Foto: Dan Materna, MAFRA

PAVEL MICHALIK

Bez internetu se vám to v hlavě přeskládá jinak

Mladí jsou online, nemají možnost volby, říká režisér Pavel Michalik, který natočil dokument Offline, ve kterém nechal čtyři teenagery týden bez internetu.

Jan David
spolupracovník MF DNES

Tři dívky ve věku 16, 18, 19 let a jednoho dvacetiletého mladíka spojuje stejná zkušenost. Stali se hlavními postavami dokumentárního filmu Offline a na týden vypnuli svůj internet. Dobrovolně, ale nebylo to vždy lehké. „Beseda doprovázející křest filmu mi potvrdila, jak živé je téma napříč generacemi," říká režisér a pedagog katedry multimédií na pražské Vysoké škole ekonomické Pavel Michalik.

Jak zvládli čtyři mladí lidé týden bez internetu?
Jedna věc je, jak to zvládli v průběhu, druhá, jak zkušenosti dokázali zúročit. Při natáčení jsem měl dojem, že jim odpojení dělá dobře. Všichni začali vidět ty věci, které vadí člověku nepropojenému tolik s online světem.

Co třeba?
Když s někým mluví a on kouká do telefonu. Nebo mu položí otázku a místo odpovědi se dozví - hele, mám novou profilovku na Instagramu. Najednou začali objevovat viditelnou nekomunikativnost a často ji zmiňovali v průběhu týdne. Na konci to bylo půl na půl. Dva zmiňovali, že to bylo fajn a zůstali by offline i delší dobu. Bylo jim příjemné, že něco zvnějšku je přinutilo odložit mobil a dokázali se věnovat i jiným věcem. Další dva se těšili zpět do prostředí internetu. Cenná pro mě byla reflexe šestnáctileté, dnes už sedmnáctileté slečny, která se těšila zpátky na internet a pak byla zklamaná. Zjistila, jak zaplácává svůj čas. Zmiňovala to i na besedě v rámci premiéry. Říkala, že tohle by si měl zažít každý z teenagerů. Použila slova: Jinak se ti to přeskládá v hlavě.

Co teenagerům při natáčení nejvíc chybělo?
Byla to zejména složka zábavy, ale pak i praktické věci. Jak se třeba obléct ven, když neznám předpověď počasí. Jo, kouknu z okna, ale jak bude odpoledne? Nebo doprava. Jak se kam dostaneme, víme během pár kliknutí. Najednou nevěděli, jak si naplánovat cestu, a pro některé to bylo frustrující. Prodloužily se jim cesty, ztratili se. Pro mladé jsou tyto aplikace automatické, stejně tak objednávání jídla. Pak se ještě objevoval stav, kdy máte pocit, že vám bez sociálních sítí utíká něco důležitého. Proto jsou součástí dokumentu i tipy na zklidnění mysli.

Proč jste se do natáčení dokumentu pustil?
Jedním z důvodů je téma svobody. Mám pocit, že dnešní dospívající nemají možnost volby. Celý život vyrůstají v prostředí internetu. Na rozdíl od mé generace, která zná online i offline a můžeme si volit, pro ně je to velmi obtížné. Až vystoupením získají zkušenost odstupu. Jedna z účastnic si uvědomila, že jí stav online umožňuje únik, aby nemusela být se svými myšlenkami. To je to tupé scrollování, kdy za chvíli nevíte, kde jste se na dané webové stránce vzali a kde jste byli původně.

V dokumentu mluví kromě teenagerů a odborníků i děti ze základní školy. Jedna dívka z druhého stupně říká, že online svět je pro ně tak běžná věc jako jídlo. Sám u svých dětí vidím, že komunikace jede už od první třídy přes internet včetně známkování, informací o úkolech.
Byl jsem překvapený, když jsme naši výzvu plánovali. Původně totiž měla být delší, ale odehrávala se v průběhu školního roku. A všechny školy komunikují online. Pochopil jsem, jak moc jsou mladí lidé internetem prostoupení. Ostatně téma „jak vystoupit ze sociálních sítí" řeší i studenti na vysoké škole, kde učím. Téměř každý semestr vzniká na katedře multimédií krátký studentský film, který se tématem zabývá.

Vybavíte si nějaký?
Točili třeba reportáž o náboru zaměstnanců. Říkali, že zaměstnavatelé si je dnes lustrují ještě před setkáním na sociálních sítích. Spousta studentů to ví, a zakládají si proto dva profily - veřejný a soukromý. Začali si uvědomovat, že nechtějí, aby je někdo dohledal za pár let, jak pařili v baru nebo hulili trávu. Nevím, nakolik je to účinné, ale přijde mi dobré, že o tom přemýšlejí.

Takže potřeba mluvit o tomto tématu vychází od studentů?
Přesně tak. Slyším: Já si nedovedu představit, že bych studoval vysokou školu bez sociálních sítí. My tam sdílíme informace. Někteří vysokoškoláci uvažují o vystoupení z prostředí internetu, ale říkají, že to nejde. A když skončí ve škole, pokračují v pracovním procesu, kde skupiny zase jedou tímto způsobem. Pro mladou generaci je obtížné najít hranici, v čem ještě internet pomáhá a podporuje, a kdy už naopak jen bere čas, možnosti, schopnosti komunikace a sociálních vazeb...

Sociální sítě bez sociálních vazeb?
Mají sice spoustu kontaktů přes sítě, ale neumějí vzít telefon a někomu zavolat. Všechno řeší přes maily, které nejsou osobní. Pozoruji to ve škole i doma u dětí. V dokumentu o tom mluví i psycholožka Alžběta Protivanská - o potřebě takzvaného opečovaného mozku. Jinak nás systém vcucne a jen koukáme. Internet dává obrovské možnosti, ale musíme ho mít pod kontrolou.

Kde se vzal nápad na natočit dokument?
Na katedře jsem dostal široké zadání na téma informačních technologií. Hlavní téma mi přišlo asi po měsíci jednou v noci na horách, kde jsem byl s mými dospívajícími dětmi. Teenageři a internet.

Jak vás inspirovaly vaše děti?
Nevím, nakolik je mám zmiňovat. Jsou citlivé na informace, které se o nich zveřejňují.

Tak to propojte obecně i s jejich kamarády, vrstevníky. Kolik jim je?
Nevlastním synům je 17 a 13 let, pak mám ještě sedmiletého kluka. Pokud jim zvenku nenastavím hranice k používání technologií, dokázali by přijít ze školy a trávit na počítačích a mobilech všechen čas, než půjdou spát. Psycholožka mi potvrdila, že tyto technologie podporují roztříštěnou pozornost. Sice pak dokážou být velmi pohotoví a rychlí, ale je pro ně složitější koncentrovat se na jednu věc nebo si něco pamatovat. Věřím, že zahlcující styl života jim může otvírat nové cesty, které dnes nevidím, já však vnímám hlavně negativa, například vůli něco dokázat. Na internetu je vše hrozně jednoduché, skrze displej se za chvíli dostanu k čemukoliv.

Jsou jejich překážky tak virtuální, že je problém i to zvednutí telefonu?
Ano. V osobní rovině je pro ně komunikace komplikovanější, ale přes sociální sítě jsou schopni vyřešit spoustu věcí, kterou třeba generace mých rodičů neumí, protože je to na ně moc rychlé. Je toho moc, co by museli v hlavě zpracovat najednou. V dokumentu mluví IT odborník, pro kterého sociální sítě znamenají schopnost kooperace a komunikace, což je podle něj důležité pro rozvoj lidstva a naši inteligenci. Psycholožka zase oponuje, že nenavazujeme opravdové osobní kontakty a jen se schováváme za zeď. Z očí do očí bychom si nedovolili říct některé věci, které jsou běžné na diskusních fórech, kde vizuálně komunikujeme s fotkou.

S čím do toho ti čtyři mladí lidé šli a jak jste je sehnali?
Našli jsme je přes casting, předem bylo jasné, že jde o týdenní offline výzvu. Chtěl jsem, aby měli víc času na sebe, takže omezení se netýkalo jenom internetu, ale i hudby nebo případně televize, i když tato generace ji už prakticky nepoužívá.

Co teda s mobilem směli? Volat?
Ano, a psát esemesky. Nebyl jsem s nimi 24 hodin denně, bylo to založeno na vzájemné důvěře. Zároveň dělali printscreeny aplikace, která snímá dobu strávenou s telefonem. Také každý večer natočili video, co komu ten den přišlo zajímavé, a potom na konci týdne nám je odevzdali. Ve střižně mě zaujalo, že jejich pohledy byly podobné. Pro některé byl čas bez internetu tak dlouhý, že museli telefon aspoň držet v ruce. Vzít ho do ruky, když se nudíš, je silný zvyk. Jeden z účastníků se podivoval, že už asi mají nové kolečko v mozku, které je nutí to dělat. Vzít telefon a automaticky ho zkontrolovat, což psycholožka víceméně potvrzovala.

Čemu věnovali čas bez mobilu?
Jedna dívka si stěžovala, že koupenou knížku přečetla velmi rychle za jediný den. Pokud jste najednou bez telefonu, nějaký čas trvá přecvaknout, co vlastně bez něj dělat? V tomto kontextu by byla lepší čtrnáctidenní výzva, ale nevím, zda by na to někdo během školního roku kývl. Myslím, že by to studenti nezvládali ve škole. Když jsme natáčeli s žáky prvního a druhého stupně, ředitel školy si sám neuměl představit, jak by zvládl týden bez internetu.

Jako největší sjížděč internetu mi připadal účastník Jirka. Pracuje na volné noze jako produkční, proč si pak v dokumentu vyřezával dřevěnou lžičku?
Na castingu jsem se všech ptal, co mají rádi kromě mobilu. On už tehdy řekl, že ho baví vyřezávat lžičky, sedět u ohně a vyrazit do přírody, ale že to už mívá jen za odměnu. Dříve boxoval, v týdnu offline se vrátil ke cvičení v posilovně.

Mihla se tam i jeho přítelkyně, překvapená, že její partner najednou mluví.
To bylo moc hezké. Setkal jsem se s ní náhodně na jedné akci. To, že se jí partner v týdnu věnoval a mluvili spolu, považovala za poctu. Jirka byl jeden ze dvou lidí, kteří se zpět do onlinu tolik netěšili. Mám dojem, že už vnímal, jak těžké pro něj bude odolávat. Když jsem všechny po dvou měsících od natáčení požádal o screenshoty displeje, kolik času tráví na mobilu, měl tam Jirka opět nějakých sedm hodin denně. Jeden týden je pro změnu návyků málo.

V dokumentu zazněla věta školačky ve stylu: Kdybych byla týden bez internetu, tak si okolí myslí, že jsem umřela.
To už mě nepřekvapilo. Při přípravě dokumentu jsem se dozvěděl, že v Asii jsou tak propojení i skrze svoje virtuální profily, že jeho odstranění pro ně znamená ztrátu identity. Emočně je to až na úrovni smrti. Poselstvím dokumentu může být - když už jsme na internetu, pojďme si zvolit, jak na něm budeme trávit čas. Jestli ho budeme jen tak zabíjet, nebo ho využijeme pro svůj posun a uděláme něco pro sebe. Sami účastníci začali přemýšlet nad tím, co všechno si uloží do hlavy před spaním a co jim to tam asi dělá. Já jsem přestal před usnutím sledovat zpravodajství, kontrolovat maily v mobilu... Prostě - dobře mi služ, ale neovládej mě.

Režisér

Pavel Michalik (47) režíruje dokumentární filmy zaměřující se na skupinové sociální a kulturní jevy ve společnosti. Vyučuje filmovou tvorbu a řeč na katedře multimédií pražské Vysoké školy ekonomické, obor multimédia v ekonomické praxi, kde se věnují grafice, fotografii, videu, webdesignu a způsobům, jak vše využít v praxi. Zajímá se o mužské kruhy a meditaci.