

EXCESIVNÍ UŽÍVÁNÍ INTERNETU U ADOLESCENTŮ

Jana Blahošová



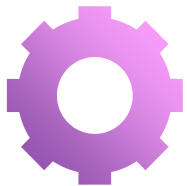


TABLE OF CONTENTS

01

Závislost na internetu

Definice, diagnostické manuály

02

Symptomy závislosti a terminologie

Je rozdíl mezi závislostí a excesivním užíváním internetu (EIU)? Ukázka měření EIU

03

Prevalence

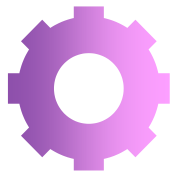
Prevalence závislosti na internetu a EIU

04

Rizikové a protektivní faktory

Které faktory souvisí se závislostním online chováním
Úvod do DSMM

**Co vás napadne, když se
řekne excesivní užívání
internetu?**



ZÁKLADNÍ DEFINICE

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

Faltýnková et al. (2020)

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

Griffiths (2000)



INTERNET ADDICTION



1995

Ivan Goldberg: První kritéria pro diagnózu závislosti na internetu



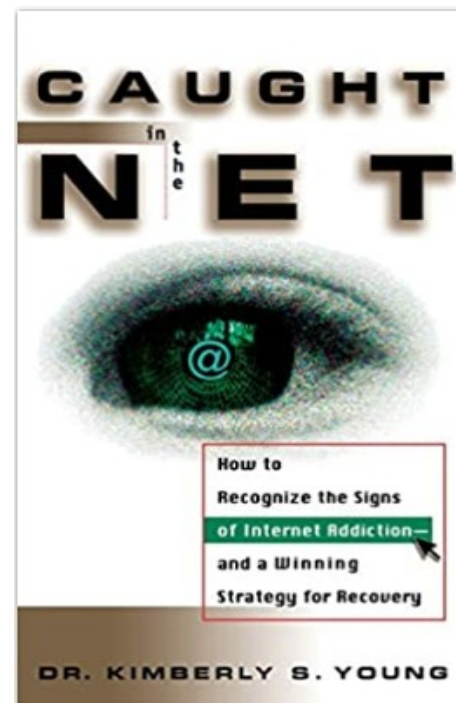
1998

Kimberley Young
„Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction - and a winning strategy for recovery“



**Od roku
2000**

Návrhy různých kritérií založených na různých přístupech (např. Griffiths)



Zařadit závislost na internetu do diagnostických manuálů?

Kimberly Young's TED Talk: What you need to know about internet addiction



DIAGNOSTICKÉ MANUÁLY



DSM

- Diagnostický a statistický manuál duševních poruch
- Vydává Americká psychiatrická asociace (APA)
- Aktuální verze DSM-V



ICD

- Mezinárodní klasifikace nemocí
- Vydává Světová zdravotnická organizace
- Aktuální verze MKN-11

INTERNET ADDICTION A DIAGNOSTICKÉ MANUÁLY

- „Internet addiction“ byla dříve zařazována pod různé kategorie: pathological gambling, compulsive shopping, sex addiction
- Tyto kategorie jsou zařazeny v diagnostických manuálech DSM nebo ICD



**behaviorální závislosti
nebo nelátkové závislosti**
(patologické hráčství)



látkové závislosti
(závislost na drogách,
alkoholu, nikotinu...)

INTERNET ADDICTION A DIAGNOSTICKÉ MANUÁLY



2013

„Internet Gaming Disorder“ (patologické online hráčství) zahrnuta do DSM-V do příloh s tím, že je třeba další výzkum (APA, 2013)



2019

„Internet Gaming Disorder“ zařazena do ICD-11 (ICD-11, World Health Organization)

Proč není obecná „internet addiction“ v manuálech?

Symptomy jsou velmi podobné s ostatními poruchami a vytvoření nové kategorie by pouze dále rozvíjelo již tak rozsáhlý seznam poruch (Pies, 2009).

KRITÉRIA ZÁVISLOSTI NA INTERNETU



**Význačnost
(salience)**



**Změny nálady
(mood modification)**



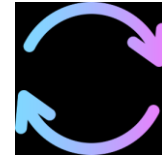
**Zvyšování tolerance
(Tolerance)**



**Abstinenční příznaky
(withdrawal symptoms)**



**Konflikt
(conflict)**



**Recidivy
(relapse)**

KRITÉRIA ZÁVISLOSTI NA INTERNETU

Jedinec by mohl být označen za závislého, pokud jsou naplněna všechna kritéria.

To, zda někdo užívá internet excesivně nezávisí na čase stráveném online, ale spíše na tom, jaké má užívání internetu dopad na jeho běžné fungování v každodenním životě.



Abstinenční příznaky
(withdrawal symptoms)



Konflikt
(conflict)



Recidivy
(relapse)

UŽÍVANÉ TERMÍNY



Výskyt velkého množství různých termínů:

excessive internet use (EIU)

internet addiction

online addictive behavior

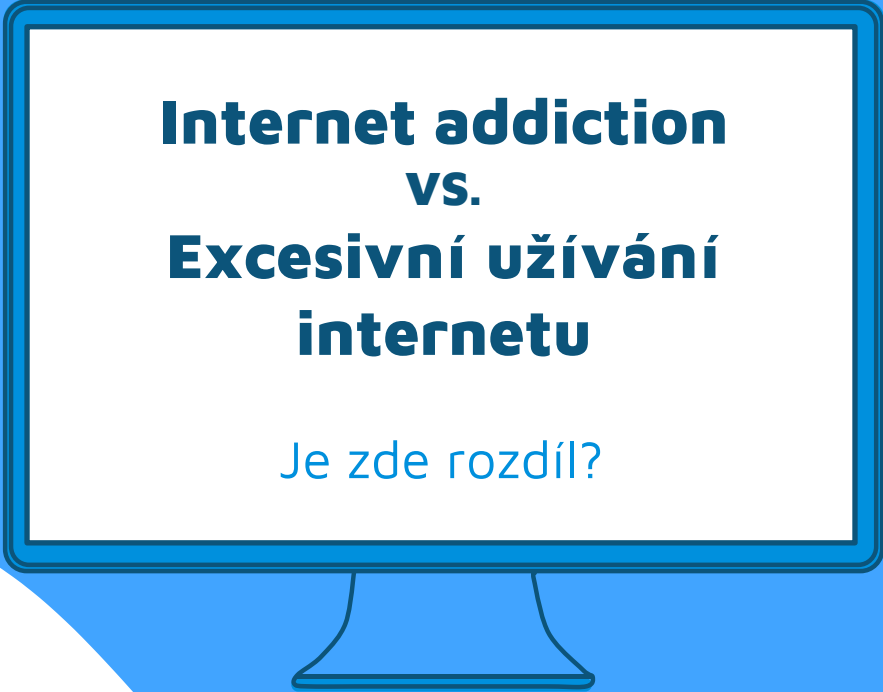
online addiction

compulsive internet use

pathological internet use

overuse





**Internet addiction
vs.
Excesivní užívání
internetu**

Je zde rozdíl?

- **Někdo používá synonymně**
 - podobná měřicí kritéria
- **Jiní odlišují EIU od internetové závislosti**
 - excesivní uživatelé nenaplnují všechna kritéria závislosti (Pontes et al., 2015; Griffiths, 2005)

EIU je širší pojem, kontinuum nesprávného užívání internetu

Závislost se může týkat až jedinců v krajním spektru nadměrného užívání

(Blinka et al., 2015; Blinka 2015; Kim & Haridakis, 2009).

UKÁZKA MĚŘENÍ EIU

EU Kids Online škála

Jak často se ti během posledních 12 měsíců staly následující věci?	Odpovědi
Nejedl/a jsem nebo nespál/a kvůli internetu.	
Přistihl/a jsem se, že jsem na internetu, i když mě to moc nebaví.	
Cítil/a jsem se nepříjemně, když jsem nemohl/a být na internetu.	Nikdy – Nanejvýš párkrát – Několikrát do měsíce –
Zanedbával/a jsem rodinu, přátele, nebo školu kvůli času strávenému na internetu.	Několikrát do týdne – Každý den – Několikrát denně
Snažil/a jsem se omezit čas, který trávím na internetu, ale neúspěšně.	

Ellen Helsper o excesivním užívání internetu z
projektu EU Kids Online 2012



PREVALENCE



PREVALENCE ONLINE ZÁVISLOSTÍ



Metaanalýza 113 studií – obecná internetová závislost nebo IGD



693 tisíc respondentů



Studie mezi lety 1996-2018, 31 států

obecná internetová závislost cca 7%

Internet gaming disorder cca 2,5 %

**různé měřicí nástroje
různá diagnostická kritéria
různé populace
neznáme věk
self-report**

First Author	Year of Publication	Prevalence	Total N	Location
Generalized Internet Addiction (k = 116)				
Ak	2013	5.00 %	4311	Turkey
Al-Gama	2016	40.00 %	587	Jordan
An	2014	11.70 %	13,723	China
Bakken	2009	1.00 %	3393	Norway
Bener	2018	17.70 %	2350	Turkey
Bhandari	2017	35.40 %	937	Nepal
Bruno	2014	3.90 %	1035	Italy
Canan	2012	9.70 %	1034	Turkey
Cao	2007	2.40 %	2620	China
Chen	2015	11.40 %	1153	Taiwan
Chen	2016	8.70 %	5249	China
Chi	2016	15.20 %	1173	China
Choi	2009	2.50 %	2336	Korea
Christakis	2011	4.00 %	307	US
Di Nicola	2017	22.10 %	996	Italy
Dufour	2016	18.00 %	3938	Canada
Durkee	2012	3.10 %	943	Austria
Durkee	2012	5.30 %	1034	Estonia
Durkee	2012	2.60 %	1003	France
Durkee	2012	4.80 %	1438	Germany
Durkee	2012	1.60 %	1008	Hungary
Durkee	2012	3.80 %	1067	Ireland
Durkee	2012	11.80 %	951	Israel
Durkee	2012	1.20 %	1188	Italy
Durkee	2012	4.60 %	1136	Romania
Durkee	2012	5.80 %	1164	Slovenia
Durkee	2012	4.30 %	1024	Spain
Frangos	2011	12.00 %	2293	Greece
Fu	2010	6.70 %	208	Hong Kong
Ghassemzadeh	2008	1.90 %	1968	Iran
Gómez	2017	16.30 %	40,955	Spain
Gong	2009	5.50 %	3018	China
Guo	2018	2.20 %	20,895	China
Gupta	2018	25.30 %	380	India
Ha	2014	2.80 %	56,086	Korea
Internet Gaming Disorder (k = 17)				
Boiro-Aguado	2018	8.30 %	708	Spain
Chiu	2018	3.10 %	8110	Taiwan
De Pasquale	2018	14.90 %	221	Italy
Evren	2018	1.00 %	1250	Turkey
Männikkö	2015	8.20 %	293	Finland
Milani	2018	2.10 %	612	Italy
Pontes	2016	2.50 %	1071	Slovenia
Przybylski	2017	1.00 %	1247	US
Przybylski	2017	0.50 %	1899	UK
Przybylski	[Przybylski et al., 2017]2017	0.70 %	10,009	US, England
Przybylski	2017	0.30 %	5888	US
Rehbein	[Rehbein et al., 2015]2015	1.20 %	11,003	Germany
Wang	[Wang et al., 2016]2018	10.80 %	7200	Korea
Wartberg	[Wartberg et al., 2017]2017	5.70 %	1531	Germany
Wu	[Wu et al., 2018]2018	2.00 %	1000	China
Wu	2018	1.90 %	2147	Taiwan
Yu	[Yu and Cho, 2016]2016	5.90 %	2024	Korea

EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH

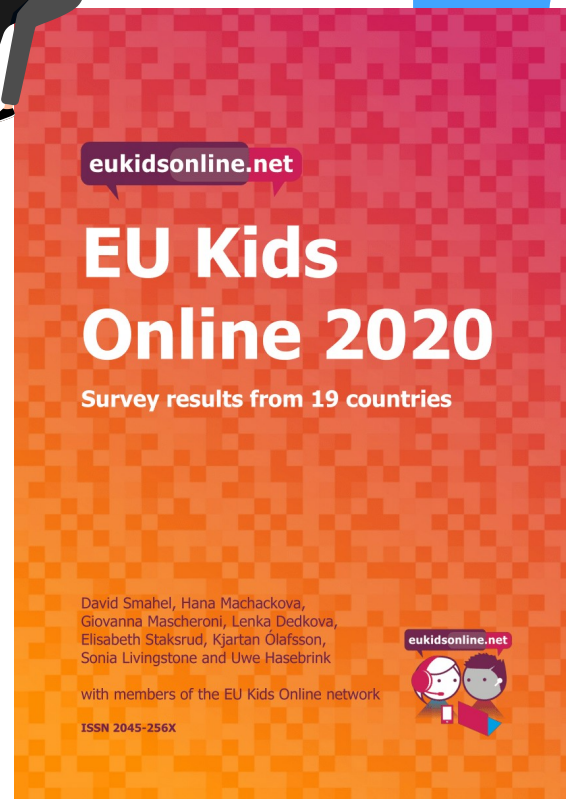


Projekt EU Kids Online IV 2017-2018

- Reprezentativní vzorky dětí z 19 evropských států včetně ČR (N = 21 964, 9-16 let)
- Excesivní užívání internetu – EU Kids Online škála, otázky založeny na výše uvedených faktorech dle Griffithse (jen 5 kritérií)

EU Kids Online report:

Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online.
<https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo>



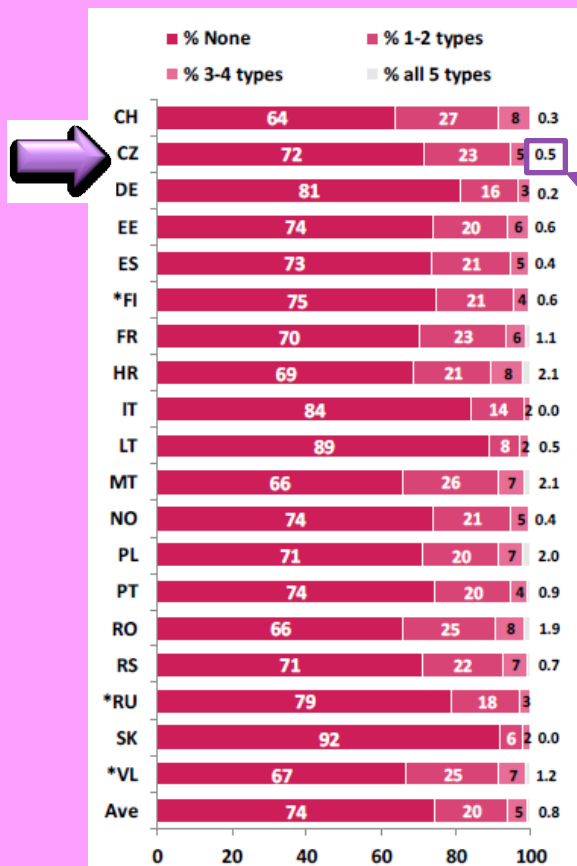
EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH 12-16 LET



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

Jak často se ti v uplynulém roce staly tyto věci?

EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH 12-16 LET



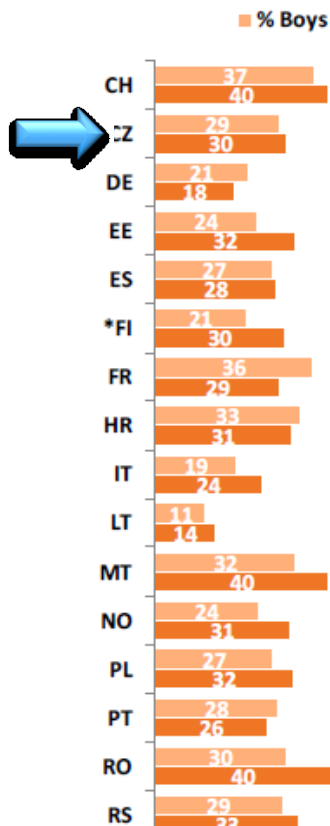
Procenta adolescentů podle počtu kritérií EIU, které zažívali alespoň týdně nebo denně.

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

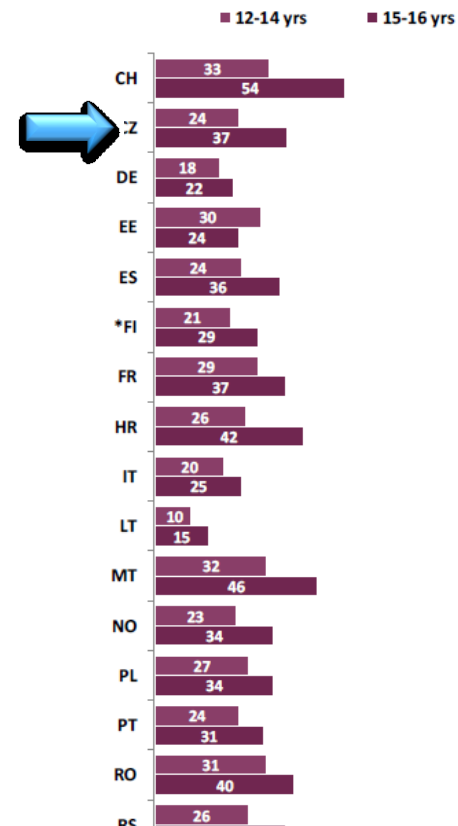
0 až 2,1 % adolescentů napříč státy prožívalo 5 kritérií EIU (denně nebo týdně).

U těchto dětí můžeme předpokládat, že jsou to excesivní uživatelé.

EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH 12-16 LET



Procenta dospívajících, kteří uvedli minimálně jedno kritérium EIU denně nebo týdně.





EIU U DOSPÍVAJÍCÍCH 12-16 LET



Vokál, D., Šmahel, D., & Dedkova, L. (2021). Excesivní používání internetu českými dospívajícími: Srovnání před a během pandemie Covid-19.[Výzkumná zpráva]. Masarykova univerzita.

Data „před pandemií“

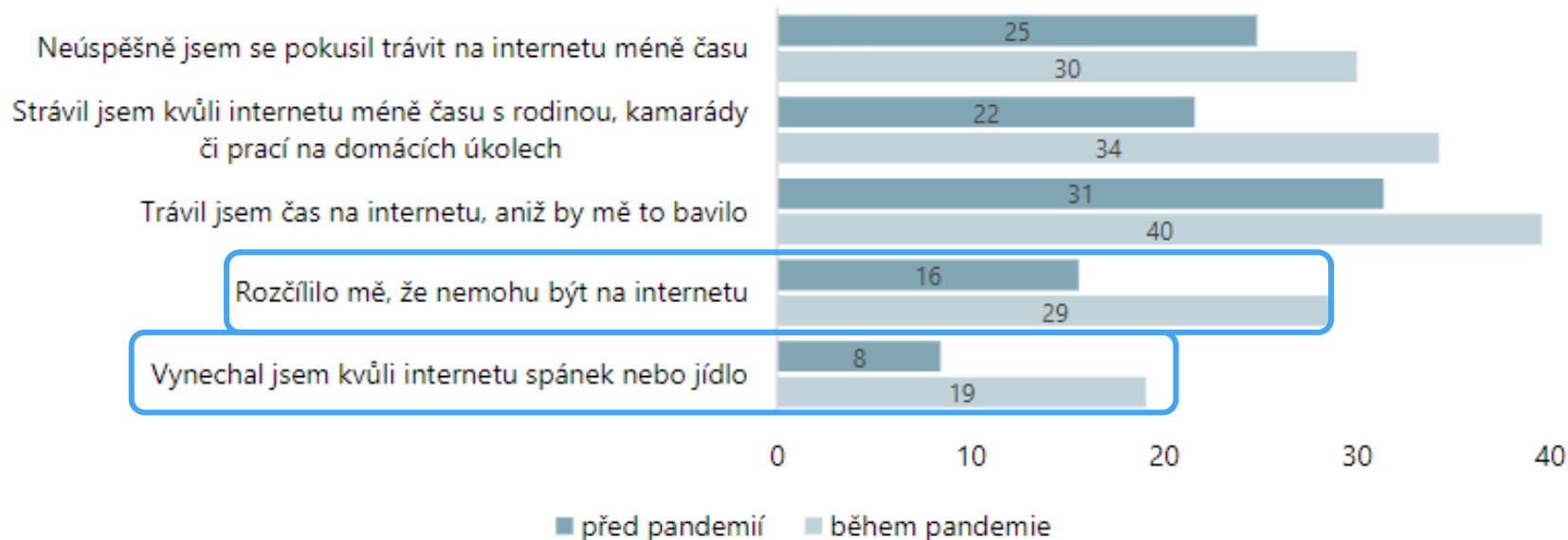
- EU Kids Online IV
- České děti
- N = 1442, **13-17 let**
- Sběr 2017-2018

Data „během pandemie“

- Projekt FUTURE
- České děti
- N = 1297, **13-17 let**
- Sběr v listopadu 2020

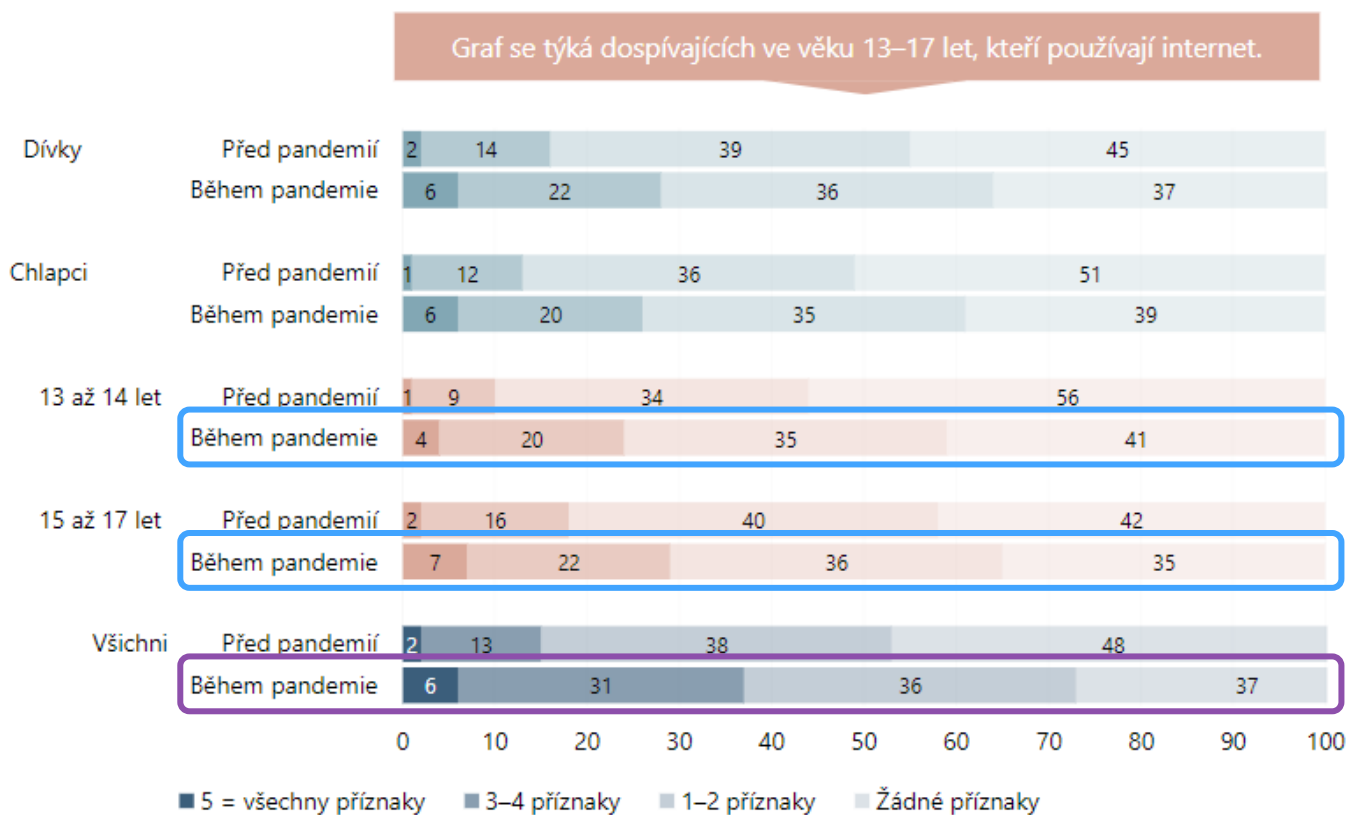
Graf 2: Podíl adolescentů, kterým se za poslední rok alespoň jednou měsíčně stávalo následující (%).

Graf se týká dospívajících ve věku 13–17 let, kteří používají internet.



Znění otázky: Jak často se ti během POSLEDNÍHO ROKU stala některá z následujících věcí?

Graf 3: Množství příznaků excesivního používání internetu vyskytujících se alespoň jednou měsíčně před a během pandemie (%).



SHRNUTÍ VÝSLEDKŮ



U všech pěti příznaků EIU se zvýšil podíl adolescentů, kteří jež zažívali (alespoň každý měsíc nebo častěji).



Snížil se podíl adolescentů s žádnými příznaky – výrazněji u mladších adolescentů (13-14 let).



Zvýšil se podíl adolescentů pravidelně zažívajících všech 5 příznaků EIU (z 2 na 6 %).

ALE: pandemie = online výuka, porovnávání různých vzorků dětí

RIZIKOVÉ FAKTORY EIU

Faktory, které se často vyskytují u jedinců prožívajících symptomy internetové závislosti či EIU.

Pokud jsou přítomné, může být takový jedinec ve větším riziku, že se u něho v budoucnosti rozvine EIU nebo závislost na internetu.

Nejedná se o důsledky EIU nebo závislosti na internetu – chybí studie zjišťující kauzální vztahy.



Psychopatologické faktory

- ADHD
- Deprese
- Úzkosti
- Užívání návykových látek
- Obsesivně kompulzivní symptomy
- Antisociální chování

RIZIKOVÉ FAKTORY EIU

Osobnostní faktory

- Introverze
- Nízký self-esteem
- Impulsivita
- Sensation-seeking
- Nízká emoční stabilita
- Nízká úroveň sebeovládání a seberegulace
- Vyhýbavé chování
 - eskapismus
 - špatné copingové strategie ke zvládnání negativních emocí a stresových situací



RIZIKOVÉ FAKTORY EIU

Sociodemografické faktory a faktory prostředí

- Mužské pohlaví
- Osamělost s stres
- Nízký věk při začátku užívání internetu
- Rodinné prostředí
 - Socioekonomický status
 - Rozvedení rodiče
 - Vztahy v rodině
 - Konflikty s rodiči
 - Rodičovská kontrola



RIZIKOVÉ FAKTORY EIU

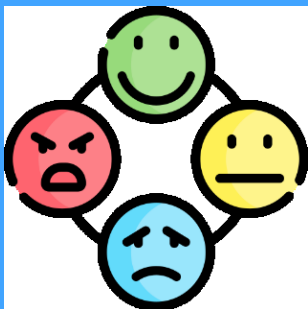
Vzorce užívání internetu

- Vysoký počet hodin online
- Excesivní užívání internetu o víkendu
- Konkrétní aktivity online spojené s nadměrným užíváním internetu
 - Playing online games
 - Excesivní online komunikace (e.g. sociální sítě, email, chat rooms)
 - Kyber-sexuální aktivity
 - Online gambling
 - Excesivní online nakupování
- Větší množství online aktivit



LONGITUDINÁLNÍ STUDIE

- Nástroj řešení otázek kauzality
- Co bylo první ?





ZÁVISLOST NA INTERNETU A DEPRESE



- Může být závislost na internetu příčinnou deprese u adolescentů? Nebo je deprese předchůdcem nadměrného užívání?

Co říká teorie?

Mood management theory

- Bryan & Zillmann (1984)
Kardefelt-Winther (2014)
- Užívání médií je řízeno náladou uživatele
- Užívání jako snaha o ulevění negativních emocí, útěk - coping

Social displacement hypothesis

- Kraut et al. (1998)
- Čas online vytěsňuje čas strávený s ostatními
- Snižování schopnosti udržovat sociální vztahy FtF
- Nárůst odcizení, konfliktů, snížení intimity, nárůst negativních emocí

ZÁVISLOST NA INTERNETU A DEPRESE

Co říkají data?

- Longitudinální studie zkoumající vliv závislosti na internetu na depresivní symptomy či obráceně

Li et al. (2019)

- N = 1105, 12-18 let,
- 3 vlny sběru dat po 3 měsících
- Vyšší úroveň depresivity u adolescentů predikovala vyšší úroveň internetové aktivity v průběhu času

**Mood management
theory**

Kojima et al. (2021)

- N = 1000, 12-13 let
- 3 měření vždy po roce
- Problematické užívání internetu v druhém roce predikovalo depresivitu v třetím roce výzkumu

**Social displacement
hypothesis**

ZÁVISLOST NA INTERNETU A DEPRESE

Jak to tedy je? Vede závislost k depresi nebo deprese k závislosti?

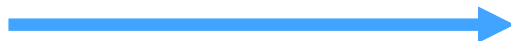
Lau et al. (2018)

- N = 8686 studentů
- 2 sběry dat po roce

11,5 % bez
příznaků IA

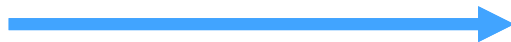


1. rok



2. rok

39 % bez
příznaků
deprese



PROTEKTIVNÍ FAKTORY EIU

- Self-esteem (Ko et al., 2007)
- Rodičovský monitoring (Lin et al., 2009; Faltýnková et al., 2020)
 - Projevování zájmu o online aktivity, ale i o kamarády, jeho volný čas apod. dodržování rodinných pravidel, starostlivé vedení, podpora autonomie, strukturalizace volného času
- Rodičovská péče (Faltýnková et al., 2020)
 - Emoční vřelost
 - Sociální podpora ze strany rodičů
- Komunikace s rodinou (Park et al., 2008)
- Rodinná soudržnost (Park et al., 2008)
- Spokojenost s fungováním rodiny (Yu & Shek, 2013)

The Differential Susceptibility to Media Effects Model

DSMM

Patti Valkenburg & Peter Jochen, 2013

Proměnné rozdílné náchylnosti:

Dispoziční

- gender, temperament, hodnoty, postoje, motivace

Vývojové

- aktuální vývojové stádium

Sociální

- Rodina, škola, práce, kulturní normy

Ovlivňují:

- výběr médií a jejich užívání
- jaké má na nás užívání vliv (mediální efekty)

Mediální efekty jsou transakční:

Ovlivňují proměnné rozdílné náchylnosti i užívání médií.

The Differential Susceptibility to Media Effects Model DSMM

Patti Valkenburg & Peter Jochen, 2013

**Proměnné rozdílné
náchylnosti:**

Sociální úzkost

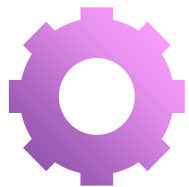
**Špatné rodinné
zázemí**

Ovlivňují:

- Online socializace
- Touha po sociální podpoře
- Útěk do online světa – PC hry, SNS

**Mediální efekty jsou
transakční:**

EIU symptomy
Špatný prospěch
Dopady na další vztahy



Take-home message

01

Internetová závislost ≠ EIU

EIU je kontinuum špatného užívání, závislost se týká až jedinců na kraji spektra

02

S pojmem internetová závislost opatrně

03

Víc času online ≠ závislost

Čas strávený online může být prediktorem, ale není stěžejní – záleží na obecném fungování člověka v každodenním životě

04

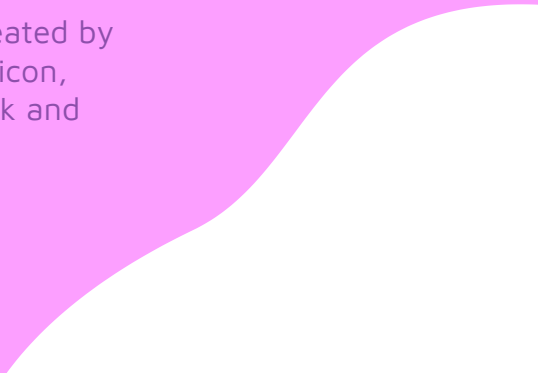
Záleží na rizikových i protektivních faktorech

Každé individuuum je jinak náchylné k EIU, záleží na jeho dispozicích a vývojových a sociálních faktorech



Děkuji za pozornost

This presentation template was created by
Slidesgo, including icons by Flaticon,
infographics & images by Freepik and
illustration by Storyset



ZDROJE

- Blinka, L. (2015). Online závislosti: jednání jako droga? : online hry, sex a sociální sítě : diagnostika závislosti na internetu : prevence a léčba. Psyché (Grada)
- Blinka, L., Škařupová, K., Ševčíková, A., Wöfling, K., Müller, K. W., & Dreier, M. (2015). Excessive internet use in European adolescents: What determines differences in severity? *International Journal of Public Health, 60*(2), 249–256. <https://doi.org/10.1007/s00038-014-0635-x>
- Bryant, J., & Zillmann, D. (1984). Using television to alleviate boredom and stress: Selective exposure as a function of inducing excitational states. *Journal of Broadcasting, 28*, 1-20.
- Faltýnková, A., Blinka, L., Ševčíková, A., & Husarova, D. (2020). The associations between family-related factors and excessive internet use in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph17051754>
- Fumero, A., Marrero, R. J., Voltes, D., & Peñate, W. (2018). Personal and social factors involved in internet addiction among adolescents: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior, 86*, 387–400. doi:10.1016/j.chb.2018.05.005
- Goldberg, I. (1995). Internet addiction disorder: Diagnostic criteria. Available: <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. *Cyberpsychology & behavior, 3*: 211–218.
- Kardefelt-Winther, D. (2014b). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior, 31*, 351–354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>
- Ko, C., Yen, J., Yen, C., Lin, H., & Yang, M. (2007b). Factors Predictive for Incidence and Remission of Internet Addiction in Young Adolescents: A Prospective Study. *Cyberpsychology & Behavior, 10*(4), 545–551. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9992>
- Kojima, R., Shinohara, R., Akiyama, Y., Yokomichi, H., & Yamagata, Z. (2021). Temporal directional relationship between problematic internet use and depressive symptoms among Japanese adolescents: A random intercept, cross-lagged panel model. *Addictive Behaviors, 120*, 106989. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106989>
- Lau, J. T. F., Walden, D. L., Wu, A. M. S., Cheng, K. M., Lau, M. C. M., & Mo, P. K. H. (2018). Bidirectional predictions between Internet addiction and probable depression among Chinese adolescents. *Journal of Behavioral Addictions, 7*(3), 633–643. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.87>
- Li, G., Hou, G., Yang, D., Jian, H., & Wang, W. (2019). Relationship between anxiety, depression, sex, obesity, and internet addiction in Chinese adolescents: A short-term longitudinal study. *Addictive Behaviors, 90*, 421–427.

- Pan, Y. C., Chiu, Y. C., & Lin, Y. H. (2020). Systematic review and meta-analysis of epidemiology of internet addiction. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *118*, 612–622. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.08.013>
- Park, S. K., Kim, J. Y., & Cho, Ch., B. (2008). Prevalence of internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence*, *43*(172), 895-909.
- Pies, R. (2009). Should DSM-V designate "In-ternet addiction" a mental disorder? *Psychiatry (Edgmont)*, *6*(2), 31–37. PMID:19724746
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01of0>
- Starcevic, V. (2013). Is Internet addiction a useful concept? *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, *47*(1), 16–19. doi:10.1177/0004867412461693 PMID:23293309
- Škařupová, K., Ólafsson, K., & Blinka, L. (2015). Excessive Internet Use and its association with negative experiences: Quasi-validation of a short scale in 25 European countries. *Computers in Human Behavior*, *53*, 118–123. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.06.047>
- Van Rooij, A., & Prause, N. (2014). A critical review of "Internet addiction" criteria with suggestions for the future. *Journal of Behavioral Addictions*, *3*(4), 203–213. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.4.1>
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2013). The Differential Susceptibility to Media Effects Model. *Journal of Communication*, *63*(2), 221–243. <https://doi.org/10.1111/jcom.12024>
- Vokál PhDr David Šmahel, B., & Lenka Dědková, M. (n.d.). Excesivní používání internetu českými dospívajícími: srovnání před a během pandemie Covid-19.
- Vondrackova, P., & Šmahel, D. (2017). Internet Addiction in Context. In *Encyclopedia of Information Science and Technology, Fourth Edition* (pp. 4223–4233). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-2255-3.ch366>
- Young, K. S. (1998). Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction – and a winning strategy for recovery. New York, NY: John Wiley & Sons
- Yu, L., & Shek, D. T. L. (2013). Internet Addiction in Hong Kong Adolescents: A Three-Year Longitudinal Study. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, *26*(3), S10–S17. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2013.03.010>