

Sociální sítě: pozitiva a negativa používání

CORE057 Člověk a digitální technologie

Mgr. Michaela Lebedíková




V USA varují před sociálními sítěmi. Expert popisuje situaci v Česku







LENKA KABRHELOVÁ





Americký federální úřad pro veřejné zdraví vydal minulý týden důrazné varování před negativním vlivem sociálních médií na duševní zdraví děti a dospívajících. „Ta zpráva říká, že sociální média mají pro děti a adolescenty i pozitiva. Daleko šířeji se ale věnuje jejich potenciálním rizikům a možným negativním dopadům,“ shrnuje David Šmahel z Masarykovy univerzity v Brně.





Sociální sítě



.....
Ouiridi et al. (2014) si položili otázku: co jsou sociální média a jak je definovat?

Pomocí analýzy 23 definic extrahovaných ze 179 dali dohromady ...





Sociální sítě



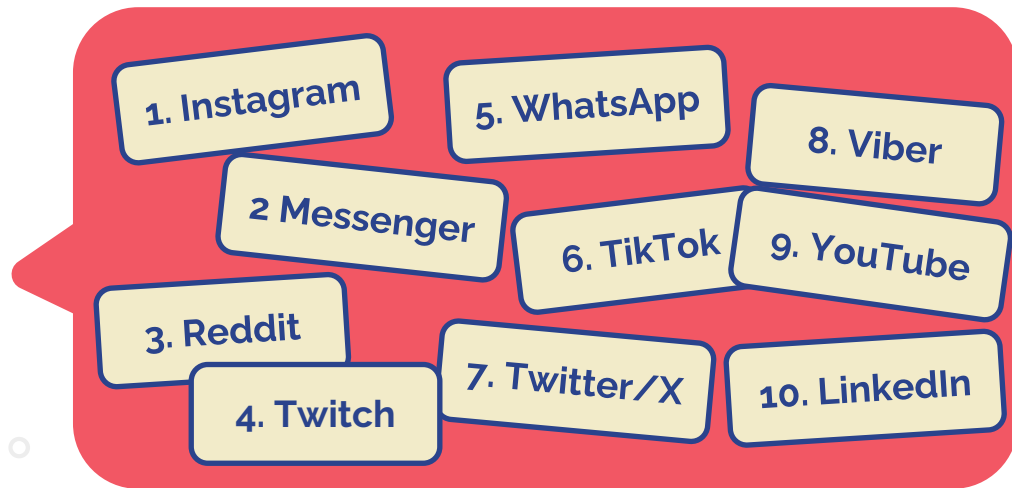
.....

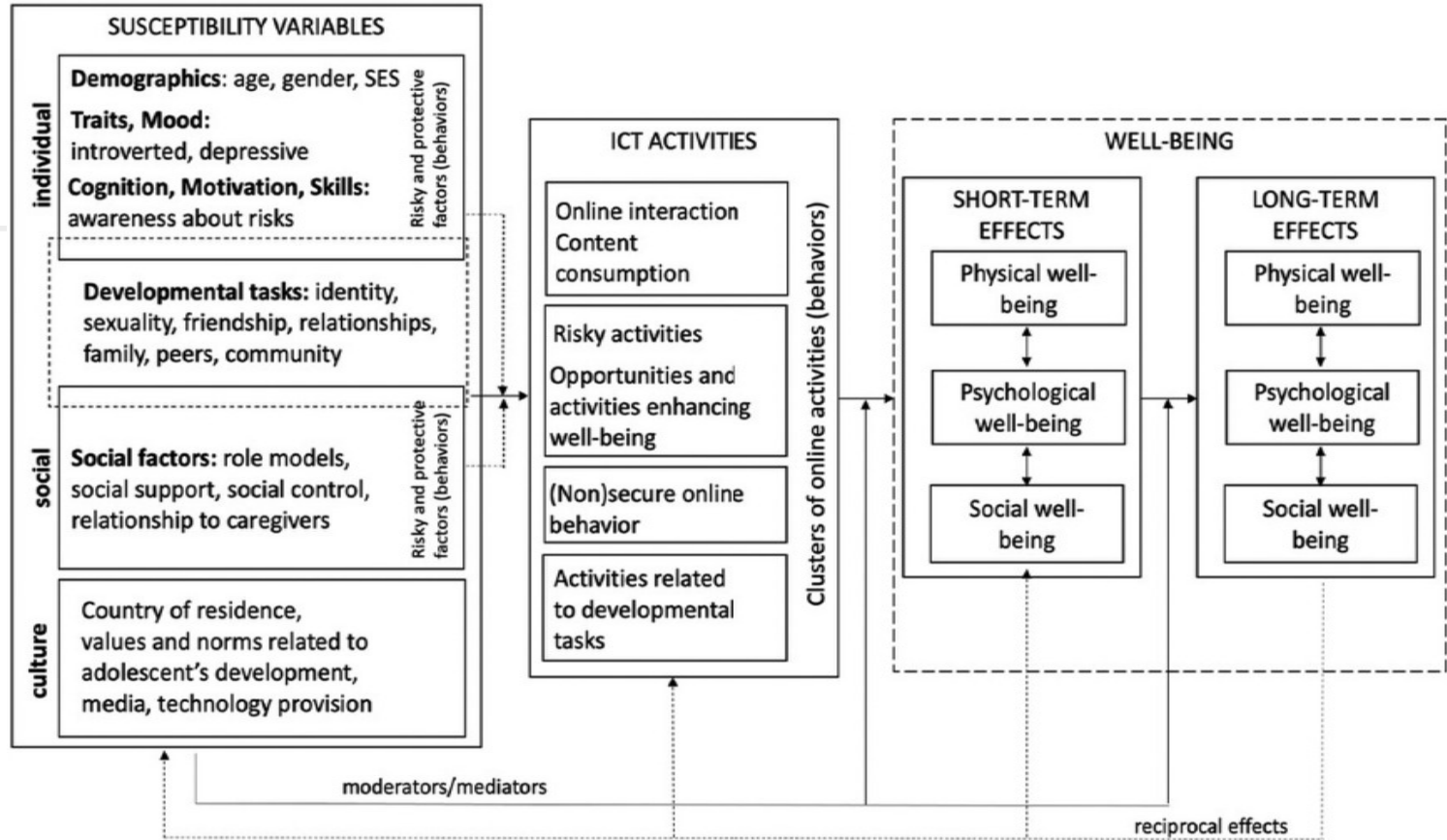
a set of **mobile** and **web-based** platforms built on Web 2.0 technologies, and allowing users at the **micro-, meso- and macro-levels** to **share** and **geo-tag user-generated content** (images, text, audio, video and games), to **collaborate**, and to **build networks** and **communities**, with the **possibility of reaching** and **involving large audiences**



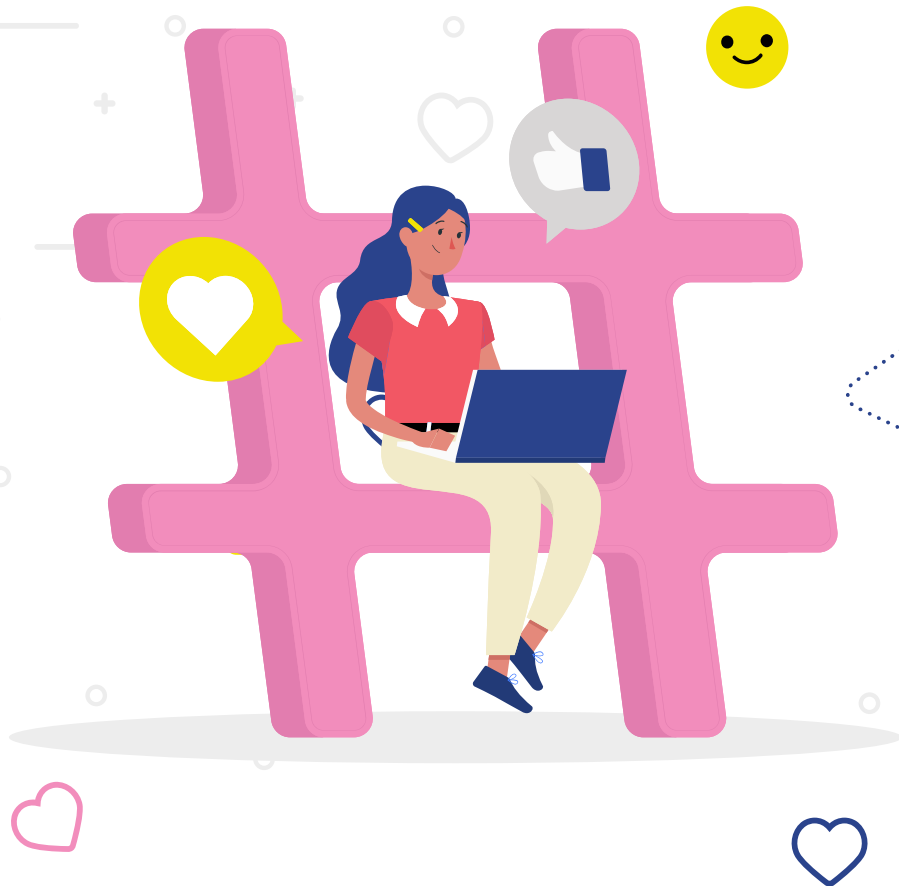
(Ouirdi et al., 2014)







The conceptual Integrative Model of ICT Effects on adolescents' Well-being (iMEW). (Smahel et al., 2022)



Co je well-being?

Podle WHO jde o **multidimenzionální** ukazatel **životní pohody** sestávající ze **subjektivních** i **objektivních** bloků, přičemž **nejde o pouhou absenci negativních elementů** (např. deprese), ale jde i o **přítomnost pozitivních aspektů** (sebevědomí).

Vsuvka: ill-being

Přehled well-beingu

Krátkodobý

Psychologický

Afekty (pozitivní, negativní, aktivované a deaktivované), stresory

Dlouhodobý

Deprese, úzkosti, životní spokojenost, míra spokojenosti

Sociální

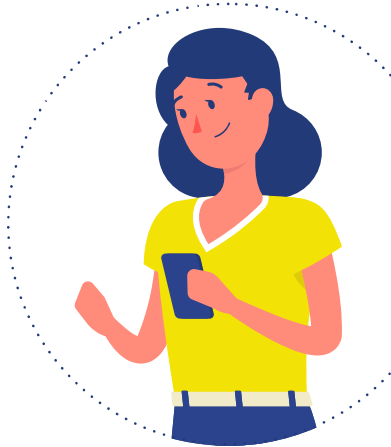
Vztahy s vrstevníky, vztahy s rodiči, zkušenosti se šikanou, kvalita přátelství, sociální integrace, pocit sounáležitosti, ...

Fyzický

Absence nemoci, přítomnost zdraví, kvalita spánku (a další atributy spánku), fyzický pohyb, sedavost, ...

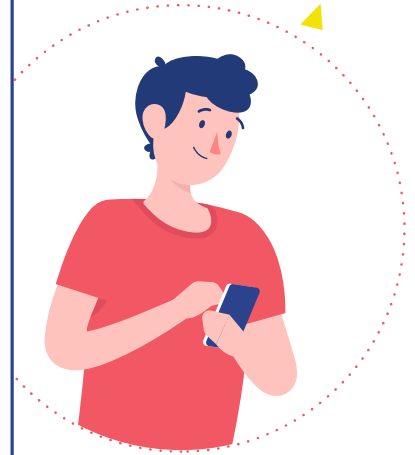


Co je to, co má na sociálních sítích „dopad“?

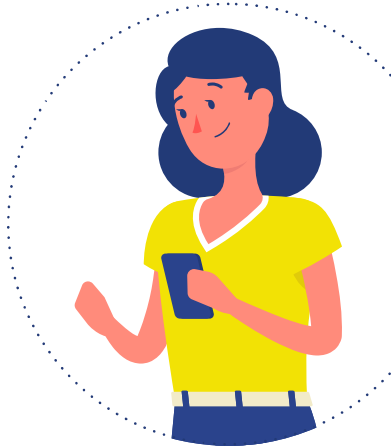


„(a) general time spent with SM, or (b) time spent with active and (c) passive SMU. Some (also) focused on specific behaviors and mechanisms afforded by SM, including (d) the size of one's SM network, (e) the intensity of SMU, (f) problematic SMU (i.e., an enduring preoccupation with SM, reflected in a persistent neglect of one's own health and important life areas), and (g) SM-induced social comparison (the tendency to observe others to assess how we are looking, thinking, or behaving in comparison with these others)“ (Valkenburg, 2022)

Co tady chybí?

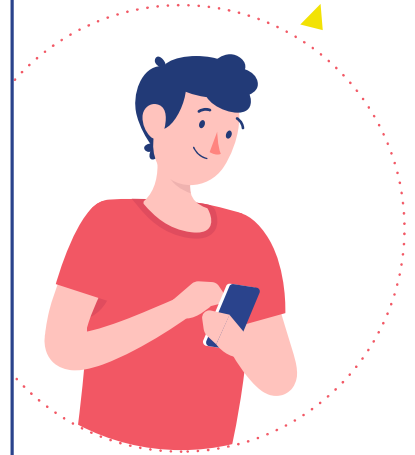


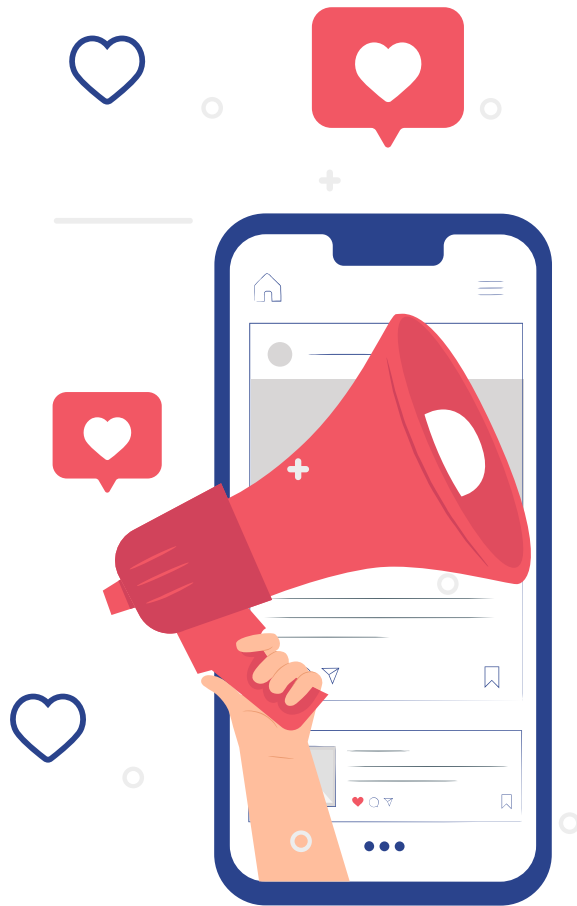
Co je to, co má na sociálních sítích „dopad“?



„(a) general time spent with SM, or (b) time spent with active and (c) passive SMU. Some (also) focused on specific behaviors and mechanisms afforded by SM, including (d) the size of one's SM network, (e) the intensity of SMU, (f) problematic SMU (i.e., an enduring preoccupation with SM, reflected in a persistent neglect of one's own health and important life areas), and (g) SM-induced social comparison (the tendency to observe others to assess how we are looking, thinking, or behaving in comparison with these others)“ (Valkenburg, 2022)

Ale co obsah?





Mezi lety 2019 - 2021 vzniklo více než 300 studií dopadů sociálních médií na well-being.

Z nich bylo publikováno 27 shrnujících článků* dopadů na well-being - a to s různými závěry (!).

*9 meta-analýz, 9 systematických review, 9 narativních review.



Proč tomu tak je?

- Studie jsou průřezové (asociační)
- Nevíme, proč sociální sítě souvisí s well-beingem, ani PRO KOHO souvisí
- Měřit jen strávený čas na sítích nestačí (obsah, komunikační partneři)
- Self-reported data už také nestačí



Valkenburg, P. M. (2022). Social media use and well-being: What we know and what we need to know. *Current Opinion in Psychology*, 45. <https://doi.org/10.1016/J.COPSYC.2021.12.006>

Happiness

Obecné použití SM
Velikost SM sítě
Problematické SM (-)

Životní spokojenost

Srovnávání se na SM (-)
Velikost SM sítě
Problematické SM (-)

Pozitivní afekt

Srovnávání se na SM

(Symptomy) deprese

Obecné použití SM
Aktivní a pasivní SM
Srovnávání se na SM
Problematické SM

(Symptomy) úzkosti

Obecné použití SM
Aktivní a pasivní SM
Problematické SM

Negativní afekt

Srovnávání se na SM

Co je třeba ještě vyřešit do budoucna?



Well- a ill-being

Od well- k -ill není kontinuum – jsou to dva oddělené koncepty a je špatně je míchat.



Čas vs. obsah

Studie poukazují na to, že obsah je důležitější, než čas strávený v aplikacích. Ale o dopadech obsahu moc nevíme.



Metodologie

Různé metodologie produkují různé výsledky...



Hlavní přístupy k výzkumům dopadů soc. sítí

1 Průřezové

Nejlevnější,
ale plné
omezení

1

2 Kvalitativní

Umožňují
zjistit „proč,“
ale těžko
zobecnitelné

2

3 Longitudinální

Dlouhodobé
efekty

3

4 EMA

Krátkodobé
efekty,
objektivní data

4

EMA (Ecological momentary assessment)

Kratší self-report bias

- Participanti nemusí vzpomínat nebo odhadovat, jakou mají průměrnou XY

Integrace objektivních dat

- EMA se dnes dělá na smartphonech, což umožňuje logovat informace přímo

Between- a within- variabilita

- Můžeme rozlišovat obecné rozdíly mezi lidmi a pak také rozdíly v individuálním použití





*Entry
questionnaire*



1. burst
5-6/2021



2. burst
9-10/2021



3. burst
1-2/2022



4. burst
4-5/2022



*Output
questionnaire*



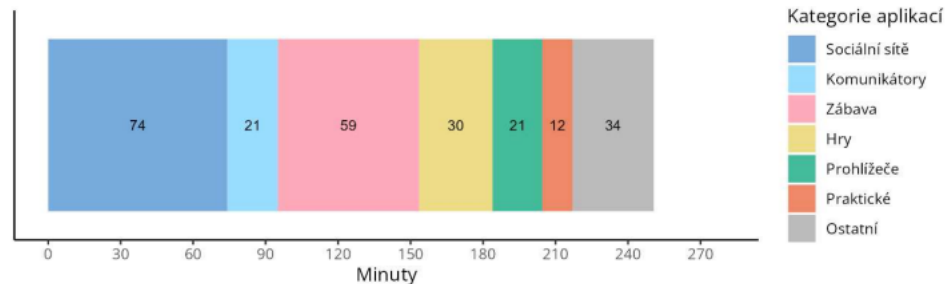
Each measurement burst: 15 days



15th



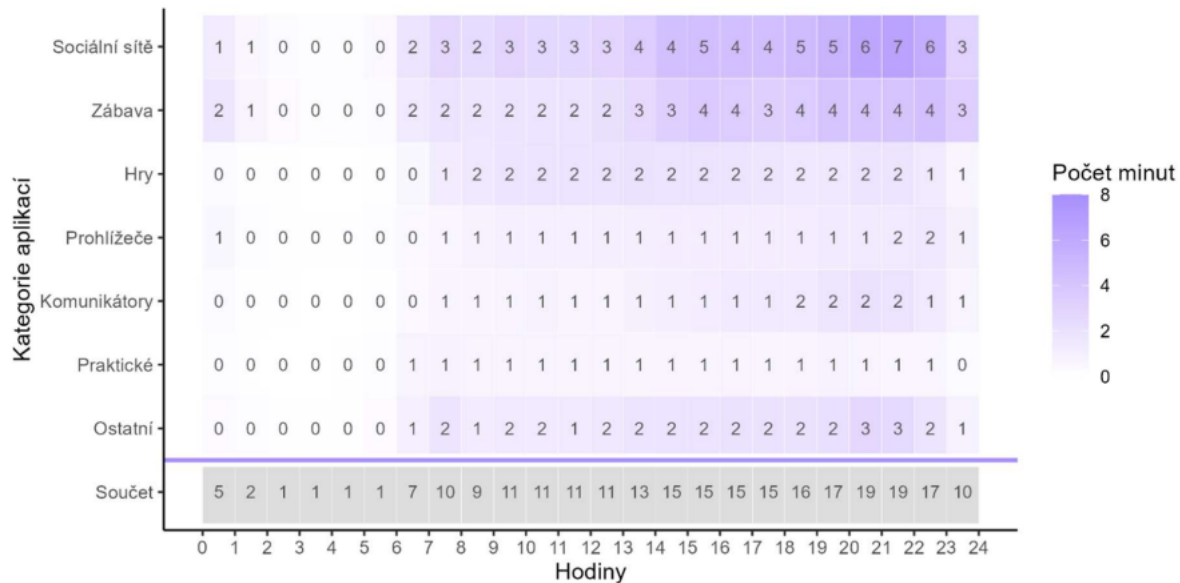
Graf 1: Srovnání průměrného denního času stráveného používáním telefonu adolescenty (v minutách za den).



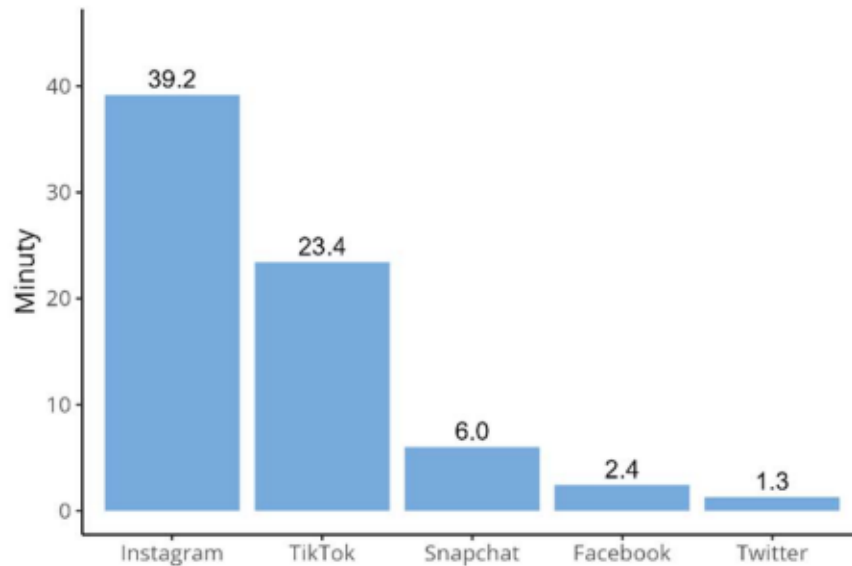
Klíčová zjištění:

- Průměrně adolescenti, kteří se účastnili našeho výzkumu, **na telefonu trávili více než 4 hodiny denně (konkrétně 4 hodiny a 11 minut)**.
- Mezi nejpoužívanější kategorie patřily **sociální sítě, zábava, hry, prohlížeče a komunikátory**.
- Nejvíce času adolescenti trávili na **sociálních sítích** - v průměru více než hodinu denně (74 minut).
- **Téměř hodinu denně (59 minut) strávili adolescenti se zábavními aplikacemi**, tedy sledováním videoobsahu či posloucháním hudby.

Graf 6: Přehled průměrného používání aplikací v průběhu dne dle kategorie (v minutách za hodinu).



Sociální sítě





Orben et al. 2019

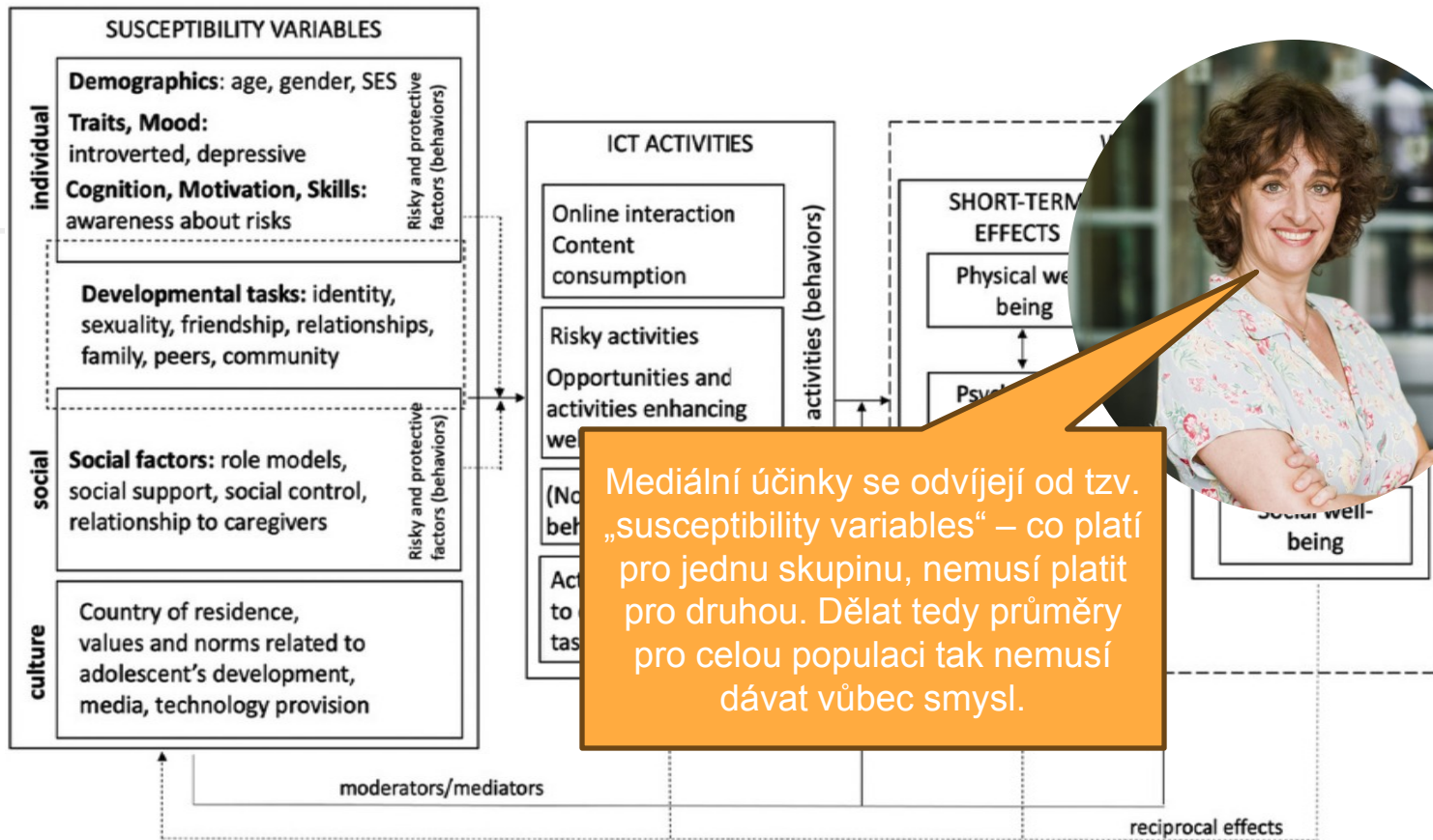
- Efekty soc. médií jsou závislé na metodě, komplexní, malé, a reciproční (v čase)

EMA

Vyšší použití soc. médií souvisí s většími symptomy úzkosti, ale není to tak, že pokud použiju SM více než je pro mě typické, bude to mít negativní dopad (Coyne et al.)

- Obecné použití soc. médií nesouvisí s mentálním zdravím. Pouze ve dny, kdy dospívající nepoužívali SM vůbec nebo naopak extrémně hodně, projevíly se zde negativní asociace (Jensen et al.,)





Mediální účinky se odvíjejí od tzv. „susceptibility variables“ – co platí pro jednu skupinu, nemusí platit pro druhou. Dělat tedy průměry pro celou populaci tak nemusí dávat vůbec smysl.



The conceptual Integrative Model of ICT Effects on adolescents' Well-being (iMEW). (Smahel et al., 2022)

N=1 přístup k datům

- Pokud máte více než zhruba 55 pozorování na člověka, můžete zkoumat jeho individuální trajektorii
- Tohle udělala i Patti (et al., 2021):
 - 6x denně po 3 týdny
 - Zatímco 20 % zkoumaných dospívajících se po sjždění soc. médií cítilo hůř, 17 % se cítilo líp a pro zbytek se nenašel efekt



Aktivita: detektiv soc. sítí

Jedním z nejméně zkoumaných atributů soc. sítí je dopad obsahů. Rozdělte se na dvě skupiny a během 15 minut proscrollujte společně své sociální sítě – je jedno které – jedna skupina se zaměří na obsahy, které by mohly mít pozitivní dopad a druhá na obsahy, které by mohly mít negativní dopad. Klidně si při tom dělejte screenshoty obsahu. Pak si o nich společně povíme a probereme možné dopady.





kiernanshipka

Sledovat



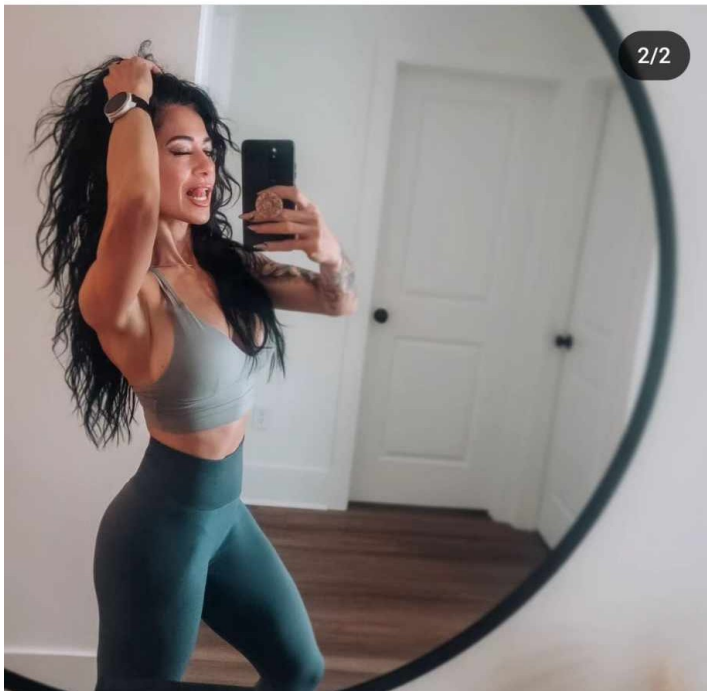
#fitspo



queen_fit78

Texas

Sledovat



2/2



24 ct24zive



Dominik Feri uznán vinným

Bývalý poslanec je obžalovaný ze znásilnění



Líbí se to matejsaradin a dalším

ct24zive **!** AKTUALIZACE: Za dvě znásilnění a jeden pokus o znásilnění dnes Obvodní soud pro Prahu 3 potrestal bývalého poslance Dominika Feriho tříletým vězením. Uznal ho vinným ve všech bodech obžaloby.

Rozhodnutí není pravomocné, lze předpokládat, že se proti němu Feri odvolá k pražskému městskému soudu. Bývalý politik svou vinu opakovaně odmítl.

Možná viník, možná oběť čehosi. Každopádně to jak se poslední dobou s oblibou vytahují sexuální excesy a následná obvinění staré údajně x let, mi spíš smrdí nějakou osobní mstou a snahou toho druhého zlikvidovat. A nejhorší je, že se to může týkat jednou každého z nás. Že jednou někdo přijde a řekne... hele, Pepík mě před 5 lety vožralej plácnul po zadku, a pak mi dával prasácký návrhy... A ať to má koule, vymyslíme i nějaký znásilnění. Však kdo to po těch letech prokáže

Odpovědět

Zobrazit 3 odpovědi

A co když ty holky lžou? Pomsta.

Odpovědět

od toho je soudní proces - prověřit, že se jedná o pravdu.

Odpovědět

A do hlavy se dá vidět? Co když se domluvily tři ženský že se mu pomstí? Nehájím ho jen to smrdí

Odpovědět

právě aktivně hájíte znásilnění.

Odpovědět

nehájím ani náhodou jen to není objektivní.

Odpovědět

Popular on Reddit right now

r/facepalm 6h

Join

Only beta cuck males cook food



Andrew Tate
@Cobratate

Follow

Foods awful and eating sucks. I eat the bare minimum and as fast as possible.

I hate eating. I hate feeling full.

Men who think cooking makes them manly are cucks afraid of the cage desperate to validate a non existent masculinity.

Imagine how stupid you have to be to find food entertaining.

Literally embarrassing.

20:34 · 09 Nov 23 · 2.3M Views

18.2k



6,097 Comments

6.3k



LuckyAssumption8735 5h

Fellas is it gay to eat



121.8K



21.3K



18.3K



20.6K



Shrnutí



- Sociální média mají komplexní dopady, které mohou být pozitivní a negativní
- Současné přístupy k měření dopadů sociálních médií jsou nedostatečné a odvíjí se hodně od použité metody zkoumání
- Zdá se, že navzdory pozitivním efektům převažují ty negativní – ve smyslu toho, že čím více používám sítě, tím horší je well-being – tato perspektiva ale nebere v potaz typy používání, obsah, a další důležité faktory
- Z hlediska individuálních změn v chování se neukazuje mezi používáním sítí a well-beingem souvislost

