možné tento predmet ukončiť. Povinnosťou študentov je nielen zúčastniť sa na výučbe, ale aj aktívne reagovať, zapájať sa do diskusie k vybraným témam predmetu a participovať na interaktívnej časti výučby.
2. Aktívna účasť na seminárnych aktivitách – diskusie, práca s prípadovými štúdiami, reflexívne a praktické cvičenia zamerané na psychologické aspekty digitálnej komunikácie.
3. Vypracovanie reflexívneho portfólia a záverečného seminárneho mini-projektu.
Študent môže počas semestra získať 100 bodov, ktoré tvoria 100 % hodnotenia:
- Reflexívne portfólio: 40%
- Záverečná prezentácia a obhajoba mini-projektu: 60%
Pre úspešné absolvovanie predmetu musí študent získať minimálne 56% bodov.
Záverečná hodnotiaca stupnica (v percentách):
A 1,0 výborne – vynikajúce výsledky len s minimálnymi chybami ‹92-100 %›,
B 1,5 veľmi dobre – nadpriemerné výsledky s menšími chybami ‹83-91 %›,
C 2,0 dobre – vcelku dobré, priemerné výsledky ‹74-82 %›,
D 2,5 uspokojivo – dobré výsledky, ale vyskytujú sa významné chyby ‹65-73 %›,
E 3,0 dostatočne – výsledky vyhovujú minimálnym kritériám ‹56-64 %›,
FX 4,0 nedostatočne – absolvovanie predmetu si vyžaduje vynaložiť ešte značné úsilie a množstvo práce zo strany študenta ‹0-55 %›.

Výsledky vzdelávania

Študent po absolvovaní predmetu nadobudne tieto vedomosti, zručnosti a kompetencie:
Vedomosti:
- pozná základné psychologické aspekty digitálnej komunikácie a správania v online prostredí,

- rozumie fungovaniu ekonomiky pozornosti a jej vplyvu na koncentráciu, emócie a rozhodovanie používateľov,
- pozná psychologické mechanizmy sebaprezentácie, sociálneho porovnávania, digitálneho sebavnímania a špecifiká online identity,
- rozumie základným prejavom rizikového správania v digitálnom prostredí, vrátane nadmerného používania internetu,
- rozumie vplyvu digitálneho prostredia na medziľudské vzťahy, dôveru a autenticitu komunikácie,
- pozná psychologické prejavy technologickej interferencie, digitálneho preťaženia a digitálneho stresu,
- rozumie psychologickým súvislostiam prokrastinácie a multitaskingu v digitálnom prostredí,
- pozná psychologické aspekty digitálnych závislostí, vrátane netholizmu, online gamblingu a iných foriem problematického online správania a rozumie ich psychologickým mechanizmom,
- pozná psychologické dôsledky anonymity a online disinhibície v digitálnej komunikácii,
- rozumie princípom digitálneho well-beingu, psychohygieny a sebaregulácie.

Zručnosti:
- analyzovať bežné prejavy digitálneho správania zo psychologického hľadiska,
- identifikovať faktory ovplyvňujúce pozornosť, emócie a správanie v online prostredí,
- reflektovať vlastné digitálne návyky a ich dopad na každodenné fungovanie,
- aplikovať základné psychologické poznatky na konkrétne príklady digitálnej komunikácie z praxe,
- identifikovať rizikové a závislostné vzorce digitálneho správania u jednotlivcov a skupín,
- analyzovať konkrétne prípady online správania spojené s anonymitou, disinhibíciou a oslabením sociálnych noriem,
- aplikovať psychologické poznatky pri návrhu jednoduchých preventívnych alebo edukačných opatrení,
- pracovať s prípadmi z praxe a formulovať odporúčania pre zodpovedné digitálne správanie.

Kompetencie:
- uvedomelo a zodpovedne pristupovať k digitálnej komunikácii,
- posudzovať psychologické dopady digitálneho prostredia na jednotlivca aj skupiny,
- rozvíjať základné predpoklady digitálnej rovnováhy a prevencie rizikového digitálneho správania,
- integrovať poznatky o digitálnej komunikácii do základnej mediálnej, pedagogickej alebo poradenskej praxe,
- podporovať uvedomelý a zodpovedný prístup k digitálnym technológiám,
- reflektovať psychologické dopady digitálnej komunikácie na správanie, vzťahy a sebavnímanie,
- uplatňovať princípy digitálnej rovnováhy a psychohygieny v osobnom aj profesijnom kontexte.

Stručná osnova predmetu

1. Teoretický rámec a reflexia problematiky:
Psychologické aspekty digitálnej komunikácie ako súčasť každodenného života.
Ekonomika pozornosti a mechanizmy upútavania pozornosti v digitálnom prostredí.
Emócie v online komunikácii a ich šírenie v digitálnych médiách.
Sebaprezentácia, sociálne porovnávanie a digitálna identita.
Návykové prvky digitálnych platforiem a úvod do problematiky digitálnych závislostí.
Vzťahy, dôvera a autenticita v digitálnej komunikácii.
Technologická interferencia, digitálne preťaženie a digitálny stres.
Prokrastinácia, multitasking a psychológia výkonu v digitálnom prostredí.
Digitálne závislosti – netholizmus, online gambling, problematické používanie digitálnych technológií a základné neuropsychologické mechanizmy rizikového správania.
Anonymita, online disinhibícia a oslabenie sociálnych noriem v digitálnej komunikácii.
Digitálny well-being, psychohygiena a sebaregulácia.
Psychologické aspekty umelej inteligencie v digitálnej komunikácii.

2. Aplikačný rozmer:

analýza vybraných príkladov digitálnej komunikácie v rôznych online prostrediach,
reflexia vlastných digitálnych návykov a správania v online prostredí,
identifikácia psychologických mechanizmov pozornosti, emócií, sebaprezentácie a sociálneho porovnávania v konkrétnych prípadoch digitálnej komunikácie,
diskusie o psychologických dôsledkoch digitálneho prostredia na sebavnímanie, medziľudské vzťahy a každodenné fungovanie,
tvorba jednoduchých aplikačných výstupov (napr. edukačný leták, infografika, krátky komunikačný formát alebo návrh preventívneho odporúčania),
analýza konkrétnych prejavov rizikového digitálneho správania v online prostredí,
práca s prípadovými štúdiami z oblasti technologickej interferencie, závislostí a anonymnej komunikácie,
identifikácia psychologických mechanizmov stojacich za rizikovým správaním v digitálnom prostredí,
diskusie o psychologických, sociálnych a etických dôsledkoch rizikových foriem digitálnej komunikácie,
tvorba aplikačných a preventívnych výstupov (napr. návrh edukačnej kampane, vzdelávací workshop, odporúčací manuál alebo preventívny komunikačný formát pre vybranú cieľovú skupinu).

Odporúčaná literatúra

Alwuqaysi, B. (2025). A systematic review and meta-analysis of social media's influence on mental health, family functioning, and visual content. Social Sciences & Humanities Open, 12, čl. 101793. https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2025.101793
Hari, J. (2023). Ukradnutá pozornosť. NOXI.
Hladíková, V., & Madleňák, A. (2023). Kybernetické šikanovanie a mediálna gramotnosť. Leges.
Holdoš, J. (2022). Vybrané diagnostické postupy pri zisťovaní závislostí od internetu. Verbum.
Stránský, M. J. (2024). Vzestup a pád lidské mysli. Improovio.
Šalmon, T. (2021). (Ne)bezpečný internet. Lindeni.
Alblwi, A., McAlaney, J., Al Thani, D. A. S., Phalp, K., & Ali, R. (2021). Procrastination on social media: Predictors of types, triggers and acceptance of countermeasures. Social Network Analysis and Mining, 11, čl. 19. https://doi.org/10.1007/s13278-021-00727-1
Blake, T. (2025). From Distraction to Discipline: Harness Self-Control and Focus to Reach Success. Authentic Publishing.
Hladíková, V. (2025). Vzdelávanie v digitálnej ére a jeho limity. Wolters Kluwer.
Jarmar, K. J., & Hlaváček, V. (2024). Svět levného dopaminu. Mimochodem.
Velzeboer, P. (2025). Digital Wellbeing: Recharge Your Focus and Reboot Your Life. Kogan Page.