

# Univerzita Karlova v Praze

1. lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



**Bakalářská práce**

*Eliška Šubrtová*

**Závislostní chování na internetu v souvislosti se zkušenostmi  
s návykovými látkami u dětí základních škol v Libereckém kraji**

**Addictive behavior on the Internet in connection with the experience with drugs  
among children of elementary schools in the Liberec Region**

Vedoucí závěrečné práce: Mgr. Jaroslav Vacek

Praha  
2012

## **PROHLÁŠENÍ**

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracovala samostatně a že jsem řádně uvedla a citovala všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze .....Eliška Šubrtová

.....

## **IDENTIFIKAČNÍ ZÁZNAM**

ŠUBRTOVÁ, Eliška. *Závislostní chování na internetu v souvislosti se zkušenostmi s návykovými látkami u dětí základních škol v Libereckém kraji [Addictive behavior on the Internet in connection with the experience with drugs among children of elementary schools in the Liberec Region]*. Praha, 2012, 50 stran, 2 přílohy. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Studijní program: Specializace ve zdravotnictví Studijní obor: Adiktologie/ Ústav 1. LF UK 2012. Vedoucí závěrečné práce Mgr. Vacek, Jaroslav.

## **PODĚKOVÁNÍ**

Chtěla bych poděkovat vedoucímu své bakalářské práce Mgr. Jaroslavu Vackovi, za odborné vedení, za pomoc a rady při zpracování této práce.

## **ABSTRAKT**

Na základě aktuální problematiky rozsáhlého užívání internetu a zvyšujícího se počtu mladších dětí užívajících návykové látky jsem si vybrala téma závislostního chování na internetu v souvislosti s užíváním návykových látek u dětí základních škol v Libereckém kraji. Hlavním cílem této práce je zjistit, jaká je prevalence závislostního chování na internetu, jaká je prevalence závislostního chování ve vztahu k socio demografickým údajům a nejčastěji užívaným látkám u dané populace. V poslední řadě pak popsat možné rizikové faktory, mající vliv na závislostní chování na internetu. Podkladem pro práci byly získané poznatky z odborné literatury a dosud provedených studií, zabývajících se touto problematikou. Teoretická část obsahuje popis vývojového období pubescence v souvislosti s užíváním návykových látek a závislostním chováním na internetu, nejčastěji užívané internetové aktivity a návykové látky u dětí a také charakteristiku závislostního chování na internetu (včetně některých dosud provedených prevalenčních studií). Ke konci jsou pak uvedeny výsledky ze studií, které potvrzují zvýšený výskyt užívání návykových látek u závislých jedinců na internetu. Praktická část byla podložena samotným výzkumem, zabývala se popisem metodiky práce a jednotlivých výsledků z realizovaného výzkumu. K dosažení cílů výzkumu bylo použito tří výzkumných otázek. Šetření se zúčastnilo celkem 5 škol z Libereckého kraje, výzkumný soubor tvořilo 324 respondentů ve věku od 10 do 15. Data byla sbírána formou kompilovaného dotazníku a zpracovávána pomocí matematicko-statistických postupů s využitím SPSS softwaru, pro zjištění hladiny statistické významnosti pak Spearmanovy korelační analýzy a testu dobré shody. Pro zjištění průměrné hodnoty škály závislosti byl použit t- test. Jsou zde uvedeny výsledky prevalence závislostního chování na internetu, která je 5,3 % u dané populace, dále pak byly zjištěny nejčastěji užívané internetové aktivity závislých/ohrožených jedinců a rozdíly závislostního chování ve vztahu k věku, pohlaví a velikosti sídla, nebo rozdíly v užívání návykových látek u závislých a nezávislých jedinců na internetu. Jelikož je internet každodenní aktivitou většiny dospívajících, doporučuji, zejména rodičům a pedagogům na základních školách tomuto tématu věnovat pozornost.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

internet, závislostní chování, prevalence, návykové látky, žáci základních škol

## **ABSTRACT**

Based on actual problems extensive use of the Internet and the increasing number of younger children using addictive substances I chose the topic Addictive behavior on the Internet in connection with the experience with drugs among children of elementary schools in the Liberec Region. The main goal of the study is: determine the prevalence of addictive behavior on the Internet, determine the context of demographic data and determine the context of drug use. Finally describe risk factors affecting the addictive behavior. The basis for the work was the scientific literature and studies of this topic. The theoretical part describes the developmental phase of adolescence in relation to substance use and dependency behavior on the Internet, the most common Internet activities and addictive substances in children and the characteristics of addictive behavior on the Internet (including some previously conducted prevalence studies). At the end we present some results of studies that confirm the increased incidence of drug use in addicted individuals on the Internet. The practical part was supported by the research itself, dealt with the description of the methodology of work and the individual results of the research. To achieve the objectives of the research was used three research questions. The survey was a total of 5 schools in the Liberec region, the sample consisted of 324 respondents aged 10 to 15. Data were collected through a questionnaire compiled and processed through mathematical and statistical procedures using SPSS software to determine the level of statistical significance Spearmanov correlation analysis and test of goodness of fit. To determine the average range dependence has been used t-test. There are the results of the prevalence of addictive behavior on the Internet, which is 5.3% of the population, then identified the most common Internet activities dependent / nondependent individuals and differences of addictive behavior in relation to age, sex and size of settlements, or differences in the use of substance abuse in dependent and independent individuals on the Internet. As the Internet daily activity of most teenagers I recommend especially parents and teachers in primary schools to pay attention to this issue.

## **KEY WORDS**

Internet, addictive behavior, prevalence, addictive substances, pupils of elementary schools

## OBSAH

I.	ÚVOD .....	9
II.	TEORETICKÁ ČÁST.....	11
1	INTERNET A NÁVYKOVÉ LÁTKY V HLAVNÍ ROLI VÝVOJOVÉHO OBDOBÍ PUBESCENCE.....	12
1.1	MODALITY VYUŽÍVÁNÍ INTERNETU DĚTMI.....	13
2	ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ NA INTERNETU .....	15
2.1	HISTORIE, DIAGNOSTIKA .....	15
2.2	KLASIFIKACE ZÁVISLOSTNÍHO CHOVÁNÍ NA INTERNETU .....	17
2.2.1	ZÁVISLOST NA FACEBOOKU.....	18
2.3	PREVALENCE ZÁVISLOSTNÍHO CHOVÁNÍ NA INTERNETU .....	19
3	UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK U DĚTÍ .....	20
3.1	TABÁK.....	21
3.2	ALKOHOL .....	22
3.3	KONOPNÉ DROGY .....	22
4	VÝSKYT NADMĚRNÉHO UŽÍVÁNÍ INTERNETU SPOLU S UŽÍVÁNÍM NÁVYKOVÝCH LÁTEK .....	23
III.	PRAKTICKÁ ČÁST.....	25
5	CÍLE VÝZKUMU .....	26
6	VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	26
7	METODIKA VÝZKUMU.....	26
7.1	METODY SBĚRU DAT .....	26
7.2	VÝZKUMNÝ SOUBOR.....	27
7.3	METODY ANALÝZY DAT .....	28
7.4	ETIKA .....	28
8	VÝSLEDKY VÝZKUMU .....	29
8.1	POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU.....	29
8.2	PREVALENCE ZÁVISLOSTNÍHO CHOVÁNÍ NA INTERNETU .....	30
8.2.1	VE VZTAHU K VELIKOSTI SÍDLA.....	32
8.2.2	VE VZTAHU K POHLAVÍ.....	33
8.2.3	VE VZTAHU K VĚKU .....	34
8.3	DOBA STRÁVENÁ U POČÍTAČE JAKO VLIV NA ZÁVISLOSTNÍ/OHROŽENÉ CHOVÁNÍ INTERNETEM .....	35

8.4	ZKUŠENOST UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK U ZÁVISLÝCH NEBO OHROŽENÝCH JEDINCŮ INTERNETEM.....	36
8.5	AKTIVITY NA INTERNETU SE ZÁVISLOSTNÍM POTENCIÁLEM .....	38
IV.	DISKUZE .....	40
V.	ZÁVĚR.....	45
VI.	POUŽITÁ LITERATURA .....	46
VII.	PŘÍLOHY .....	50
	PŘÍLOHA Č. 1: Informovaný souhlas rodičů.....	50
	PŘÍLOHA Č. 2 : Výzkumný dotazník .....	50

# I. ÚVOD

Práce se zabývá rizikovým chováním žáků druhého stupně, tedy u dětí ve věku 11 - 15 let., které si procházejí významným vývojovým obdobím dospívání – pubertou. A právě období dospívání hraje v oblasti závislosti určitou roli, jak píše Broža (2003) „*dospívání je složitý komplex změn v životě jedince vedoucí k vývoji od nezralého a závislého jedince k jedinci relativně soběstatečnému – dospělému*“ (p. 232).

Období puberty a vůbec celého dospívání se vyznačuje celou řadou změn. Mladý člověk vnímá svět novými očima, začíná hledat svoji identitu a má své názory, které se pokouší prosazovat. Začíná si všímat, že existuje i druhé pohlaví. Rodiče se mu zdají nechápaví, netolerantní a přehnaně starostliví. Neshoda s nimi, ale i s ostatními dospělými – učiteli, se u dospívajícího může projevat zvýšenou impulzivitou, opovrhováním a netolerováním autorit.

Volný čas začíná trávit více s kamarády, se kterými si rozumí a se kterými mnohdy poznává, jak chutná zakázané ovoce – návykové látky. Vzrušení, které prožívá při kouření tabáku za školou a pití alkoholu na lavičce v parku, je nové a líbivé. Pravidelné užívání návykových látek se pak může stát každodenním rituálem. S rizikem následného vytvoření návyku na droze.

Ve chvílích, kdy se s kamarády nevidí osobně, využívá komunikačních služeb moderní doby – *internetu*. A proč internet? Protože internet nabízí celou škálu zábavy a informací. Hraní online her, stahování filmů, komunikace a seznamování s lidmi z celého světa v rámci sociálních sítí je lákavé. Stejně tak jako u častého užívání drog může vzniknout návyk, stejně tak může vzniknout i na internetu. V odborné literatuře se pak návyk na internetu nazývá „závislostním chováním“.

Protože problematika nadměrného užívání internetu a jeho negativního dopadu na člověka je zřejmá, bude závislost na internetu zařazena do 5. revize Diagnostického a statistického manuálu duševních poruch (American Psychiatric Association [APA], 2012). V Mezinárodní klasifikaci nemocí se řadí mezi návykové a impulsivní poruchy, stejně jako patologické hráčství pro jejich podobné vlastnosti.

Vzhledem k tomu, že daná problematika závislosti na internetu a užívání návykových látek je aktuálním tématem u populace mladých náctiletých, rozhodla jsem se zjistit, jaká je jejich prevalence u dětí druhého stupně základní školy v Libereckém kraji. Liberecký kraj jsem vybrala na základě toho, že zde bydlím a domnívám se, že výskyt daného problémového chování bude značný. Navíc na českolipských školách, kde se výzkum převážně realizoval, se nevyskytuje specifický program primární prevence, který se v prevenci vzniku rizikového chování na základních školách jinak používá. Proto by tato studie o prevalenci rizikového chování mohla být startem pro další studie, týkající se například zájmu tamních škol o zařazení specifického programu primární prevence do školního plánování.

Další problematikou, kterou se práce zabývá, je společný výskyt závislostního chování na internetu a užívání návykových látek, o kterém se například ve spojitosti s tabákem zmiňuje Kim et al.(2010).

Pro uvedení do jisté problematiky jsem se rozhodla do teoretické části zahrnout stručnou charakteristiku vývojového období pubescence ve vztahu k závislostem. Dále historii, diagnostiku a specifika závislostního chování internetu. Práce pak informuje prostřednictvím výsledků jednotlivých studií o prevalenci závislostního chování, o jeho společném výskytu s užíváním návykových látek, o nadměrném užívání internetu a nejčastějších online aktivitách u dětí a o výskytu nejčastěji užívaných látek u dětí. Zmiňuje se také o nové problematice spojenou s užíváním Facebooku.

Pro zjištění dat o závislostním chování na internetu u vybrané populace jsem použila dotazník, který na reprezentativním vzorku 1 381 českých respondentů použili Šmahel, Blinka, Vondráčková a Godoy - Etcheverry (2009). Zvláště pak pro to, že se dané výsledky o prevalenci budou moci srovnávat. Právě údaje o prevalenci závislostního chování na internetu a Facebooku budou obsaženy v praktické části. Praktická část bude dále obsahovat informace výskytu činností s největším závislostním potenciálem (o závislostním chování na internetu ve vztahu ke zkušenostem s alkoholem, a tabákem a dále pak výskyt závislostního chování ve vztahu k socio-demografickým údajům – věku, velikosti města a pohlaví).

## **II. TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 INTERNET A NÁVYKOVÉ LÁTKY V HLAVNÍ ROLI VÝVOJOVÉHO OBDOBÍ PUBESCENCE

Období pubescence se považuje za jednu z významných vývojových etap v životě jedince. Na pozadí tohoto období stojí celá řada změn, se kterými se mladý člověk musí potýkat. V důsledku pak nesnadného vyrovnávání se s těmito změnami, může dojít ke vzniku a rozvoji problémového a rizikového chování (Majzlíková, 2009).

Dle Eriksona trvá adolescence (zahrnuje tedy i pubescenci) od 12 do 20 let, kdy úkolem adolescenta je nalezení své identity a osamostatnění se od rodiny pomocí nalezení svého místa ve skupině vrstevníků (Říčan et al., 1995), přijetí reálného obrazu svého těla, ujasnění sexuální orientace a bez nadměrného studu realizovat své potřeby (Hajný, 2003).

Dochází k změnám jak na fyzické, tak psychické úrovni. Mění se způsob myšlení, pubescenti „se hledají“, jsou emočně labilní, přecitlivělí, trpí větší impulzivitou, pocitu nejistoty, méněcennosti a nízkého sebehodnocení (Vágnerová, 2001).

Někteří jedinci se těmto změnám mohou chtít vyhnout, odporovat a dopomáhat si různými nástroji – například návykovými látkami. Stejně tak jako návykové látky mohou pubescentovi dodávat pocity vzrušení a samostatnosti (Hajný, 2003), stejně tak může být internet pro dospívajícího vzrušujícím zážitkem, kde si může dělat, co chce (Šmahel, 2003).

Internet je pro jeho uživatele prostředím, kde mizí veškeré bariéry, stud a nejistota. V navazování kontaktů je v rámci diskuzních skupin daleko jednodušší, pubescent je otevřenější, odvážnější a sebevědomější. Také prosazování svých názorů a tužeb je pomocí online komunikace daleko snazší, než v reálném životě. Virtuální realita dává adolescentovi možnost uniknout od svých problémů, dívky můžou oplývat pocitem, že jsou „hvězdy“. Nejistí dospívající si totiž mohou na internetu svoji identitu měnit, lhát, vymýšlet si (Šmahel, 2003). Frouzová (2008) píše že „*přitažlivost těchto experimentů „úletů“ až „malých psychotických stavů“ je podobná stavu zaujetí vyvolanému chemickými látkami*“ (p. 246).

Pubescent si může vytvořit hned několik identit, které skrývá pod svoji přezdívkou (nickem). Většinou si ji vybírá podle toho, jak chce, aby ho druzí vnímali nebo aby zapadl do určité virtuální skupiny, stejně jako to bývá v reálném světě, kdy užívání drog může být prostředkem pro vstup do určité skupiny. Za každou identitou se pak může skrývat jiná osobnost (Šmahel, 2003).

Období dospívání je také typické pro navazování vztahů s druhým pohlavím. Problémy plynoucí z opakovaných neúspěšných pokusů o navázání vztahu či navázání komunikace s druhým pohlavím se mohou odrazit v budoucí neschopnosti udržet vztah a v případných poruchách sexuální identifikace (Labáth et al., 2001). V otázkách sexuální oblasti se často u dospívajících ve spojitosti s internetem setkáváme s pojmem „cybersex“. Zde dává výměna intimních fotek a detailní popisování svých sexuálních tužeb s dalším online uživatelem pubescentovi možnost projevit se i v oblasti sexuálních tužeb a třeba i agresivních tendencí (Šmahel, 2003).

U některých pubescentů se užívání internetu může stát jakousi posedlostí a každodenní rituálem, na kterém se může stejně jako na droze vytvořit návyk<sup>1</sup>. Mezi nejčastější aktivity na internetu patří komunikační služby (chatování, sociální sítě, a hraní online her), a jak potvrzují následující studie, internet je pro většinu dětí každodenní záležitostí.

## 1.1 MODALITY VYUŽÍVÁNÍ INTERNETU DĚTMI

Studie „EU Kids Online“ z roku 2010 realizována v 25 zemích Evropy, které se zúčastnilo 25 142 dětí ve věku 9-16 let, spolu s jedním z rodičů, informuje o tom, že 75% dětí z České republiky využívá internet denně nebo téměř denně, 72% z nich má

---

<sup>1</sup> Nutno podotknout, že nadměrné užívání internetu neznamená stoprocentní vznik závislostního chování, na vzniku závislosti se podílí celá řada faktorů, které můžeme shrnout například v bio-psycho-sociálním modelu závislosti. „Bio“ složka zahrnuje genetické predispozice, změny na úrovni neurotransmiterů v mozku, libé pocity po užití látky jsou způsobené uvolněním dopaminu, ze studií je prokázáno, že se dostávají jak u látkových tak nelátkových závislostí (Benkovič, 2007). „Psycho“ složka pak jevy (deprese, hledání své identity, pocity méněcennosti, hledání svého místa ve skupině...), které jsem například uvedla v souvislosti s vývojovým obdobím pubescence. A „socio“ složka se zaměřuje na vztahy s rodiči (například problém s autoritami v dospívání, nejasná pravidla- absence rodičovské kontroly chování na internetu), vztahy s vrstevníky (ztotožňování se s nimi - společné hraní online her, komunikace online v „chatových“ místnostech), finanční status rodiny, rasismus...(Nešpor, 2000). Někteří zmiňují ještě spirituální složku, kde spiritualita je něco, k čemu vzhlížím, k nějaké ideji (Kudrle, 2003). O internetu se někdy hovoří ve vztahu ke spiritualitě jako o Bohu, který je nepředvídatelný a všemocný (Henderson, 2000).

pak založen profil na sociálních sítích Facebook, My Space a lide. cz. Mezi nejčastější aktivity dětí ze všech zúčastněných zemí patří využití internetu pro školní práci, hraní online her, sledování videoklipů a využití komunikačních služeb (Livingstone, Haddon, Görzig, & Ólafsson, 2011).

Počátkem roku 2009 výzkumná společnost TNS AISA zrealizovala pro nadaci Naše dítě bezplatný průzkum v českých rodinách týkající se chování dětí na internetu. Studie se zúčastnilo 319 rodin s dětmi ve věku 10-15 let. Email, poslouchání hudby, využívání služeb okamžité komunikace ICQ a MSN patří mezi nejvyužívanější služby na internetu. Nejčastěji využívají služby děti kolem 14 -15 let. U kategorie hraní online her na internetu převládá věková skupina 10-13. Užívání sociálních sítí (FaceBook) roste s věkem. Až 72% dětí ve věku 14-15 let uvedlo, že chatuje každý den. (TNS AISA, 2009).

Podobné výsledky vyšly už v roce 2001, v Kanadě. Šetření se zúčastnilo na 5 682 dětí ve věku 9- 17 let. Mezi nejčastější aktivity patřily komunikační aplikace ICQ a MSN Messenger (Media Awareness Network [MNet], 2001).

V roce 2008 byla provedena studie mezi 2 735 singapurskými studenty ve věku 12-18 let. Bylo zjištěno, že až 17, 9% dětí užívá internet denně víc jak 5 hodin, častěji pak chlapi. (Mythily, Qiu and Winslow, 2008).

Už v roce 1996 se Kimberley Young zmiňuje o značeném výskytu komunikačních služeb, jako jsou chat, diskusní skupiny, MUDs hry nebo email u dětí závislých na internetu (Young, 1996). Závislost na online hrách (MMORPG) zkoumali například Hastings – Wiemer & Brien (2005). Z jejich výsledků vyplývá, že hráči sice tráví mnoho času na internetu, ale ne z důvodu posilování sebedůvěry nebo zabavení se. Hráči MMORPG uvádějí, že i kdyby nehráli jeden den, nebyli by podráždění a dokázali by si najít jinou činnost. Nevykazují tedy znaky závislostního chování.

V souvislosti s nadměrným užíváním internetu se u člověka postupem času rozvíjí problémy, jako jsou například deficit spánku související s ponocováním, degradace partnerských vztahů, nevěnování se svému partnerovi na úkor vytvořeného virtuálního vztahu, podrážděnost, deprese, u dětí pak špatné studijní výsledky apod. (Young, 1996). Člověk navzdory svým problémům pokračuje v užívání internetu, a stává se na něm pomalu závislým...

## 2 ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ NA INTERNETU

### 2.1 HISTORIE, DIAGNOSTIKA

Poprvé, kdo stanovil první podobu závislosti na internetu, byl Ivan Goldberg, podle něhož se vzorec tohoto maladaptivního chování projevuje třemi nebo více následujícími symptomy, které se vyskytují kdykoli po dobu 12 měsíců: 1) *Tolerance* 2) *Abstinenční syndrom- charakteristický 2 a více z následujících bodů, rozvíjejících se několik dnů až 1 měsíc po kritériu č. 1: Psychomotorický neklid, Úzkost, Obsesivní myšlenky o tom, co se děje na internetu, Fantazie nebo sny o internetu, Vědomý či nevědomý pohyb prstů, jako při psaní* 3) *Internet je využíván častěji nebo delší dobu, než bylo myšleno*, 4) *Trvalá touha a snaha o zkrácení, omezení nebo kontroly využívání internetu*, 5) *Mnoho času je tráveno činnostmi souvisejícími s internetem* 6) *Na úkor užívání internetu jsou odsunuty důležité sociální, pracovní nebo rekreační aktivity* 7) *Využívání internetu pokračuje i přes přetrvávající nebo se opakující fyzické, sociální, pracovní, nebo psychologické problémy* (Goldberg, 1995).

O rok později pak psycholožka Kimberley Young vytvořila diagnostická kritéria závislosti na internetu (Vacek, Vondráčková Holcnerová, & Košatecká, 2009). Její screeningový dotazník obsahuje 8 otázek (například: jste posedlí internetem – přemýšlíte o předchozí či budoucí činnosti na internetu? Potřebujete zvyšovat strávený čas pro dosažení kýženého uspokojení; pokoušeli jste se opakovaně neúspěšně omezit dobu strávenou na internetu? Jste pak při jeho omezování neklidní, depresivní? Zůstáváte online déle, než jste původně chtěli? Ohrozili jste svým užíváním svůj partnerský, pracovní nebo jiný důležitý vztah?) Ten, který odpoví na pět a více otázek „ano“, je považován za uživatele závislého na internetu (Young, 1996).

K určení prevalence závislostního chování na internetu v této studii bych mohla použít výše zmiňovaných kritérií, avšak vhodnější bude mírně upravený dotazník, vytvořený dle vzoru dotazníku Šmahela, Blinky, Vondráčkové a Godoy -Etcheverry (2009).

Tento dotazník jsem si vybrala z jednoho prostého důvodu, a to proto, že byl použit v prevalenční studii závislostního chování v České republice (viz kapitola 2.3). V budoucnu bude tedy možné výsledky těchto studií srovnávat.

Dotazník podle Šmahela, Blinky, Vondráčkové a Godoy- Etcheverry (2009) vychází z diagnostických kritérií závislostního chování na internetu podle Bearda a Woolfa (2001)<sup>2</sup> a také z šesti znaků závislostního chování na internetu podle Griffithse (2000)<sup>3</sup>. Skládá se z pěti dimenzí, kde každá dimenze se skládá ze dvou otázek:

- Výstupek/důležitost: Zanedbáváte někdy své potřeby (jídlo, spánek) kvůli internetu?  
Představujete si někdy, že jste připojeni k internetu, i když nejste?
- Změny nálady: Jste podráždění nebo neklidní, když nejste připojeni k internetu?  
Jste šťastnější, veselejší po připojení k internetu?
- Tolerance: Myslíte si, že trávíte stále více času na internetu?  
Surfujete někdy na internetu, aniž by vás to přímo zajímalo?
- Konflikt: Hádáte se někdy se svými blízkými (rodinou, přáteli, partnery) kvůli době strávené na internetu?  
Utrpí nějak vaše rodina, přátelé, práce nebo záliby z důvodu vašeho stráveného času k internetu?
- Časová omezení: Pokoušeli jste se někdy neúspěšně zkrátit strávenou dobu na internetu?  
Stává se vám, že jste připojeni k internetu déle, než jste původně chtěli?

---

<sup>2</sup>Dotazník se skládal z 8 modifikovaných otázek pro patologické hráčství: Jste posedlí Internetem; k uspokojení potřebujete stále více času; pokoušel jste se neúspěšně omezit dobu strávenou na počítači; jste neklidní, podráždění, depresivní při omezování času stráveného na internetu; zůstal jste někdy připojen k internetu déle, než jste původně zamýšlel; ohrožujete nebo riskujete ztrátu významné vztahu, zaměstnání, vzdělávání nebo profesní příležitosti kvůli internetu; lhal jste někdy rodinným příslušníkům, abyste zakryl rozsah vašeho zaujetí internetem; používáte internet jako způsob útěku od problémů, nebo od dysforické nálady (např. pocity bezmocnosti, viny, úzkosti, deprese)?

<sup>3</sup> *Saliency* (výstupek) – když se dané chování stane nejdůležitější v životě člověka, ovládá jeho myšlení, cítění a chování. Myšlenky na toto chování se dostávají, i když se tomuto chování nevěnuje. *Mood Modification* (změny nálady) – subjektivní pocity při zapojení se do konkrétní aktivity mohou být vnímány jako vyrovnávací strategie *Tolerance* (zvyšování tolerance) – zvyšování dané aktivity k dosažení tehdejších účinků. Například hazardní hráč musí zvyšovat sázku, aby dosáhl stejného pocitu euforie, jako dosáhl při nižší sázce. *Withdaraval symptoms* (abstinenční příznaky) - nepříjemné pocity (třes, náladovost, podrážděnost) po přerušení nebo omezení činnosti *Conflict* (konflikt) – intrapsychický i interpersonální *Relapse* (recidiva) – tendence vracet se ke starým vzorcům chování, závislost se může vrátit i po mnoha letech abstinence

K odpovědím slouží 4 bodová škála (od „nikdy“ až „velmi často“). Za jednu oblast stačí jeden bod (často x velmi často), k určení závislosti je pak potřeba získání pěti a více bodů.

## **2.2 KLASIFIKACE ZÁVISLOSNTÍHO CHOVÁNÍ NA INTERNETU**

I když v současné době existují diagnostická kritéria pro určení závislosti na internetu, pojem „závislost na internetu“ z medicínského hlediska zatím neexistuje. Slovo „závislost“ se používá u poruch vyvolanými návykovými látkami (Vacek, n. d.). Hovoříme proto o tomto jevu jako o závislostním chování na internetu, které patří do skupiny s označením nelátkové závislosti, ale můžeme se také setkat s označením nedrogové závislosti, behaviorální závislosti, závislosti na procesech, závislosti bez substance či technologické závislosti (Vacek, n. d.).

Dle Mezinárodní klasifikace nemocí (dále jen MKN -10) řadíme tyto poruchy do skupiny návykových a impulsivních poruch (Vacek, n. d.), s označením F63, kam patří patologické hráčství. Poruchy vyvolané užíváním návykových látek patří naopak do skupiny poruch duševních a poruch chování způsobených užíváním psychoaktivních látek, s označením F10-F19, pro syndrom závislosti pak s označením např. – F10.2, F12.2 apod. (World Health Organization [WHO], 2012).

V důsledku mnoha empirických studií o závislostním chování na internetu (IAD – internet addiction disorder) a o jeho ničivých následcích u velkého počtu uživatelů se rozhodla Americká psychiatrická asociace tento poznatek zvážit a zařadit tuto poruchu do Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders fifth revision, (Diagnostický a statistický manuál duševních poruch páté revize, DSM-V), (Brady, 2012)

Jen pro zajímavost, ke dni 15. 6. 2012 byly uzavřeny veškeré návrhy pro úpravy DSM - V. Internet use disorder (porucha užívání internetu) spolu s dalšími poruchami, jako je patologické hráčství a poruchy spojené s užíváním návykových látek, bude zařazena do komplexní kategorie s názvem: Substance Use and Addictive disorders (užívání návykových látek a návykové poruchy). Pro diagnostikování Internet use disorder je podmínkou zahrnout následující kritéria: problémy v důsledku hraní online

her, výskyt abstinčních příznaků při odebrání internetu, zvýšená tolerance v důsledku stále větší potřeby trávení času u hraní her, neúspěšné pokusy o kontrolované hraní her, využívání internetu před viditelné negativní psychosociální problémy, ztráta zájmů a koníčků na úkor hraní her, hraní her jako únik před problémy a špatnou náladou, lhaní svým blízkým o výši stráveného času u hraní her a ohrožení nebo ztráta mezilidských vztahů, zaměstnání, příležitostí v oblasti vzdělávání a kariéry na úkor internetového hraní her. Nicméně sekce 3, kam budou závislost na internetu a jiné poruchy zařazeny, se doporučuje ještě prozkoumat (APA, 2012).

### **2.2.1 ZÁVISLOST NA FACEBOOKU**

Jedním z podtémat závislostního chování na internetu, o kterém se v současné době začíná hovořit je závislost na sociálních sítích, zvláště pak na Facebooku. V roce 2011 Mark Griffiths charakterizuje sociální síť jako virtuální komunity, kde si člověk zakládá své profily, komunikuje s přáteli a seznamuje se s novými lidmi, kteří ho nějakým způsobem zajímají. V jednom ze svých článků shrnuje výsledky několika studií zabývajících se závislostí na sociálních sítích. Výsledky se shodují, že sociální síť jsou používány zvláště pro udržování kontaktu s příbuznými, se svými přáteli, chlapci uvádějí, že hlavním účelem využití sociálních sítí je poznávání nových kamarádů. Za uživatele náchylné ke vzniku sociálních sítí se považují zvláště pak narcistické osoby. Zatímco extroverti udávali, že užívají internet pro utužení a rozšíření sociálních kontaktů, introverti je užívají k jakési kompenzaci reálného světa. S užíváním sociálních sítí se snižuje i kvalita partnerského vztahu, kde vkládání fotek a seznamování se s novými lidmi může v partnerovi vyvolat pocity žárlivosti, což může vést až k rozvodu (Griffiths & Kuss, 2011).

Protože se v praktické části zabývám i prevalencí závislosti na Facebooku, uvádím zde jeho diagnostická kritéria, která na jaře roku 2012 Cecilie Schou Andreassen z Bergensky univerzity v Norsku vytvořila. Bergenova škála závislosti na Facebooku se podobá obecné škále závislosti na internetu. Zahrnuje 18 otázek založených na znacích závislosti (význačnost, změny nálad, tolerance, abstinční příznaky, konflikt a relaps): přemýšlíte někdy o tom, až se připojíte na FaceBook; máte pocity nutkání užívat FaceBook víc a víc; používáte FaceBook abyste zapomněli na ostatní problémy; pokusili jste se někdy neúspěšně omezit dobu strávenou na FaceBooku; jste neklidní,

když nemůžete na FaceBook; používáte FaceBook navzdory tomu, že to mělo nějaký negativní dopad na váš pracovní/školní život. Člověk odpovídá na otázky pomocí pětibodové škály (od „velmi zřídka“ po „velmi často“). Získání alespoň 4 bodů odpověďmi „často“ nebo „velmi často“ se člověk považuje za závislého na Facebooku. Jelikož je tato škála závislosti nová a ještě ne zcela ověřená, není použita v našem dotazníku (Andreassen, 2012).

A jaký je vůbec výskyt závislostního chování na internetu, je to ojedinělý jev nebo téměř většina, co nadměrně užívá internet, je závislá? Prevalenčními odhady závislostního chování na internetu se zabývala celá řada studií, avšak jejich výsledky se z důvodu různých metodologických postupů liší (Vacek, Vondráčková Holcnerová, & Košatecká, 2009).

### **2.3 PREVALENCE ZÁVISLOSTNÍHO CHOVÁNÍ NA INTERNETU**

Například studie provedená mezi Američany ve věku od 18 let byla uskutečněna formou telefonických rozhovorů, které trvaly průměrně 11,3 minut. Průzkum se zaměřoval nejen na problematické užívání internetu, ale také na nutkavou touhu nakupovat a na míru spokojenosti se svým vzhledem. Pro posouzení problematického užívání internetu bylo sestaveno 8 otázek, které vycházejí z kritérií pro obsesivně kompulsivní poruchy, návykové a impulsivní poruchy, poruchy vyvolané užíváním návykových látek a navrhaných kritérií pro závislostní chování na Internetu. Důležitost otázek byla rozřazena do 4 sad diagnostických kritérií (Dx1.-4.). Každé kritérium pak mělo podmínku výskytu kladné odpovědi na určitou otázku. Výzkumný vzorek činil 2 513 respondentů, u kterých byla zjištěna prevalence mezi 0,3 - 0,7 % (Aboujaoude et al., 2006).

Prevalence závislostního chování mezi čínskými studenty ve věku od 12- 18 let činila 2,4% . K výzkumu použili modifikovaný dotazník Woolfa a Bearda (2001), který obsahoval 8 otázek. Při kladné odpovědi na otázky 1-5, a poté alespoň jedné kladné odpovědi u některé ze tří zbývajících otázek, bylo užívání internetu označeno za závislé. (Cao & Su, 2006).

U 5 760 studentů středních škol z čínské provincie Hunan byla zjištěna prevalence závislostního chování na internetu 5,5 %. K označení závislosti bylo použito deseti diagnostických kritérií plus vlastního sebehodnocení oblastí – deprese, úzkosti... (Deng, Hu, Hu, Wang, & Sun, 2007).

V roce 2008 realizovali Šmahel, Blinka, Vondráčková a Godoy - Etcheverry (2009) v rámci Světového projektu o internetu na reprezentativním souboru 1 381 respondentů ve věku od 12 let výzkum zaměřený mj. na závislostní chování na internetu. Ke sběru dat bylo použito vytvořeného dotazníku (více str. 12), výzkum probíhal formou strukturovaných osobních rozhovorů a pro ČR byla zjištěna prevalence závislostního chování na internetu 3,4%.

I když se odhady prevalence závislostního chování na internetu liší, můžeme předpokládat, že by se jeho prevalence u dětí mohla zvyšovat, a proto by bylo dobré této „nemoci“ předcházet. Frouzová (2008) v oblasti závislostního chování na komunikačních médiích, píše, že *„nejlepším preventivním přístupem je dostatečně se angažovat v životě svých blízkých, zvláště dospívajících, nechat se seznamovat s činnostmi, které na těchto mediačních prostředcích provádějí, a diskutovat s nimi o nich jako o druhých činnostech. Hlídáme harmoničnost vývoje dospívajících a pomáháme jim v jiných aktivitách a v udržování smysluplných vztahů. V případě, že již prošli některou ze závislostí, jsme si vědomi sklonu k závislostnímu chování a nabádáme k opatrnosti (nebojíme se být v očích dospívajících trapní). Je potřeba jim počítače prostě vypnout včas a v horších případech neváhat s návštěvou odborníka.“* (p. 248).

### 3 UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK U DĚTÍ

Další větší oblastí a otázkou týkající se dětí v období pubescence je sklon k experimentování s návykovými látkami, jejichž působení má u dětí svá specifika (Nešpor, 2000):

- snadné vytvoření závislosti než u dospělých;
- i menší množství alkoholu může u dospívajícího vyvolat těžkou otravu;
- sklon k riskování v období dospívání může být podnětem pro nebezpečné jednání pod vlivem návykové látky;

- objevuje se zřetelné zaostání v psychosociálním vývoji u dětí závislých na návykových látkách;
- i pouhé experimentování s návykovými látkami je spojováno s výskytem větších problémů – s rodiči, školou...;
- typické je současné nebo střídavé užívání různých typů návykových látek a velmi častým znaky ve snaze o abstinenci jsou recidivy.

Mezi nejčastěji užívané látky u této populace patří alkohol a tabákové cigarety (A Kluby ČR, 2010). S užíváním nelegálních drog u dětí do 15 let se setkáme v Evropě jen zřídka. Pravidelné užívání návykových látek je ještě vzácnější, nejčastěji se objevuje u dětí ze specifických skupin, kde je užívání spojeno s jinými sociálními či psychickými poruchami. Právě konopné drogy a za nimi těkavé látky jsou nejběžněji užívanými nelegálními drogami v Evropě. Dle školních průzkumů celoživotní prevalence extáze, amfetaminu, kokainu nebo heroinu jen zřídka překročí 2% (Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost [EMCDDA], 2007).

### 3.1 TABÁK

Zdravý životní styl a užívání návykových látek u českých dětí do 15 let sleduje od roku 1994 každé 4 roky studie HBSC, jejíž výsledky jsou zveřejňovány oficiální publikací Světové zdravotnické organizace (HBSC, n. d.). V roce 2010 se studie zúčastnilo náhodně vybraných 80 základních škol s více než 5 000 žáky (Rážová, 2010).

Výsledky studií HBSC od roku 1994 – 2010 porovnali Csémy a Sovinová (2010). Výsledky udávají zvýšené procento pravidelných kuřáků (kouří 1x týdně, i častěji) ve skupině 13letých z 5,8 % na 9,7 %, výraznější nárůst zaznamenaly dívky, a to ze 4,2 % na 10,3 %. Ve skupině 15letých vzrostlo procento pravidelných kuřáků z 13,9 % na 25,0 %, chlapců z 15,9 % na 22,0 %, dívek z „pouhých“ 11,9 % na 27,8 %.

Vyšší výskyt kuřáček než kuřáků komentuje MUDr. Štěpánková slovy: *„Mám pocit, že to může souviset i s jakousi „opožděnou emancipací“. V rozvojových státech je kouření stále doménou mužů. V západních zemích klesá počet kuřáků mezi muži i ženami. Ale v postkomunistických státech to vypadá, jakoby si ženy tímto podvědomě dokazovaly, že dokážou s muži držet krok. Ovšem ve chvíli, kdy se žena stane úspěšnou, něco v životě opravdu dokáže a je sama se sebou spokojena, často nastává zlom, kdy se chce najednou svého zlovyku zbavit“.* (Štěpánková, 2011).

A zatímco v České republice zaznamenáváme nárůst v užívání tabáku u dospívající populace, americké školské výzkumy zaznamenávají historicky nejnižší úroveň užívání tabáku formou cigaret v posledním měsíci od roku 1997 u žáků 12. i 8. tříd (8 třída = cca 13/14 let). U 13-14letých udává kouření tabáku pouhých 6 % dotázaných oproti 21% z roku 1996 (Národní ústav USA pro (otázky) týkající se zneužívání drog [NIDA], 2011), což je výrazný pokles, ovšem zda jim tak funguje prevence nebo vysoké ceny, to je otázkou.

### **3.2 ALKOHOL**

Oproti kouření, které se vyskytuje častěji u dívek, pravidelné užívání alkoholu (alespoň 1 x týdně) stoupá s věkem častěji u chlapců. V 15 letech pije pravidelně téměř polovina chlapců a třetina dívek. S pitím alkoholu mají zkušenost ve 13 letech dvě třetiny 15letých. Více než polovina dětí se opila před svými 13. narozeninami (Kalman, M. et al., 2010). Zajímavým poznatkem je, že pití nadměrných dávek alkoholu koreluje s kouřením jak u dospělých tak u dospívajících (Csémy & Nešpor, 2008).

### **3.3 KONOPNÉ DROGY**

Konopí patří mezi nejčastěji užívané nelegální drogy v Evropské unii. Odhady celoživotní prevalence se pochybují mezi 10-20% (Minařík, 2008). Před dovršením 13 let je jeho užívání stále ještě vzácné (EMCDDA, 2007). Výrazné zvýšení celoživotní prevalence užívání konopí se objevuje v raném dospívání zejména mezi 11-12. a 15-16. rokem (EMCDDA, 2007). V České republice užilo marihuanu ve věkové kategorii 15letých 30%, 15% z nich užilo marihuanu méně než dvakrát za život, u zbylých 15% se užívání marihuany objevovalo častěji. Časté užívání pak může vyústit k pravidelnému užívání, ke kterému zřejmě směřují více chlapci než dívky (Kalman, M. et al., 2010). Mezi americkými mladými dospělými užívání marihuany trvale roste s odrazem snížené vnímavosti jejích rizik (NIDA, 2011).

Jak můžeme vidět z výše uvedených studií, nadměrné užívání internetu je u dětí velmi časté. Mimo to se zvyšuje i prevalence užívání tabáku, zvláště pak u dívek, konopí užívají děti už ve věku 11 let a více než polovina dětí se opila již před dovršením 13 let.

## 4 VÝSKYT NADMĚRNÉHO UŽÍVÁNÍ INTERNETU SPOLU S UŽÍVÁNÍM NÁVYKOVÝCH LÁTEK

Spojitost obou forem návykového chování, kterou se budu v praktické části zabývat, potvrzují následující dvě studie:

Studie z Aristotelovy univerzity v Soluni potvrzuje pravděpodobnější výskyt škodlivého užívání internetu u lidí, kteří v minulosti užívali návykové látky. Studie se zabývala jejich společnými znaky a rizikovými faktory pro jejich vznik. Z 1 221 respondentů bylo 15 % škodlivých uživatelů internetu, 5% závislých na internetu, 13 % uvedlo, že v minulosti užili návykovou látku, z toho 7% v předešlém měsíci. V obou skupinách těchto typů chování se objevily společné osobnostní rysy, jež byly charakteristické impulzivitou, odporem a agresivitou (Dekker, 2012).

Současný výskyt užívání návykových látek a rizikového chování na internetu zjistila ve své studii i Kim et al. (2010). Výzkumný soubor studie z města Seoul (Korea) činil 853 studentů ve věku 13-15 let. K určení škodlivého užívání internetu bylo použito KS škály – (Korejská škála pro závislost na Internetu). Stupnice se skládá z 20 otázek zahrnující 6 okruhů: narušení denního režimu, sebevědomí, odvykací stav, virtuální mezilidské vztahy, deviantní chování a tolerance. Odpovídalo se pomocí 4 škálové stupnice: nikdy, někdy, pravidelně, vždycky. Stupeň závislosti byl rozdělen do kategorií: vysoké riziko, možné riziko nebo bez rizika. Hodnocení je založeno na celkovém skóre a skóre zahrnujícího 3 komponenty (narušení denního režimu, odvykací stav a tolerance). Rizikový uživatel internetu byl ten, kdo získal v celkovém skóre 52 a více bodů. A/nebo skóre u komponent narušení denního režimu, odvykacího stavu a tolerance bylo větší než 16, 10 a 12 bodů. Ve výzkumu se také sledovalo užívání tabáku, alkoholu, sociální status rodiny, výše vzdělání rodičů. U uživatelů s vysokým rizikem závislosti na internetu (chlapci 31,4% x dívky 14,0%) bylo zjištěno, že 65% z nich někdy užilo alkohol a polovina (52%) kouřila tabák.

Vzhledem k mnoha společným rysům závislostního chování na internetu a závislosti na návykových látkách bylo možné předpokládat výše uvedené výsledky. Společné rysy závislých uživatelů na internetu jako je popírání daného problému a reakce typu „nechte mě na pokoji“ nebo „žádný problém nemám“ se objevují třeba stejně jako u alkoholiků (Young, 1996). Například zvýšená hladina impulzivity a

vzrušivosti, která se objevuje u látkových i nelátkových závislostí, je dána změnami v neurotransmitterových systémech mozku (Benkovič, 2007).

### **III. PRAKTICKÁ ČÁST**

## **5 CÍLE VÝZKUMU**

Cílem výzkumu je zjistit prevalenci závislostního chování na internetu a sociální síti Facebook u dětí druhého stupně základních škol v Libereckém kraji. U této populace popsat spojitost závislostního chování na internetu v souvislosti s demografickými údaji: pohlavím, věkem a velikostí města. Dále zjistit v jakém vztahu je závislostní chování na internetu a užívání návykových látek, zvláště pak s tabákem, alkoholem a konopnými drogami. A v poslední řadě popsat možné rizikové faktory mající vliv na závislostní chování na internetu.

## **6 VÝZKUMNÉ OTÁZKY**

1. Jaká je prevalence závislostního chování na internetu u populace žáků 2. stupně ZŠ v Libereckém kraji? Jaké formy činností na internetu mají nejvyšší závislostní potenciál?
2. Jaký vztah má závislostní chování na internetu k socio-demografickým údajům (pohlaví, věk, velikost města)?
3. Jaký vztah má závislostní chování na internetu ke zkušenostem s užíváním návykových látek?

## **7 METODIKA VÝZKUMU**

### **7.1 METODY SBĚRU DAT**

V rámci výzkumů studentů Adiktologie byl vytvořen kompilovaný dotazník (viz příloha), skládající se ze 46 otázek. Převážnou část tvořily otázky zavřené, tři otázky otevřené a dvě polootevřené.

Do dotazníku byly zahrnuty otázky mapující demografické údaje, volnočasové aktivity a zkušenosti s návykovými látkami. Nejvíce otázek bylo zaměřeno na oblast internetu a PC her.

Otázka zjišťující užívání „netalinu“ – drogy, která neexistuje, byla do výzkumu zahrnuta pro zvýšení validity výzkumu. Na tuto otázku odpověděl kladně jeden respondent, proto byl z výzkumného souboru vyřazen.

Další vyřazený respondent zaškrtnal u většiny odpovědí všechny možnosti.

Nepřehlednou otázkou byla zřejmě otázka **č. 23. Na které sociální síti máš založen svůj profil? A jak často se na něj přihlašuješ?** Kde žáci u možnosti za **i) jiné, doplň**, často zaškrtnuli frekvenci užívání určité sítě, ale už zapomněli doplnit její název.

U polootevřených otázek **č. 33 U koho bys hledal/a pomoc při pocitu závislosti na internetu nebo hraní her** a **č. 35 Komu by ses svěřil/a, kdyby ti někdo přes internet ubližoval**, kde měli žáci z nabízených možností, zaškrtnout jen jednu osobu, projevíli zájem o označení více políček.

Na otevřenou otázku **č. 38 Napiš, která rizika podle tvého názoru hrozí při práci s počítačem a internetem** mnohdy žáci odpovídali „nevím“ nebo nechali otázku nezodpovězenou.

Na vyplnění dotazníku měli žáci vyhrazenou jednu vyučovací hodinu, dva žáci potřebovali deset minut navíc. Každý odevzdaný dotazník jsem opatřila pořadovým číslem a uvedená data zkontrolovala. Na případně zjištěnou chybně zodpovězenou nebo nezodpovězenou otázku jsem žáka ještě upozornila.

Dotazníky byly sbírány v průběhu měsíce března až června.

## 7.2 VÝZKUMNÝ SOUBOR

Dotazníky vyplnilo 326 respondentů. Samotný výzkumný soubor se pak skládal z 324 žáků druhého stupně základních škol z Libereckého kraje, které jsem vybrala prostřednictvím metody skupinového výběru přes instituce. Celkem bylo do výzkumu zahrnuto 5 škol, ze 4 škol byly vybrány 4 třídy a z 5. školy pak 5 tříd, pro doplnění nízkého počtu respondentů.

Školy byly osloveny formou dopisu prostřednictvím e-mailu. Odezva ze škol na elektronickou poštu byla minimální, a proto byly následně osloveny telefonickým či přímo osobním kontaktem, při kterých již byla odezva pozitivní. Před vybráním konkrétních škol bylo osloveno 10 škol, které šetření odmítly nebo neodepsaly na e-mail.

Druhým problémem při sběru respondentů byly „informované souhlasy zákonných zástupců“ (viz příloha), které někteří žáci v předem určený termín nepřinesli, z důvodů že je zapoměli, neukázali doma, nebo že si to rodiče nepřáli. Někteří, i když souhlas potvrzený třeba měli, nepřišli v uvedený den do školy.

Původní soubor mělo činit minimálně 200 respondentů, což bylo naplněno.

### 7.3 METODY ANALÝZY DAT

Pro zpracování dat byly použity popisně a matematicko statistické postupy s využitím softwaru SPSS. Data byla převedena na určité kódy<sup>4</sup>, aby se s nimi mohlo pracovat. V rámci SPSS jsem testovala výsledky na statistickou významnost pomocí chí kvadrátu. Pro zjištění průměrné hodnoty závislostního chování na internetu (celkového skóre) bylo použito t-testu, korelační koeficient pak pro zjištění souvislosti mezi dvěma pořadovými hodnotami. Výsledky jsou prezentovány formou grafu (Microsoft Excel) nebo tabulky (Microsoft Word). Pro lepší přehlednost byly výsledky uvedeny buď v procentech, nebo v absolutních hodnotách.

### 7.4 ETIKA

Před vyplňováním dotazníků jsem děti informovala o tom, že vyplnění dotazníků je dobrovolné, a že nikam nesmí uvádět své osobní údaje z důvodu zachování své anonymity. Každý ze žáků, který se chtěl šetření zúčastnit, musel mít potvrzený informovaný souhlas zákonných zástupců, ten kdo ho neměl, musel na dobu vyplňování, odejít ze třídy. Dále byli informováni, že jejich vyplněné dotazníky nikdo jiný než já, neuvidí. Pro kontrolu shody informovaných souhlasů a příjmení žáků jsem využila učitele.

Učitelé se sice na hodině vyskytovali, ale věnovali se své práci. Byli upozorněni na to, že dětem do dotazníků nesmí nahlížet. Veškeré dotazy ohledně vyplňování byly každému jedinci poskytnuty zvlášť, u jeho lavice.

---

<sup>4</sup> Kladné otázky byly opatřeny číslicí „1“ a záporné číslicí „0“. Při výběru více možností se zapisovala číslice dané možnosti – například u otázky č. 2 **Kolik ti je let?** S výběrem 6 možností „1“ – 10 a méně, „2“ – 11, „3“ – 12 a podobně, se zapsala do systému číslice „2“ u toho, komu bylo 11 let. Pro nevyplněné otázky bylo použito číslo „99“, tam kde žáci chybně označili více opovědí, než bylo určeno, bylo napsáno číslo „95“.

## 8 VÝSLEDKY VÝZKUMU

### 8.1 POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU

Celkem výzkumný soubor tvořilo 324 respondentů ve věku 10 až 15 let. Pro bližší popis souboru v Tabulce 1 uvádím demografické údaje – rozdělení vzorku dle věku a pohlaví, v závorce je uveden počet v procentech z celkového počtu skupiny (poslední kolonka).

**Tabulka 1 Rozložení souboru dle věku a pohlaví**

věk		10 a méně	11	12	13	14	15 a více	celkem
pohlaví	chlapec	0	4(2,4%)	39(23,8%)	34(20,7%)	40(24,4%)	47(28,1%)	164(100%)
	dívka	2(1,2%)	7(4,4%)	51(31,9%)	31(19,4%)	32(20%)	37(23,1%)	160(100%)
	celkem	2(0,6%)	11(3,4%)	90(27,8%)	65(20,1%)	72(22,2%)	84(25,9%)	324(100%)

Tabulka 1 ukazuje, že počet chlapců a dívek je vyrovnaný. Skoro 1/3 z výzkumného vzorku zastupuje skupina 12letých. Celkový počet chlapců je tedy 50,6% a dívek 49,4%. Nejvíce chlapců bylo ve skupině 15 a více letých, oproti tomu dívek bylo nejvíce ve skupině 12letých.

Tabulka 2 zobrazuje rozložení populace dle pohlaví k velikosti svého bydliště.

**Tabulka 2 Rozložení počtu žáků dle pohlaví ve vztahu k velikosti svého bydliště**

Počet obyvatel ve tvém bydlišti		více než 50 000	25 000 - 50 000	10 000 - 25 000	5 000 - 10 000	1 000 - 5 000	méně než 1000
pohlaví	chlapec	30	37	26	25	13	33
	dívka	24	26	27	28	26	29
	celkem	54	63	53	53	39	62

Počet žáků dle velikosti města byl vyrovnaný. Nejmenší zastoupení měla populace z menších měst o počtu 1000 - 5000 obyvatel.

Jelikož se město považuje od 5 000 obyvatel, sloučila jsem pro další výpočty menší sídla (méně než 1 000 – 5 000 obyvatel) do jedné skupiny s označením „venkov“ a sídla s počtem 5 000 a více obyvatel jsem sloučila do skupiny s označením „města“.

Tabulka 3 zobrazuje jak absolutní počet, tak procentuální zastoupení respondentů z venkova a města, městská populace tvořila 68,8% výzkumného souboru, venkovská potom 31,2%.

**Tabulka 3 Počet městské a venkovské populace**

sídl		město	venkov	celkem
pohlaví	chlapec	118	46	164
	dívka	105	55	160
celkem		223 (68,8%)	101 (31,2%)	324

## 8.2 PREVALENCE ZÁVISLOSTNÍHO CHOVÁNÍ NA INTERNETU

K určení prevalence závislosti na internetu sloužila hlavně otázka, č. 32 **Zažíváš někdy v souvislosti se svým hraním či pobytem na internetu následující věci?**

- Zanedbáváš někdy své potřeby (např. jídlo či spánek) kvůli internetu či hraní her?
- Představuješ si, že jsi na internetu nebo hraješ hry, i když to zrovna neděláš?

- c) Cítíš se neklidný/á, mrzutý/á nebo podrážděný/á, když nemůžeš být na internetu nebo hrát hry?
- d) Cítíš se veselejší a šťastnější, když se dostaneš do hry nebo spustíš internet?
- e) Máš pocit, že na internetu nebo ve hře trávíš stále více času?
- f) Přistihneš se, že zůstáváš na internetu nebo ve hře, i když tě to už vlastně nebaví?
- g) Hádáš se někdy se svými blízkými (rodina, přátelé, partner/ka) kvůli času, který trávíš hraním nebo online?
- h) Strádá tvoje rodina, přátelé, práce či zájmy kvůli času, který trávíš hraním nebo online?
- i) Pokusil/a jsi se někdy neúspěšně omezit čas, který trávíš na internetu nebo ve hře?
- j) Stává se ti, že jsi byl/a na internetu nebo ve hře výrazně déle, než jsi původně zamýšlela?

Mírná úprava otázek Šmahela, Blinky, Vondráčkové a Godoy - Etcheverry (2009) spočívala ve vztáhnutí otázek nejenom na internet, ale i na hraní her.

Každé dvě otázky zahrnovaly jeden z 5 ukazatelů závislosti na internetu – význačnost, změny nálady, tolerance, konflikt a časová omezení. Na dané odpovědi žáci odpovídali prostřednictvím čtyřbodové škály – „nikdy“, „výjimečně“, „často“ nebo „velmi často“. Pro klasifikování závislosti na internetu nebo PC hrách musel respondent nasbírat alespoň 5 bodů. Jeden bod získal výběrem odpovědi „často“ nebo „velmi často“. Aby se bod zapsal, stačilo, aby odpověď čítala jedna z otázek určité dvojice.

Výzkum sledoval i skupinu respondentů ohrožených závislostí na internetu, pro jejíž označení bylo potřeba získat 4 body, rozložených tak, že v oblasti „konflikt“ skóroval respondent alespoň jedním bodem, a taktéž v dalších třech oblastech.

Rozdělení jednotlivých skupin (nezávislých, závislých a ohrožených) výzkumného souboru názorně zobrazuje tabulka 4.

**Tabulka 4 Rozdělení výzkumného souboru na nezávislé, ohrožené a závislé jedince**

pohlaví	chlapci		dívky		celkem	
Vyjádřeno v	Absolutní hodnota	% ve sloupci	Absolutní hodnota	% ve sloupci	Absolutní hodnota	%ve sloupci
Není závislý	146	89,0	142	88,8	288	88,9
Ohrožený	10	6,1	7	4,4	17	5,2
Závislý	8	4,9	11	6,9	19	<b>5,9</b>
celkem	164	100	160	100	324	100

Tučně zvýrazněná hodnota v tabulce 4 určuje celkovou prevalenci závislostního chování na internetu z výzkumného souboru. Celková prevalence závislostního chování na internetu činí 5,9%. Vzhledem k nízkému počtu závislých a k tomu, že skupinu ohrožených považuju už za poměrně rizikové chování, sloučila jsem obě skupiny do jedné. V jednotlivých průzkumech je tedy zahrnuta sloučená skupina „ ohrožený či závislý“.

V následujících třech podkapitolách zkoumám, jaký rozdíl je mezi nezávislými a závislými/ohroženými závislostí na internetu z pohledu socio-demografických údajů (velikost sídla, pohlaví a věk). Předpokládám, že výskyt závislých/ohrožených jedinců na internetu bude vyšší ve městě, u chlapců a starších respondentů.

### 8.2.1 VE VZTAHU K VELIKOSTI SÍDLA

Podle předpokladu vyšlo, že více závislých nebo ohrožených závislostí internetem je ve městech. Zřejmě pro malý počet respondentů a výrazný nepoměr venkovské a městské populace je toto zjištění dle výsledku testu dobré shody (chí kvadrátu<sup>5</sup>) ovšem statisticky nevýznamné.

Tabulka 5 udává, že celková prevalence závislostního/ohroženého chování internetem je 11,1%, tj. 36 z 323 respondentů. Jeden respondent zřejmě některou z otázek č. 32 nevyplnil.

<sup>5</sup> Hodnota  $\chi^2$  ( $p = 0,229$ ) (výsledek je významný na 5% hladině, když hodnota  $p$  je menší jak 0,05)

**Tabulka 5 Prevalence závislostního chování na internetu dle sídla**

sídlo	venkov		město		celkem	
	Absolutní hodnota	% Ve sloupci	Absolutní hodnota	% Ve sloupci	Absolutní hodnota	% Ve sloupci
Vyjádřeno v						
Ohrožený či závislý	8	8,0%	28	12,6%	36	11,1%
Není závislý	92	92,0%	195	87,4%	287	88,9%

Ke zjištění toho, kolik žáci v průměru získali bodů v 5 bodové škále závislosti, jsem použila t-test. Srovnávala jsem pak městskou a venkovskou populaci, výsledkem bylo, že mezi populacemi nejsou výrazné rozdíly. Průměrný počet bodů u dětí na venkově byl 1,59 a ve městě 1,68.

### 8.2.2 VE VZTAHU K POHLAVÍ

Výsledky zobrazeny v tabulce 6 neprokazují významnost pohlaví v závislostním/ohroženém chování na internetu, poměr chlapců a dívek je 1:1, to znamená 18 chlapců a 18 dívek. Když se ale podíváme na tabulku 4, když se totiž podíváme na tabulku 4, vidíme, že poměr závislých dívek a chlapců je 11:8. Tudíž u samostatného závislostního chování na internetu může existovat rozdíl mezi pohlavími. Prevalence závislostního/ohroženého chování u dívek je 11,2% a u chlapců 11,0%.

**Tabulka 6 Prevalence závislostního chování v souvislosti s pohlavím**

pohlaví	chlapec		dívka	
	Absolutní hodnota	% Ve sloupci	Absolutní hodnota	% Ve sloupci
Vyjádřeno v				
ohrožený či závislý	18	11,0%	18	11,2%
Není závislý	145	89,0%	142	88,8%

Hodnoty jsou sice vyrovnané, otázkou je, zda mezi dívkami a chlapci není rozdíl v nejčastěji používané aktivitě na internetu.

Tabulka 7 ukazuje nejčastěji užívané aktivity závislých či ohrožených žáků internetem, ve vztahu k pohlaví. Vidíme tedy, že rozdíl mezi děvčaty a chlapci

v závislostním chování na internetu je zvláště pak v nejoblíbenější činnosti na internetu: zatímco dívky jsou ohroženější používáním sociálních sítí, chlapci stahováním dat a hraním online her. Pro zjištění výše statistické významnosti jsem použila testu dobré shody, podle kterého jsou tyto rozdíly statisticky významné na 5% hladině, hodnota  $p = 0,006$ .

**Tabulka 7 Nejčastěji užívané aktivity u závislých/ohrožených a nezávislých jedinců**

Závislost		Ohrožený či závislý		Není závislý	
Pohlaví		dívka	chlapec	dívka	chlapec
Nejčastější aktivity na internetu	Stahování dat	1	6	17	23
	Sociální síť	15	6	91	60
	Online hry	0	5	14	40

### 8.2.3 VE VZTAHU K VĚKU

Z Tabulky 8 vidíme, že nejvíce ze závislých a ohrožených internetem jsou žáci ve věku 14 let. Z celkového počtu 72 žáků jich bylo 22,2 % závislých/ohrožených internetem. Což vypadá jako vysoké číslo, ovšem v porovnání absolutních hodnot nezávislých a závislých/ohrožených jedinců, vidíme, že nezávislí nad závislými převažují. Skupiny mladších žáků (10 a 11letých) netvořil ani jeden závislý či ohrožený internetem, tak jsem je sloučila do jedné skupiny 11 a méně.

**Tabulka 8 Závislí/ohrožení internetem vzhledem k věku**

		Není závislý		Ohrožený či závislý		celkem	
Vyjádřeno v		Absolutní hodnota	% z řádku	Absolutní hodnota	% z řádku	Absolutní hodnota	% z řádku
věk	11 a méně	13	100	0	100	13	100
	12	85	94,4	5	5,6	90	100
	13	59	92,2	5	7,8	64	100
	14	<b>56</b>	72,8	<b>16</b>	22,2	72	100
	15 a více	74	88,1	10	11,9	84	100
<b>celkem</b>		287	88,9	36	11,1	323	100

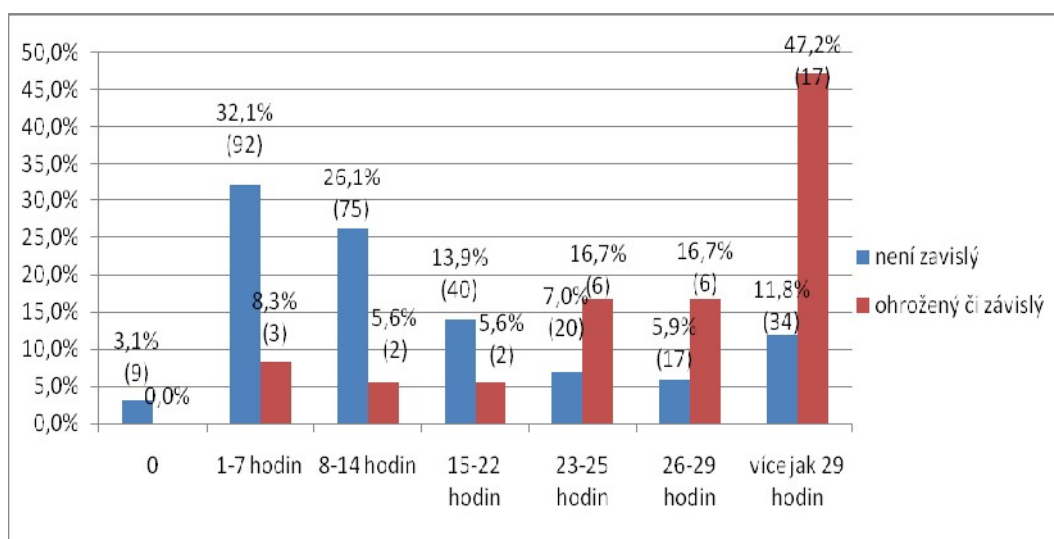
Zajímalo mě, zda má věk vliv na průměrné skóre závislostního chování, tedy zda starší jedinci získají v průměrném skóre závislosti více bodů. Dle korelačního koeficientu  $\rho$ , je statistická významnost na triviální úrovni.

### 8.3 DOBA STRÁVENÁ U POČÍTAČE JAKO VLIV NA ZÁVISLOSTNÍ/OHROŽENÉ CHOVÁNÍ INTERNETEM

Nadměrné užívání internetu bývá spojováno s vznikem závislostního chování na internetu. Dle výpočtu chí kvadrátu je u závislých/ohrožených a nezávislých na internetu rozdíl v počtu strávených hodin u počítače na statisticky významné úrovni. Na obrázku 1 vidíme, že téměř polovina závislých/ohrožených (17) tráví na internetu více jak 29 hodin týdně, zatímco nezávislí stráví týdně u internetu většinou 1-14 hodin.

Pro to, zda koreluje výše počtu strávených hodin s průměrným skóre závislosti, jsem použila Spearmenovu korelační analýzu. Korelační koeficient  $\rho$ , který udává míru závislosti je 0,468, potvrzuje, že dané proměnné spolu středně až podstatně souvisí. Rozdíl mezi závislou/ ohroženou skupinou internetem a nezávislou skupinou, je dle chí kvadrátu na 5% hladině významnosti.

**Obrázek 1** Počet strávených hodin na internetu u nezávislých a ohrožených či závislých jedinců na internetu



Tabulka 9 ukazuje, že zatímco „pouze“ 5,4% ze závislých či ohrožených nesurfuje po 22. hodině, mezi nočními uživateli internetu je to celých 18,4 %, tedy skoro každý pátý.

**Tabulka 9 Surfování po 22. hodině**

Používáš internet po 22. hodině	ano		ne	
Vyjádřeno v	Absolutní hodnota	% ve sloupci	Absolutní hodnota	% ve sloupci
Není závislý	111	81,6	175	94,6
Ohrožený či závislý	25	18,4	10	5,4

## 8.4 ZKUŠENOST UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK U ZÁVISLÝCH NEBO OHROŽENÝCH JEDINCŮ INTERNETEM

Mým hlavním úkolem je zjistit, zda se závislí či ohrožení internetem liší v míře zkušeností s užíváním návykových látek u těch, co závislí nebo ohrožení nejsou. Proto jsem pro zjištění hladiny statistické významnosti použila chí kvadrát.

Výsledky zkušenosti s návykovými látkami u ohrožených závislostí internetem nebo závislých na internetu zobrazuje tabulka 10.

Tabulka ukazuje, že 30, (tj. 83,3% ) respondentů z 36 závislých či ohrožených internetem má zkušenost s tabákem. Hodnota nabývá statistické významnosti  $p < 0,001$ , což je významné na 1% hladině. Z 287 neohrožených či nezávislých jedinců na internetu má zkušenost s tabákem 150 jedinců.

Hodnoty nabývají statistické významnosti i u zkušenosti s alkoholem. Hodnota  $p = 0,034$ , která je nižší než 0,05 ukazuje, že rozdíl je statisticky významný na 5% hladině významnosti. Jak můžeme vidět v tabulce, z 36 závislých má 33 jedinců zkušenost s alkoholem.

Významnost na 1% hladině má i vztah závislého/ohroženého chování na internetu se zkušeností s užíváním konopných drog ( $p < 0,001$ ). V porovnání

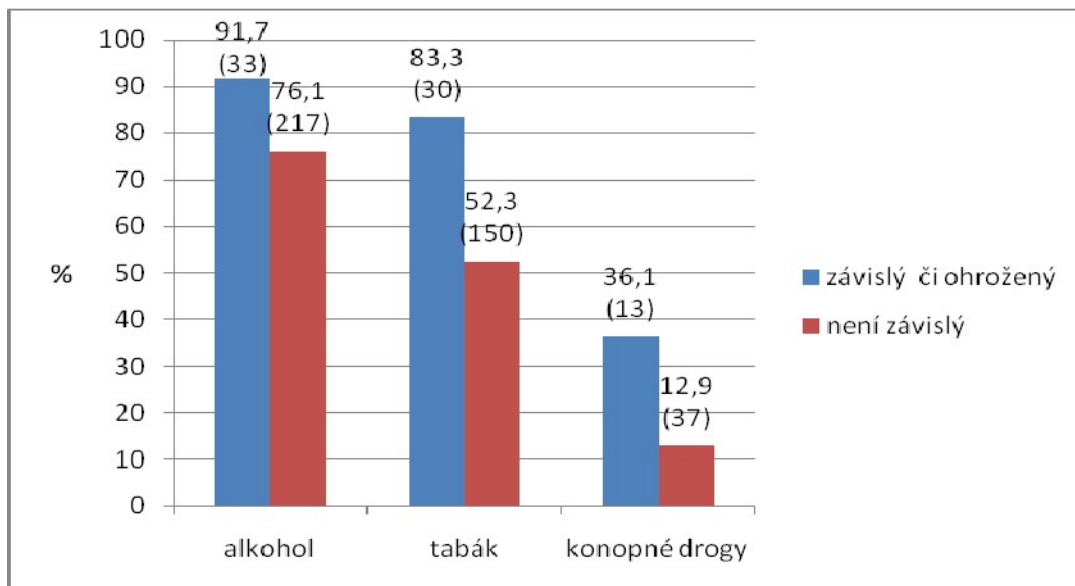
závislých/ohrožených a nezávislých jedinců na internetu vidíme, že pouhých 37 nezávislých respondentů z 287 má zkušenost s konopnými drogami, zatímco závislých/ohrožených internetem má 13 dotazovaných zkušenost z celkových 36.

**Tabulka 10 Zkušenosti s tabákem, alkoholem, konopnými drogami u jedinců závislých/ohrožených internetem a u nezávislých jedinců**

Zkušenost s		Tabák		Alkohol		Konopné drogy	
Vyjádřeno v		Absolutní hodnota	% ve sloupci	Absolutní hodnota	0% ve sloupci	Absolutní hodnota	%ve sloupci
Není závislý	Má	150	52,3	217	76,1	37	12,9
	nemá	137	47,7	68	23,9	250	87,1
Ohrožený či závislý	Má	30	83,3	33	91,7	13	36,1
	nemá	6	16,7	3	8,3	23	63,9

Obrázek 2 zobrazuje zkušenost s návykovými látkami jak u ohrožených/závislých jedinců na internetu, tak u nezávislých jedinců. V závorkách jsou uvedeny absolutní hodnoty, pro lepší představu významu vysokého procentuálního zastoupení návykových látek u ohrožených/závislých na internetu.

**Obrázek 2 Zkušenost s návykovými látkami u závislých či ohrožených jedinců internetem a u nezávislých jedinců**



U užívání tabáku mě zajímalo, zda spíše ohrožení/závislí na internetu kouří denně než nezávislí jedinci. Výsledkem bylo, že z 30, kteří mají zkušenost s tabákem a zároveň jsou ohrožení/závislí na internetu, kouří denně téměř 1/3 (9) respondentů. Ze

150 nezávislých jedinců, kteří mají zkušenost s užíváním tabáku, kouří denně 36 dětí, tj. každý čtvrtý. Podle hodnoty  $p = 0,123$  není rozdíl na 5% úrovni statisticky významný.

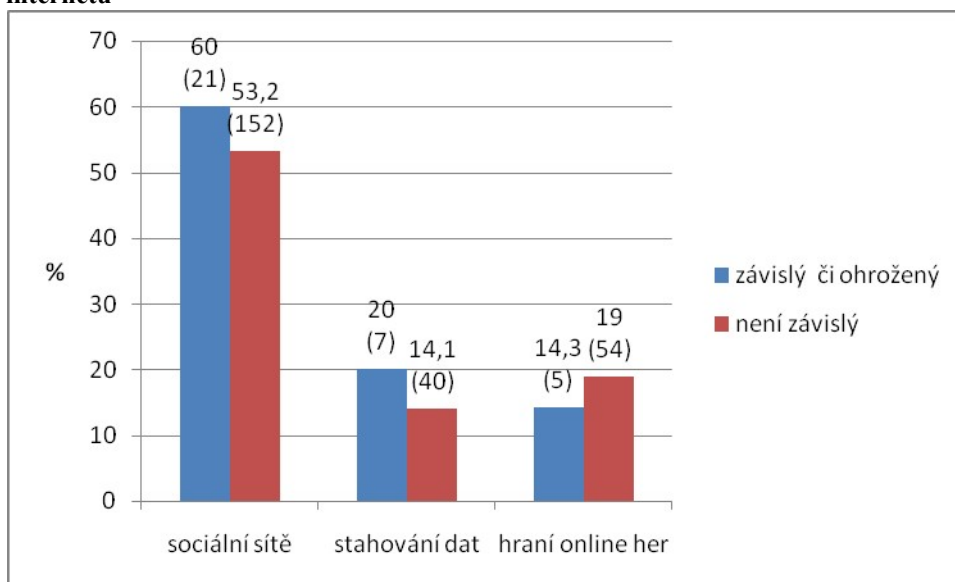
Dle korelačního koeficientu  $\rho$  ( $\rho = 0,210$ ) je nepatrný vztah mezi užíváním tabáku v posledních 30 dnech a průměrném skóre závislosti na internetu.

## 8.5 AKTIVITY NA INTERNETU SE ZÁVISLOSTNÍM POTENCIÁLEM

Mezi nejčastější aktivity, které děti na internetu dělají, patří sociální sítě, hraní online her a stahování dat. Pro 21 z 36 ohrožených či závislých na internetu byla sociální síť nejoblíbenější aktivitou. Celkem 173 dětí užívá nejčastěji sociální sítě. Dle chí kvadrátu není mezi závislými/ohroženým a nezávislými jedinci rozdíl v užívání sociálních sítí statisticky významný.

Ani rozdíly mezi oběma skupinami v hraní online her nejsou statisticky dle chí kvadrátu významné. Hraní her je nejoblíbenější aktivitou na internetu u 59 dětí, ze kterých je pouze 5 závislých či ohrožených internetem. Stejně statisticky nevýznamné jsou rozdíly ve stahování dat.

**Obrázek 3** Nejoblíbenější aktivity na internetu u ohrožených/závislých a nezávislých dětí na internetu



K nejoblíbenějším sociálním sítím patří v dnešní době Facebook. Tabulka 11 uvádí, že z 322 dětí má 293 založen profil na Facebooku.

**Tabulka 11 profil na Facebooku u závislých/ohrožených internetem a u nezávislých na internetu**

Profil na Facebooku	Nemá		Má	
	Absolutní hodnota	% v řádku	Absolutní hodnota	% v řádku
Vyjádřeno v				
Není závislý	27	93,1	259	88,4
Ohrožený či závislý	2	6,9	34	11,6
<b>Celkem</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>293</b>	<b>100</b>

Statisticky významný rozdíl mezi denním užíváním Facebooku u závislých/ohrožených a nezávislých respondentů potvrzuje chí-kvadrát, zatímco ze závislých/ohrožených užívají Facebook denně až 4/5, z nezávislých jedinců to pak je přibližně polovina, jak ukazuje tabulka 12.

**Tabulka 12 Denní užívání Facebooku u závislých/ohrožených internetem a u nezávislých jedinců na internetu**

Užívá Facebook	Nemá/Neužívá denně		Každý den/několikrát denně	
	Absolutní hodnota	% v řádku	Absolutní hodnota	% v řádku
Vyjádřeno v				
Není závislý	132	46,2	154	53,8
Ohrožený či závislý	7	19,4	29	80,6
<b>Celkem</b>	<b>139</b>	<b>43,2</b>	<b>184</b>	<b>56,8</b>

## IV. DISKUZE

Cíli této práce bylo zjistit, jaká je prevalence závislostního chování na internetu, ale také na Facebooku u žáků druhého stupně základních škol v Libereckém kraji. Zjistit jaké jsou rozdíly v prevalenci závislostního chování na internetu v rámci socio-demografických údajů. Dále jsem chtěla zjistit, jaké vyskytující se internetové aktivity mají největší závislostní potenciál, popsat možné rizikové faktory mající vliv na toto chování, nebo zda existují rozdíly v užívání tabáku, alkoholu a konopných drog mezi nezávislými a závislými na internetu.

Fenomén internetu a jeho užívání včetně rizik s nimi spojenými sledovala celá řada studií, realizovaných po celém světě od Ameriky až po Čínu. V České republice byla v roce 2008 na reprezentativním vzorku 1381 respondentů realizována studie (Šmahel, Blinka, Vondráčková, & Godoy - Etcheverry, 2009) mezi dětmi staršími 12 let. Výsledky studie ukazují, že prevalence závislostního chování na internetu byla 3,4%. S použitím obdobných otázek v této práci výsledky hovoří o 5,3 % prevalenci závislostního chování na internetu. Na rozdíl od reprezentativního vzorku Šmahelovy a jeho kolegů studie, jsem si vědoma, že míra reprezentativnosti tohoto vzorku je omezená, zvláště pro způsob výběru, který nebyl náhodný, ale namátkový.

V práci jsem ovšem počítala se sloučenou skupinou závislých a ohrožených jedinců, z důvodu nízkého počtu závislých. Prevalence pak činila 11,2%. Dle mého názoru by ohroženými skupinami měli být i ti, kteří získali pouze jeden bod v dané otázce, zaškrtnutím „často“ nebo „velmi často“. Tam by se mohlo využít více stupňů závislosti – od mírně ohroženého přes ohroženého a až závislého. Například ke zjišťování závislosti na nikotinu se používá například Fagerstömův dotazník, kde pouze získání jednoho bodu označuje již problém s užíváním tabáku.

V porovnání závislostního/ohroženého chování ve městě a na venkově byly zjištěny rozdíly, ale ovšem ne na statisticky významné úrovni. Řekla bych, že výrazný nepoměr populací může výsledek zkreslovat. I když průzkum ukázal, že 28 závislých/ohrožených je z města a pouhých 8 z venkova, nemusí to být pravidlem, že děti na venkově užívají internet méně. Zřejmě tyto teorie jsou podloženy přesvědčením, že děti na venkově tráví více času venku než doma. Nesmíme zapomínat, že děti z měst

mají širší možnosti využití volného času než děti, které žijí na venkově, proto by užívání internetu mohlo být pro venkovské dítě velmi schůdnou výplní času.

Dle tohoto výzkumu nevznikají ve výskytu závislostního/ohroženého chování ve vztahu k pohlaví statisticky významné rozdíly. Bylo zjištěno, že ohroženou a závislou skupinu tvoří 36 dětí, z toho přesně polovina chlapců a dívek, což může být dáno poměrně vyrovnaným počtem dívek a chlapců. Ovšem u samotné závislosti se vyšší míra závislosti vyskytuje u dívek. Nemyslím si, že dívky jsou na internetu více závislé než chlapci, podle mě jde pouze o to, jak dívky svůj problém a otázky týkající se závislosti vnímají, zda dívky nejsou ke svým pocitům daleko vnímavější než chlapci.

Využívání internetu u závislých, ohrožených/ nezávislých dívek a chlapců se pak liší z hlediska využívaných služeb internetu, zatímco dívky častěji využívají služeb sociálních sítí (z 16 závislých jich 15 nejčastěji užívá sociální sítě), chlapci se pak často ubírají ke stahování dat nebo hraní online her. To potvrzují i výsledky z realizovaných výzkumů v Kanadě či z mezinárodní studie „EU Kids Online“ (více viz str. 10). S použitím testu dobré shody jsou tyto rozdíly statisticky nevýznamné. Posedlost sociálními sítěmi u dívek je značná, hodnocení fotek svých kamarádek a vkládání vlastních slušivých fotek na sociální sítě může být u dívek prostředkem, jak si zvýšit v období pubescence svoje sebevědomí a posílit svoji jistotu. Stejně tak i posedlost hraním online her je pro chlapce velká. Tyto specifika využívání internetu dětmi mohou představovat určitý nástroj při hledání své identity, což je dle Eriksona jedním z hlavních cílů puberty.

Jednou z dětí nejvyužívanějších sociálních sítí je Facebook. Ukázalo se, že z 34 závislých/ohrožených má založen profil na Facebooku. Statisticky významný rozdíl mezi závislou/ohroženou a nezávislou skupinou je pak v denním užívání Facebooku. Zatímco 4/5 (29) z ohrožených/závislých jsou denními uživateli Facebooku u nezávislých jedinců je to téměř polovina (154). Usoudila jsem, že ti, co mají Facebook a užívají ho denně nebo několikrát denně, by mohli být na něm závislími/ohroženými, což je 9,8%. Pro zjištění prevalence závislosti na Facebooku by bylo potřeba do dotazníku zařadit například Bergenovu škálu závislosti na Facebooku.

Předpokládala jsem, že s mírou staršího věku roste i výskyt užívání, což není úplně dobrý předpoklad. Závislost může sice souviset s věkem, ale zvláště pak

v určitém období. Výsledky studie ukazují, že vyšší míra závislosti se objevuje u skupiny 14letých. Ve skupině 14letých, je až 16 závislých/ohrožených internetem z celkových 72, což je 22, 2%. Stejný počet 5 závislých čítaly skupiny 12 a 13letých, ovšem prevalence u 13letých je 7,8 a u 12letých 5,6%. Zajímavým poznatkem je pak skupina 15 a víceletých, kde z celkových 84 jich je závislých/ohrožených internetem 10, výše prevalence (11,9%) je tedy daleko nižší než u skupiny 14letých.

Předpokládám, že vyšší výskyt závislých/ohrožených internetem u starších dětí je dán například tím, že starší děti nejsou už tolik rodiči kontrolovány z hlediska délky času strávené u počítače. Na druhou stranu, dle mého názoru, v současné době mladší děti chtějí stále rychleji dospět. A tak se pod falešnou identitou přihlašují na stránky FaceBooku i ti, co jsou mladší 13 let, kteří mají podle pravidel FaceBooku zákaz na tuto sociální síť. Ovšem zvědavosti a vynalézavosti dítěte se nedá zabránit. Stačí si změnit své datum narození a založit si zde profil. Otázkou je, zda o tom vědí rodiče, zda své dítě kontrolují, mnoho příspěvků zde může být pro dítě jak rizikovým tak protektivním faktorem v jeho duševním vývoji. Dle mého názoru internet urychluje duševní vývoj dětí, děti už v mladším věku se informují o takových věcech, o kterých neměli dříve ponětí třeba ani starší dospívající. Děti tímto pak ztrácí své dětství a stávají se dříve dospělými. S dřívější vyspělostí se mohou u dítěte vyskytovat i jiné druhy rizikového chování – například sexuální či užívání návykových látek.

Jedním z rizikových faktorů, který se podílí na vzniku závislosti, je doba strávená u počítače. Studie potvrdila na statisticky významné úrovni pomocí výpočtu chí-kvadrátu, že mezi závislou/ohroženou a nezávislou skupinou existují rozdíly v době strávené na počítači. Téměř polovina závislých/ohrožených jedinců užívá internet více jak 29 hodin týdně. A 25 z 35 závislých/ohrožených internetem užívá internet po 22. hodině. Což dle mého předpokladu, že závislí budou trávit více času na internetu, vyšlo.

Dalším a posledním úkolem tohoto výzkumu bylo zjistit, zda se u závislých/ohrožených jedinců častěji vyskytuje užívání návykových látek než u nezávislých. Podnětem pro tento cíl byly hlavně společné znaky nelátkových a látkových závislostí. Předpokládala jsem například, že impulzivita a deprese, které se objevují u závislostního chování na internetu, mohou být potlačovány užitím návykových látek. Toto může být opravdu jedním z řešení. Problémem je, že užívání návykových látek postupem času zvyšuje tyto „nehezké“ pocity, tudíž v důsledku jejich

užívání nevzniká ani tak pomoc v potlačení těchto nelibých pocitů, ale spíše závislost na danou látku.

Rozdíly v užívání tabáku, alkoholu i konopných drog mezi skupinou závislých/ohrožených a nezávislých jedinců jsou na statisticky významné úrovni. Sporný je ovšem poměr mezi oběma skupinami. Důležité je, že z nezávislých jedinců má zkušenost s tabákem více než polovina, u závislých pak až 83% z 36, tj. 30. Jak závislí/ohrožení, tak nezávislí jedinci mají vysokou zkušenost s alkoholem. S konopnými drogami mají zkušenost téměř 3/5 závislých/ohrožených internetem, zatímco z nezávislých to je 1/8. Pozitivní ač nepatrná korelace byla zjištěna mezi užíváním tabáku v posledních 30 dnech a závislostním/ohroženým chováním na internetu. Jistou spojitost s užíváním návykových látek, zvláště pak alkoholu a tabáku popisuje i studie Kim et al. (2010), kde bylo zjištěno, že 65% dětí ohrožených rizikem závislosti na internetu někdy v životě užilo alkohol, 52% pak tabák.

Výsledky nemůžeme brát za příliš spolehlivé, některé děti nemusely jak na tyto, tak ostatní otázky odpovědět dle pravdy. Ať už z důvodu nedůvěry, studu nebo naopak záměrného projevu odlišnosti. Za další uvážení stojí i to, že ti, co měli zkušenost s alkoholem a konopnými drogami, byli posuzováni dle toho, zda někdy v životě alkohol užili, takže i ti, co jej užili „jen“ jednou. Rozdíly v denním kouření mezi závislými/ohroženými a nezávislými jedinci nejsou dle výsledku testu dobré shody, na statisticky významné úrovni. Nepatrnou/ triviální souvislost mezi výskytem závislostního chování a užíváním tabáku potvrzuje korelační analýza.

Platnost neboli validita výsledků výzkumu byla ověřována statistickými postupy – testem dobré shody, t-testem a korelační analýzou. Pro její zvýšení byla v dotazníku zahrnuta otázka ohledně užívání falešné drogy – netalinu. také jsem ale pro její zvýšení sbírala dotazníky sama. I přes dodržování pravidel pro sběr dat mohou být dané výsledky zkreslující. Některé děti nemusely otázkám dobře porozumět, mohly se pak bát zeptat, někteří zase mohly otázky vyplnit záměrně jinak. Některé otázky mohly být i příliš omezené svou odpovědí nebo nejasně položené. Ke snížení validity mohlo přispět i to, že závislé děti nemusely v ten den přijít do školy, nebo nemusely přinést informovaný souhlas.

Otázky, které byly stěžejní pro zjištění prevalence závislosti a průměrného jejího skóru, mohly být každým dítětem vnímány subjektivně jinak. Například u otázky, zda dítě zanedbává své potřeby (např. jídlo či spánek) kvůli internetu či hraní her, mi několik žáků odpovědělo, že zanedbávají, protože si jídlo berou sebou k počítači, a tak napsali nikdy. Nebo například u otázky ohledně rodičovského kárání kvůli strávenému času internetu nemusí někdo hádání s rodiči považovat za problém, tudíž může označit třeba políčko výjimečně. Na subjektivním posouzení se určitě podílí psychická vyspělost dítěte a vzájemné vztahy s rodiči. Pokud rodiče tolerují toto nadměrné užívání, neexistují žádná pravidla užívání internetu ani sankce za jejich porušení, dítě opravdu nemusí považovat své chování za rizikové, ale za normu. Proto by bylo dobré, dle mého názoru, do dotazníku ještě zařadit otázky postavené na subjektivním hodnocení svého užívání a o subjektivním posouzení toho, co si asi myslí rodiče a ostatní lidé žijící v mém okolí o mém užívání internetu.

## V. ZÁVĚR

Zjištěná prevalence závislostního chování u žáků druhého stupně v Libereckém kraji činí 11,2%. V závislosti na pohlaví nejsou v její míře rozdíly. Ty nastávají až v nejčastěji užívaných aktivitách, kde dívky využívají častěji sociální sítě, kdežto chlapci hrají online hry a stahují data. Její míra se lišila pouze v porovnání města a venkova, kde bylo prokázáno, že více závislých je ve městech. Citlivou skupinou ohroženou závislostním chováním je pak skupina 14letých. Mezi rizikové faktory související se závislostním chováním patří například doba strávená u počítače, užívání návykových látek, u tabáku pak zejména jeho užívání v posledním měsíci.

Dané výsledky mohou být prvním krokem pro další zkoumání této problematiky v oblasti Libereckého kraje. Do výzkumu by mělo být zahrnuto pak více škol z různých oblastí, jelikož většina vybraných škol se nachází na českolipsku. Popis rizikových faktorů je omezený, bylo by dobré se v příštím výzkumu zaměřit i na jiné vlivy. Například by do dotazníku mohly být zařazeny otázky zaměřené na zjištění postoje rodičů dětí k užívání internetu, kolik pak času věnují dětem., jak respondenti tráví čas, jaké mají kamarády, jak jejich kamarádi pak tráví svůj volný čas apod. iMyslím totiž, že právě rodiče, vrstevníci a jejich chování mají na dospívajícího jedince největší vliv.

Ze studie je zřejmé, že je závislostní chování na internetu stejně jako užívání návykových látek u dospívajících dětí druhého stupně základních škol v Libereckém kraji aktuálním tématem. Proto bych doporučila školám v této oblasti zařadit do svých škol programy specifické primární prevence. Rodičům pak, aby nepodceňovali užívání internetu a snažili se dětem jeho užívání omezovat, jelikož zde nehrozí jen riziko vzniku závislosti, ale také se snižují jejich sociální dovednosti.

## VI. POUŽITÁ LITERATURA

- Aboujaoude, E. et al. (2006). Potential markers for problematic Internet use: A telephony survey of 2,513 adults [Electronic version]. *Journal CME*, 11 (10), 750 – 755. Retrieved July 7, 2012, from: <http://www.cnspectrums.com/aspx/articledetail.aspx?articleid=648>
- A Kluby ČR. (2010). Mládež a drogy. Retrieved from: <http://www.vyzkum-mladez.cz/zpravy/1265711667.pdf>
- American Psychiatric Association (2012). The future of psychiatric diagnosis: Substance use and addictive disorders. Retrieved July 3, 2012, from: <http://www.dsm5.org/ProposedRevision/Pages/proposedrevision.aspx?rid=573>
- Andreassen, C. (2012). Development of a Facebook addiction scale [Electronic Version]. *Psychological Reports*, 110 (2), pp. 501 – 507, Retrieved July 13, 2012, from: [https://mail-attachment.googleusercontent.com/attachment/?ui=2&ik=dea80f138b&view=att&th=1387eef8a2281a4e&attid=0.2&disp=inline&safe=1&zw&saduie=AG9B\\_P9ERPn3jJEOpltkf8DcUbUk&sadet=1343176678593&sads=R3VNPYkF9z-VEEskeoBFjmfOO3M](https://mail-attachment.googleusercontent.com/attachment/?ui=2&ik=dea80f138b&view=att&th=1387eef8a2281a4e&attid=0.2&disp=inline&safe=1&zw&saduie=AG9B_P9ERPn3jJEOpltkf8DcUbUk&sadet=1343176678593&sads=R3VNPYkF9z-VEEskeoBFjmfOO3M)
- Beard, W., K. & Wolf, M., E. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction [Electronic Version]. *CyberPsychology & Behavior*, 4 (3), pp. 377 – 383, Retrieved July, 6, 2012 from: <http://www.internetbehavior.com/jandk/diagnosis%20internet%20addiciton.pdf>
- Benkovič, J. (2007). Novodobé nelátkové závislosti [Electronic version]. *Psychiatrie pro praxi*, 8 (6), pp. 250-253. Retrieved July 3, 2012 from: <http://www.solen.cz/pdfs/psy/2007/06/03.pdf>
- Brady, E. (2012, January/February). Internet addiction disorder [Adobe Digital Edition Version]. *The Therapist*, Retrieved July 3, 2012, from: [http://www.camft.org/AM/Template.cfm?Section=Professional\\_Exchange1&TEMLATE=/CM/ContentDisplay.cfm&CONTENTID=11352](http://www.camft.org/AM/Template.cfm?Section=Professional_Exchange1&TEMLATE=/CM/ContentDisplay.cfm&CONTENTID=11352)
- Brian, D. & Hastings-Wierner, P. (2005). Addition to the Internet and Online Gaming [Electronic Version]. *CyberPsychology & Behavior*, 8 (2), pp. 110-113. Retrieved July 9, 2012 from: <http://worldsofeducation.pbworks.com/f/addiction.pdf>
- Broža, J. (2003). Děti a mladiství. In: Kalina, K. et al. *Drogy a drogové závislosti 2: Mezioborový přístup*. Praha: Úřad vlády ČR
- Cao, F. & Su. L. (2006). Internet addiction among Children adolescents: prevalence and psychological features [Electronic Version]. *Journal compilation*, 33 (3), pp. 275 – 281, Retrieved July 4, 2012, from: <http://encognitive.com/files/Internet%20addiction%20among%20Chinese%20adlescents--%20prevalence%20and%20psychological%20features.pdf>
- Csémy, L. & Nešpor, K. (2008). Alkohol a tabák – nebezpečná kombinace [Electronic Version]. *Tabák a zdraví. Informační bulletin. SZÚ*. Retrieved June 21, 2012, from: <http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/zavislosti/koureni/TaZ/TAZIIQ2008.pdf>
- Csémy, L. & Sovinová, H. (2010). Trendy v kuřáctví dětí a dospívajících v ČR [Electronic Version]. *SZÚ*, Retrieved July 1, 2012 from: <http://www.szu.cz/uploads/documents/szu/aktual/trendy-kuractvi-deti.pdf>

- Dekker, R. (2012, February 13). Internet Addiction Could Be Warning Sign of Substance Use in Teens. Journal of addiction medicine. Retrieved July 10, 2012, from: <http://www.asam.org/docs/pressreleases/jam-internet-addiction-and-drug-use-in-teens-2012-02-13.pdf?sfvrsn=6>
- Deng, YX., Hu, M., Hu, GX., Sun, ZQ., & Wang, LS. (2007). An investigation on the prevalence of internet addiction disorder in middle school students of Hunan province [Electronic Version]. Chinese Journal of Epidemiology, 28 (5), pp. 445 - 448. Retrieved July 2, 2012 from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17877171>
- Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost. (2007). Užívání drog a související problémy mezi dětmi do 15 let. Výroční zpráva za rok 2007: stav drogové problematiky v Evropě. Retrieved from: [http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CFEQjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.emcdda.europa.eu%2Fattachements.cfm%2Fatt\\_42902\\_CS\\_summary-si-2\\_2007-cs.pdf&ei=zr7T8b3DOfh4QSRnv3xBg&usq=AFQjCNFuBQjhBrp-pOYFG6bwwruUhQyJeg&sig2=n5z0NJU8dJwUtYRyYiJKQw](http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CFEQjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.emcdda.europa.eu%2Fattachements.cfm%2Fatt_42902_CS_summary-si-2_2007-cs.pdf&ei=zr7T8b3DOfh4QSRnv3xBg&usq=AFQjCNFuBQjhBrp-pOYFG6bwwruUhQyJeg&sig2=n5z0NJU8dJwUtYRyYiJKQw)
- Frouzová, M. (2008). Závislost na procesech. In: Kalina, K. et al. Základy klinické adiktologie. Praha: Grada Publishing, a. s.
- Goldberg, I. (1995). Internet addiction disorder – diagnostic criteria. Retrieved July 2, 2012 from: <http://web.urz.uni-heidelberg.de/Netzdienste/anleitung/wwwtips/8/addict.html>
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer „addiction“ exist? Some case study evidence. [Electronic Version]. CyberPsychology & Behavior, 3 (2), pp. 211-218. Retrieved June 29, 2012, from: <http://www.jogoremoto.pt/docs/extra/DPOMNQ.pdf>
- Griffiths, M., & Kuss, D. (2011). Online Social Networking Addiction – A Review of the Psychological Literature [Electronic Version]. Public Health, 8, pp. 3528 – 3552, Retrieved July 13, 2012, from: [https://mail-attachment.googleusercontent.com/attachment/?ui=2&ik=dea80f138b&view=att&th=1387eef8a2281a4e&attid=0.1&disp=inline&safe=1&zw&saduie=AG9B\\_P9ERp3jJEOpltkf8DcUbUk&sadet=1343176191769&sads=2OJ-Vd8Fz8xvj6Xi\\_73p0VmO69s](https://mail-attachment.googleusercontent.com/attachment/?ui=2&ik=dea80f138b&view=att&th=1387eef8a2281a4e&attid=0.1&disp=inline&safe=1&zw&saduie=AG9B_P9ERp3jJEOpltkf8DcUbUk&sadet=1343176191769&sads=2OJ-Vd8Fz8xvj6Xi_73p0VmO69s)
- Hajný, M. (2003). Vývojové aspekty vzniku, rozvoje a udržování závislosti. In: Kalina, K. et al. Drogy a drogové závislosti 1: Mezioborový přístup. Praha: Úřad vlády ČR
- HBSC, (n. d.) Co je HBSC? Retrieved July 1, 2012, from The Health Behavior of School- aged Children website: <http://www.hbsc.upol.cz/>
- Henderson, Ch. (2000). The internet as a metaphor for god? [Electronic Version]. Cross Currents, 50 (1/2). Retrieved July, 16 from: <http://www.crosscurrents.org/henderson.htm>
- Kim, Y. et al. (2010). The effects of Internet addiction on the lifestyle and dietary behavior of Korean adolescents. Nutr Res Pract. 2010 February; 4(1), pp. 51–57. Retrieved July 9, 2012, from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2830415/>
- Kudrle, S. (2003). Úvod do bio–psycho–socio–spirituálního modelu závislosti. In Kalina, K. et al. Drogy a drogové závislosti 1: Mezioborový přístup. Praha : Úřad vlády ČR

- Labáth, V., Ambróziová, A., Smik, J., & Štúrová, J. (2001). Riziková mládež. Praha: Sociologické nakladatelství
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., and Ólafsson, K. (2011). Risks and safety on the internet: The perspective of European children. Full Findings. LSE, London: EU Kids Online. Retrieved July 6, 2012, from: <http://www.saferinternet.cz/eu-kids-online>
- Majzlíková, J. (2009). Užívání návykových látek v rané adolescenci. Adiktologie, 9 (4), 222–227. Tišnov: Scan
- Media Awareness Network. (2001). New survey on how kids use the Internet [Electronic Version] Teacher newsmagazine, 14 (2), Retrieved from: <http://bctf.ca/publications/NewsMagArticle.aspx?id=11342>
- Mythily, S, Qui, S, & Winslow, M. (2008). Prevalence and Correlates of Excessive Internet Use among Youth in Singapore [Electronic Version]. Annals Academy of Medicine, 37 (1), pp. 9-14. Retrieved July 4, 2012 from: <http://www.annals.edu.sg/PDF/37VolNo1Jan2008/V37N1p9.pdf>
- Národní ústav USA pro (otázky) týkající se zneužívání drog. (2011, December 17). Užívání marihuany mezi dětmi a dospívajícími v USA na vzestupu: mladí Američané kouří marihuanu více než tabák. Retrieved July 3, 2012 from: [http://www.drogy-info.cz/index.php/info/monitor/zahranicni\\_media/mladi\\_american\\_kouri\\_vice\\_marihuanu\\_nez\\_tabak](http://www.drogy-info.cz/index.php/info/monitor/zahranicni_media/mladi_american_kouri_vice_marihuanu_nez_tabak)
- Nešpor, K. (2000). Návykové chování a závislost. Praha: Portál, s.r.o.
- Rážová J., (2011). Životní styl školních dětí [Electronic Version]. SZÚ, Retrieved July 1, 2012, from: [http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/zivotni\\_styl/2011/TK\\_8dec11/HBS\\_C\\_2010\\_razova\\_TK\\_SZU\\_11208.pdf](http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/zivotni_styl/2011/TK_8dec11/HBS_C_2010_razova_TK_SZU_11208.pdf)
- Říčan, P. et al. (1995). Dětská klinická psychologie. Praha: Grada Publishing, s. r. o.
- Šmahel, D. (2003). Psychologie a Internet – Děti dospělými, dospělí dětmi. Triton
- Šmahel, D., Blinka, L. & Vondráčková, P. Godoy - Etcheverry, S.: Comparing Addictive Behavior on the Internet in the Czech Republic, Chile and Sweden. In Cardoso, G., Chcong, A., Cole, J. (Eds.). World Wide Internet: Changing Societies, Economies and Cultures. Macao: University of Macau, 2009. Retrieved from: <http://www.terapie.cz/materials/smahetal2009-wipbook.pdf>
- Štěpánková, L. (2011, November 25). Kouření bere lidem svobodu. Interview obtained from toplekar website. Retrieved 30 June, 2012 from: <http://www.toplekar.cz/archiv-clanku/lenka-stepankova-koureni-bere-lidem.html>
- TNS AISA. (2009). České děti a Internet. Retrieved from: <http://www.lupa.cz/clanky/ceske-deti-a-internet/>
- Vacek, J. (n. d.). Nelátkové závislosti: behaviorální závislosti [Electronic Version]. Retrieved June, 29, from: <http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0CFAQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.adiktologie.cz%2Fcz%2Farticles%2Fdownload%2F3476%2FBehavioralni-zavislosti-pdf&ei=ZoT6T5SqE66W0QWk0ZWnBw&usq=AFQjCNFcg-Sx1ruZ8THWUEYq4o0l71cxNA&sig2=IyyoKJdPHfwWxkbJPu2P3w>

- Vacek, J. (n. d.). Nelátkové závislosti: závislost na internetu [Electronic Version]. Retrieved June, 29, from: [http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=0CE8QFjAC&url=http%3A%2F%2Fwww.adiktologie.cz%2Fcz%2Farticles%2Fdownload%2F3478%2Fzavislost-na-internetu-pdf&ei=0YT6T8nFFMnA0QWY\\_bW4Bw&usq=AFQjCNFW5hVTuOt1eiFfpQ\\_VuEV5f52M5A&sig2=YwNzwkoBYdtaJT3GnHx34g](http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=0CE8QFjAC&url=http%3A%2F%2Fwww.adiktologie.cz%2Fcz%2Farticles%2Fdownload%2F3478%2Fzavislost-na-internetu-pdf&ei=0YT6T8nFFMnA0QWY_bW4Bw&usq=AFQjCNFW5hVTuOt1eiFfpQ_VuEV5f52M5A&sig2=YwNzwkoBYdtaJT3GnHx34g)
- Vágnerová, M. (2001). Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy. Praha: Karolinum
- Vondráčková – Holcnerová, P., Vacek, J. & Košatecká, Z. (2009). Závislostní chování na internetu a jeho léčba [Electronic Version]. Česká a slovenská psychiatrie, 105 (6-8), 281-289. Retrieved July 4, 2012, from: [http://www.cspsychiatr.cz/dwnld/CSP\\_2009\\_6\\_281\\_289.pdf](http://www.cspsychiatr.cz/dwnld/CSP_2009_6_281_289.pdf)
- World Health Organization, (2012). Mezinárodní klasifikace nemocí: Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním psychoaktivních látek [Electronic Version]. Retrieved June 27, 2012 from: <http://www.uzis.cz/cz/mkn/index.html>
- World Health Organization, (2012). Mezinárodní klasifikace nemocí: Nutkavé a impulzivní poruchy [Electronic Version]. Retrieved July 2, 2012 from: <http://www.uzis.cz/cz/mkn/index.html>
- Young, S. K. (1996). Internet addiction: The Emergence of a new clinical disorder [Electronic Version]. CyberPsychology & Behavior, 1 (3), pp. 237 – 244. Retrieved June 29, 2012, from: <http://www.chabad4israel.org/tznius4israel/newdisorder.pdf>  
<http://www.uib.no/news/nyheter/2012/05/new-research-about-facebook-addiction>

## VII. PŘÍLOHY

### PŘÍLOHA Č. 1: Informovaný souhlas rodičů

#### SOUHLAS ZÁKONNÝCH ZÁSTUPCŮ

Souhlasím s tím, aby se můj syn/dcera ..... zúčastnil/a dotazníkového šetření realizovaného v rámci odborné přípravy studentů adiktologie na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Výzkum probíhá na vybraných základních školách mezi žáky druhého stupně. Cílem studie je získat přehled o chování dětí na internetu a hraní počítačových her v souvislosti s dalšími formami rizikového chování. Veškerá získaná data jsou anonymní a bude s nimi nakládáno v souladu se zákonnými normami. Do kontaktu s žáky se dostanou pouze kvalifikovaní a proškolení tazatelé. Vedoucím výzkumu je Mgr. Jaroslav Vacek, odborný pracovník Kliniky adiktologie 1. LF UK, e-mail: [vacek@adiktologie.cz](mailto:vacek@adiktologie.cz), telefon: 777 815 149.

V.....dne.....

.....

Podpis zákonného zástupce

### PŘÍLOHA Č. 2 : Výzkumný dotazník

#### Dotazník pro žáky 6. - 9. tříd

**Než začneš, přečti si následující informace.**

Tento výzkum je součástí bakalářských a diplomových prací vysokoškolských studentů a provádí se ve vybraných základních školách mezi žáky tvého věku.

Dotazník je zcela anonymní – nebude obsahovat tvoje jméno ani žádné jiné informace, které by tě mohly individuálně identifikovat. Na dotazník nikam nepiš své jméno. Po vyplnění odevzdej dotazník výzkumnému asistentovi.

Nejde o žádný test. Neexistují zde správné ani špatné odpovědi. U většiny otázek jsou odpovědi předznačené. Pokud mezi nimi nenajdeš odpověď, která by vystihovala tvůj názor nebo tvou zkušenost přesně, označ odpověď, která je významem nejbližší. Na otázky odpovídej tak, že křížkem označíš příslušný rámeček nebo doplň odpověď do kolonky.

Pokud bys měl/a nějaké nejasnosti, přihlas se. Asistent výzkumu přijde k tvé lavici a podá ti vysvětlení.

**Děkujeme ti předem za tvou účast.**

**NEŽ ZAČNEŠ, NEZAPOMEŇ SI PŘEČÍST POKYNY NA 1. STRANĚ.**

Svou odpověď uváděj tak, že u každé otázky označíš křížkem "X" odpovídající čtvereček.

1. **Jsi:** 1  Chlapec 2  Dívka2. **Kolik je ti let?** 1  10 a méně 2  11 3  12 4  13 5  14  
6  15 nebo více3. **V kolikátém jsi školním ročníku:**1  šestý 2  sedmý 3  osmý 4  devátý4. **Počet obyvatel ve tvém bydlišti:**1  více než 50 000 (velká města, např. Praha, Kladno, Brno, Zlín, Ústí nad Labem, Liberec)2  25 000 – 50 000 (větší města, např. Kolín)3  10 000 – 25 000 (menší města, např. Kutná Hora)4  5 000 – 10 000 (malá města)5  1 000 – 5 000 (větší vesnice, městečko, např. Kostelec nad Černými Lesy)6  méně než 1 000 (menší vesnice)5. **Jak často (pokud vůbec) se věnuješ následujícím činnostem?**

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	párkrát za rok	jednou či dvakrát za měsíc	aspoň jednou za týden	téměř denně
a) Hraji počítačové hry	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Sportuji sám nebo s přáteli (jízda na kole, fotbal atd.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Účastním se organizovaných sportovních aktivit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Čtu pro zábavu knihy (nepočítej školní učebnice)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Jiné koníčky (hra na hudební nástroj, zpěv, kreslení, psaní)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Surfuji na internetu (hry, muzika aj.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Chodím do programů nebo klubů pro mládež	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Chodím s přáteli do nákupních center, po ulici, do parku atd. jen tak pro zábavu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Chatuji s kamarády pomocí internetu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Hledám si nové kamarády na internetu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k) Vytvářím/spravuji si profil(y) na sociálních sítích	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4	5

6. **Máš možnost trávit svůj volný čas venkovními aktivitami (jízda na kole, rybaření, bazén, fotbal a jiné míčové hry, bruslení...), aniž bys kvůli tomu musel/a někam dojíždět?**1  ano 2  ne

**7. Stalo se někdy, že jsi měl/a zájem o nějakou placenou volnočasovou aktivitu (zájmový kroužek), na kterou ses nakonec nemohl/a přihlásit z finančních důvodů?**

1  ano, jednou      2  ano, několikrát      3  ne, nikdy

**8. Jak často musíš doma pomáhat s nějakou prací (např. úklid, mytí nádobí, vaření, péče o sourozence, o zvířata, práce na zahradě...)?**

1  nikdy nebo výjimečně    2  1x-2x týdně    3  denně nebo téměř denně    4  každý den několik hodin

**9. Když se seznámíš s novým kamarádem, jaký kontakt mu na sebe vždy dáš, abys s ním mohl/a komunikovat. (Můžeš označit více odpovědí)**

a  telefonní číslo      b  email      c  kontakt na svůj profil na facebooku či jiné sociální síti

d  kontakt na ICQ, SKYPE či jiný instant messenger    e  poštovní adresa f  jiný kontakt

**10. Jakou činnost na počítači nejraději děláš? (Vyber pouze jednu možnost)**

1  hraji PC hry    2  navštěvuji internet    3  tvořím (např. programuji, vytvářím grafiku či hudbu)

4  nejraději dělám něco jiného

**11. Máš doma přístup na internet?**

1  nemám    2  máme internet ve společné místnosti    3  mám internet ve svém pokoji

**12. Máš internet v mobilu?**

1  ano, používám ho    2  ano, ale používám ho výjimečně nebo vůbec

3  ne, ale chtěl/a bych    4  ne, ani to nechci

**13. Vědí tvoji rodiče, co na internetu děláš (jaké stránky navštěvuješ, s kým komunikuješ)?**

1  nikdy    2  výjimečně    3  často    4  velmi často

**14. Máš omezený přístup na některá místa na internetu (stránky, aplikace)?**

1  ano    2  ne

**15. Jaké činnosti na internetu se nejčastěji věnuješ? (Vyber pouze jednu možnost)**

1  návštěva e-mailu    2  návštěva sociálních sítí (např. Facebook)    3  hraní online her

4  posílání SMS    5  stahování dat (např. filmy, hudba)    6  návštěva jiných stránek

**16. Trávíš někdy svůj volný čas surfováním na internetu proto, že se cítíš osamělý/á?**

1  nikdy    2  výjimečně    3  často    4  velmi často

**17. Jaký styl počítačových her hraješ nejčastěji? (Vyber pouze jednu možnost)**

1  online hry pro jednoho hráče    2  online hry pro více hráčů    3  offline hry    4  vůbec nehraju hry

**18. Jaký typ počítačových her hraješ nejčastěji? (Vyber pouze jednu možnost)**

1  simulátory (např. sportovní)    2  strategie

3  na hrdiny (RPG)    4  akční    5  jiné

**19. Pokud znáš název hry, kterou hraješ nejčastěji, napiš ho: (napiš prosím celý název)**

.....  
.....

**20. Kolik hodin týdně strávíš na internetu a/nebo hraním počítačových her?**

- 1  0 hodin  
2  1-7 hodin (max. hodina denně)  
3  8-14 hodin (cca 2 hodiny denně)  
4  15-22 hodin (cca 3 hodiny denně)  
5  23- 25 hodin (cca 3 až 4 hodiny denně)  
6  26-29 hodin (cca 4 hodiny denně)  
7  více jak 29 hodin týdně (více jak 4 hodiny denně)

**21. V které části týdne jsi na internetu a/nebo hraješ počítačové hry nejvíce?**

- 1  v pracovním týdnu (pondělí-pátek)    2  o víkendu (sobota-neděle)    3  nevím  
(nemohu určit)

**22. Používáš internet (surfuješ) ve všedních dnech po 22. hodině?**

- 1  ne  
2  ano – Pokud ano, obvykle kolik dní v týdnu?

1    2    3    4    5

**23. Na které sociální sítě máš založen svůj profil? A jak často se na něj přihlašuješ?**

(Zaškrtni jedno)

okénko v každém řádku)	nemám založen profil	mám profil, ale vlastně ho nepoužívám	párkrát za měsíc	párkrát za týden	denně nebo téměř denně	několikrát denně
a) facebook.com	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) lide.cz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) badoo.com	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) libimseti.cz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) xteen.cz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) xchat.cz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) twitter.com	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) meebo.com	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) jiné, doplň:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4	5	6

**Pokud nepoužíváš žádné sociální sítě, přeskoč rovnou na otázku č. 32.**

**24. Kolik času, kdy jsi na internetu, věnuješ svým profilům na sociálních sítích?**

- 1  chodím na internet hlavně kvůli svým profilům – celou nebo téměř celou dobu  
2  více než polovinu, většinu času  
3  asi polovinu  
4  méně než polovinu, většinou na internetu dělám jiné věci  
5  většinou se na svůj profil ani nepřihlásím

**25. Kolik přátel máš na své nejoblíbenější sociální síti?**

1  1 – 50   2  51 – 100   3  101 – 200   4  201 – 300   5  301 – 500   6  více než 500

**26. Znáš osobně všechny uživatele, které máš přidáné mezi své přátele?**

- 1  ano, všechny  
2  většinu  
3  asi polovinu  
4  méně než polovinu  
5  osobně znám jen málokoho

**27. Když se podíváš na svůj profil na facebooku – myslíš si, že jsi oblíbený/á?**

1  nemám profil na facebooku   2  myslím, že ano   3  nevím   4  asi spíš ne   5  ne

**28. Jak často přidáváš, nahráváš a obměňuješ fotky na svém profilu na facebooku?**

- 1  nemám profil na facebooku  
2  málokdy  
3  jen když je nějaká akce, výlet apod.  
4  jen když mám fotku, na které mi to sluší  
5  často  
6  rád/a se fotím a přidávám vtipné profilové fotky, takže pořád

**29. Hraješ nějaké hry na facebooku?**

1  nehraji   2  jen výjimečně   3  pravidelně   4  velmi často

**30. Co je podle tebe to nejlepší na tom, mít profil na Facebooku?**

.....

**31. Pokud se připojuješ se na své profily na sociálních sítích pomocí mobilu, jak často?**

1  nemám internet v mobilu   2  nepřipojuji se na sociální síť   3  jen občas  
4  skoro denně nebo denně   5  několikrát denně   6  skoro pořád, někdy se ani neodhlašuji

**32. Zažíváš někdy v souvislosti se svým hraním či pobytem na internetu následující věci?**

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	výjimečně	často	velmi často
a) Zanedbáváš někdy své potřeby (např. jídlo či spánek) kvůli internetu či hraní her?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Představuješ si, že jsi na internetu nebo hraješ hry, i když to zrovna neděláš?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Cítíš se neklidný/á, mrzutý/á nebo podrážděný/á, když nemůžeš být na internetu nebo hrát hry?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Cítíš se veselejší a šťastnější, když se dostaneš do hry nebo spustíš internet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Máš pocit, že na internetu nebo ve hře trávíš stále více času?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Přistihneš se, že zůstáváš na internetu nebo ve hře, i když tě to už vlastně nebaví?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Hádáš se někdy se svými blízkými (rodina, přátelé, partner/ka)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**40. Jak často a kolik cigaret jsi kouřil/a během POSLEDNÍCH 30 DNÍ?**

- 1  Vůbec nekouřil/a  
2  Méně než 1 cigaretu za týden  
3  Kouřil/a, ale ne denně  
4  1-5 cigaret denně  
5  6-10 cigaret denně  
6  11-20 cigaret denně  
7  Více než 20 cigaret denně

**41. Jak často (pokud vůbec) jsi pil/a nějaký alkoholický nápoj (pivo, víno atd.)?**

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) V životě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Během posledních 12 měsíců	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Během posledních 30 dnů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

**42. Kolikrát (pokud vůbec) jsi byl/a opilý/á tak, že jsi měl/a problémy s chůzí, s mluvením, zvracel/a jsi nebo sis nepamatoval/a, co se stalo?**

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) V životě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Během posledních 12 měsíců	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Během posledních 30 dnů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

**43. Jak často (pokud vůbec) jsi užil/a marihuanu či hašiš (konopné drogy)?**

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) V životě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Během posledních 12 měsíců	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Během posledních 30 dnů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

**44. Kolikrát za celý život (pokud vůbec) jsi užil/a některou z následujících drog?**

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)

	nikdy	1-2 krát	3-10 krát	11 a vícekrát
a) Léky na uklidnění, sedativa (bez doporučení lékaře)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Pervitin (nebo jiné amfetaminy)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) LSD nebo jiný halucinogen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Krak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Kokain	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Netalin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

g) Heroin (nebo jiné opiáty, např. kodein, braun, Subutex)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Halucinogenní houby (lysohlávky)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) GHB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Anabolické steroidy nebo prostředky dopingů	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k) Drogy užití injekčně (heroin, pervitin aj.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l) Alkohol spolu s léky	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
m) Alkohol spolu s marihuanou či jinou konopnou drogou	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
n) Nějakou drogu včetně alkoholu před polednem (ne tabák)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
o) Nějakou drogu včetně alkoholu o samotě	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

**45. V jakém věku (pokud vůbec) jsi POPRVÉ udělal/a či zkusil/a následující věci?**

(Zaškrtni jedno okénko v každém řádku)	nikdy	9 let nebo dříve	10 let	11 let	12 let	13 let	14 let	15 let nebo později
a) Kouřil/a cigarety	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Pil/a nějaký alkohol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Opil se nějakým alkoholem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Kouřil/a marihuanu nebo hašiš	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Zkusil/a extázi či jinou taneční drogu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Zkusil/a heroin či jiné opiáty	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Zkusil/a pervitin či amfetamin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Čichal/a toluen či jiná rozpouštědla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Zkusil LSD nebo jiný halucinogen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Užil/a nějakou drogu před polednem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4	5	6	7	8

Poslední část dotazníku obsahuje 23 výpovědí, kterými můžeš popsat sám/sama sebe.

Přečti si pozorně každou výpověď a posuď, do jaké míry tě vystihuje. Odpovídej uvážlivě a upřímně, stejně jako v celém dotazníku jsou i zde tvé odpovědi považovány za důvěrné. Nejde o žádný test, neexistují zde správné ani špatné odpovědi. Pokud nenajdeš odpověď, která by ti přesně vyhovovala, označ odpověď, která je významem nejbližší.

**46. Na otázky odpovídej tak, že křížkem označíš příslušné políčko v každém řádku.**

Význam jednotlivých odpovědí upřesňuje následující tabulka:

<b>rozhodně nesouhlasím</b>	<b>nesouhlasím</b>	<b>souhlasím</b>	<b>rozhodně souhlasím</b>
výpověď tě vůbec nevystihuje	výpověď tě spíš nevystihuje	výpověď tě spíš vystihuje	výpověď tě úplně vystihuje

	rozhodně nesouhlasím	nesouhlasím	souhlasím	rozhodně souhlasím
a) Jsem spokojený.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Často něco řeknu dřív, než si to rozmyslím.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Chtěl/a bych skákat padákem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Jsem šťastný/á.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Často se dostávám do situací, kterých později lituji.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Užívám si nové a vzrušující zážitky, i když jsou nekonvenční.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Věřím, že mám před sebou slibnou budoucnost.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) Pocit závratí či omdlení mi nahání hrůzu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) Děsí mě, když cítím, že se mi mění srdeční tep.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j) Obvykle jedním, aniž bych se předtím zamyslel/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k) Rád bych se naučil/a řídit motocykl.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l) Jsem hrdý/á na to, co jsem dokázal/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
m) Jde mi o zážitek jako takový, i když je to něco nezákonného.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
n) Mám pocit, že nejsem úspěšný.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
o) Dostávám strach, když zažívám neobvyklé tělesné pocity a vjemy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
p) Líbilo by se mi dělat dlouhé túry v drsné a neobydlené krajině.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
q) Cítím se příjemně.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
r) Děsí mě, když nejsem schopen/a se soustředit na to, co mám dělat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
s) Mám pocit, že se musím chovat manipulativně, abych dosáhl/a toho, co chci.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
t) Do budoucna hledím s velkým nadšením.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4

**Děkujeme ti za vyplnění dotazníku.**

Ještě než dotazník odevzdáš, prolistuj ho, prosím, ještě jednou a překontroluj, zda jsi nepřehlédl/a některou z otázek

