



DigiWELL

NEWSLETTER

ŘÍJEN 2025

Vydává Pedagogická fakulta
Ostravské univerzity
www.digiwell-opjak.cz



Vážení čtenáři,

před sebou máte první číslo nového newsletteru projektu DigiWELL. Jeho cílem je sdílet výsledky a inspirace mezi členy našeho vědeckého týmu, ale také se zájemci z odborné i širší veřejnosti. V každém čísle proto najdete aktuality z výzkumu, pozvánky na akce a tipy k dalšímu čtení či poslechu.

Za tým diseminace

Štěpán Vranešic a Silvie Malchárková

POZVÁNKY



JUNIOR ACADEMY POPRVÉ NAŽIVO

Zveme vás na Junior Academy 4, která proběhne 3. listopadu v Grossmanově vile Ostravě.

Hosté **prof. Misha Pavel a Dr. Olga Perski** představí využití EMA a matematických modelů v psychologii. Následovat bude sdílení zkušeností juniorních výzkumníků, společná večeře a networking.

Akce je pro mladé vědce, kteří chtějí získat nové poznatky, sdílet nápady a navázat kontakty. Na akci je třeba se zaregistrovat na stránkách projektu.

Více informací



Spolufinancováno
Evropskou unií





KONFERENCE WCP 2025

Proběhne v Praze 5. – 8. října. Za DigiWELL bude na kongresu přítomen **Mgr. David Jakeš** z Národního ústavu duševního zdraví, který přednese příspěvek z oblasti digitální psychiatrie a duševního zdraví.

Konference spojuje přední světové psychiatry, výzkumníky i klinické odborníky, aby během čtyř dnů v Praze představili nejnovější poznatky, diskutovali globální výzvy v duševním zdraví a rozvíjeli mezinárodní spolupráci.

Více informací

SPIRÁLA: DIGITÁLNÍ SPOLEČNOST A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

1. října se v aule Fakulty sociálních studií Ostravské univerzity uskuteční konference Spirála. Akce propojí odborníky i praktiky, aby společně reflektovali, jak žít v digitálním světě s ohledem na psychickou pohodu a nastavili hranice pro zdravé používání technologií.

Za DigiWELL zde zazní příspěvek **Mgr. Ivety Kowolové** z Fakulty sociálních studií OU.

Více informací



Junior Academy – Workshop 3

Uskuteční se 2. října online a přinese interaktivní diskuzi, metodické přístupy a inspiraci pro výzkum. Workshop vás provede klíčovými kroky psychometrického modelování – od klasické testové teorie a měření spolehlivosti, přes zkoumání validity a vnitřní struktury, až po teorii odpovědi na položku. Zároveň ukáže, jak lze tyto metody implementovat v jazyce R a interaktivně vizualizovat v aplikaci ShinyItemAnalysis.

Program povede **doc. Patrícia Martinková** z Ústavu informatiky Akademie věd.

Více informací



Spolufinancováno
Evropskou unií





V pořadu **Vlna** na Radiu Wave vystoupil náš výzkumník **Dr. Petr Baďura** z Univerzity Palackého a mluvil o tom, jakým způsobem mladí lidé dnes vnímají pohyb, sport či volný čas. „Patříme mezi premianty s jedním z nejdynamičtějších poklesů konzumace alkoholu,“ uvádí v rozhovoru.

[Celý záznam](#)



Přestali jsme rozumět tomu, co jíme

V rámci projektu DigiWELL vznikl nový díl podcastu **Věda zblízka**. Hostem je **Dr. Lanae Joubert** z Northern Michigan Univerzity, registrovaná nutriční terapeutka, která se specializuje na výživu, sport a wellbeing. „Můžeme lidem donekonečna radit, co jíst, ale pokud ty potraviny nejsou dostupné nebo cenově dosažitelné, žádná změna nenastane,“ říká. Dozvíte se, proč už často nerozumíme tomu, co vlastně jíme, a jak vzdělání i dostupnost potravin ovlivňují naše stravovací návyky.

[Celý záznam](#)

Virtuální bytovka jako posilovna pro mozek

V Národním ústavu duševního zdraví vzniká v rámci projektu DigiWELL počítačová hra, která seniory zavádí do virtuálního bytového domu. „Hlavním smyslem hry je zábavnou a přirozenou formou podpořit u seniorů trénink paměti a dalších kognitivních schopností,“ říká **Dr. Natalie Bergmann**. „Díky tomu se úkoly nestávají jen ‚suchým cvičením‘, ale propojují se s příběhy a emocemi, což usnadňuje zapamatování,“ dodává.

[Celý rozhovor](#)





Pětina dospělých je ve stresu z online připojení

Nový report výzkumníků z Masarykovy univerzity upozorňuje, že technologie, které vnímáme jako nezbytné, přináší také těžkosti – 17% dospělých cítí tlak z neustálé potřeby být online a 22% uvádí, že digitální prostředí snižuje jejich produktivitu. „V souvislosti s častým používáním technologií nabývá na důležitosti digitální well-being. Digitální well-being je proměnlivá individuální zkušenost sestávající z výhod i nevýhod, které nám používání technologií přináší. Digitální well-being je jednou ze součástí celkového well-beingu a lidé ho dosahují, když dokáží technologie naplno využívat ve svém životě a omezit jejich negativní dopady. Jde o téma, které je ve světě zatím jen málo prozkoumané. Náš report proto přináší jedny z prvních ucelených dat o dospělých na světě,“ vysvětluje **Dr. Michaela Šaradín Lebedíková**, hlavní autorka reportu.

[Přečtěte si článek na webu IRTIS](#)

Jak se dospívající cítí po sextingu?

Nový výzkum týmu VZl vzniklý v rámci projektu DigiWELL ukazuje, jak sexting ovlivňuje prožívání českých adolescentů. „Jde o posílání a přijímání zpráv obsahujících sexuálně laděný text, obrázky či videa s polonahými či nahými osobami,“ vysvětluje **Dr. Michaela Šaradín Lebedíková**, hlavní autorka studie publikované v prestižním časopise New Media and Society. Studie, která pracovala s daty od více než 2500 mladých lidí, přináší překvapivé závěry o emocích, které sexting provázají.

[Přečtěte si článek na webu IRTIS](#)



DigiWELL – Excelentní výzkum v oblasti digitálních technologií a wellbeingu, r.č.CZ. 02.01.01/00/22_008/0004583



Spolufinancováno
Evropskou unií

