

Jaká byla hlavní sdělení/myšlenky shlédnutého filmu a videa? Zkuste to prosím vyjádřit přesně.	2. O co se hlavní sdělení/myšlenky opíraly? O jaké konkrétní argumenty, důkazy?	3. Byla podle Vás některá hlavní sdělení/myšlenky nepodložená? Uvedte prosím jaká, a vysvětlete.	4. Co z toho filmu a videa podle Vás vyplývá? Pro Vás osobně? Pro společnost?
<p>Uživatelé sociálních sítí jsou jako bezbranné nahé slepé zdrogované děti; proti nim stojí neustále se učící a sebezdokonalující umělá inteligence, která nemá žádný morální základ, nechápe pojem dobra a zla - zná jen efektivitu. UI vydělává peníze na uživatelích, kteří o tom kolikrát ani nevědí a žijí s blahým pocitem, že oni jsou ti páni, kterým slouží. Jedná se o úplně nový trh: prodává se serotonin, platidlem je naše pozornost a osobní data.</p>	<p>Většina sdělení byla podložena vlastními zkušenostmi. Vypovídali lidé, kteří pomáhali vyvíjet sociální platformy a vymýšlet jak nejlépe udržet uživatele u obrazovky, nebo odborníci z oborů biologie, sociologie a psychologie. Nejpřesvědčivější argument pro mne zazněl ve videu Tristana Harrise, kdy citoval sociobiologa I. O. Wilsona: „Základní problém lidstva je ten, že máme prastaré paleolitické emoce, středověké instituce a božské technologie.“</p>	<p>Jsem člověk důvěřivý až naivní, a mám tendence přijímat informace nekriticky. Naštěstí to o sobě vím, a tak každou z podobných "breaking news", o které bych nejraději hned řekla celému světu, nejprve přednesu mému okruhu přátel, se kterými debatujeme takto o věcech běžně. Věřím jim, jelikož jsou to lidé vysoce inteligentní, a spadají do různých oborů a okruhů, plodnou debatou vždy dojdeme k nejpravděpodobnějšímu výsledku. Video i dokument jsem tedy zhlédla a až zpětně si uvědomuji že jsem opět vše přijímala tak, jak to bylo podáno. Podívám se na to ještě jednou, ve snaze zaměřit se na něco, co mi přijde nepodložené, po prvním shlédnutí mi nepřijde že by bylo řečeno něco "za vlasů přitaženého".</p>	<p>Osobně užívám jen FB, Telegram, Google, YT a Seznam. Věděla jsem že tyto "služby" jsou pro mě "zadarmo", těžší z plátců reklam. Nové informace pro mě byly např. že se nabídky reklam zdokonalují a je čím dál těžší jim tedy odolávat (tedy, oni netuší, že jsem na to imunní, z duše nesnáším objednávat si cokoliv na internetu, myslím ale, že jsem dost výjimka). Zvědomila jsem si nebezpečí, které z toho plyne pro mě i pro mé blízké a rozhodně mě čeká rozmluva se sestrou a synovcem... My všichni jsme oběti, ale lidem v mém dosahu se budu snažit osvětlit, že nemůžou spoléhat na to, že to s nimi jejich počítač/telefon myslí dobře. Protože tahle tendence tu je.</p>
<p>Asymetrie mezi lidskou myslí a moderními technologiemi je neudržitelná a má destruktivní dopady na duševní zdraví jedince, převážně dětí, ale i dospělých (úzkostné stavy, deprese, závislost, apatie, návykovost stejně jako u hracích automatů, roztržitost, zkreslené vnímání vlastní hodnoty) i na celou společnost (šíření konspiračních teorií, polarizace a radikalizace společnosti, ovlivňování voleb).</p>	<p>O přímou zkušenost vývojářů technologií, algoritmů, kteří se na tvorbě nástrojů, na jejichž nebezpečnost teď upozorňují, sami podíleli. Informace o tom, že došlo k nárůstu psychických onemocnění od rozmachu sociálních sítí a s rozvojem moderních technologií.</p>	<p>Žádné zásadní si nevybavuji</p>	<p>Musíme si uvědomovat, co se na sociálních sítích děje za oponou. Na základě neustálého měření a sběru veškerých dat se vytváří náš dokonalý model, který dokáže za pomoci algoritmů lépe než my předvídat naše budoucí kroky a manipulovat námi.</p> <p>Pro mě osobně, ještě více omezovat čas na soc. sítích a nemyslet si, že když si na nich čtu zprávy a komentáře/glosy lidí, které mě inspirují, tak je to v pohodě zabřednout tam klidně na půl hodiny, protože není. Každý čas trávený tímto způsobem jen poskytuje víc dat o mě a snaží se ovládnout moji pozornost a udržet mě přilepenou na obrazovce čím dál více času. Nechci být zombie.</p> <p>Pro společnost - bude čím dál těžší porozumět si s lidmi mimo sociální bublinu, protože dochází k těžké polarizaci v důsledku toho, že každý má k dispozici svá fakta a svou pravdu, což je obrovská bariéra a problém. Už delší dobu mám obavy z vypuknutí občanské války, po zhlédnutí dokumentu je ještě silnější. Shoda na pravdě či základních problémech lidstva, které je nutno řešit, je zásadní. Vzhledem k výše zmíněnému se její dosažení stává čím dál větším sci-fi. "Přijímáme realitu, která je nám předkládána".</p>

<p>Pre mňa bolo hlavnou myšlienkou filmu aj videa to, že naša pozornosť je produktom, doslova komoditou v rukách korporácii a vlastne aj vlády. Tí si našu pozornosť kupujú a manipulujú ňou, či už s našim povšimnutím, ale často aj bez neho. Taktiež to, že sociálne siete sú navrhnuté, naprogramované tak, aby boli návykové a i keď sa zdá, že sú našim úslužným nástrojom, tak oni len (ne)trpezlivo čakajú na svoje použitie.</p>	<p>Celý film bol predovšetkým postavený na osobných skúsenostiach, zážitkoch a pocitoch bývalých zamestnancov, technologov z firiem Google, Facebook, Instagram, Pinterest, Mozilla, Twitter etc. Zazneli tam aj hlasy aktivistov, výskumníkov, etického dizajnéra, profesorov, investorov, psychologov. Argumenty sa opierali napríklad o štatistiky z Center for Disease Control and Prevention, konkrétne napríklad štatistika sebapoškodzovania dievčat vo veku od 10-19 rokov. Na grafe bolo ukázané, že po roku 2009 začala miera sebapoškodzovania v US stúpať, u starších dievčat bol nárast až o 62%, u mladších dievčat to bolo viac ako trojnásobne, pričom pred týmto rokom bola štatistika pomerne stabilná. Keď hovorili o raste technológii, tak použili štatistiku z NVIDIA, čo je americká IT firma.</p>	<p>Na jednej strane oceňujem, že použili toľko respondentov (protagonistov) z rôznych firiem a oblastí, od zamestnancov cez riaditeľov, vynálezcov, čo dodáva váhu ich názorom, ale keďže takmer všetci v týchto firmách pracovali, tak to považujem za dosť jednostranné a chýbal mi pohľad z druhej strany, napríklad nejaké argumenty v čom nám sociálne siete pomáhajú etc. Rozumiem že film mal apelatívny charakter, tak preto doň boli vybrané sugestívne štatistiky a názory vystupujúcich. Ako príklad nepodloženého a sugestívneho tvrdenia použijem výrok viceprezidenta rastu z Facebooku Chamatha Palihapitiya, ktorý povedal: „Naše životy sa točia okolo viditeľnej dokonalosti. Pretože nás odmeňujú krátkodobé signály, srdiečka, lajky, palce nahor. Spájame si to s hodnotou a pravdou. V skutočnosti je to len krehká popularita, ktorá je krátkodobá a ktorý vás zanechá, priznajte si to, s ešte prázdnejším pocitom než predtým.“ Týmto nepodloženým výrokom nás doslova núti sa proznať k niečomu, čo môže byť pre niekoho cudzie a vôbec to tak necítiť. Je možné, že stavia na osobnej skúsenosti, ale mne sa osobne toto sugestívne podsúvanie nepáčilo.</p>	<p>Ja osobne považujem za dôležité uvedomiť si, že moja pozornosť je nástrojom, ktorú niekto využíva, občas môže až zneužívať. Spoločne s tým, že viem, že sociálne siete sú nastavené tak, aby boli „addictive“, tak už len uvedomenie si týchto skutočností mi pomôže kontrolovať moje správanie na sociálnych sieťach. Nehovorím, že aj ja sa niekedy nedostanem do víru instagramových postov a reelsov, ale táto vedomosť mi môže slúžiť ako súčasť svedomia, respektíve ako výstražná kontrolka na to, kedy je čas prestať. A čo sa týka posolstva pre spoločnosť ako celok, tak z filmu si môžeme odniesť asi to, že naozaj potrebujeme systémové regulácie. Páčila sa mi celkom myšlienka zdaňovania dát, ktoré by sa tým stali menej dostupnými pre korporáty a spoločnosti, ktoré ich často vedia zneužívať. V neposlednom rade by som apelovala na rodičov, aby dávali pozor na deti, ktoré sú asi najzraniteľnejšou skupinou užívateľov sociálnych detí, žiaľ, často už vo veľmi mladom veku.</p>
<p>Hlavní myšlenkou bylo poukázat na to, že sociální média mají na lidi a společnost obrovský vliv a prostřednictvím psychologických znalostí jsou tvořeny tak, aby co nejvíce lidi zaujali a ty na nich trávili co nejvíce možného času, což generuje zisk.</p>	<p>Z velké části se opíraly o psychologické výzkumy, výpovědi bývalých zaměstnanců a byla snaha vysvětlit některé aktuální události prizmatem vlivu sociálních médií.</p>	<p>Některé politické události jako například vítězství Trumpa, Brexit, vzestup alt-right atd. jsou často hrozně zjednodušeně ukazovány jako vítězství fake news, dezinformací šířených přes sociální média a až někdy člověku připadá (ne nutně jen v tomto filmu), že se někdo snaží dělat argument, že kdyby nebyly sociální média tak žijeme v nějaké informované demokratické utopii, přitom minulost jasně ukazuje, že to není pravda. Z politického hlediska je též často zmíněna možnost tvorby “echo chambers”, kde se nejenom kvůli algoritmům ve skupinách sdružují lidé se stejnými názory. Ovšem existují i výzkumy, které naopak ukazují, že přes sociální média má průměrný člověk mnohem více pestrou sadu informací a známostí, než by měl naživo.</p>	<p>Z filmu vyplývá, že sociální média mají na naši společnost obří vliv a kvůli obtížnosti regulace se jejich vliv nejspíše v nejbližší době nesníží. Firmy, které najímají nejšikovnější lidi světa a jsou na naprostém popředí výzkumů společnosti a lidské psychiky tak dále budou moct dělat produkty, které jsou přímo dělány tak, abychom se na nich stali závislí. Tato závislost může mít silně negativní důsledky pro mentální zdraví.</p>

<p>Sociální sítě jsou pozornostní pasti, které lidem nabízejí druh zábavy, na který nejsou evolučně připravení, což u nich vede v podstatě k závislosti, nutí je projíždět znovu a znovu sociální sítě, protože tam vždy mohou objevit něco nového. Aby lidi v neustálé kontrole sociálních sítí a co nejdelšímu trávení času na nich podporovaly, uzpůsobují společnosti obsah, který se jedincům zobrazuje na základě dat, které o nich mají díky sledování jejich akcí na internetu. Díky tomu mohou předvídat chování jedinců a konkrétním lidem nabízet obsahy, které jsou pro ně zajímavé a atraktivní, a udrží tak déle jejich zájem. To vše kapitalistické společnosti dělají kvůli reklamám, které také přizpůsobují preferencím jednotlivců a v důsledku toho mají větší šanci na zisk z reklam, protože je větší šance, že na ně lidé kliknou. Tato snaha udržet jedincovu pozornost pomocí podsouvání atraktivních obsahů může mít vliv na formování osobnosti a například polarizaci názorů jedinců, protože extrémní a konspirační obsahy mají vysokou „klikací atraktivitu.“ Dalším nebezpečným produktem jsou například narcismus a mentální problémy způsobené srovnáváním s životy ostatních na základě sociálních sítí.</p>	<p>Nárůst mentálních problémů u mladých (dívků za posledních 8 let o 170%) s tím, jak se sociální sítě rozšířily – sociální média byla označena za primární důvod. To, s jakou přesností dokážou počítače předpovídat informace o uživateli na základě jeho internetové aktivity (zřejmě z nějakých výzkumů). Studie: bylo zjištěno, že extrémní názory získávají na sociálních sítích větší pozornost. Množství agresivních výrazů ve vyhledávačích.</p>	<p>Připadalo mi to chvílemi poněkud přehnané (zlovolné jednání avatarů AI, jásajícími nad nabíhajícími dolary za reklamu ...). Taky jsem při sledování dokumentu pozorovala spoustu manipulačních technik, které se mě snažily zcela vědomě přesvědčovat a měnit můj názor nikoli skrze argumenty, ale skrze emoce (strach, drama, temná hudba, ...), což mi přijde trochu neseřízní, když nás vlastně před něčím podobným chce varovat... Krom toho mi přijde, že z dokumentu to v podstatě vypadá, že za všechny problémy našeho světa mohou sociální sítě (a Google) a jejich AI, která se vymkla kontrole. To si myslím, že je dost zjednodušující pohled, jelikož k popisovaným jevům přispívají určitě i další faktory.</p>	<p>Myslím, že bychom si měli dávat pozor, abychom na sítích netrávili zbytečně mnoho času a nenechali si jimi příliš ovlivňovat život a náladu. Taky je určitě fajn nad věcma, co jsou na internetu kriticky přemýšlet, uvažovat, kdo je tam dal a proč a ověřovat si informace, a taky snažit se chápat i lidi mimo svou bublinu.</p>
--	---	---	--

Tohle chování AI a sbírání dat o uživatelích ohrožuje celou společnost (politicky, mentálně, ...) a je třeba to změnit. Sociální sítě by měly přestat „prodávat své uživatele“ a jako vedlejší produkt přestat manipulovat jejich chování a ovlivňovat cíleně jejich názory a mentální stav.

- Ačkoliv jsou sociální média užitečný nástroj a zprostředkovala a umožnila mnoho dobra, jsou přímo spojeny s řadou etických problémů a kontroverzí.  
-Nic není zadarmo. Ta cena, kterou za používání soc. médií platíme, je naše pozornost, která se jako produkt prodává inzerentům. Na základě velkého množství nasbíraných dat si sociální média vytváří velice propracované předpovědní modely, pomocí kterých pak uživatele snáze ovlivní - dochází k cílené, postupné a nenápadné změně našeho chování.  
- Sociální média fungují jako droga, jsou přímo navrženy tak, aby vyvolávaly silnou závislost a člověk se od nich nemohl odtrhnout.  
-Soc. média pomocí analýzy našich osobností využívají našich slabých stránek, tendenci ke vzniku závislosti a zároveň zesilují naše špatné stránky. Uspadňují šíření fake news a konspiračních teorií, podporují polarizaci společnosti, uzavírají nás v sociálních skupinách nám podobných lidí a tím nás utvrzují v našich názorech.

Vlastní zkušenosti lidí, kteří v oblasti sociálních médií pracovali a pomáhali je utvářet. U jednotlivých vypravěčů se zobrazují jejich profesní zkušenosti a/nebo jejich univerzitní background.

Kromě vlastních profesních zkušeností mi v titulcích chyběly nějaké relevantní zdroje pro podporu uváděných tvrzení. Např. odkazy na nějaké studie, výzkumy, které by potvrzovaly tvrzení, že s rozvojem soc. médií došlo zároveň k rozvoji depresí, úzkostí a jiných psychických poruch u dětí a teenagerů.

-Měli bychom se snažit využívat sociální média a internet obecně více vědomě. Pokusit se dostat soc. média zpět do role „sluhy“ a nástroje místo „pána“. Více kriticky přemýšlet při jejich používání a snažit se vystoupit ze sociální bubliny, kterou nám utváří.  
-Pro mě osobně z toho vyplývá být si více vědoma všech situací, kdy se soc. média nějakým způsobem snaží ovlivnit nebo řídit moje chování. Vědomá snaha minimalizovat čas na nich strávených je podle mě dobrá cesta.  
-Pro společnost jako celek by bylo prospěšné zmíněné zpoplatnění množství sbíraných a ukládaných dat, zavedení etických pravidel a zákonů, které by nás v digitálním světě chránily. A dále se určitě snažit omezit a minimalizovat čas, který na sociálních médiích tráví děti a mladiství.

<p>- „Sociální sítě více ovládají nás, než my je.“ Nejsou jenom prostými nástroji, které by čekaly, až je použijeme, mají své vlastní cíle a vlastní prostředky, jak těchto cílů dosáhnout.</p> <p>-Ruku v ruce s rozvojem soc. médií jde i nárůst četnosti psychických problémů u dětí a mladistvých, kteří je pravidelně používají.</p>			
<p>Technologie (internet, sociální sítě,...) v sobě skrývají obrovský nástroj, který nás velmi snadno může ovládat bez našeho vědomí.</p>	<p>Opiraly se hlavně o zkušenosti konkrétních lidí z jejich prací pro velké značky jako je Google, Facebook, Pinterest,... Zároveň ve filmu promlouvali i jednotliví odborníci z řad lidských práv, psychologie,...</p> <p>Vyjadřovali své vlastní obavy, řešili etické dopady, představovali osobní zkušenosti. Představeny byly například i konkrétní události a vliv sociálních médií na ně - např. vraždění Rohingů v Myanmaru. Ukázky šíření fake news - možnost zmanipulovat volby - je demokracie na prodej? Představení toho, jak fungují algoritmy sociálních sítí, jak udržují naši pozornost a taky proč, představení role avatara, představení významnosti dat, co vše je monitorováno, jak modely předvídají naše jednání,...</p>	<p>Nevím o tom. Jen video i film byl postavený hlavně na tvrzeních jednoho muže (u filmu jich bylo vícero - odborníků, ale stále byl hlavní Tristan Harris).</p>	<p>Na vině toho všeho je společnost a její at' už vědomé nebo nevědomé zavírání očí. Tedy nevědomí. Technologie jsou úžasný a zároveň i děsivý nástroj. Záleží, kdo a jak je využívá a taky jak moc vědomě to dělá. Zajímavá byla myšlenka, kde či co je v tomto šíleném kolotoči tím opravdovým produktem...nejsme to my sami? Žijeme opravdu v realitě, která je nám představena, zkonstruována? Otevřelo mi to, něco, co mne osobně děsí. Mnoho z toho, co bylo ve filmu představeno sama dělám,...a chtěla bych to změnit.</p>
<p>Myslím si, že smyslem videa i filmu, bylo poukázat na to, jaký vliv mají sociální sítě, jak dokážou člověka zmanipulovat a vnútit mu něco, co vlastně ani nevěděl, že chce. Tvůrci filmu pravděpodobně chtějí, aby stejně tak, jako sociální sítě, měl i tento film vliv na člověka. Abychom si my lidé uvědomili to, co jsme si doposud neuvědomovali a abychom se semkli a udělali s tím něco společně, protože pokud to takhle půjde dál, může to mít na svět obrovské nežádoucí účinky. Dále bylo jak ve filmu, tak i ve videu zmíněno Tristanem Harrisem, že by byl rád, kdyby sociální sítě nesly následky za to, co je na nich zveřejněno.</p>	<p>Je dokázáno, že facebook a ostatní sociální sítě si o lidech shromažďují veškerá data. Dále je také viditelný algoritmus například na youtube - pokud se podíváte na video jednoho stylu, začnou se Vám podobná videa zobrazovat na hlavní stránce. Hlavní stránka sociálních sítí není pro každé stejná, je utvořená tak, aby toho daného člověka zaujala, což můžeme vidět, pokud si s kamarádem porovnáme například hlavní stránku na FB. Na sociálních sítích jsou dále vyvinuty funkce jako "automatické přehrávání", takže pokud Vám skončí jedno video, automaticky se zapne další a Vás to donutí brouzdat po internetu mnohem déle, než jste vůbec chtěli. Dále můžeme dostávat od těchto sítí různé pozvánky a upozornění, což člověka taky samozřejmě ovlivní.</p>	<p>Ve filmu bylo řečeno, že se zvýšil počet dívek, které měly problémy s duševním zdravím a např. sebepoškozováním a také se více hlásily na plastické operace. Já osobně si myslím, že na to média vliv mají, ale stoprocentně nemůžeme tvrdit, že zvýšený počet problematických lidí, nebo lidí, kteří chtějí nějakým způsobem změnit svůj vzhled, je způsoben sociálními sítěmi.</p>	<p>Měli bychom se v první řadě zamyslet nad tím, jak nás sociální sítě ovládají. Osobně jsem před shlédnutím tohoto filmu neměla ani tušení, jak je to všechno do detailu promyšlené. Like na facebooku jsem brala jen jako tlačítko, komentář jen jako formu vyjádření, reakce, či podpory, odebrání jsem vnímala jako něco, co je pro mé účely.</p> <p>Neuvědomovala jsem si, kolikrát v životě jsem třeba na youtube koukala na něco, na co jsem vlastně vůbec nechtěla. Jak se člověk dostane od pilates videa k videu o tom, jak se pán stará o ptačí vajíčka a pomáhá jim se vylíhnout. A na takové video je pak člověk schopný koukat třeba i půl hodiny..i když si chtěl vlastně jen zacvičit.</p> <p>Určitě bychom si měli více a lépe promýšlet, než někam zadáme své údaje. Při projíždění sociálních sítí, bychom se měli ptát sami sebe, jestli je tohle opravdu to, co potřebujeme ten den vidět, jestli nás to naplňuje a jestli ty všechny like na stránkách a tisíce přátel nejsou trošku zbytečné.</p>

<p>Hlavním sdělením filmu a videa bylo podhalení toho, jakou moc sociální média mají - a jak je tato moc využívána k manipulování lidského chování. Tato manipulace je založena na obchodních modelech, které se tvoří na základě masy dat, které o uživatelích*kách shromažďují. Tyto modely jsou založené na vytváření nástrojů (např. algoritmů), které udrží lidskou pozornost na obrazovkách, jelikož právě to jim díky přehraným reklamám vytváří zisk. V průběhu filmu je popisováno, jaké (často i nezamýšlené) dopady to má jak na jednotlivce (deprese, úzkosti, problémy při "živém" sociálním kontaktu, tak na společnost (polarizace a radikalizace společnosti, šíření dezinformací - a to hlavně kvůli zisku, jelikož jsou často "zajímavější"). Diskutuje se tam morální problém, jak tyto problémy řešit - regulace, danění, transparentnější diskuze o procesech - aby celý svět nebyl ovládán sociálními sítěmi.</p>	<p>Hlavním informačním zdrojem byli lidé a jejich výpovědi, kteří pracovali na různých pozicích v různých sociálních médiích. Pracovali i s různými výzkumy, útržky z videí, zpráv atd. Respektive o těchto výzkumech spíše mluvili právě zmínění lidé. Pokud se nemýlím, byli tam i odborníci*ce z přidružených odvětví. Každopádně mi přišlo, že i když se tam použila spousta čísel, byla jsem odkázána na to, abych jim "věřila", jelikož jsem se většinou nedozvěděla, z jakých výzkumů tato čísla pocházejí.</p>	<p>Již jsem zmínila v předešlém bodě, že celkově mi chyběly odkazy na výzkumy, o kterých se mluvilo. Popřípadě pokud to byla interní čísla z jejich (bývalé) práce, stálo by za to, to zmínit. Chtěla bych se ale vrátit ke konci filmu, kde mluví o nutnosti regulací v sociálních médiích - zajímalo by mě, jestli se dnes v tomto směru posouváme nějakým směrem? Účastníci*ce vyslovili prosbu, ale dál se to nerozebíralo. A není lehce naivní si myslet, že bychom upřednostnili lidi před ziskem?</p>	<p>Osobně už delší dobu pracuju na osekávání sociálních médiích ve svém osobním životě + účastnila jsem se několika bezpečnostních workshopů, jak se "pohybovat" na internetu, takže pro mne osobně z filmu nevyplývá nic moc nového. Každý by si měl asi formulovat, co mu sociální média dávají a berou. Jako společnost bychom se měli zamyslet, jak hluboko jsme se do sociálních médií ponořili, a to nejen na individuální rovině, ale opravdu na té společenské a měli bychom tuto situaci reflektovat.</p>
<p>Hlavní myšlenka podle mě tkví v tom ukázat odvrácenou tvář médií, která denně používáme. Svět je zřejmě skrze negativa těchto médií tak trochu naivní, jsme jimi přitom značně očarováni, mění naši osobnost, naše vzorce chování, preference, využívají zranitelnosti lidské psychiky a polarizují společnost. Přitom ale nenesou žádnou morální odpovědnost. To by ale za svou manipulaci měli. Za zásadní považuji také pojem tzv. kapitalismu dohledu, který z naší pozornosti a změn naší osobnosti vytváří produkt k prodeji. Tento mediální svět nám dává mnoho, ale taky nám něco bere – to si ale téměř nikdy neuvědomujeme, a i kdybychom si to denně uvědomovali, stejně bychom pravděpodobně v jeho užívání nepolevili. Celkovým posláním je výzva ke změně.</p>	<p>Dokument i video stojí na svědectví lidí, kteří jsou/byli součástí vzniku či vývoje masivních sociálních médií.</p>	<p>Dokument samotný se zdá být nadesignovaný tak, aby šokoval, zcela podchytil naši pozornost, tím nás i přesvědčil. Někde v mojí hlavě dokázal vypnout kritické myšlení – dojem z něj je natolik silný, že ho buď zcela přijmeme, nebo naopak odmítneme úplně všechno (možná i záleží na naší osobní míře závislosti). Mnohé myšlenky navíc stojí jen na silných výrociích – např. „Pokud produkt neplatíte, produktem jste vy.“ Tento výrok podpírá koncept kapitalismu dohledu – a tento koncept vesměs dává smysl – kde si lze ale ověřit, že to tak skutečně funguje?</p>	<p>Myslím, že základním poselstvím je, že mají lidé aktuálně v rukou zcela nový druh zbraně, přičemž zkušenost s ní je zcela bezprecedentní. Její dosah přitom můžeme jen v hrůze domýšlet – poměrně se mi líbilo přirovnání ke konci dokumentu o šimpanzi s atomovkou. Pro mě osobně jde o utvrzení, že jsou tato média dobrými sluhý, ale zlými pány, pouze ona zlá strana nabírá nových rozměrů. A pro společnost? Je to zcela nová výzva, která nám všem může být osudná. Je to jako s klimatickou krizí – řešení tu jsou a jsou i zřejmá, jen nás budou něco stát.</p>

<p>Upozornění na to, že sociální sítě a společnosti ovlivňují náš život dramaticky mnohem více, než se na první pohled může zdát. Na to, že používáním těchto technologických nástrojů přestáváme být lidskými bytostmi, neboť už nečiníme rozhodnutí založené tolik na vlastní vůli, ale na tom, co nám ukáže AI. Kdy navíc AI je nástrojem jak co nejlépe otupovat mysl lidí k tomu, aby byli více podmanitelní a pár lidí na vysokých pozicích z nich mohlo co nejvíce profitovat. Snaha ukázat, jak technologie dokáží vyvolat v lidech například sklony k radikalizaci, tlačit lidi do extrémů, využívat jejich strachu a pak také snaha ukázat, komu to přináší největší benefity.</p>	<p>Přišlo mi, že nejvíce se opírají o výsledky výzkumů, které ukazovali, jak je zvýšená míra používání technologie, převážně sociálních médií spojena se zvyšující mírou například deprese u nezletilých (a samozřejmě také u dospělých) a dalších negativních důsledků na lidskou psychiku.</p>	<p>Nemyslím si, že by jakákoliv z hlavních myšlenek byla nepodložená.</p>	<p>Dokument jsem poprvé viděla minulý rok, krátce poté, co vyšel. A stále mám za to, že z něj hlavně vyplývá to, že musíme fundamentálně změnit způsob, jakým sociální sítě fungují a jak jsou řízeny. Pro mě osobně to například znamenalo podívat se z jiného úhlu pohledu na to, jak používám sociální sítě. Zaměřit se na to, jak vypadají například reklamy, které se mi na sociálních sítích objevují, a na to, co to o mě vypovídá. Na to, jak rychle se mění, nebo do čeho mě tlačí, abych si koupila. A také to vysvětlit rodičům, jak tyto technologie fungují. Myslím si, že moje generace má velkou výhodu v tom, že jsme zažili obě dvě doby, jak analogovou, tak digitalizovanou a zažili jsme také přechod těchto dob. Tím myslím to, že většina z nás se dívala na filmy na kazetě, ale také jsme zažili příchod a rozmach například facebooku. Což také může znamenat, že vzhledem k tomu, že naše generace se silně podílela na tom, jak se sociální sítě rozvíjely, máme také potencionálně velkou šanci ovlivnit to, jak se budou rozvíjet nadále. Dokument i video dobře popisují současnou situaci, kdy je společnost velmi polarizovaná a plná extrému, což je ovlivněno velkou mírou právě sociálními médii. Myslím si ale, že přestože konec dokumentu se snaží vyznívat v otázce budoucnosti optimisticky, realita bude mnohem ponuřejší. Přijde mi, že v nynější společnosti není vůbec vůle se z chapadel sociálních sítí vymanit, něco změnit a těmto společnostem se postavit. Spíše čekám ještě větší zvýšení radikalizace a extremizace.</p>
<p>Sociální média fungují jako masivní nástroj pro manipulaci s informacemi. Hlavním produktem, který sociální sítě prodávají sponzorujícím korporacím, je naše pozornost. Tento systém však může mít destruktivní efekt na jednotlivce, komunity, národy i celý svět. Způsobují nárůst deprese, sebevražd, dezinformací, rozpad demokracií, nárůst protestů a hate-speech. Lidé jsou krmeni pouze informacemi, které podporují jejich názory, což způsobuje ztrátu kritického myšlení, neschopnost empatie či nadhledu a účelovou ignoraci. To může mít za efekt až občanské války či rozpad společnosti jako takové.</p>	<p>O data a výzkumy shromážděné od vzniku sociálních médií a existenci sociálních sítí v mobilních telefonech. Prezentovali spoustu grafů ohledně nárůstu jednotlivých bodů této problematiky, data o vývoji společnosti, videozáznamy protestů, výzkumy sociologické, psychologické, výpovědi lidí pracujících v těchto firmách a další.</p>	<p>Je skoro neuvěřitelné pomyslet na to, že sociální sítě by mohly mít až takovou moc, že by mohly způsobit kolaps civilizací. Na druhou stranu, když se člověk ohlédne za posledními dvěma lety, a vše co se dělo/děje okolo koronaviru, člověk je nucen přiznat, že je to reálná hrozba (například raid bílého domu na jaře letošního roku). Také jsem neporozuměla jak by mohla Ruská vláda ovlivnit volby v USA - tento problém mi nepřišel dostatečně vysvětlený či podložený.</p>	<p>Sociální média by měly projít reinventací a inovací a být přeprogramovány tak, aby nezpůsobovaly psychickou újmu, neizolovaly a nezpůsobovali rozštěpení společnosti. Lidé by také měli mít přístup k informacím o tom, jak tento systém funguje a měly by být vyvinuty zákony chránící uživatele sociálních sítí, místo korporací sponzorující tyto sítě. V neposlední řadě by se měli lidé naučit oprostít od sociálních sítí a mobilů, a nenechat tato zařízení ovládat každý aspekt jejich života.</p>

<p>Sociální sítě v podstatě vydělávají na naši závislosti. Snaží se co nejvíce strhnout naši pozornost a jdou přitom takzvané "přes mrtvolu". Nemají velkou zodpovědnost za toto své počínání, ale zato obrovskou moc. Aniž bychom si to připouštěli tak poskytujeme svá citlivá data, která jsou následně využívána a tím v podstatě dobrovolně ztrácíme kus své svobody a soukromí a často si to ani neuvědomíme. To, co hraje v náš neúspěch je také to, že nástroje k získávání naší pozornosti jsou stroje, které pracují na bázi určitých algoritmů, proti kterým se lidský mozek nemá tak velkou šanci bránit. Co je také velmi výrazným problémem v oblasti sociálních sítí je to, že naši pozornost přitahují „extrémními senzacemi“, aby měly jistotu, že nás daná věc opravdu zaujme. Snadno se pak vytvářejí různé sociální bubliny.</p>	<p>Sdělení se opírala o získaná data z výzkumů. Stejně tak, jako data slouží k zmíněným „špatným účelům“, tak i k těm, kdy nám pomohou objasnit problematiku sociálních sítí. Zajímavé, a přitom smutné byly například typy vyhledávaných slov nebo statistiky ohledně trávení času teenagerů na sociálních sítích a jejich následků. Sdělení se také opírala o výpovědi samotných pracovníků velkých korporací, například vynálezce tlačítka „to se mi líbí“.</p>	<p>Některá sdělení nejistá byla. Například si myslím, že nelze tak jednoznačně číst osobnost pomocí sociálních sítí, vše záleží na tom, jak moc informací o sobě sdílí, či jak je aktivní, jestli dává lajky a tak dále. Dále by mě zajímalo, do jaké míry sociální sítě s citlivými daty nakládají a jak moc „dobře“ fungují dané algoritmy, jak se dají přelstít.</p>	<p>Pro společnost z této problematiky dle mého názoru plyne to, že se během pár let přesunula někam úplně jinam a mě osobně trochu děsí další následný vývoj. Kolikrát si člověk ani neuvědomí, jak lehce se s ním dá manipulovat. Třeba se ale společnost opět změní úplně jiným směrem, to ukáže budoucnost. Pro mě osobně vyplývá fakt, že ať už je to se sociálními sítěmi jakkoli, není to reálný svět a ten opravdový nic nenahradí, proto se budu snažit čas na soc. sítích co nejvíce omezovat.</p>
<p>Hlavní myšlenkou daného filmu a videa dle mého názoru bylo poukázat kladné, ale i záporné stránky sociálních sítí, na zákulisní dění ve velkých sociálních sítích a jakým způsobem tyto sítě mohou ovlivňovat jedince. Také si myslím, že film měl působit jako upozornění pro jedince, že mají kriticky uvažovat nad obsahem sociálních sítí a nad tím co sdílejí a přidávají na tyto sítě.</p>	<p>Konkrétní myšlenky a argumenty se opírali o výpovědi dřívějších vysokých pracovníků sociálních sítí (například Google, Facebook, Pinterest, Twitter atd.). Také na několika výzkumech ohledně mentálního zdraví z let, kdy tyto sociální sítě začali nabírat na popularitě.</p>	<p>Myslím si, že některé z hlavních myšlenek jsou nepodložené, jsou dány jen výpověďmi bývalých pracovníků. Například tvrzení, že youtube doporučuje mladým slečnám videa o anorexii. Ale na druhou stranu, tuto informaci jsem se nesnažil potvrdit jinými zdroji na internetu.</p>	<p>Na část filmu jsem se díval s přítelkyní, pro kterou většina informací překvapení nebyla. Některé informace jsem tušil, ale většina pro mě byla „novinkou“. Například informace o tom, že 70% zhlédnutých videí na youtube tvoří doporučená videa, což je dle mě opravdu velké číslo. Když si k tomu můžeme představit, jak tyto doporučená videa mohou člověka ovlivnit určitým směrem. Nedomnívám se, že bych nějakým výrazným způsobem omezil sociální sítě, spíše bych nad jejich obsahem ještě více kriticky uvažoval a dané informace si ověřoval z více zdrojů. Popravdě jsem byl většinou informací pobouřen. Víím, že sociální sítě, alespoň Facebook, do nějaké míry cenzuruje hoaxy a další obsah. Když se ale podíváme na film a zjistíme, že hoaxy a další rozporuplné informace jim vydělávají nejvíce peněz, pak zde vyvstává myšlenka, zda proti nim bojují opravdu dostatečně(?). Domnívám se, že tomu tak není a mělo by to uchopeno zákonem. Zákonem, který by vynucoval kontrolovat sociální sítě příspěvky jedinců a nedovoloval by šíření nepravdivých, či jinak zavádějících a nevhodných příspěvků a obsahů. A také podpořit kritické myšlení již na základních školách.</p>



<p>Na sociálních sítích si můžeme vybudovat závislost. Zároveň dobrovolně obchodujeme s našimi daty a vytváříme ze sebe produkty. Všechny aplikace jsou vytvářené tak, aby jsme u obrazovek strávili co nejvíce času, nutí nás neustále interagovat s dalšími uživateli. To vše film a video opakuje v různých formách. Zároveň se zdůrazňuje negativní vliv zejména na mladé lidi, u nichž se podle filmu zvýšil počet duševních onemocnění nebo sebevražd. Zároveň dokument otevřel téma fake news a šíření fám prostřednictvím sociálních sítí. Každému je totiž dostupná platforma, na které může vyjádřit svůj názor a to i na věci, kterým nerozumí. Každý má pocit, že je odborník.</p>	<p>Většina vycházela ze zkušeností mluvčích, z jejich výpovědí. Ve filmu i ve videu se objevily odkazy na nějaké výzkumy, ale jako divák nemáme prakticky možnost tyto informace ověřit. Ve filmu se objevily i někteří odborníci, ale ten formát divákovi neumožňuje konfrontovat jejich názory. Na rozdíl od interviews zde není žádný komentátor, který by jejich informace rozporoval. Buď tomu tedy uvěříme, nebo ne.</p>	<p>V tomto bodě bych chtěla jen uvést, že dokument poukazuje na nešvary a nebezpečí sociálních sítí, ale sám režisér vybral takový formát filmu, který využívá úplně ty stejné nástroje. Rychlé střihy, dynamičnost, poutavé animace a dramatická hudba - to vše diváka drží u obrazovky stejně jako možnost scrollování a lajkování na facebooku nebo instagramu. Film je také dostupný na Netflixu, který z mého pohledu začíná přebírat vrchní příčky v budování závislosti. Trochu ironické. Zároveň bych chtěla říci, že všichni mluvčí říkají prakticky to samé, jsou zděšení nad nebezpečností sociálních sítí a se znepokojenou tváří nás upozorňují na rizika, které pro nás plynou z používání těchto platform. Není zde nikdo, kdo by ve větší míře poukazyval na pozitivita nebo kdo by konfrontoval tyto předkládané názory. Celý dokument je jednostrannou výpovědí po většinou bývalých zaměstnanců. Zároveň film nepřináší žádné východisko - všichni jsou jen hrozně znepokojení, ale nikdo nemá řešení. Respektive nikdo neposkytuje žádné reálné řešení - odstříhnutí dětí od sociálních sítí nepovažuju za spásné, protože to povede maximálně k vyčlenění takových dětí z kolektivu.</p>	<p>Já moc nevím, co to pro mě znamená. Většina informací je známých, nic převratného ten dokument nepřináší. Uvědomuji si rizika, ale pořád mi všechny platformy přinášejí spíše pozitivita. Například v těchto sněmovních volbách se díky účtu @zakroužkujenu dostalo do Poslanecké sněmovny cca 12 žen. Díky sociálním sítím se mi také (paradoxně) zlepšil vztah s jídlem, protože se rozšířil body-positivity movement. Paradoxně protože i ve filmu zaznělo, že zejména mladým dívkám sociální sítě snižují sebeúctu, mají nezdravá očekávání a kladou na sebe co se vzhledu týče vysoké nároky. Když jsem však dospívala já (a facebook v té době již byl), tak jsem to nejhorší zažila v komunikaci tváří v tvář od rodiny, spolužáků a přátel. Sociální sítě mi ukázaly, že jsem ale tyto problémy neřešila pouze já a že je z toho východisko. Sice si uvědomuji, že jsem na sociálních sítích závislá a vím, že na tom musím pracovat, ale domnívám se, že pro mě osobně ta pozitivita převládá. Pro společnost jsou ta rizika z mého pohledu větší: fake news, ruští trollové, štvavé kampaně apod. Sociální sítě přispívají k rozdělování společnosti a k její větší radikalizaci. Navíc člověk se na sociálních sítích dostává díky personalizacím do začarovaného kruhu, ze kterého prakticky nelze vystoupit. Sociální sítě člověka ubezpečují, že je jejich názor správný a neposkytuje mu opozici.</p>
<p>Hlavnou myšlenkou filmu bol vplyv sociálnych sietí na jednotlivcov, ale aj na spoločnosť ako celok. Algoritmy sociálnych sietí vedia predikovať naše správanie na základe našej predchádzajúcej aktivity na internete. Na tom je založený biznis model týchto firiem. Problém je ten, že každému človeku sa týmto spôsobom vytvorí akási bublina, kde sociálne siete ovplyvňujú jeho názor na danú vec poskytovaním individuálnych „právd“ a „faktov“. Tým, že nám tieto algoritmy „predhadzujú“ ďalšie podobné príspevky, videá, atď. stávame sa na tom závislí, funguje to podobne ako závislosť na automatoch, či na drogách. Z našej závislosti a z našej aktivity na sociálnych sieťach profitujú dané firmy.</p>	<p>Hlavné myšlienky sa opierali o viaceré výskumy, ktoré boli vo filme spomenuté. Napríklad výskumy vykonané Center for disease control and prevention ukázali, že od roku 2009 narastá počet samovrážd a porúch príjmu potravy u dievčat v teenedžerskom veku. Autori to pripisujú tomu, že v roku 2009 sa začali sociálne siete používať aj na mobile. Ďalším výskumom bol napríklad výskum o výkone počítačového spracovania od NVIDIA, et. al. Tento výskum ukázal, že výkon spracovania dát narástol 100 kvadrilión krát oproti roku 1940. Nič iné nezaznamenalo taký nárast. Naš mozog sa pochopiteľne takýmto tempom nevyvíja a neprispôsobuje.</p>	<p>K tejto otázke mi napadá výskum o náraste porúch príjmu potravy a náraste samovrážd medzi dievčatami, ktorý som popísala v predchádzajúcej otázke. Autori výskumu uviedli ako prelomový rok 2009, z dôvodu dostupnosti sociálnych sietí na mobile. Nevie, či to však môžeme takto priamočiaro spojiť, ako príčinu a dôsledok. Vo filme sa nespomína, aké ďalšie príčiny to mohlo mať, poprípade prečo ich vylúčili.</p>	<p>Pre mňa je najdôležitejšou myšlienkou to, čo som písala v prvej otázke. Mňa osobne veľmi prekvapilo to prepojenie medzi sociálnymi sieťami a tým, že spoločnosť sa stáva stále viac polarizovanou. Veľmi sa mi páčilo, ako bol film spracovaný, to množstvo „svedectiev“ od bývalých zamestnancov v týchto firmách. Po pozretí filmu som si konečne priznala, že začínam byť na týchto sieťach do veľkej miery závislá a nastavila som si časové obmedzenie sociálnych sietí na mobile. Každému by som tento film odporučila.</p>
<p>Byly zde představeny sociální sítě ze zcela jiného úhlu pohledu. Sociální sítě nám kradou čas, který na nich strávíme, nebo spíše my tím časem platíme, abychom se dívali na obsah, který nám předkládají avataři. Jak moc si tedy sami vybíráme, co budeme sledovat? Sociální sítě nám ovlivňují následné chování, uvažování a pohledy na banální i globální témata. Vymyká se kontrola nad tímto dním. Řeší se, kdo by měl být zodpovědný za předkládaný obsah, který může někoho radikálně ovlivnit, jelikož se sociální sítě začínají vymykat kontrole a žijí si vlastní život.</p>	<p>V mnoha případech se jednalo přímo o různé výzkumy např. zvýšené deprese a úzkosti u mladých dívek mezi 10 a 14 lety, to bylo zmíněno, jak ve filmu, tak ve videu. Výzkumů zde bylo zmíněno vícero. Ve filmu se objevilo několik grafů a křivek. Hlavním přínosem filmu byly rozhovory s odborníky, kteří se více či méně po nějaký čas věnovali vývoji sociálních sítí a nyní sami vidí jejich hrozbu a varují před nimi. Ve videu byly zmíněny algoritmy především YouTube, které se předpokládám dají vyzozorovat a použít jako důkaz k argumentaci.</p>	<p>Těžko posoudit, jelikož jsme neměli k dispozici žádný seznam zdrojů, ze kterých myšlenky vycházely. Hodně myšlenek, které zde padly byly často jen domněnky, jak to může nadále vypadat.</p>	<p>Já jsem se po shlédnutí filmu zhrzola, což předpokládám byla reakce většiny lidí. Film byl v některých směrech hodně přestřelený, ale svůj účel to splnilo. Mně to otevřelo oči. Jsem nyní k sociálním sítím více skeptická. Víím jistě, že se od nich zcela neodřizu a občas na nich budu trávit čas, ale nechci, aby to došlo do takové míry, aby mi kradly můj vlastní drahocenný čas každý den. Poslouchání hudby nebo podcastů má pro mě větší váhu ve vyplnění volného času.</p>

<p>Hlavní myšlenku přinesli bývalí zaměstnanci společností, které dnes dominují internetovému trhu – jmenovitě Facebook nebo Google.</p> <p>Naplnění pocitem smyslu z toho, že dělají dobrou věc se postupně propracovali až k rozčarování, jakým způsobem dnešní moderní sociální sítě fungují – jako cílená manipulace, která využívá data svých sledujících pro neetické účely.</p> <p>Jmenovitě se podobné giganty ze Silicon Valley opírají o informace, které nasbírají skrz algoritmy a snaží se je následně využít k ovlivnění vybraných osob za účelem benefitů pro třetí stranu – což může být i klidně vláda (viz manipulace s volbami a Cambridge Analytica skandál).</p> <p>Video, na které jsme se měli podívat, z amerického kongresu o nebezpečí social media, kde se vyjadřuje pouze hlavní ex-tech specialista Tristan Harris, odpovídá na konkrétní palčivé otázky o tom, jakým způsobem mohou sociální média dopadat na psychiku jedinců.</p>	<p>Hlavní argumenty byly předloženy zejména bývalými zaměstnanci společností jako Facebook, Google, Amazon apod., kteří si problému začali všimát v rámci svého působení na vyšších pozicích.</p> <p>Důkazem tak jsou jejich svědectví a zároveň celkem obstojně podložené studiem a výzkumy, ke kterým se jako lidé s vyššími pravomocemi dokázali dostat.</p> <p>Když jsem se do tématu ponořila krapet více, docela mě zaujalo, že jsem našla oficiální reakci společnosti Facebook na dokument. Ve vydané infografice s názvem „What „The Social Dilemma gets wrong“ se PR tým vyjadřuje ke všem hlavním problémům, na které se dokument snaží upozornit a také přikládá svoje ověřené důkazy, aby lidé měli ve vybranou sociální síť větší důvěru. Opět se však jedná o něco, co se musí brát s rezervou. Na podobné vyjádření se totiž muselo podílet velké množství lidí, protože bylo jasné, že vyvolá obrovskou odezvu a bude atakován křížem krážem.</p>	<p>Nevím, jestli mi úplně seděla forma, kterým byl dokument natočen. Přijde mi celkem běžné, že ve chvíli, kdy režisér potřeboval ukázat svůj úhel pohledu, uchýlil se k lehce manipulativním přesvědčovací praktikám. V tomhle obvykle bývám celkem obezřetná a kontrojuji si fakta, takže i když s problematikou nadmíru souhlasím (aneb ano, sociální sítě mi v mnoha případech přijdou jako obrovský průšvih pro společnost, a dokonce i pro demokracii), přistupovala jsem k němu celkem obezřetně a trochu mě iritovala hraná část, která mi přišla přitažená za vlasy. Na tohle jsem obecně přísná. Z části mi i tohle přijde jako cílená manipulace a člověk si opravdu musí vybrat informace, které jsou pro něj.</p> <p>Argumenty mají obvykle jasný rámec, jsou podložené vybranými studiem a výzkumy a potvrzené několika zaměstnanci z velkých nadnárodních společností. Nejsou však dotaženy do konce a na spoustu problémů, na které The Social Dilemma poukazuje, již nenabízí uspokojivé řešení. Chápu, že v tomto případě se možná účelově nejedná o výstup, jako spíše o tom informovat společnost, že se něco podobného opravdu děje a nechat ji se rozhodnout, jakým směrem se ubírat. Zároveň bych však uvítala způsob řešení předložených problémů. Jasně, abych byla fér – autoři se zmíní o softwares, které by si každý měl nainstalovat do svých technologických zařízení, nejsem si však jistá, že tento argument mi momentálně stačí.</p> <p>Na dokumentu se mi ale líbí, že dle všeho není proti aktivnímu užívání sociálních sítí, jako spíš proti algoritmům, které jsou hojně využívány pro cílenou manipulaci. Uvítala bych však více informací o tom, komu naše nasbíraná data vlastně jdou.</p>	<p>Náročná otázka. Dokument předkládá důležitou zprávu – měli bychom se jako společnost snažit omezit náš pobyt na sociálních sítích. Nejen, že nás to neblaze ovlivňuje, co se týče mentálního zdraví a připravuje nás to o zážitky běžných dní, problémem je i fakt, že si již nemůžeme být jistí, zdali nejsme každým dalším příspěvkem manipulováni.</p> <p>Mám ale pocit, že social media jsou jako oheň. Dobrý sluha, zlý pán. Je jen na nás, jakým způsobem využijeme náš čas na nich. Jsem ráda, že se o podobných problémech mluví a že je na ně kladen důraz, i když formou, která si popravdě myslím, že spoustu lidí dokáže odradit jako manipulativní. Za dokument jsem vděčná. Jen si myslím, že když k sociálním sítím budeme přistupovat vědomě, mohou nám přinést i dobré věci. Vím, že se má data nedají úplně ochránit, bohužel a stále je mi jasné, že budu prostředkem pro určité studie, které se pokusí mi na základě like buttonu nabídnout ať svůj produkt nebo ideologii, ale zároveň si myslím, že informovanost ohledně problematiky je klíčová a dává lidem silnější vůli třeba čas na určitých platformách omezit.</p> <p>Pro mě osobně se po shlédnutí dokumentu zase tolik nezměnilo, jelikož jsem se o problémy sociálních sítí zajímala i dříve, necítila jsem se na nich nikdy moc dobře a na většinu mám nastavený denní časový limit, který nerada překračuji. Také mám účet pouze na několika z nich a snažím se nenechat se svést třeba na trendu Tik Toku. Zároveň si ale uvědomuji, kolik benefitů do života mi přinášejí a považuji život za lehčí, když jsem na nich aktivní.</p> <p>Pro společnost by nastala změna pouze, pokud se rozhodne udělat změnu jako celek. Na úrovni jedince je sice rozdíl viditelný „pouze“ pro okolí, ale bohužel si myslím, že dokud nenastane nějaká kolektivní změna, nadnárodní korporace budou stále vládnout světu. Tady vidím celkem slušnou paralelu s problémy s globálním oteplováním.</p> <p>Každý z nás ale může udělat malou změnu, která, jak jsem již napsala, se počítá – dají se vypnout notifikace nebo zvuk, abychom eliminovali distrakce, můžeme se zaměřit na podporu lokální žurnalistiky, spíše než obrovských mediálních hráčů, nebo se můžeme pokusit být vědomí, jakmile vidíme cokoli, co náš mozek považuje za tzv. spouštěč.</p>
<p>Sociální sítě generují zisk skrz reklamu a využívají své schopnosti zacílit ji mnohem přesněji než jiné platformy. K tomu ale zneužívají data svých uživatelů, která sbírají o všech jejich pohybech na sítích. Inzerentům tak umožňují se dostat k co nejideálnějšímu zákazníkovi. Zároveň tak sítě potřebují co nejvyšší interakci ze strany uživatelů. SNS jsou tak designované způsobem, který nás u nich má udržet. To s sebou nese dopady, jako je uzavírání se do sociálních bublin nebo sledování stále radikálnějšího obsahu - což jsou v zásadě externality takového obchodního modelu.</p>	<p>Hlavní teze byly dokazovány především skrz svědectví bývalých vývojářů různých SNS. Pro mě osobně byla ale nejtvrdějším (a jediným hmotnějším) důkazem kauza Cambridge Analytica, která potvrzuje některé teze z jiného zdroje mimo dokument.</p>	<p>Nejslabší pro mě naopak byly argumenty, které byly až příliš šokující. Jako člověk obeznámený s psychodiagnostikou a psychometrikou si nedokážu myslet, že jeden můj náhodný like dokáže predikovat, jak volím. (Stejně opatrná jsem u výroků, že algoritmus odhadne, jakou má uživatel psychickou poruchu.) Zároveň pro mě trochu na vodě stála hraná pasáž, kde se algoritmové snaží člověka přimět, aby vzal do ruky telefon. Sami mluvčí pak na konci říkají, že podobná situace, kdy má údajně člověka plně v moci síť, je relativně dobře řešitelná nastavením notifikací.</p>	<p>Osobně pro mě z filmu nevyplývá nic, protože v něm byly samé už mi známé informace. U dřív jsem se tedy zamýšlela, jakou digitální stopu jsem po sobě ochotná zanechat - a zároveň jsem si uvědomovala, že to, co vidím, často není odraz reality (což ale moje silně intelektuální offline bublina taky není). Pro člověka, který s tím ale obeznámen nebyl, může být dokument dobrý impuls, jak se začít pohybovat na sítích trochu méně bezstarostně.</p> <p>Pro společnost z filmu vyplývá urychlení společenské diskuze na téma regulace SNS ve stylu “dobrý sluha, ale zlý pán”.</p>

<p>Sociální média manipulují s lidmi pro jejich zisk, což může způsobit (nebo už způsobuje) rozdělování společnosti, rozbroje apod.</p>	<p>O studie, bývalé nebo i současné pracovníky těchto společností, reálné kauzy.</p>	<p>Takto by se dala konfrontovat většina vyřčení pracovníků, protože zde nebyly zdroje například výzkumů, studií apod.</p>	<p>V podstatě to stejné, co se všude opakuje - je důležité umět pracovat s informacemi, se zdroji, reálně si nastavovat pravidla kolik času na sítích trávit a proč (vyměnit telefony za jiné aktivity), uvědomovat si závislost (například neschopnost být bez mobilu, nervozita a nesoustředěnost, pokud telefon nemám atd.), mluvit otevřeně s dětmi i s okolím o dopadech sociálních sítí.. Pokud se nestanoví zákony či ochrana "uživatelů", může to mít za následky nezvratné události.</p>
<p>Sociální sítě tu nejsou pro nás, jak si často myslíme. Jejich etika je velmi málo kontrolovaná, neustále se vyvíjí, aby v nás podporovali závislost na nich a interakce na nich nejsou náhodné, ale promyšlené. Jedná se o dost těžko nepředstavitelný problém současnosti, na který je potřeba upozorňovat. Hodně na mě zapůsobilo „If you're not paying for the product, you are the product.“ Uvědomění si těchto slov bych klidně označila za hlavní sdělení filmu.</p>	<p>Existují výzkumy, které dokládají působnost sociálních sítí na lidi, jejich názory, jejich chování. Některé nachází vztahy mezi např. pokusy o sebevraždu a jejich nadměrnou konzumací. Je tady taky kauza Cambridge Analytica, kdy už se to totálně vymklo kontrole. Stejně tak zmiňovali výzkum Bellincat, že co se týče politických názorů (v tomto případě bílých nacionalistů) jim „otevřely oči“ právě sociální sítě. Jejich moc vzbouzet vášně a polarizovat témata je neuvěřitelná a nedostatečně právně ošetřená.</p>	<p>Některá prohlášení mi přišla nepodložená – ta, která byla myšlena sice metaforicky, ale zároveň apelovala na diváky, aby došlo ke změně. Např. „AI runs the world“ nebo že jsou lidé pro korporace cennější na mobilu než když tráví čas nějak kvalitněji. Po zhlédnutí dokumentu se sice zdá, že je to stoprocentně pravda, ale zároveň nevím, jak moc byly tyto výroky podložené.</p>	<p>I když se sítím úplně vyhneme, stejně nás budou ovlivňovat. Může to být skrz reklamu, skrz rozdmýchávání polarizačních témat, šíření dezinformací. Takže mám pocit, že se jedná o problém, kterému se nedá příliš vyhnout, jen si to zvědomovat a přemýšlet o tom, proč se mi ukazuje to, co se mi ukazuje, že je všechno moje chování monitorováno atd.</p>