

TISKOVÁ ZPRÁVA

Jak se cítím? S tím se na AI obrací třetina dospívajících

Čeští školáci se na umělou inteligenci (AI) obracejí s domácími úkoly, ale také s tím, jak se cítí. Třetina respondentů ji v posledních 30 dnech využila pro pomoc, radu nebo informace o duševním zdraví či emočních problémech. Častěji se chatbota na otázky související s pocity a emocemi ptají dívky. Dospívající, kteří u AI často hledají citovou podporu, zároveň častěji uvádějí psychické obtíže, osamělost a méně podpory v rodině. Vyplývá to z nových dat národní studie HBSC 2026, kterou připravil český tým z olomoucké Univerzity Palackého. Na otázky spojené s využíváním pokročilých jazykových modelů odpovídalo více než 5000 školáků ve věku 11, 13 a 15 let.

AI českým školákům nejčastěji slouží při učení a domácích úkolech. Alespoň jednou týdně ji tak využívá téměř polovina z nich (49 %), mezi patnáctiletými už přibližně dvě třetiny. Jen u školních povinností ale nezůstává. O pocitech a náladách se s chatbotem alespoň jednou týdně radí bezmála 21 % dotázaných a skoro 16 % dětí si s ním povídá, když se cítí osaměle nebo hledá citovou podporu. Vedle vysvětlení učiva tak mladí Češi u AI hledají i radu, jak se vyznat v tom, co prožívají.

Častěji se ptají dívky, důvěřují méně

O pocitech a náladách se s AI alespoň jednou týdně radí téměř čtvrtina dívek (24,1 %), zatímco mezi chlapci je to méně než 18 %. Podobný rozdíl se objevuje i tehdy, když si děti s AI povídají při osamělosti nebo hledají citovou podporu. U důvěry se ale poměr obrací. V navazující otázce, nakolik věří ve správnost, spolehlivost a bezpečnost informací AI o duševním zdraví, odpovědělo „velmi důvěřuji“ 16,5 % chlapců a zhruba 10 % dívek, jež častěji volily zdrženlivější „trochu důvěřuji“.

„Požádat chatbota o radu ještě neznamená bezvýhradně věřit jeho odpovědi. Právě u dívek se častější používání pojí s nižší důvěrou. Může to svědčit o obezřetnějším přístupu k tomu, co jim AI nabízí. Zda za tím stojí i lepší porozumění jejím limitům, bychom ale museli zkoumat dál,“ vysvětluje Petr Baďura, datový analytik českého týmu studie HBSC.

U AI hledají oporu, doma jí vnímají méně

Školáci, kteří si s AI denně povídají při pocitech osamělosti nebo u ní hledají citovou podporu, častěji uvádějí také psychické obtíže. Zvýšené riziko deprese podle dat z letošní studie HBSC vykazuje 40,3 % z nich. Mezi těmi, kteří AI k tomuto účelu využívají zřídka nebo nikdy, je to ale jen 11,2 %. Rozdíl je patrný i v rodinném zázemí. Silnou podporu doma vnímá přibližně třetina školáků (34 %), kteří u AI denně hledají společnost nebo citovou oporu. Mezi dětmi, které se na ni ze stejných důvodů obracejí zřídka nebo nikdy, je to téměř 61 %. Z těchto výsledků ale nelze vyvozovat, že psychické obtíže způsobuje právě umělá

inteligence. Děti u ní mohou hledat pomoc právě proto, že se už necítí dobře nebo jim opora v okolí chybí.

Od jedné otázky k pravidelnému rozhovoru

Ne každý, kdo se AI ptá na duševní zdraví, u ní hledá každodenní oporu. Třetina českých školáků ji v posledních 30 dnech využila pro pomoc, radu nebo informace o psychických či emočních problémech. Dalších přibližně 21 % má takovou zkušenost z dřívějška. Celkem tedy více než polovina dotázaných. Za těmito čísly se ale mohou skrývat různé potřeby: od hledání informací po osobní radu. Samotná zkušenost s chatbotem proto ještě neznamena, že ho dítě považuje za svého terapeuta.

„Nestačí vědět, že dítě používá AI. Zajímejme se, s čím se na ni obrací. Jestli potřebuje poradit s úkolem, nebo si chce s někým popovídat, protože se cítí samo. A také jestli má člověka, se kterým může o stejných věcech mluvit osobně,“ říká Michal Kalman, hlavní řešitel studie HBSC v ČR.

O studii a použitých datech

Report Zdravé generace přináší nejnovější výsledky z letošního sběru dat mezinárodní studie [HBSC \(Health Behaviour in School-aged Children\)](#). V roce 2026 na otázky o využívání AI odpovídalo více než 5000 školáků ve věku 11, 13 a 15 let ze všech 14 krajů ČR. Český výzkumný tým působí na Univerzitě Palackého v Olomouci. [Zdravá generace](#) na datech HBSC dlouhodobě ukazuje, jak české děti žijí a co ovlivňuje jejich zdraví. Vedle AI se věnuje také [spánku](#), [rizikovému chování](#) nebo [sociálním sítím a hraní her](#), které přiblížila v předchozích reportech.

Kontakt pro média

Mgr. Michal Kalman, Ph.D.

Univerzita Palackého v Olomouci, hlavní řešitel studie HBSC v ČR

M: +420 777 752 822

E: michal.kalman@upol.cz

Mgr. Petr Baďura, Ph.D.

Univerzita Palackého v Olomouci, datový analytik české části studie HBSC

M: +420 777 703 154

E: petr.badura@upol.cz