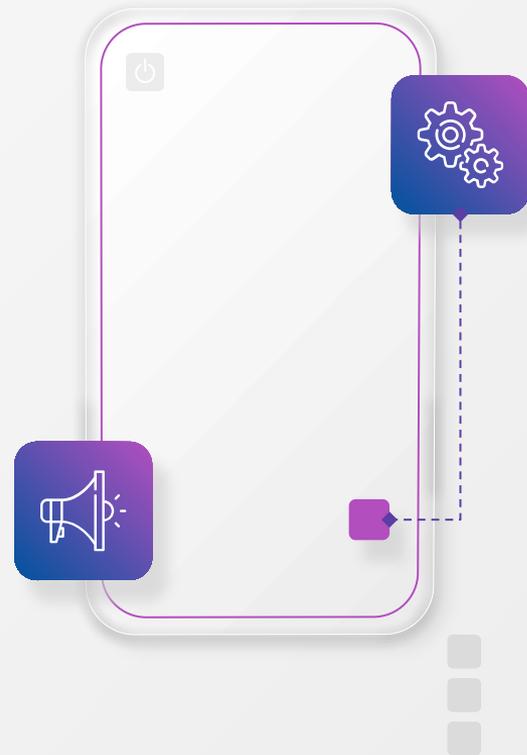


Nadměrné užívání internetu & Porucha hraní na internetu

Jana Blahošová



OBSAH



01
ČAS ONLINE &
ONLINE
ZÁVISLOSTI

02
DIAGNOSTICKÉ
MANUÁLY &
KRITÉRIA

03
HRANÍ ONLINE
HER

04
PREVALENCE &
RIZIKOVÉ
FAKTORY

ONLINE ZÁVISLOSTI

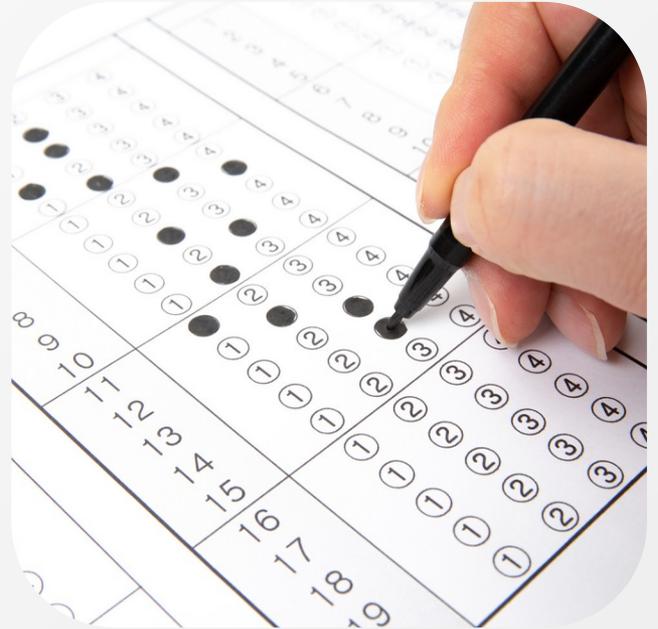
**Social media
addiction**

**Smartphone
addiction**

**Internet
addiction**

**Gaming
addiction**

KVÍZ



01 ČAS ONLINE & ONLINE ZÁVISLOSTI



KLÍČOVÁ ČÍSLA

64,4 % celosvětové populace

používá internet (5,16 miliardy lidí)



92,3 % uživatelů internetu

používá k připojení k internetu mobilní zařízení



6 hodin 37 minut

průměrný denní čas na internetu

OTÁZKA 1

**Kolik času strávíte denně
používáním internetu (v
hodinách)?**

Jak náročné bylo odpovědět?

SELF-REPORT A MĚŘENÍ ČASU

RECALL BIAS

Některé události, zvláště ty více v minulosti, si vybavujeme nepřesně a nekompletně.

RYCHLE & FRAGMENTOVANÉ UŽÍVÁNÍ

SOCIÁLNÍ ŽÁDOUCNOST

V kontextu výzkumu tendence odpovídat tak, jak si myslíme, že budeme vypadat lépe.

Zejména studie týkající se sensitivních témat (sexuální chování, závislosti,...).

OTÁZKA 2

Kolik času denně na internetu je příliš (v hodinách)?

JE ČAS DOBRÝ INDIKÁTOR?

KOLIK JE OK, KOLIK UŽ PŘÍLIŠ? NEKONZISTENTNÍ

Některé výzkumy se snažily určit, jaký čas strávený na internetu je indikátorem závislostního užívání.

Čas v takových studiích variuje mezi 4 až 8 hodinami za den (na telefonech).

ČAS NENÍ NUTNĚ PROBLÉM

Škála aktivit, k nimž využíváme internet, se stále rozšiřuje.

Zvyšuje se dostupnost internetu na chytrých zařízeních.

Důležitý je kontext (e.g., práce a škola online)

OTÁZKA 3

Pravda nebo ne?

**Čím více času trávíte online,
tím více jste závislý/závislá
na internetu.**

NEPRAVDA

ZÁKLADNÍ DEFINICE

Nadměrné či problematické užívání internetu je problémové chování, které se projevuje jako **velké zaujetí internetem, změnami nálad, potížemi s omezováním času online a následnými konflikty se sebou i ostatními.**

Hlavním kritériem není čas strávený online, ale spíše jeho **důsledky na fungování jedince v každodenním životě.**

**Griffiths
(2000)**

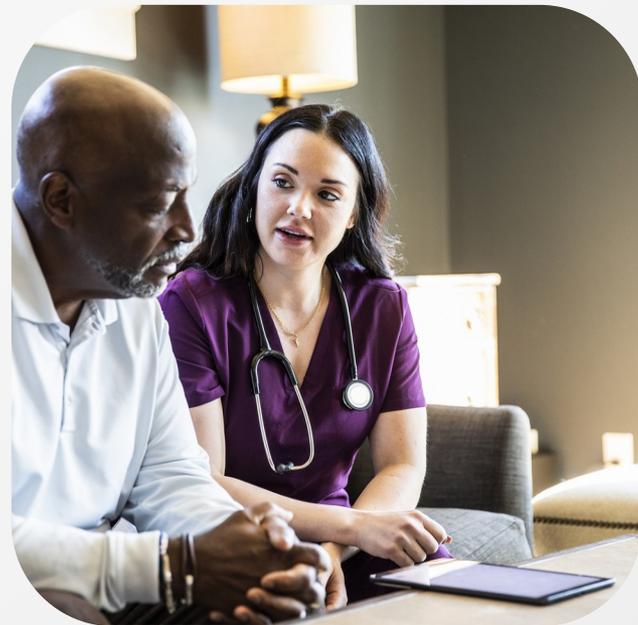




AKTIVITA 1
Jaké faktory mohou být důležité při rozhodování, zda má jedinec problémy s nadměrným užíváním internetu?



02 DIAGNOSTICKÉ MANUÁLÝ & KRITÉRIA



ZÁVISLOST NA INTERNETU

1995

Ivan Goldberg: První kritéria pro diagnózu závislosti na internetu

**OD ROKU
2000**

Návrhy dalších kritérií založených na různých přístupech (např. **Mark Griffiths**)

1998

Kimberley Young: Vytvořila diagnostická kritéria adaptací kritérií patologického hráčství

KRITÉRIA BEHAVIORÁLNÍCH ZÁVISLOSTÍ



**VÝZNAČN
OST**
(Salience)



**ZMĚNY
NÁLADY**
(Mood
modification)



**ZVYSOVLÁNÍ
TOLERANCE**
(Tolerance)



**ABSTINENČNÍ
PŘÍZNAKY**
(Withdrawal
symptoms)



KONFLIKT
(Conflict)



RECIDIVA
(Relapse)

OTÁZKA 4

Pravda nebo ne?

**Závislost na internetu není
oficiálně zahrnuta v
diagnostických manuálech.**

PRAVDA

ZÁVISLOST NA INTERNETU

1995

Ivan Goldberg: První kritéria pro diagnózu závislosti na internetu

**OD ROKU
2000**

Návrhy dalších kritérií založených na různých přístupech (např. **Mark Griffiths**)

1998

Kimberley Young: Vytvořila diagnostická kritéria adaptací kritérií patologického hráčství

Zařadit závislost na internetu do diagnostických manuálů?

DIAGNOSTICKÉ MANUÁLY

DS M

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

Diagnostický nástroj publikovaný
APA – American Psychiatric
Association

Aktuální verze je DSM-5 (2013)

ICD (MKN)

International Classification of Diseases (Mezinárodní klasifikace nemocí)

Diagnostický nástroj
publikovaný WHO – World
Health Organization

Aktuální verze je ICD-11
(2019)

ZÁVISLOST NA INTERNETU A DIAGNOSTICKÉ MANUÁLY

Diagnostické manuály rozlišují následující kategorie závislostí:



Diskuze, zda ji zařadit do behaviorálních závislostí v manuálech

ZÁVISLOST NA INTERNETU A DIAGNOSTICKÉ MANUÁLY

Obecná Internet Addiction nebyla zařazena do
diagnostických manuálů

DSM-5	ICD-11
(2013)	(2019)

Oba manuály zařadily Internet Gaming Disorder (DSM-5 do příloh s tím, že je potřeba další výzkum)

PROČ?

Jednalo by se o vytvoření nové kategorie „nemoci“, která by dále rozvíjela již tak rozsáhlý seznam duševních „poruch“.

U některých přesvědčení, že jde o patologizaci běžného chování.



TERMÍ NY

Internet addiction

Compulsive internet use

Internet overuse

Excessive internet use

Pathological internet use

Online addiction

UKÁZKA MĚŘENÍ EIU EU KIDS ONLINE SCALE

Jak často se ti během posledních 12 měsíců staly následující věci?

Odpovědi

Nejedl/a jsem nebo nespál/a kvůli internetu.

Přistihl/a jsem se, že jsem na internetu, i když mě to moc nebaví.

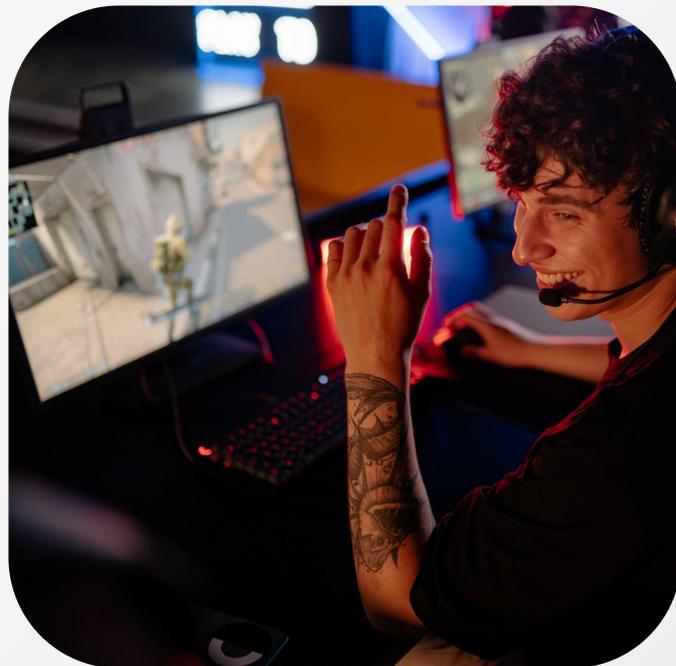
Cítil/a jsem se nepříjemně, když jsem nemohl/a být na internetu.

Zanedbával/a jsem rodinu, přátele, nebo školu kvůli času strávenému na internetu.

Snažil/a jsem se omezit čas, který trávím na internetu, ale neúspěšně.

Nikdy – Nanejvýš párkrát – Několikrát do měsíce –
Několikrát do týdne – Každý den – Několikrát denně

03 HRANÍ ONLINE HER





AKTIVITA 2
Jaká jsou pozitivní
hraní her?

Jaká jsou negativní
hraní her?



POZITIVA & NEGATIVA HRANÍ

PŘIROZENÁ A STIMULUJÍCÍ AKTIVITA

Hraní jako způsob trávení času s přáteli, budování intimity v přátelství

KONTAKT S NÁSILNÝM OBSAHEM

Některé studie našly spojení mezi hraním násilných her a agresivitou

ONLINE HER ZAČLENĚNÍ DO SKUPINY

Zvyšuje pocit akceptace ve skupině

CHARAKTERISTIK Y HER

Specifické charakteristiky her mohou podporovat patologické hraní

ZVYŠENÍ SEBEVĚDOMÍ A VLASTNÍ AUTONOMIE

Plnění úkolů, odměny, zvyšování úrovně, sociální status

ZTRÁTA ZÁJMU O OFFLINE AKTIVITY

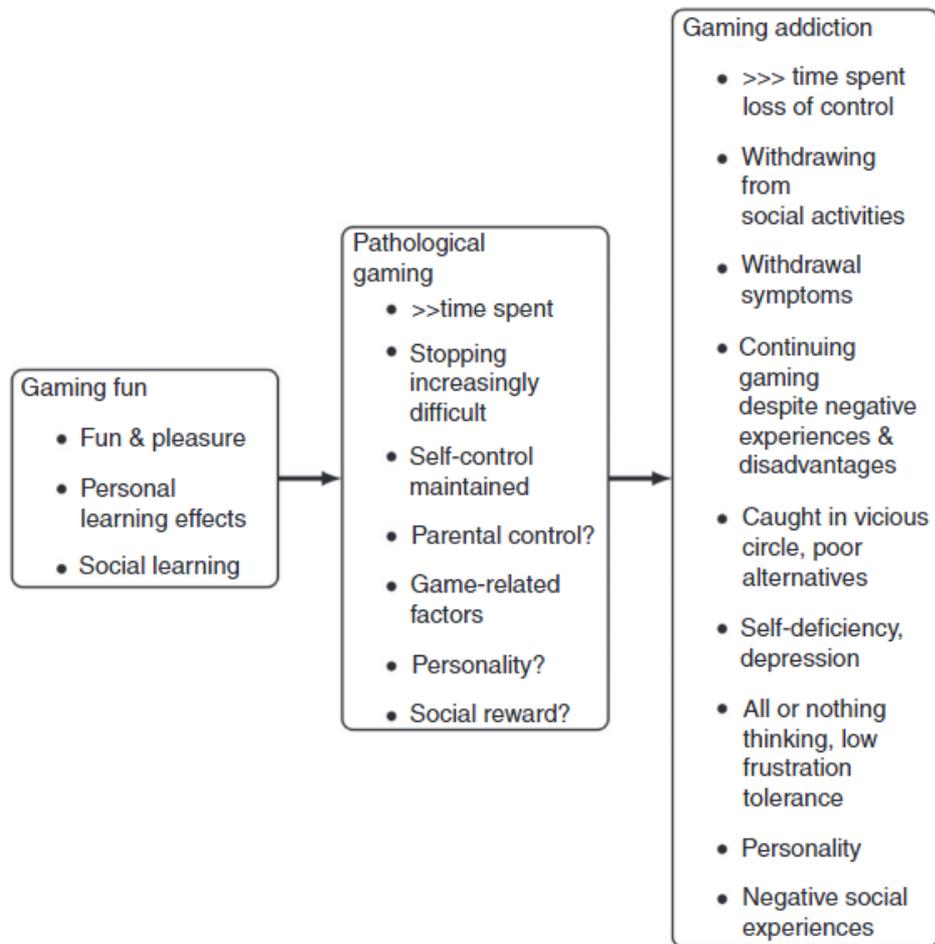
Hraní se může stát atraktivnější, odměny za hraní mají větší důležitost

HRANÍ HER

Ne každé vysoké zaujetí online hraním musí mít negativní dopady

Rozlišení „**high engagement**“ a „**addiction**“ (Carlton & Danforth, 2004)

Kontinuum od zábavy po závislostní hraní



INTERNET GAMING DISORDER (PORUCHA HRANÍ NA INTERNETU)

Diagnostická kritéria pro IGD v DSM-

5:

Internetové hry se stávají dominantní aktivitou.

Pokud k nim jedinec nemá přístup, objevuje se podráždění, úzkost, smutek.

Potřeba trávit stále více času hraním internetových her.

Nedostatečná kontrola nad hraním internetových her.

Ztráta zájmu o dřívější koníčky a zábavu.

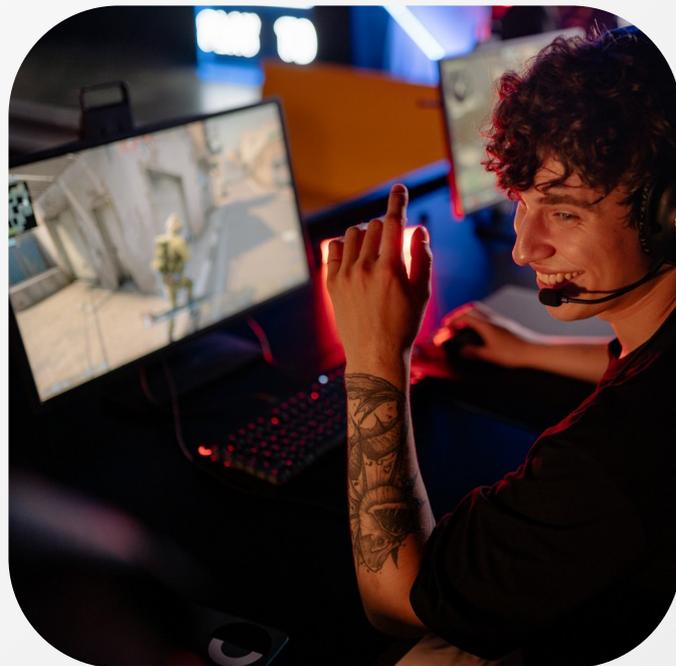
Nepřestávající excesivní hraní i přes znalost psychosociálních problémů.

Klamání ostatních ohledně času stráveného hraním.

Útěk či úleva od negativních emocí či problémů v podobě hraní (pocity viny, beznaděje).

Ztráta důležitých aspektů života (vztahů, práce, kariéra...).

04 PREVALENCE & RIZIKOVÉ FAKTORY



OTÁZKA 5

**Kolik procent světové
populace může patřit mezi
patologické hráče online her?**

PREVALENCE ONLINE ZÁVISLOSTÍ

Metaanalýza 113
studií

Obecná internetová závislost
Porucha hraní na internetu
(IGD)

693 tisíc
respondentů

Studie mezi lety
1996-2018 31 států



PREVALENCE ONLINE ZÁVISLOSTÍ



Obecná internetová
závislost

cca 7 %

Porucha hraní na
internetu (IGD)

cca 2,5 %



Různé měřicí nástroje, škály
Různé populace z různých
států

Odlišné prevalence na základě použité
škály
Self-reportové měření

EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH

Projekt EU Kids Online IV 2017-2018

Reprezentativní vzorky dětí z 19 evropských států včetně ČR (N = 21 964, 9-16 let)

Excesivní užívání internetu – EU Kids Online škála, otázky založeny na výše uvedených faktorech dle Griffithse (jen 5 kritérií)



EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH 12-16 LET

Jak často se ti v uplynulém roce staly tyto věci?

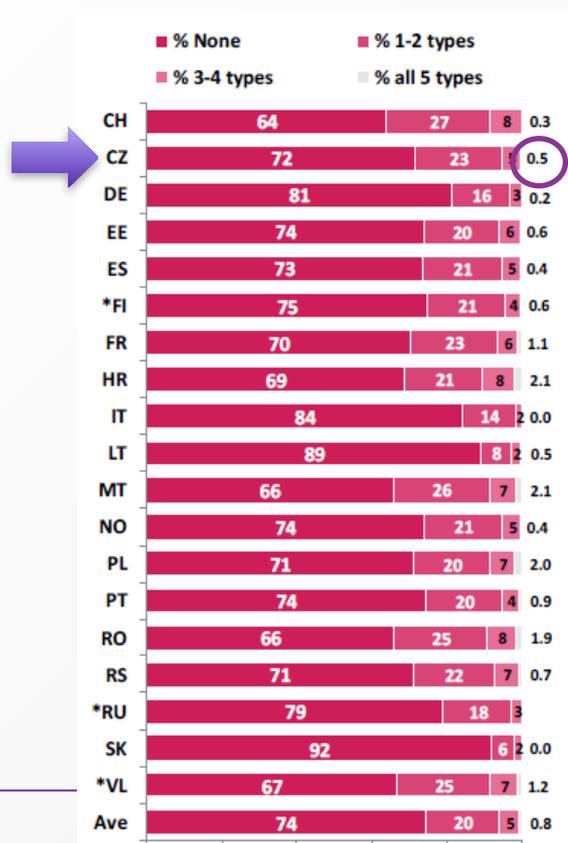
	I have gone without eating or sleeping because of the internet	I have felt bothered when I cannot be on the internet	I have caught myself using the internet although I'm not really interested	I have spent less time than I should with either family, friends or doing schoolwork because of the time I spent on the internet	I have tried unsuccessfully to spend less time on the internet
CH	4	13	14	17	14
CZ	4	8	14	9	13
DE	1	10	8	7	7
EE	4	5	15	11	14
ES	2	9	11	13	10
*FI	4	6	11	15	10
FR	5	16	8	19	7
HR	5	19	15	17	13
IT	0	5	5	9	5
LT	2	3	5	7	4
MT	6	12	13	19	20
NO	4	8	12	16	9
PL	6	17	16	12	10
PT	3	11	15	10	8
RO	11	13	11	14	15
RS	4	10	11	18	12
*RU	1	6	12	6	9
SK	1	3	5	4	5

EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH 12-16 LET

Procenta adolescentů podle počtu kritérií EIU, které zažívali alespoň týdně nebo denně.

0,5 % českých adolescentů reportovalo, že prožívali všech 5 kritérií EIU (denně nebo týdně).

0 až 2,1 % adolescentů napříč státy prožívalo 5 kritérií EIU (denně nebo týdně). U těchto dětí můžeme předpokládat, že jsou to excesivní uživatelé.



OTÁZKA 6

**Napadá vás nějaký
rizikový faktor
nadměrného užívání
internetu?**

RIZIKOVÉ FAKTORY

Faktory vyskytující se
společně se
symptomy online

jeví se, že přítomnost zvyšuje
pravděpodobnost výskytu
problematického užívání internetu
(hraní her).

Příčiny či důsledky
problematického užívání
internetu (hraní her)?

FAKTORY SPOJENÉ S ONLINE ZÁVISLOSTMI



Nízké sebevědomí
Symptomy úzkosti a deprese
Stress
Nízká emoční stabilita, impulsivita
Sociální izolace, osamělost
Strategie zvládnání stresových situací



Nedostatek plnohodnotných vztahů
Situace v rodině (vzdělání rodičů, finance, rekreační aktivity)
Vztahy a konflikty s rodiči



Počet hodin online
Konkrétní aktivity online (hraní her, sociální sítě, online gambling, online nakupování)

TAKE HOME MESSAGE

Co si odnášíte z
této lekce?

Více času online \neq
závislost
Závislost \neq nadměrné
užívání internetu či
nadměrné hraní
Záleží na rizikových
faktorech
Užívejte pojem závislost
opatrně.





Otázky?

Jana Blahošová
blahosovajana@gmail.com



CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**,
and includes icons by **Flaticon** and infographics & images by
Freepik

ZDROJE

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Griffiths, M. D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use, 10*(4), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Halbrook, Y., O'Donnell, A. T., & Msetfi, R. M. (2019). When and how video games can be good: A review of the positive effects of video games on Well-Being. *Perspectives on Psychological Science, 14*(6), 1096-1104. <https://doi.org/10.1177/1745691619863807>
- Kemp, S. (2023). *Digital 2023: Global overview report*. <https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report>
- Pan, Y. C., Chiu, Y. C., & Lin, Y. H. (2020). Systematic review and meta-analysis of epidemiology of internet addiction. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 118*, 612-622. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.08.013>
- Paulus, F. W., Ohmann, S., Von Gontard, A., & Popow, C. (2018). Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology, 60*(7), 645-659.
- Ryding, F. C., & Kuss, D. J. (2020). Passive objective measures in the assessment of problematic smartphone use: A systematic review. *Addictive Behaviors Reports, 11*, 100257. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100257>
- Sewall, C., Bear, T., Merranko, J., & Rosen, D. (2020). How psychosocial well-being and usage amount predict inaccuracies in retrospective estimates of digital technology use. *Mobile Media and Communication, 8*(3), 379-399. <https://doi.org/10.1177/2050157920902830>
- Šmahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01of0>
- Vondrackova, P., & Šmahel, D. (2017). Internet Addiction in Context. In *Encyclopedia of Information Science and Technology, Fourth Edition* (pp. 4223-4233). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-2255-3.ch366>
- Verbeij, T., Pouwels, J. L., Beyens, I., & Valkenburg, P. M. (2021). The accuracy and validity of self-reported social media use measures among adolescents. *Computers in Human Behavior Reports, 3*, 100090. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100090>