

# **Pražská vysoká škola psychosociálních studií**



## **Vliv osobnostního typu jedince na riziko vzniku jeho závislosti na internetu**

Mgr. Bc. Hana Matlasová, Ph.D.

Vedoucí diplomové práce: MUDr. Olga Dostálová, CSc.

**Praha 2017**

# Prague College of Psychosocial Studies



## The influence of personality type of the individual at risk of developing a dependence on the internet

Mgr. Bc. Hana Matlasová, Ph.D.

The diploma thesis supervisor: MUDr. Olga Dostálová, CSc.

**Prague 2017**

## **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že svou diplomovou práci jsem vypracovala sama, pouze s použitím zdrojů a literatury, kterou uvádím v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění, souhlasím se zveřejněním mé diplomové práce, a to v nezkrácené podobě Pražskou vysokou školou psychosociálních studií na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, že elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Praze, dne 28. 4.2017

Podpis studenta.....

Hana Matlasová

## **Poděkování**

Děkuji vedoucí mé diplomové práce paní MUDr. Olze Dostálové, CSc., za její cenné rady a odborné vedení a za čas, který mi věnovala. Dále děkuji panu doc. PhDr. Karlu Hnilicovi, CSc, za pomoc a rady ve výzkumné části práce.

## **ANOTACE**

Diplomová práce se zaměřuje na téma závislosti na internetu v souvislosti s osobnostními dimenzemi a jejich vlivu na rozvoj závislostního chování. Výzkumné šetření bylo provedeno na věkové skupině respondentů 20 až 40 let. Záměrem kvantitativního výzkumného šetření bylo zjistit, který osobnostní faktor (osobnostní dimenze) jedince nejužěji souvisí se závislostí na internetu. K realizaci výzkumného šetření bylo použito standardizovaných testových metod (NEO Five - Factor Inventory a Dotazník závislosti na internetu).

Diplomová práce je rozčleněna na část teoretickou a na část výzkumnou. V teoretické části práce byla popsána problematika závislosti včetně nelátkové závislosti, kterou je právě závislost na internetu. Teoretická část práce dále seznamuje s typologií osobnosti včetně představení vývojového období mladé dospělosti. Výzkumná část práce je věnována popisu provedeného výzkumného šetření a jeho výsledků a závěrů. Bylo zjištěno, že dimenze neuroticismu vykazuje statisticky pozitivní souvislost se závislostí na internetu. Možno, tedy uvést, že čím výraznější byl neuroticismus, tím byla vyšší pravděpodobnost vzniku závislosti na internetu.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

Závislost, závislost na internetu, dospělost, osobnostní dimenze, osobnost, neuroticismus, chování.

## **ANNOTATION**

The master thesis deals with addiction to the Internet in relation to personality dimensions and their influence on the development of addictive behaviour. The research was realized in the sample of respondents aged 20-40.

The aim of the quantitative research was to find out which personal factor (personal dimension) of an individual is most closely related to Internet addiction. The implementation of the research used standardized test methods (NEO Five - Factor Inventory and Questionnaire of Internet Addiction).

The thesis is divided into two parts: theory and research. The theory analyses the issue of addiction including non-substance addictions such as internet addiction. It also discusses personality typology including young adulthood. The research part analyses the research and its results and conclusions. It revealed that neuroticism is significantly related to internet addiction in a positive way. It can be concluded the more neuroticism, the more probable the internet addiction.

## **KEYWORDS**

Addiction, internet addiction, adulthood, personality dimension, personality, neuroticism, behaviour.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	9
<b>1 ZÁVISLOST</b> .....	11
1.1 Závislost z obecného hlediska.....	11
1.2 Vymezení fyzické a psychické závislosti.....	14
1.3 Nelátkové závislosti a jejich charakteristika .....	14
1.3.1 Kleptomanie .....	14
1.3.2 Workholismus .....	15
1.3.3 Patologické hráčství .....	16
1.3.4 Prokrastinace .....	17
1.3.5 Návykové chování ve vztahu k internetu .....	18
<b>2 ZÁVISLOST NA INTERNETU</b> .....	19
2.1 Definice závislosti na internetu .....	19
2.2 Fenomén závislosti na internetu .....	20
2.3 Projevy závislosti na internetu .....	21
2.4 Druhy závislosti na internetu .....	23
2.5 Dopady závislosti na internetu .....	24
2.6 Nadměrné užívání internetu v mladém věku .....	26
2.7 Možnosti léčby závislosti na internetu .....	27
2.7.1 Kognitivně - behaviorální terapie.....	27
2.7.2 Psychodynamický přístup .....	28
2.7.3 Práce s rodinou .....	29
2.8 Preventivní opatření závislosti na internetu .....	29
<b>3 TYPOLOGIE OSOBNOSTI</b> .....	31
3.1 Osobnost.....	31
3.1.1 Geneze a utváření osobnosti.....	32
3.1.2 Struktura osobnosti.....	34

3.1.3 Dynamika osobnosti.....	36
3.2 Typologie osobnosti.....	37
3.2.1 Antická teorie temperamentu.....	38
3.2.2 Kretschmerova konstituční typologie temperamentu.....	39
3.2.3 Typologie extroverze a introverze.....	40
3.2.4 Eysenckova typologie.....	41
3.2.5 Typologie dle Sheldona.....	43
3.2.6 Dotazník typologie osobnosti (GPOP).....	43
3.2.7 Pětifaktorový model osobnosti.....	44
3.2.8 Novodobé výzkumy temperamentu.....	45
<b>4 RANÁ DOSPĚLOST A JEJÍ SPECIFIKA.....</b>	<b>47</b>
4.1 Charakteristika mladé dospělosti.....	47
4.2 Raná dospělost a vývojové teorie.....	49
4.3 Rizika spojená s vývojovým obdobím mladé dospělosti.....	50
4.4 Vývoj osobnosti mladých dospělých v kontextu působení virtuálního světa.....	51
<b>5 VLASTNÍ VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....</b>	<b>52</b>
5.1 Cíle práce.....	53
5.2 Charakteristika zkoumané populace a popis vzorku.....	53
5.3 Metodika.....	57
5.3.1 Charakteristika dotazníků.....	58
5.3.1.1 Dotazník NEO Five - Factor Inventory (NEO - FFI).....	58
5.3.1.2 Dotazník závislosti na internetu.....	58
5.3.2 Administrace dotazníkové baterie.....	58
5.4 Hypotézy.....	59
5.5 Výsledky dat.....	60
5.5.2.1 Vyhodnocení dotazníku NEO - FFI.....	63
5.5.2.2 Vyhodnocení Dotazníku závislosti na internetu.....	64



5.5.2.3 Souhrnné výsledky dotazníkového šetření.....	74
5.6 Interpretace výsledků .....	77
5.7 Diskuse.....	81
5.8 Etické aspekty .....	85
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>87</b>
<b>SOUHRN .....</b>	<b>88</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ A LITERATURY .....</b>	<b>90</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>97</b>

## SEZNAM ZKRATEK

DSM - IV	Manual of Mental Disorders (Diagnostický a statistický manuál mentálních poruch)
GPOP	Golden Profiler of Personality (Dotazník typologie osobnosti)
HS	hrubý skór
NEO – FFI	NEO Five - Factor Inventory (Pětifaktorový model osobnosti)
MBTI	Myers - Briggs Type Indicator (Test osobnosti)
SŠ	středoškolské vzdělání
VO	výzkumná otázka
VOŠ	vyšší odborné vzdělání
VŠ	vysokoškolské vzdělání

## ÚVOD

V diplomové práci se věnuji tématu závislosti na internetu v souvislosti s osobnostními dimenzemi a jejich vlivu na rozvoj závislostního chování. Ráda bych uvedla, že současná doba nabízí mnohé moderní informační a komunikační technologie, které usnadňují člověku nejen jeho pracovní nebo studentský život, ale přináší také zcela jiný, velmi zajímavý a inovativní způsob komunikace, navazování přátelství a vztahů, ale i zábavy, nebo také získávání nových informací. Internet a vůbec všechny moderní technologie šetří čas a zkvalitňují život, ale zároveň přinášejí i mnohá, velmi nepříjemná až negativní, rizika. Jedná se například o riziko ztráty soukromí, riziko zneužití osobních nebo intimních údajů a informací, riziko kyberšikany a další trestné činnosti (dětská pornografie, pedofilie apod.). Škodlivým se ukazuje být i závislostní chování a jednání v souvislosti s užíváním internetu. Mnohdy se stává, že závislost na internetu je bagatelizována oproti klasickým závislostem, například na drogách nebo na alkoholu aj. Závislost na internetu je však podobně nebezpečná a urputná jako jakákoli jiná závislost.

Velmi často se hovoří o závislosti na internetu u dětí nebo mladistvých, ale již není tolik věnována pozornost riziku vzniku závislosti na internetu u dospělých osob. Nejspíše společnost vychází z domněnky, že dospělí lidé již nemají tolik volného času na internet, či jej využívají pouze ke svým studijním nebo pracovním účelům. Z tohoto důvodu jsem se zaměřila na zjištění skutečnosti, zda se u mladých dospělých také objevuje riziko vzniku závislosti na internetu a pokud ano, tak jaké případné faktory a mechanismy ji způsobují. Věková skupina mladých dospělých byla tedy zvolena zcela záměrně, protože se jedná o osoby, které jsou vzhledem ke svému věku nuceny respektovat a realizovat nové a náročné životní změny a těžkosti. Jedná se například o nezbytnost skloubení studia, rodinných povinností a současného budování profesního života. Právě jednou z možností, jak tyto osoby mohou zvládat těžkosti a nároky této životní etapy, je nalézt někoho, kdo jim bude rozumět, kdo jim „poradí“, s kým si budou moci kdykoli a kdekoli promluvit, aniž by musely odcházet z domova od rodiny, ze zaměstnání apod. Tuto možnost rychlého kontaktu jim nabízí právě internet a především sociální sítě nebo diskusní fóra apod. Otázkou je, proč se u některého jedince závislost na internetu projeví a u jiného nikoliv, jaké jsou tedy predisponující faktory (osobnostní dimenze, pohlaví, vzdělání, rodinný stav apod.).

Teoretická část této diplomové práce se zabývá přehledem dostupné odborné literatury, která se týká popisu závislosti z obecného hlediska, závislosti na internetu (projevy, druhy závislosti na internetu a možnosti léčby) a také typologií osobnosti včetně vymezení vývojového období mladé dospělosti a jejích specifík.

Záměrem empirické části diplomové práce je zjistit, který osobnostní faktor (osobnostní dimenze) jedince nejúžeji souvisí se závislostí na internetu. K realizaci výzkumného šetření bylo využito standardizovaných testových metod (NEO Five - Factor Inventory a Dotazník závislosti na internetu, jehož autorem je Šmahel).

Zjištěními, k nimž jsem v průběhu výzkumného šetření došla, bych ráda, i když jen částečně, přispěla k aktuálním znalostem o této, domnívám se, velmi moderní problematice, která bude jistě nabývat na významu a bude tématem mnohých dalších šetření.

# 1 ZÁVISLOST

V této kapitole bude pozornost věnována závislosti a jejím projevům z obecného hlediska. Bude zde prezentován přehled o již známých závislostech, na základě nichž se závislost na internetu odvozuje. Vyjma charakteristiky závislosti z obecného pojetí se zde pozornost věnuje i nelátkovému závislostem, u nichž se dá předpokládat, že vyšší závislost je u nich spíše psychického charakteru nežli tělesného. Psychická závislost může vyžadovat velmi dlouhou a specializovanou léčbu v podobě psychoterapie apod.

## 1.1 Závislost z obecného hlediska

Psychologický slovník vymezuje závislost jako: „stav chronické nebo periodické otravy opakovaným požitím přirozené nebo syntetické drogy, která poškozují postiženého i společnost“ (Hartl a Hartlová, 2000, s. 699). Závislost je onemocněním, jež je definováno v Mezinárodní klasifikaci nemocí 10. revize (MKN - 10). Syndrom závislosti představuje skupinu fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů a symptomů, jež se objevují při používání určité látky nebo skupiny látek. Současně jedinec tuto látku nebo tyto látky opakovaně vyhledává a užívá, tj. dává jim přednost před ostatními. Za hlavní charakteristiku závislosti je považována touha, která je velmi silného a neodolatelného charakteru, kdy osoba potřebuje danou látku opakovaně užít (Nešpor, 2003).

Stav závislosti funguje na tom principu, že čím více je osoba „něčím“ konkrétním ovládána, tak tím méně je svobodná a schopná samostatně a adekvátně o sobě, o svém chování a jednání rozhodovat. Není výjimkou, že v případech rozvinuté a závažné závislosti dochází až k úplnému zotročení jedince ve prospěch užívané návykové látky. Dochází k situaci, že užívaná látka osobu zcela ovládá, zotročuje a dochází k celkové změně ve všech aspektech života, což má vliv na jeho kvalitu. Postupně osoba v důsledku své závislosti zcela ztrácí kontrolu nad vlastním životem, neboť již nemůže vykonávat to, co by opravdu chtěla, co je jejím posláním, životní náplní a cílem, protože jejím jediným aktuálním životním zájmem se stává návyková látka (Tuček a Chodura, 2005).

U závislosti se jedná o patologický vztah mezi organismem a návykovou látkou, který vzniká při opakovaném užití této látky, což je spojeno se silnou touhou po dalším užívání návykové látky (Hartl a Hartlová, 2000, s. 699). Copeland a Hamer uvádějí,

že: „přestože jednotlivé drogy působí na mozek různě, u většiny se projevuje stejný mechanismus – aktivují nucleus accumbens, mozkové „centrum slasti““ (Copeland a Hamer, 2003, s. 112). Mozek, při procesu závislosti, potřebuje více dopaminu, aby mohlo být dosaženo „normálních“, tedy žádoucích pocitů. Z tohoto důvodu se závislí lidé neustále dožadují užívané návykové látky, neboť jejich mozek se dostal do bodu, kdy se cítí normálně pouze tehdy, když je jejich mozek chemicky pozměněn účinkem návykové látky (Copeland a Hamer, 2003).

Zcela definitivní diagnóza závislosti by měla být stanovena pouze tehdy, jestliže během jednoho roku došlo ke třem či více atakám z následně uvedených jevů (tj. symptomům závislosti) (Praško aj., 2011).

Prvním znakem je silná touha, neboli pocit bažení užívat látku (tzv. craving). Již v roce 1955 se shodla komise odborníků Světové zdravotnické organizace na definici bažení jako touze pociťovat účinky psychoaktivní látky, s níž měla osoba dříve zkušenost. Později se ukázalo, že je nutno rozlišovat bažení tělesné, které vzniká po odeznění účinků návykové látky nebo bezprostředně po něm, a psychické, které se prezentuje po delší abstinenci. Moderní vyšetřovací metody prokázaly, že každé z nich se v mozku projevuje zcela odlišně (Nešpor, 2003).

Nutkání k užití návykové látky neboli stav bažení představuje emocionální stav, jenž je pro závislou osobu hlavní motivací k opakovanému vyhledávání a následnému užívání konkrétní látky. Právě při procesu abstinence může toto nutkání přispět k riziku relapsu. Dle modelu sociálního učení je riziko recidivy užívání návykové látky spojeno s četnými naučenými faktory. Mezi tyto faktory je možné zahrnout např. podmíněné reakce, pozitivní očekávání, neefektivní zvládání problémových a stresových situací. Tento uvedený model sociálního učení také předpokládá, že buď existují podmíněné stimuly, nebo stresující situace, které mají za následek zvýšené nutkání jedince k vyhledávání příslušné látky - a to především v kombinaci s pozitivním očekáváním ohledně účinků této látky (Praško aj., 2011). Symptom silné touhy po návykové látce lze přiřadit do tzv. závislosti sociálního charakteru, kdy se jedná o takový typ závislosti, která vzniká a uplatňuje se pouze v určitých sociálních situacích nebo v určité společnosti, kam jedinec přichází (nejčastěji se jedná o nikotinismus, alkoholismus, ale i závislosti nelátkového charakteru: workholismus, netholismus) (Rohsenow a Monti, 1999).

Druhým znakem jsou potíže v sebeovládání po užití dané látky a to, jestliže jde o začátek a ukončení užívání nebo i o množství užívané látky. Bažení evidentně zhoršuje možnost sebeovládání. Pacient si zcela nedostatečně uvědomuje jak sám sebe, tak i vlastní emoce. Asi nejčastějším důvodem špatného vnímání cravingu a nedostatečného sebeovládání bývá fakt, že k recidivě návykového chování dochází velmi rychle a automaticky ve vysoce rizikovém prostředí (Nešpor, 2003). Nešpor uvádí, že: „někdo může mít sklon bažení popírat a potlačovat je. Úzkost, která takto vzniká, může však bažení ještě zesílit a ještě dále oslabit sebeovládání“ (Nešpor, 2003, s. 18).

Třetím znakem je přítomnost tělesného odvykacího stavu. Látka je užívána s jednoznačným úmyslem zmírnit nebo zcela eliminovat symptomy vyvolané předchozím užitím této látky, kdy při jejím neužití dochází k rozvoji abstinčního stavu. Pro diagnózu abstinčního stavu musí být naplněna následující kritéria:

- Nedávné vysazení nebo redukce látky po opakovaném nebo dlouhodobém užívání (Nešpor, 2003).
- Příznaky jsou v souladu se známými známkami abstinčního syndromu (Rohsenow a Monti, 1999).
- Symptomy nejsou vysvětlitelné tělesným onemocněním nezávislým na užívání látky a nejsou lépe vysvětlitelné jinou psychickou nebo behaviorální poruchou či onemocněním (Nešpor, 2003).

Čtvrtým znakem je růst tolerance jedince vůči návykové látce. Tolerance se prezentuje tím, že je nutné k dosažení určitého účinku vyšší dávky návykové látky, neboť stejná dávka již nevyvolává žádoucí pocity a neuspokojí potřebu bažení závislé osoby. Jak mechanismus tolerance vzniká, není zcela jasné (Nešpor, 2003). Praško a spolupracovníci uvádějí, že: „...dochází tedy k nárůstu tolerance jedince vůči droze a jejím účinkům“ (Praško aj., 2011, s. 258).

Pátým znakem je zanedbávání jiných potěšení a zájmů ve prospěch užívané návykové látky a také zvýšení času, který je vydáván na obstarání a užívání návykové látky (Tuček a Chodura, 2005).

Šestým znakem je pokračování v užívání návykové látky i přes jasný důkaz zjevně škodlivých a negativních následků pro organismus uživatele (např. depresivní stavy aj.).

Aby mohl být tento symptom dostatečně diagnosticky validní, musí být postižený o škodlivých účincích adekvátně informován (Nešpor, 2003).

## **1.2 Vymezení fyzické a psychické závislosti**

Projevy závislosti se týkají jak oblasti tělesné, tak i psychické. Somatická závislost znamená stav, kdy si organismus závislého jedince postupně přivykne na přísun návykové látky a tak se tato látka, v průběhu času, stává zcela běžnou součástí metabolismu závislé osoby. Jestliže jedinec nemá možnost užití návykové látky, tak se objeví abstinenci syndrom s rozvinutými abstinenci symptomy. Psychická závislost se projevuje tím, že závislá osoba přizpůsobuje veškeré své chování, motivy a jednání návykové látce a touze po jejím získání a užití (Praško aj., 2011). Hlavním znakem psychické závislosti je tedy craving neboli bažení po látce, která vyvolává požadovaný účinek (Nešpor, 2003). Psychická závislost bývá mnohdy vážnějším problémem než závislost somatická, neboť fyzické závislosti je možné se zbavit pobytem na detoxikační jednotce. U psychické závislosti je indikována poměrně dlouhodobá a specializovaná léčba (spolupráce psychiatra, adiktologa, psychoterapeuta aj.) (Tuček a Chodura, 2005).

## **1.3 Nelátkové závislosti a jejich charakteristika**

Závislost jedince nesouvisející s chemickými látkami je možné definovat jako závislost, která je specifická pro výkon určitých specifických činností nebo aktivit. Je známo několik činností, které mohou způsobovat závislostní chování a jednání ve zvýšené intenzitě, nežli tomu je u jiných činností. Veškeré tyto „závislostní“ aktivity vykazují mnoho obdobných, nebo přímo společných znaků (Nešpor a Csémy, 1999).

Nešpor uvádí, že: „závislost na práci, internetu, patologické hráčství ani nestřídmé požívání projímadel není závislostí v pravém slova smyslu“ (Nešpor, 2003, s. 15). Nelze však popřít, že uvedené typy návykového chování mají se závislostí určité společné charakteristiky (Nešpor, 2003).

### **1.3.1 Kleptomanie**

Kleptomanie představuje chorobnou, zcela nezadržitelnou a především neovlivnitelnou touhu po odcizování rozmanitých předmětů. Osoby trpící kleptomanií tedy pociťují potřebu odcizovat takové věci, které obvykle nemají žádnou cenu, nebo pouze



minimální hodnotu. Někteří jedinci si ani svého chování nejsou zcela vědomi. Kleptomanie se často začíná prezentovat v době pubescence a následně i adolescence a je charakteristické, že porucha přetrvává až do vysokého věku. Uvedené chování a jednání bývá většinou spojeno s výrazně stoupajícím pocitem napětí, které se objevuje těsně před samotným činem a následně pocitem zadostiučinění v průběhu vykonávání vlastního činu nebo těsně po jeho provedení (Nešpor, 2003). Kleptomanie bývá poměrně často doprovázena psychickými poruchami (např. deprese, úzkostné stavy, sociální fobie nebo poruchami příjmu potravy) (Praško aj., 2011).

Vlastní akt kleptomanie není primárně motivován touhou po pomstě nebo momentálním hněvem či projevujícím se afektem. Vzhledem ke skutečnosti, že se incidence kleptomanie v populaci nachází v kolem 0,7 %, tak i přes to tato návyková a výrazně impulzivní porucha je pouze velmi málo prozkoumána (Fischer a Škoda, 2009).

### **1.3.2 Workholismus**

Workholismus je závislost na práci. O workholismu je možné hovořit tehdy, jestliže se práce v životě jedince stane dominantním tématem a ústředním zájmem. Uvedená závislost poté velmi výrazně ovlivňuje až ničí jedincovy zájmy a koníčky, možnost k navazování a následné realizaci sociálních kontaktů. Důležitým problémem uvedeného závislostního chování je i fakt, že se i rodina workholikovi postupně vzdaluje, což si ale mnohdy neuvědomuje nebo nepřipouští (Fischer a Škoda, 2009).

Ani lidé, kteří jsou závislí na práci, netvoří zcela sourodou skupinu. Např. Robinson rozdělil workholiky do následujících skupin.

- Typ urputného dřiče, kdy se lidé tohoto typu práci věnují až nadměrně, tedy neustále. Toto jejich chování a jednání způsobuje zvýšené riziko chybných výkonů a úkonů, pracovních úrazů, zdravotních poruch nebo neadekvátních rozhodnutí a to vše v důsledku nadměrné únavy a vyčerpání (Robinson a Philips, 1995).
- Záchvatový typ je typický tím, že se porucha prezentuje spíše nárazově. Objevují se záchvaty nadměrné pracovitosti, spolu se stavy vedoucí až k apatii, nezájmu, útlumu nebo až ke zhroucení. Je typické, že takto jednající a chovající se člověk není schopen své tempo vydržet, není schopen dlouhodobějších pracovních výkonů (Nešpor, 2003). Nešpor uvádí, že: „*záchvatovost není dána*

*zevními okolnostmi, jako je termínovaná zakázka, ale spíše iracionálními vnitřními pohnutkami“ (Nešpor, 2003, s. 41).*

- Hyperaktivní typ s poruchou pozornosti je specifický tím, že se zde spojuje schopnost soustředit se s neschopností dokončit konkrétní pracovní úkol. Současně tito lidé navenek působí chaoticky, zmateně a nejistě.
- Pracovní labužník je představován pedanty a perfekcionisty, kteří pracovním činnostem věnují nadměrné množství času. Často postrádají nadhled a sebereflexi.
- Opečovávač, kdy k jeho typickým znakům patří především potřeba blaha a spokojenosti druhých osob, které staví nad vlastními potřebami (Robinson a Philips, 1995).

### **1.3.3 Patologické hráčství**

Hráčství lze dle The Ontario Problem Gambling Research Centre definovat jako jakékoliv jednání, které vyžaduje nevratné investice (finanční nebo hmotný majetek) s vidinou zisku založeného na náhodě nebo nejistém výsledku (Maierová, 2015). I přes fakt výrazného rozšíření hraní hazardních her a navzdory vysokému počtu osob, které trpí tímto problémem, zatím nebyl v České republice zrealizován dlouhodobější výzkum na výskyt patologického hráčství (Nešpor a Csémy, 2005).

Patologické hráčství je poruchou, která se projevuje častými a především opakovanými epizodami hráčství, které postupně dominují a ovládají život jedince a to jak v oblasti sociální, tak i finanční, osobní či pracovní. Patologické hráčství neboli gambling je vymezováno jako nutkavá touha hrát, kterou nelze ničím ovládat. Diagnóza patologického hráčství se vůbec poprvé objevila v roce 1979 (Chalupová a Lukeš, 1997). Oba autoři definují gambling jako: *„dlouhodobou a stále se zvyšující neschopnost čelit podnětům k hazardu. S tím související narušení rodinného a pracovního života a páčání trestné činnosti v podobě padělání, podvodů, neplacení dluhů a podobně“* (Chalupová a Lukeš, 1997, s. 5). Škodlivé hráčství (gambling) je možné charakterizovat jako jakýkoliv druh opakovaného hraní hazardních her jedincem, které způsobuje negativní následky, jako jsou finanční potíže, závislost, ale i potíže, které se týkají fyzického a mentálního zdraví jedince. Negativní důsledky škodlivého hráčství se dotýkají i rodiny hráče (Chalupová a Lukeš, 1997).

Mezi základními příznaky gamblingu dominuje neschopnost hráče, aby odolal hře, i když si je vědom skutečnosti, že hraní je společensky nepřijatelnou a často odsuzovanou činností, která mu způsobuje mnoho problémů. Dalším příznakem je výrazné nutkání ke hře, které je úzce spojeno se vznikem vnitřního napětí a následného příjemného pocitu vzrušení a uspokojení při samotné hře (Praško aj., 2011).

Chalupová a Lukeš popisují, že: „*postižení popisují intenzitní puzení ke hře, které velmi těžko ovládnou. V době, kdy nemohou hrát, se s maximálním zaujetím zabývají představami o hraní a okolnostech, které tuto činnost doprovázejí. Toto zaujetí a puzení se často zvyšuje v dobách, které jsou pro ně stresové a zátěžové*“ (Chalupová a Lukeš, 1997, s. 5). Patologické hráčství je zařazováno dle MKN - 10 mezi nutkavé impulzivní poruchy. Nejedná se však o zcela stejnou závislost jako tomu je u psychoaktivních látek, ale mechanismus vzniku závislosti je obdobný jako u drogových závislostí (Maierová, 2015). Hlavní motivací pro hráče je představa výhry peněz. Výskyt nepravidelných výher pak v jejich pojetí představuje výrazný stimul, který je velmi odolný proti vymizení a potlačení, ale naopak vede k nutkavým pocitům. Platí, že i v době, kdy hráč nevyhrává, má stále před sebou vidinu výhry (Prunner, 2008). Výhra nebo dokonce pouhá vidina výhry se stává pozitivní stimulací, jejíž vymizení, v případě léčby, může být poměrně dlouhodobým procesem, neboť jak frekvence hraní, tak i jeho intenzita a vlastní rozsah pozitivní stimulační podpory může být rozdílný (Grant a Potenza, 2004).

### **1.3.4 Prokrastinace**

Fiore uvádí, že: „*prokrastinace je zvyk, který si vytváříme, abychom se vyhnuli úzkosti ze zahájení či dokončení práce. Je to náš poněkud nešťastný způsob, jak se vypořádat s úkoly, které nás nudí nebo zmáhají*“ (Fiore, 2014, s. 11). Prokrastinace velmi negativně zapřičiňuje a ovlivňuje fakt, jak člověk pohlíží na práci, na volný čas, na sebe samého, ale i na vlastní šance k úspěchu. Z tohoto důvodu se tedy prokrastinace stává součástí osobnosti člověka. Důvody vzniku a rozvoje prokrastinace mohou být ty, že jedinci připadá jeho život plný závazků, které nelze reálně zvládnout a naplnit. Dále se u něho mohou objevovat poměrně nereálné představy a pojetí času, nedostatečně jasně definované cíle a hodnoty apod. (Fiore, 2014).

Prokrastinace se může stát obranným mechanismem, kterým se jedinec brání strachu z vlastního selhání. Právě perfekcionismus a výrazná sebekritika jsou hlavními

příčinami obav z vlastního neúspěchu a selhání. Potřeba chránit se prostřednictvím prokrastinace před kritikou sebe sama a neúspěchem je silná, především u osob, které jsou výrazně perfekcionistické a přehnaně pedantské (Ferrari aj., 1995).

### **1.3.5 Návykové chování ve vztahu k internetu**

Vzhledem ke skutečnosti, že se tato práce zaměřuje výhradně na závislost na internetu, tak zde budou popsány pouze základní informace, neboť více prostoru této problematice bude věnováno v následující samostatné kapitole.

Současná doba disponuje stále vyšším množstvím rozmanitých technických vymožeností, které jsou ku prospěchu člověka, neboť mu umožňují „zvládat“ rychlé tempo jeho života. Moderní člověk bez jakýchkoli problémů tyto vymoženosti přijímá, pracuje s nimi a ovládá je. Ale v průběhu několika let začíná tato technika ukazovat také svou odvrácenou, negativní stránku, protože u člověka způsobuje „problémy“. O zařazení těchto problémů mezi klinické diagnózy se vedou neustálé odborné diskuse. Přesto však základní charakteristiky současných nelátkových závislostí se podobají nelátkové závislosti, kterou je patologické hráčství. Právě i závislost na internetu vykazuje mnohé společné symptomy s patologickým hráčstvím (Benkovič, 2007). Přestože by se dalo předpokládat, že závislost na internetu je především závislostí psychického charakteru, tak mnozí autoři popisují u netholismu i existenci tělesné závislosti. I přes fakt, že netholismus není záležitostí chemickou, tak zde dochází k rozmanitým, jak mentálním, tak i somatickým příznakům. Mezi hlavní symptomy patří snížená schopnost normálního fungování v běžném každodenním životě, zhoršená koncentrace, ale i bolesti hlavy, bolesti očí aj. Nadměrné užívání internetu až závislost na něm způsobuje mnohé jak psychické, tak i sociální, pracovní a osobní problémy v životě člověka závislého na internetu. Závislost jako taková nevzniká přímo na internetu, ale spíše na různých internetových aplikacích a webech. Za vůbec nejrizikovější z hlediska rizika vzniku závislosti patří aplikace a weby, které umožňují a přímo realizují aktuální, situační, obousměrnou komunikaci (např. Facebook, Twitter aj.) (Šmahel, 2003).

## 2 ZÁVISLOST NA INTERNETU

### 2.1 Definice závislosti na internetu

Youngová popisuje závislost na internetu jako poruchu, kdy jedinec není schopen ovládat a kontrolovat své impulzy, ale nejedná se o poruchu, která by zahrnovala intoxikaci chemickou látkou (Youngová, 2000). Závislost na internetu je z obecného hlediska definována jako nadměrné užívání internetu. Toto jednání a chování jedince způsobuje jeho psychologické, pracovní, sociální nebo i školní komplikace. Mnohá výzkumná šetření však uvádějí, že se nejedná o závislost na internetu obecně, ale o závislost na konkrétních internetových aplikacích či konkrétních webech. Nejčastěji se jedná o aplikace a weby, jež zprostředkovávají sociální komunikaci (Šmahel, 2003).

U závislosti na internetu (netholismus) je nutné rozlišovat mezi normálním a nadměrným chováním, což je mnohem obtížnější nežli u klasické látkové závislosti. Závislost na internetu někteří autoři odvozují od poruch impulzu a označují ji jako patologické užívání internetu. Jiní autoři tuto poruchu spíše přiřazují k obsedantně - kompulzivní poruše. Poruchy impulzu i obsedantně - kompulzivní poruchy se projevují jako opakované (recidivující) reakce, jejichž součástí je silné nucení a ponoukání k dané činnosti (Goodman, 2008). Blinka a spolupracovníci uvádějí, že: „*poruchy impulzu i obsedantně-kompulzivní poruchy se manifestují jako opakované reakce na silné nutkání*“ (Blinka aj., 2015, s. 25). V případě poruch impulzu jde o jednání egosyntonního<sup>1</sup> charakteru, které se často pojí s disinhibovanými<sup>2</sup> rysy a také s vyhledáváním rizik (risk seeking) oproti obsedantně - kompulzivní poruše, která je povahy egodystonní<sup>3</sup> a váže se k vyhýbání se riziku a nebezpečí (rysy harm - avoidance a risk aversion). Hlavním zdrojem závislosti na návykových látkách je zpočátku pouze snaha o konkrétní prožitek, což platí i u závislosti behaviorální povahy, kdy postižená osoba zpočátku tíhne k nějaké činnosti, která je určena pouze pro potěšení, úlevu nebo vzrušení, čehož tímto způsobem dosahuje (Blinka aj., 2015).

---

<sup>1</sup> Projevující se jako nedílná součást osobnosti, jedinec je s tím srozuměn a porucha mu nepůsobí obtíže.

<sup>2</sup> Častější výskyt určitého chování, které se již dříve projevovalo, protože toto chování bylo u jiného jedince zjevně odměněno (opak inhibice).

<sup>3</sup> Projevující se jako zvláštnost, která je obtížná pro jedince i jeho okolí.

## 2.2 Fenomén závislosti na internetu

V psychologických kruzích se neustále diskutuje o tom, zda k psychickým chorobám přiřadit i poruchu s názvem Internet Addiction Disease, tj. závislost na internetu (netholismus). Z výsledků této odborné diskuse se ukazuje, že názory jsou poměrně rozporuplné a jež se opírají o mnoho výzkumů, které se zabývaly touto problematikou (Šmahel, 2003).

Pojmu závislosti na internetu předchází závislost na informačních technologiích. Závislost na informačních technologiích se začíná prezentovat zhruba od konce 80. let 20. století, kdy se tomuto tématu věnovala Margaret Shottonová. Ve výzkumné studii se zaměřovala na sledování závislosti na počítačích. Výzkumné šetření bylo provedeno u dobrovolníků, již pocházeli z Velké Británie a sebe samotné považovali za závislé na počítačích. V závěru výzkumu Shottonová dospěla k výsledkům, že závislost na počítačích existuje, ale že pro „postiženou“ osobu znamená výrazný problém (cit. dle Šmahela, 2003, s. 141 - 143). Po vzniku internetu (zhruba 80. léta 20. století) a jeho celosvětovém rozšíření začaly být počítače stále masivněji a čteněji využívány a proto závislost na nich měla zcela novou podobu a začalo se hovořit o konkrétní závislosti, o netholismu. Vůbec první zmínky o tomto fenoménu se v odborné literatuře prezentují kolem roku 1995 a prvním, kdo závislost na internetu uvedl, byl americký psychiatr Goldberg (cit. dle Griffithse, 2005, s. 192 - 193).

Protože původní výzkumy, které se zaměřovaly na téma závislosti na internetu, nevypovídaly nic o kauzálních vztazích mezi závislostí a využíváním internetu jedincem, tak není možné je považovat za příliš věrohodné. Současně se tyto výzkumy nezabývaly skutečností, zda je výzkumná osoba studentem a zda tedy potřebuje internet ke studiu (Grohol, 2016). Důležité je tedy rozlišovat, zda osoba využívá internet k jiným nežli pracovním nebo studijním povinnostem. Také je otázkou, kde končí normální práce a nadšení a kde se již začíná objevovat nenormální pohlcení touto činností. Při vzniku patologické závislosti však zcela převažují především negativní aspekty, které u jedince vedou k rozvoji závažných obtíží, a to jak v jeho osobnostním nastavení a fungování, tak i při jeho fungování ve společnosti (mezilidské vztahy a komunikace). Osoby závislé na internetu mohou tedy, v důsledku této závislosti, přijít o rodinu, osobní život, práci nebo školu (Griffiths, 2005). Uvedený autor užívá pojem „technologická závislost“, když uvádí, že tato závislost má obdobné symptomy jako

závislost látkového typu. Mezi základní příznaky technologické závislosti uvádí příznaky jako je salience, změny a výkyvy nálad, tolerance, přítomnost abstinčních příznaků. Pro diagnózu závislosti je zde důležitá i přítomnost konfliktu, bez něhož nelze hovořit o závislosti, ale spíše o excesivním užívání. Chování a jednání, jež naplňuje tato kritéria, může být považováno za závislost nelátkového typu (Griffiths, 2005). Podrobněji se budu diagnostickým kritériím, které byly definované tímto autorem, věnovat v následující podkapitole.

### **2.3 Projevy závislosti na internetu**

Jak už bylo naznačeno, Griffiths (2005) definoval příznaky závislosti na internetu, které se skládají ze šesti komponent: salience, změny nálad, tolerance, syndromu z odnětí, konfliktu a relapsu.

- Salience označuje stav, kdy se určitá aktivita stane tím nejdůležitějším v životě jedince, který tráví většinu času jejím vykonáváním nebo úvahami nad ní.
- Změny nálad odkazují přímo na akutní účinek závislostního chování na lidskou psychiku. Jedinec může prožívat pocity vzrušení nebo úlevy při výkonu závislostní činnosti.
- Tolerance představuje situaci, že dotyčná osoba potřebuje k dosažení žádoucího efektu stále více aktivity, jež jí přináší úlevu nebo pocity vzrušení, nežli tomu bylo na počátku.
- Syndrom z odnětí často představuje podrážděnost a náladovost. U behaviorálních závislostí však chybí klasické abstinční symptomy.
- Konflikt je zcela klíčovou komponentou. Může se prezentovat jak v rovině interpersonální (např. problémy v zaměstnání), tak i v rovině intrapsychické (např. pocity ztráty kontroly nad sebou, výčitky svědomí aj.).
- Relaps je termín, který označuje návrat k původním vzorcům chování a jednání po období abstinence, kdy jedinec poměrně rychle znovu dosáhne extrémních poloh v závislostním chování (Blinka aj., 2015).

Jakékoliv chování, jež naplňuje tato výše uvedené kritéria, je považováno za závislost. Platí však, že bez přítomnosti konfliktu nelze hovořit o závislosti. Toto je patrné především u online závislostí, neboť existuje bezpočet případů, kdy osoby tráví mnoho

času na sociálních sítích, aniž by tím výrazně ohrožovaly své fungování z hlediska osobnosti nebo sociálního fungování (Griffiths, 2005). U látkových i behaviorálních závislostí je charakteristické silné bažení (craving), nutkavé užívání a užívání k regulaci emocí (Blinka aj., 2015).

Blinka a spolupracovníci uvádějí, že: „nejvyšší míry prevalence jsou typické pro adolescenty a mladé dospělé – jak u závislosti na návykových látkách, tak u gamblingu, závislosti souvisejících s používáním internetu jako komunikačního prostředku (závislost na sociálních sítích) či k zábavě (online hry)“ (Blinka aj., 2015, s. 24). Incidence v mladším věku rovněž vede k mnohem závažnějšímu průběhu onemocnění a také k výskytu přidružených psychických problémů, což je typické jak pro osoby zasažené jak látkovou, tak i nelátkovou závislostí (Blinka aj., 2015). Pro ženy je naopak incidence v pozdějším věku charakteristická rychlejší progresí závislostního chování. Tento jev je popisován jako tzv. efekt teleskopu (Grant a Potenza, 2004).

Rozmanité studie považují za rizikové užívání internetu, jež se pohybuje kolem 5 až 25 hodin za týden, ale neshodují se v názoru, co představuje „normální užívání internetu“. Jedno z dělení závislostí je dělení na pasivní závislost, což je např. sledování televize a dále je to aktivní závislost, kam patří právě závislost na internetu nebo na hraní počítačových a online her. Také je nutné diferencovat mezi tělesnou a psychickou závislostí. Při psychické závislosti je pociťována neodolatelná touha po takových pocitech, jež nám navozuje výkon dané činnosti. Při tělesné závislosti se po vysazení návykové látky prezentují abstinenční symptomy. U závislosti na internetu, což je nelátková závislost, se ale objevují jak tělesné tak i psychické příznaky jako je např. snížení schopnosti koncentrace, snížení schopnosti fungování v běžném životě, ale i bolesti hlavy, očí aj. (Šmahel, 2003).

Nejasnosti ohledně míry nadměrného užívání, které směřuje k závislosti, jsou v případě online závislostí mnohem nápadnější, nežli tomu je u jiných závislostí behaviorálního charakteru (Blinka aj., 2015). Excesivní aktivita a čas, který jedinec tráví na internetu (např. na Facebooku) nejsou zatím považovány za dostačující kritéria pro definování závislosti (Griffiths, 2005).



## 2.4 Druhy závislosti na internetu

Závislost na internetu je možné rozdělit do následujících kategorií: závislost na virtuální sexualitě, závislost na tvorbě a udržování virtuálních vztahů a virtuální komunikaci, vznik internetové kompulze, závislost na informacích, které pocházejí z internetu a závislost na počítači (Youngová, 2000). Uvádím podrobnější informace k tomuto rozdělení závislostí:

- U kyber - sexuální závislosti se jedná o kompulzivní využívání internetových stránek, jejichž materiálem je pornografický obsah.
- U kyber - vztahové závislosti se jedná o abnormální zaujetí jedince vůči online vztahům a online komunikaci.
- Kompulzivní jednání až obsese, které je realizováno prostřednictvím např. online nakupováním, online sázením aj.
- Při informačním přetížení jedince, kdy jde o kompulzivní formu „surfování“ a vyhledávání informací na internetu (prohledávání databází aj.).
- Závislost na počítačových hrách, kdy se jedná o obsesivní hraní počítačových a online her (Youngová, 2000).

Saphira a spolupracovníci vytvořili nový návrh, který pohlíží na problémové používání internetu jako na tzv. impulse control disorder, neboli poruchu kompulzivního charakteru. Základní kritéria této poruchy jsou diferencována do tří základních skupin (Saphira aj., 2003). První skupina se týká maladaptivního vztahu k internetu, což se projevuje alespoň jednou z následujících aktivit: zaobírání se internetem nebo snění o internetu. Tyto aktivity jsou popisované jako neodolatelné a nutkavé. Využívání internetu trvá delší dobu, nežli se původně předpokládalo (Šmahel, 2003).

Druhá skupina se týká používání internetu nebo jeho zaobíráním se v takové míře, že to způsobuje výrazně klinicky signifikantní stres nebo obtíže, jež zasahují jak do oblasti společenského uplatnění jedince, tak i do jeho pracovního či profesního uplatnění. Jedná se tedy o oblasti, jež jsou pro jedince důležité a jsou jeho nadužíváním internetu zasažené.

Třetí skupina se týká takového nadužívání internetu, kdy není prokázána ani afektivní bipolární porucha, ani jiná psychická porucha dle DSM - IV (Šmahel, 2003).

## 2.5 Dopady závislosti na internetu

Internet vykazuje určité zcela specifické vlastnosti, jež mohou vést právě ke vzniku závislosti. Tyto vlastnosti internetu bývají mnohými uživateli pojímány jako velmi zajímavé a přitažlivé. Na podkladě mnohých zrealizovaných výzkumných šetření bylo zjištěno, že za nejvíce přitažlivou vlastnost internetu je považována jeho naprostá anonymita. S tématem anonymity souvisí i volba osob, kterým jedinec informace o sobě poskytuje a také charakter informací, které prezentuje. Často mohou být jedincem prezentované informace nereálné, smyšlené a nepravdivé. Osoba si vytváří zcela jinou a „novou“ identitu a to beze strachu z reakce svého nejbližšího okolí (Šmahel, 2003). Youngová v rámci svého výzkumného šetření poukázala na skutečnost, že tedy většina uživatelů internetu je internetem přitahována především z důvodu naprosté anonymity a možnosti tvorby nové identity (Youngová, 2000).

Další vlastností internetu je skutečnost, že se jedná o prostředí, jež je pro uživatele kdykoli a kdekoli dostupné a také je jednoduché z hlediska obslužnosti. Na internetu uváděné informace jsou aktuální, ihned dostupné a je na ně reagováno ostatními uživateli. Za další aspekt vzniku závislosti na internetu může být považován faktor pocitu síly, pocitu vlastní úspěšnosti, faktor kontroly a moci nad virtuálním prostředím. Jedná se o pocity, jež zažívají především hráči online her (Leung, 2003). V prostředí internetu tedy dochází ke - pro uživatele žádoucí - kombinaci snadno dostupného aktivizujícího obsahu, s pohodlím domova nebo známého prostředí, s nízkými finančními náklady a stimulací, jež u uživatele navozuje psychoaktivní zážitky a pocity. Používání internetu výrazně mění náladu a emoční rozpoložení uživatele. Dále může mít vliv i na jeho jednání, chování a vystupování. Mnoho uživatelů využívá internet právě za účelem změny nálady a aktuálního citového rozpoložení (Šmahel, 2003).

Za vůbec nejvíce návykové aktivity, jež jsou na internetu k dispozici, patří aplikace, které umožňují a zprostředkovávají obousměrnou sociální komunikaci. Problém se objevuje tehdy, když se uživatelé vzdávají téměř všech svých volnočasových a zájmových aktivit ve prospěch používání internetu a dalších online aktivit, které jim zprostředkovávají žádoucí pocity a potěšení (Leung, 2003)

Davis uvádí, že internet nabízí možnost uspokojení potřeby sociálního kontaktu a komunikace. Z tohoto důvodu se objevuje neustálá touha vracet se do virtuálního

prostředí mezi online přátele (Davis, 2001). V provedeném výzkumném šetření sami uživatelé uváděli, že prostřednictvím internetu mohou udržovat kontakty a vztahy se svými přáteli, a současně mají dojem, že jsou si tímto způsobem komunikace se svými přáteli bližší. Pozitivně byl také hodnocen fakt, že na internetu je možné nalézat vztahy s lidmi, kteří se nacházejí v jiných státech apod., s nimiž by nebylo možné vztahy v reálném světě vůbec navázat. Chou uvádí na základě výzkumů, že lidé nutně potřebují společnost, potřebují vnímat podporu druhých osob a pocit vlastní příslušnosti k určité skupině. Toto jim právě internet poskytuje a umožňuje. Na internetu mohou s ostatními lidmi sdílet své názory, postoje, nacházet zde osoby obdobného osobnostního zaměření a s obdobnými zájmy. Pro některé uživatele je internet metodou využívání volného času, pokud nevědí jak efektivněji jej využívat. Mnoho uživatelů také považuje internet za pomocníka pro práci, ale i za zábavu, protože jim přináší pocity vzrušení a uspokojení. Zhruba čtvrtina dotazovaných osob uvedla, že internet je pro ně způsobem, jak mohou uniknout od každodenních problémů a obtíží, jak zvládat stavy smutku nebo depresivních nálad (Chou, 2001).

Negativní působení internetu je možné diferencovat do čtyř oblastí: oblasti zaměstnání či studia, oblasti psychického zdraví a sociálních vztahů, oblasti tělesného zdraví a oblasti finanční (Blinka aj., 2015).

U studujícího závislého uživatele dochází ke zhoršení prospěchu ve škole a ke zvýšení počtů absencí na přednáškách, u závislého uživatele, jenž dochází do zaměstnání, se objevuje zvýšená únavnost a tudíž nižší výkonnost, nesoustředěnost nebo častá neúčast v zaměstnání. V oblasti sociálních vztahů dochází k jejich destrukci, neboť závislá osoba nemá potřebu navazovat a udržovat vztahy s lidmi z reálného světa (ve škole, v zaměstnání apod.). Také stálá únava, nevýkonnost nebo zhoršení prospěchu ve škole vede k opakovaným neshodám s rodiči, s partnerem. Snížená potřeba verbální komunikace vede k oploštění a ke snížení řečových dovedností. Řeč se postupně stává výrazně jednoduchou a omezenou. Také se mění neverbální projevy, protože při online komunikaci jich není zapotřebí. V důsledku závislosti na internetu může docházet k rozpadu vztahů, rodiny nebo může dojít ke ztrátě zaměstnání, což má za následek snížení finančního příjmu (Blinka aj., 2015). Veškeré uvedené následky závislosti u jedince vyvolávají výrazný stres, který je dlouhodobého, recidivujícího charakteru. Často se na jednotlivé ataky stresu nabalují další stresy, kdy dochází k jejich kumulaci.

Může dojít až ke stavům zvýšení úzkostnosti, k syndromu vyhoření, k agresi nebo až k pokusům o sebevraždu (Nešpor, 2003). Nešpor prezentuje, že nadužívání internetu může vyústit v: *„bipolární afektivní poruchu, úzkostnou poruchu (např. sociální fobii), bulimii nebo jinou poruchu příjmu potravy, patologické nakupování, sklon k nezvladatelnému hněvu a zneužívání alkoholu nebo jiných návykových látek“* (Nešpor, 2003, s. 35).

## **2.6 Nadměrné užívání internetu v mladé dospělosti**

Mladá dospělost je spolu s dospíváním obdobím s nejvyšším rizikem nadměrného užívání internetu. Blinka a spolupracovníci uvádějí, že: *„nejvyšší prevalence nadměrného užívání internetu se vyskytuje zejména v první polovině mladé dospělosti, tedy v období spadajícího do nové vývojové kategorie vynořující se dospělý a s nárůstem věku začíná prevalence klesat“* (Blinka aj., 2015, s. 98). Šmahel a spolupracovníci uvádějí pravděpodobnost nadužívání internetu 5,3 % ve věkovém období 20 - 26 let, a 2,9 % ve věku 26 - 35 let. Tento fakt je možné vysvětlit tím, že vývojová fáze „vynořující se dospělý“ je fází, jež je provázena velkými a závažnými změnami, výraznou nestabilitou a také obdobím mnoha možností a změn (Šmahel aj., 2012).

Významnou podskupinu v této vývojové fázi tvoří vysokoškolští studenti, kteří jsou z hlediska rizika vzniku závislosti na internetu považováni za skupinu vysoce rizikovou. Nebezpečí nadužívání internetu se ve skupině vysokoškolských studentů pohybuje kolem 6 až 15 %. Toto nebezpečí je vysvětlováno snadným přístupem jedince k internetu, flexibilním denním programem a také tím, že většina studentů se po příchodu na vysokou školu ocitá v novém a neznámém prostředí, kde jsou nuceni budovat nové sociální vztahy a sociální postavení. Jestliže jim to působí potíže a jejich studium není přiměřeně úspěšné, tak se internet může stát strategií kompenzace jejich studijních problémů (Chou, 2004).

V období mladé dospělosti se uplatňují dva základní aspekty, jež by v této fázi měly být naplněny. Jedná se o oblast ekonomické soběstačnosti a nalezení profesní role. Dále se jedná o navazování a budování sociálních a partnerských vztahů (Vágnerová, 2007). Blinka a spolupracovníci uvádějí, že: *„významnou roli v životě mladých dospělých začíná mít práce, která může být zdrojem uspokojení, nebo naopak zdrojem stresu“*

(Blinka aj., 2015, s. 98). Je možné předpovědět, že mladí dospělí, kteří nejsou spokojeni s vlastní profesní seberealizací, si mohou tyto potřeby nahrazovat jiným způsobem, tedy sebe prezentací v prostředí internetu, nebo naopak mohou unikat do prostředí internetu v důsledku nadměrného pracovního stresu a pracovního přetížení (Blinka aj., 2015). V mladé dospělosti může nadměrné užívání internetu sloužit také jako substituce stabilního partnerského vztahu. Lidé si mohou nahrazovat vlastní potřebu intimity prostřednictvím komunikace v prostředí internetu (Blinka aj., 2015). Šmahel a spolupracovníci uvádějí, že mladí dospělí, kteří vykazují závislostní rysy na internetu, mají přátele pocházející především z virtuálního prostředí. Současně tyto osoby preferují především online komunikaci s nižší mírou blízkosti před offline přáteli a komunikaci s nimi (Šmahel aj., 2012).

## **2.7 Možnosti léčby závislosti na internetu**

Závislost na internetu je zařazována do kategorie nelátkových, tj. behaviorálních závislostí, které mají s látkovými závislostmi, tedy závislostmi na psychoaktivních látkách, obdobné charakteristiky v klinickém průběhu, a proto se v rámci jejich terapie využívají obdobné postupy. Při terapeutické práci s lidmi, kteří jsou závislí na internetu, se může terapeut setkat jak s neschopností klienta odpoutat se od internetu, tak i s jeho omezenou motivací k vyhledání léčby nebo k setrvání v ní. Při léčbě závislosti na internetu máme skromnější cíle: volí se snaha o normalizaci jeho užívání nežli dosažení úplné abstinence (Blinka aj., 2015). Youngová uvedla, že je vhodné, aby uživatelé nejdříve omezili užívání online aplikací a k úplné abstinenci přistoupili až tehdy, když je jejich snaha o omezení neúspěšná. Omezená motivace k vyhledání léčby se projevuje tím, že léčbu vyhledají poměrně méně závislé osoby (Youngová, 2000).

### **2.7.1 Kognitivně - behaviorální terapie**

Kognitivně - behaviorální terapie vnímá závislost na internetu jako naučený způsob chování a myšlení, kterým se lidé ve svém životě naučili zvládat nadměrný stres a naplňovat své neuspokojené potřeby. Závislost na internetu se může pojímat jako maladaptivní strategie zvládnání stresu. Kognitivně - behaviorální terapie vychází z předpokladu, že myšlení ovlivňuje lidské chování a jednání. Proto jsou klienti vedeni terapeuty ke sledování vlastního myšlení a k uvědomění si myšlenek, jež zahajují

a vyvolávají příslušné pocity a následně vedou k závislostnímu chování. Základní intervenci lze rozdělit do dvou oblastí: behaviorální intervence zaměřené na změnu chování a kognitivní intervence zaměřená na změnu myšlení - před samotnou změnou chování a myšlení je potřeba, aby klient provedl funkční analýzu svého závislostního chování, tj. zmapování a porozumění funkce závislosti ve svém životě. Součástí kognitivně - behaviorálního přístupu je prevence relapsu (Blinka aj., 2015). Blinka a spolupracovníci uvádějí, že: „relaps lze v tomto kontextu definovat jako návrat k předchozím vzorcům užívání internetu/online aplikace po jejich omezení nebo ukončení. Relaps je častým problémem, který doprovází proces uzdravení se ze závislostního chování“ (Blinka aj., 2015, s. 68). Skrytými příčinami relapsu může být nevyvážený životní styl, nutkání a náhlé stavy cravingu (Blinka aj., 2015). Dále se může jednat o okamžité příčiny, jež jsou jednak pozitivní nebo negativní emocionální situace, pracovní prostředí nebo problémy a těžkosti v mezilidských vztazích (Prochaska a Norcross, 1999).

### **2.7.2 Psychodynamický přístup**

Blinka a spolupracovníci uvádějí, že doposud nebyla provedena studie, jež by se týkala či sledovala efektivitu psychodynamického přístupu u většího počtu klientů. Základním předpokladem psychodynamicky orientovaného přístupu je to, že závislost je následkem kompenzace určitých nepříjemných stavů, které člověk zažil nebo zažívá ve vztahu k okolnímu prostředí nebo přímo k sobě. Spouštěčem závislostního chování jsou pocity viny, nekompetentnosti, minulé neúspěchy a nezdary nebo aktuálně se prezentující stresové situace. Těchto pocitů se závislá osoba zbavuje tak, že se snaží o únik do paralyzovaného stavu, kde je pozornost věnována pouze aktuálně prožívanému. Terapeut se snaží a napomáhá klientovi si uvědomit, přijmout a vstřebat vlastní disociované negativní pocity, jež má tendenci kompenzovat závislostí, tj. nadměrným užíváním internetu. Dalším typem práce s klientem jsou podpůrné intervence, jejichž společným záměrem je u klienta posílení vědomí vlastní hodnoty a zlepšení narušeného fungování jeho já. Mezi užívané podpůrné intervence patří sebereflexe a sebeexplorace, podpora přiměřenějšího vnímání reality a to prostřednictvím zpětné vazby, podpory klientova sebevědomí a všech pozitivních aspektů jeho života (Blinka aj., 2015).

### 2.7.3 Práce s rodinou

Youngová zmiňuje při práci se závislým důležitost práce s rodinou a to především tehdy, jestliže jsou rodinné vztahy a vazby v důsledku závislosti narušené. Zapojení rodiny do léčebného procesu má dva základní cíle a to využití rodinných zdrojů a síly k podpoře změny patologického stavu a snížení jejího vlivu na rodinu a závislého jedince (Youngová, 1999). Nejčastějším motivem pro vstoupení jedince do léčby je tlak rodinných příslušníků nebo blízkých členů rodiny. Této skutečnosti se využívá při léčbě všech závislostí (Blinka aj., 2015). Blinka a spolupracovníci uvádějí, že: „*po vstupu osoby se závislostí na internetu do léčby bývá často pracováno i s jejími rodinnými příslušníky, a to jak na minimální úrovni v podobě poskytování základních informací, tak i v podobě rodinné terapie*“ (Blinka aj., 2015, s. 72).

Při léčbě závislosti na internetu je potřeba k tomuto problému přistupovat na dvou základních úrovních, tj. léčba pouze samotného symptomu závislosti a následně léčba základního problému, jenž se manifestuje prostřednictvím závislosti. Při bližším prozkoumání samotné závislosti se obvykle začnou prezentovat některé problémové oblasti v životě klienta. Tenze, jenž vzniká z jejich nesouladu pak může být jedincem vyřešena právě realizací závislostního chování a jednání. Je možné tedy uvést, že závislost může být pouze příznakem, následkem jiného problému, který je nutné vyřešit (Blinka aj., 2015).

## 2.8 Preventivní opatření závislosti na internetu

V oblasti nadměrného užívání a závislosti na internetu se zatím, z hlediska prevence, objevují pouze prvotní pokusy. Je to pochopitelné, protože je to stále ještě technika poměrně nová trvající několik desítek let a v širším, obecném užití ještě méně. V současné době je prevenci závislosti na internetu věnována pozornost především u dětí a dospívajících osob, čímž lze vysvětlit fakt, že většina preventivních opatření je zaměřena na tuto uvedenou cílovou skupinu. Možnosti cílené prevence je to, že uvedené preventivní strategie jsou snadněji realizovatelné, neboť jsou tito jedinci k dispozici, například v prostředí školy (Kalina aj., 2003).

Blinka a spolupracovníci uvádějí, že: „*větší pozornost by rovněž měla být věnována dalším skupinám, které jsou ohrožené, ale jsou hůře dostupné - zejména u nezaměstnaných či matek ne rodičovské dovolené*“ (Blinka aj., 2015, s. 61). Nešpor

vymezuje několik strategií a rad, které se týkají prevence vzniku jakéhokoli závislostního chování a jednání. Důležité je rozpoznat a identifikovat varovné známky závislostního chování jako je např. trvající únava, postupná ztráta dřívějších zájmů, zhoršení školního prospěchu nebo zhoršení chování včetně nevysvětlitelných agresivních projevů. Při podezření na závislost je důležitá efektivní a adekvátní spolupráce s rodinnými příslušníky a širším sociálním prostředím závislého jedince. V případě, že se objeví jakékoli problémy, jež mohou poukazovat na riziko rozvoje závislosti, tak je nutné co nejdříve vyhledat odbornou psychologickou či jinou specializovanou pomoc (Nešpor, 2003).



## 3 TYPOLOGIE OSOBNOSTI

V rámci této kapitoly bude pozornost věnována jednak vymezení a charakteristice osobnosti a jejího utváření, dále její struktuře a dynamice a následně budou popsány typologie osobnosti (např. Jungova typologie, Kretschmerova typologie, typologie osobnosti dle Hippokrata a Galéna a další).

### 3.1 Osobnost

Hartl a Hartlová popisují osobnost jako „*celek duševního života člověka*“ (Hartl a Hartlová, 2000, s. 379). Abychom mohli porozumět lidskému chování a jednání, tak musíme nejdříve porozumět silám a motivům, jež je formují a utvářejí. V každém jedinci se nachází velké množství těchto sil a motivů, kdy některé jsou intrapersonální a tudíž určují vztah k našim vnitřním pochodům a další jsou interpersonálního charakteru, a proto definují naše vztahy k lidem kolem nás (Drápela, 2008). Drápela uvádí, že: „*osobnost je definována jako dynamický zdroj chování, identity a jedinečnosti každé osoby. Výraz chování zahrnuje procesy myšlení, emoce, rozhodování, tělesné činnosti, sociálních interakcí atd.*“ (Drápela, 2008, s. 14).

Sullivan například pokládal osobnost za pouhý vzorec chování a jednání, které se opakovaně objevuje, v rámci obdobných interpersonálních situací (cit. dle Nakonečného, 2009, s. 519). Cattell v roce 1954 vymezuje osobnost jako to, co vytváří individuální rozdíly mezi lidmi navzájem (cit. dle Nakonečného, 2009, s. 532).

Dále pojem osobnost je používán v rozmanitých významech, jimiž se rozumí nějaký výrazný jedinec. Do oblasti psychologie byl pojem osobnosti zaveden kolem počátku 20. století, kdy se ukazovala nutnost a touha po studování duševního života člověka jako celku, jako vnitřního uspořádání jeho duševního života, jenž se vyznačuje určitou organizovaností a především funkční jednotou. Nejedná se tedy jen o pouhý komplex jednotlivých funkcí (jako je například myšlení, cítění, chtění apod.). Snahou bylo vysvětlit a ozřejmit to, proč lidé reagují na stejný podnět odlišně, jaký faktor je příčinou této rozmanité reakce. Tento faktor byl posléze definován jako osobnost (Nakonečný, 2009). Autor uvádí, že: „*osobnost je zde chápána jako celek vnitřních dispozic, jež spolu se situací determinují obsah a průběh psychických procesů, které jsou tak chápány jako reakce individua na určitou situaci*“ (Nakonečný, 2009, s. 9).

Osobností se rozumí určitá osobitost, odlišnost jedince od jiných osob, zejména od jedinců stejného věku a kultury (Říčan, 2010). Říčan uvádí, že: *„vztah mezi biologickým a psychologickým aspektem života je jedním z nejdůležitějších klíčů k poznání osobnosti“* (Říčan, 2010, s. 63). Pojem osobnost jako hypotetický konstrukt zahrnuje popis a specifikace její geneze, struktury a také dynamiky, jehož osou je koncept Ega osobnosti čili jáství, tedy osobnost pojímá jako vysvětlující hypotetický konstrukt, který objasňuje utváření a formování osobnosti a její fungování (Nakonečný, 2009). Obecné poznatky a informace o anatomických a fyziologických základech psychiky velmi úzce souvisejí především s poznáním temperamentu dané osobnosti (Říčan, 2010).

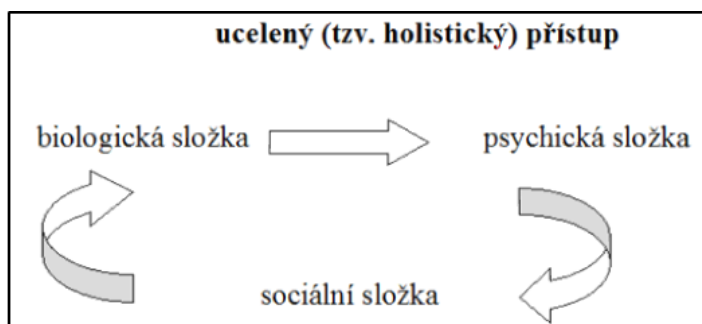
Pro oblast psychologie osobnosti jsou důležitá následující témata, kterým bude věnována pozornost v následujících kapitolách: geneze a utváření osobnosti, struktura osobnosti a dynamika osobnosti.

### **3.1.1 Geneze a utváření osobnosti**

Copeland a Hamer zdůrazňují vliv genů na psychiku, kdy uvádějí, že geny určují i náš způsob myšlení. Dále určují dědičnou predispozici k vyhledávání nového, k vyhýbání se zranění nebo ublížení vlastnímu organismu (Copeland a Hamer 2003). Mimo genetických dispozic při formování a genezi osobnosti se ukazuje jako důležitá i sociokulturní podmíněnost. U lidí se na základě sociálních vztahů v lidském společenství vyvinula kultura jako prostředí, v němž se člověk musí naučit žít a respektovat jeho požadavky a normy (Říčan, 2010). Primární vliv kultury je osobnosti zprostředkováván prostřednictvím působení primární sociální skupiny, což je rodina, do níž se člověk jako dítě rodí. Jednou z funkcí rodiny je uvést dítě do života v rámci daného kulturního prostředí, tedy naučit je schopnosti orientace v symbolech a předmětech každodenního života, tedy zvládat zvyklosti, normy a hodnoty dané společnosti. Aby jedinec uspěl, musí se naučit žádoucímu sociálnímu chování a jednání. Tento proces seznamování jedince s kulturním prostředím jeho rodiny, osvojování a zvnitřňování si kulturních způsobů chování a jednání, se nazývá socializací (Nakonečný, 2009). Autor dále uvádí, že: *„sociální zkušenosti dítěte vůbec vytvářejí tzv. bazální osobnost, jakýsi psychický základ odrážející konkrétní situovanost dítěte v určité kulturně – sociální mikrostrukturu a s ní spojené prožívání této situovanosti. Její základní dimenzí je tzv. bazální jistota či nejistota (úzkost), jejímž*

*zdrojem je dostatek nebo nedostatek pozitivních citových vztahů projevovaných dítěti rodiči, v raném dětství zejména matkou (míra přilnutí – attachment), a s tím související strategie rodinné výchovy...“ (Nakonečný, 2009, s. 62). Z uvedeného je tedy zřejmé, že osobností se člověk nerodí, ale osobností se stává tehdy, kdy se u něho od doby raného dětství utváří specificky lidská forma organizace a fungování psychiky. Toto probíhá v době vzniku vědomí sociálního já, z něhož se následně vytváří sebehodnocení a také sebepojetí, jež má důležitý vliv na prožívání, chování a jednání. Z vědomí já vzniká pojetí vlastního já (Ega), které není už jen zážitkovou strukturou, ale organizačním a dynamickým činitelem (Nakonečný, 2009). Geneze osobnosti je tedy spojena se vznikem já a tento vznik vede k sebepojetí a sebehodnocení, což jsou základní faktory pro fungování a utváření osobnosti, neboť osobnost funguje jako otevřený systém, který je v neustálé interakci se svým okolím, tedy sociálním prostředím (Nakonečný, 1995). Při utváření osobnosti se uplatňuje spolupůsobení jak vrozených, tj. biologických faktorů, tak i zkušeností, které osoba získala v průběhu svého dosavadního života, ze svého sociálního prostředí (mikroprostředí) a kulturního prostředí (makroprostředí) (Nakonečný, 2009). Cattel upozorňuje, že s narůstajícím věkem se postupně zvyšuje při genezi osobnosti vliv zkušeností, a proto se zvýrazňuje individualita daného jedince a jeho mentální jedinečnost (cit. dle Nakonečného, 2009, s. 328). Vztah biologických, mentálních a sociálních vlivů při procesu geneze osobnosti prezentuje obrázek č. 1. Ukazuje se, že osobnost má ucelený charakter, kde uvedené složky spolu navzájem komunikují a podmiňují se.*

Obr. č. 1. Ucelený přístup k pojetí osobnosti



Zdroj: Matlasová, 2014.

### 3.1.2 Struktura osobnosti

Pojem struktura osobnosti vyjadřuje vnitřní uspořádání osobnosti, tj. skladbu jejích prvků a dispozic, jež se pojmají jako základní funkční elementy, patří sem výkon, motivace, hodnocení, schopnosti, postoje a temperament (Nakonečný, 2009). Autor uvádí, že: „*struktura poukazuje na určitý trvalejší stav, na relativně stálé uspořádání, ale současně i na chování tohoto uspořádaného celku*“ (Nakonečný, 2009, s. 135).

Struktura je tedy výstavbou osobnosti, která může vycházet z rozmanitých hledisek a strukturálních modelů osobnosti, kdy se například jedná o model psychoanalytický, jenž „pracuje“ se systémem tří základních aparátů (Mitchell a Black, 1999). Za vůbec nejzákladnější složky osobnosti se považují ty, které vycházejí z psychologické teorie Sigmunda Freuda. Dle Freuda je každá osobnost tvořena třemi základními a dynamickými složkami své osobnosti: Id, Ego a Superego. Id neboli „ono“ představuje nevědomý základ duše, jenž je ovládán a transformován zcela primitivními potřebami a instinkty (Freudová, 2006). Část osobnosti Id je nejvíce zřetelná především u novorozenců. V důsledku kontaktu člověka s vnějším prostředím dochází k tomu, že se postupně vytváří Ego, jež je uvědomovaná část, která se týká aktuální reality. Pro možnost rozvoje Ega je důležitá pudová struktura a působení libida. V některých případech může Ego působit i zcela nevědomě, tehdy se jedná o tzv. potlačení Id. Superego představuje složku osobnosti, která je zaměřená na princip dokonalosti. Superego se týká určitých očekávání a to především z hlediska tlaku společnosti. Z tohoto důvodu Superego funguje jako přísný, někdy i výrazně krutý mechanismus kontroly, jenž je realizován procesem zvnitřňování morálky. Superego je tedy výsledkem obranných reakcí, jež umožňují zabránit rozvoje oidipovského komplexu (Appignanesi a Zarate, 2004). Chování, jež je evokované Id, je spíše krátkozrakého charakteru, neboť je zaměřené na „ted“ a „tady“. Dá se říci, že je antagonistou Superega. Id zastupuje touhy a představy osoby, jež působí „rušivě“ a disharmonicky. Z tohoto důvodu se na této úrovni osobnosti prezentují tzv. obranné mechanismy, jež chrání strukturu a harmonii osobnosti. Fungování Ega je motivované především kombinací vlivu jak Superega, tak i Id. Chování a jednání osobnosti je tedy formováno a ovlivňováno jak působením Superega, tak i Id. Osobnost je složitý komplex rozmanitých procesů, který je řízen a poháněn dvěma základními druhy energií. Jedná

se o řídicí instance, jež Freud definoval jako sexuální pud neboli libido a agresivní pud neboli thanatos (Mitchell a Black, 1999).

Balcar z hlediska obsahového rozboru osobnosti dospívá k pojmům, jako je temperament, poznání a motivace, jež jsou důležitými složkami osobnosti. Balcar uvádí, že: „...osobnost jako celek se na vrstvy nerozpadá. Pojímáme ji proto především jako soustavu sjednocujících vazeb a až v druhé řadě jako soubor rozdílných úrovní činností“ (Balcar, 1983, s. 69). Pojetí vrstev jako celku se objevuje - například v systémovém pojetí lidské osobnosti - jako vnitřně členité, ale navenek otevřené a zcela jednotně fungující soustavy, jež je jedinečná svého druhu (Balcar, 1983). Strukturální prvky osobnosti jsou integrovány do vysoce funkčního celku, který je definován jako Ego. Mezi prvky osobnosti patří emocionalita, kdy mezi emocemi jako procesy a emocionalitou jako dispozicí či faktorem stojí nálady jakožto trvalejší stavy emocionálního naladění. Emocionalita osobnosti se týká složky obsahové (např. úzkostnost jedince a její intenzita). Základní vlastností lidského mentálního života je tzv. vzrušivost, což je dispozice, jež určuje formální vlastnosti reagování, což je síla a trvání. Temperament je úzce propojen s vlastnostmi a činnostmi nervového systému (Nakonečný, 2009). Rothbartová (2004) definuje temperament jako konstituční podmiňování rozdílů mezi jedinci, které se objevují v oblasti jak jejich aktivit, tak i schopnosti sebeovládání (Rothbart, 2004). Důležitými aspekty pro výkon a aktivitu jedince jsou ty schopnosti, které představují souhrn psychických podmínek, jež jsou potřebné k uskutečnění aktivity. Schopnosti představují naučené, tedy získané dispozice a to na rozdíl od nadání, které se považuje za geneticky podmíněný předpoklad k výkonu „něčeho“. Mentální výkony člověka v problémových situacích, kdy je nutné dosáhnout nějakého výsledku, vyjadřují obecnou vlastnost a schopnost řešení problémů s následnou účelností a adaptabilitou chování a jednání. Tato obecná vlastnost se nazývá inteligence (Nakonečný, 2009). Stern pojímá inteligenci jako zcela obecnou schopnost mentálního přizpůsobení se jedince novým životním podmínkám a úkolům (cit. dle Nakonečného, 2009, s. 203).

Tvořivost definuje Plháková jako: „komplexní schopnost, která je výsledkem zdařilé syntézy kognitivních schopností, vlastností osobnosti a některých motivů“ (Plháková, 2007, s. 294). Autorka dále uvádí, že tvořivost se prezentuje produkcí zcela nových, původních a vyhovujících myšlenek a nápadů. Tvořivá činnost vede k možnosti

vyřešení určitého problému a tak k odstranění napětí, které je doprovází. K dimenzím osobnosti jako organizaci informací, bývá přiřazován tzv. kognitivní styl, což je způsob zpracovávání a využívání informací. Je to styl chování a jednání, jež osoba využívá při řešení kognitivních úkolů (Nakonečný, 2009).

Postoj představuje mentální stav pohotovosti zprostředkovaný zkušeností a mající řídicí a dynamický vliv na reakce člověka vůči ostatním lidem a situacím. Postoj tedy vyjadřuje hodnocení objektu nějakým subjektem, jehož krajní polohy vyjadřují buď naprosto pozitivní, nebo naprosto negativní vztah (Plháková, 2007). Motivy určují směr a také intenzitu chování a jednání osobnosti. Motivy vyjadřují psychologické příčiny a důvody lidského chování a jednání. Lidskému chování tedy dávají určitý význam a záměr. Motiv v užším slova smyslu znamená vědomé záměry nebo vědomé cíle jednání. S pojmem motivů úzce souvisejí potřeby, jež vytvářejí jakýsi „náboj“ neboli význam motivů (Nakonečný, 2009).

### **3.1.3 Dynamika osobnosti**

Pojem dynamika osobnosti vyjadřuje téma sil, jež hýbou osobností, tedy určují její chování a jednání a zaměřují ji na dosažení určitého cíle, jímž není objekt, nýbrž jeho uspokojení. Zde dochází v určité míře k překrývání se s motivací. Motivy je možné chápat jako základní funkční prvky vlastní dynamiky osobnosti, které jsou součástí struktury osobnosti.

Důležité je rozlišovat motivaci a motivy (Nakonečný, 1995). Dle Plhákové je motivace definována jako: „*souhrn všech intrapsychických dynamických sil neboli motivů, které zpravidla aktivizují a organizují chování i prožívání s cílem změnit existující neuspokojivou situaci nebo dosáhnout něčeho pozitivního*“ (Plháková, 2007, s. 319). Motiv vyjadřuje spíše tendenci k dosažení určitého způsobu uspokojení nějaké potřeby, což vede a nutí osobnost k určitému chování a jednání. Dynamika osobnosti se snaží o udržení a nastolení vnitřní rovnováhy a snížení tenze (Deci a Ryan, 2009). S uvedeným souhlasí i Nakonečný, který uvádí, že: „*dynamika osobnosti propůjčuje jejím projevům psychologický smysl, vymezený jistými principy (např. udržování vnitřní psychické rovnováhy). Za základní princip dynamiky osobnosti lze pokládat princip psychického ekvilibria a princip psychického hédonismu*“ (Nakonečný, 2009, s. 361). Tyto principy prezentují dvě základní komplementární snahy a to udržování vnitřní psychické rovnováhy a snahu o maximalizaci příjemného se snahou o minimalizaci

všeho nepříjemného a negativního. Při působení obou uvedených principů se uplatňuje síla a fungování Ega a vztah k Egu, tj. vztah k sebepojetí a k sebehodnocení. Tyto dvě základní tendence, na nichž je dynamika osobnosti založena, spolu souvisejí, jsou patrné v průběhu evoluce a mají především biologický význam, neboť zajišťují biologickou účelnost a smysluplnost chování a jednání. U člověka, mimo uvedeného, ještě kontrolují a zajišťují podmínky pro jeho sociokulturní existenci (Nakonečný, 2009). Kontrola Egem je důležitá proto, aby osobnost mohla sociálně fungovat a současně se vyhnula trestům, které by mohly přijít, jestliže by se osobnost chovala nebo jednala v rozporu se společenskými normami (Deci a Ryan, 2009). Hlavním záměrem chování a jednání osobnosti je tedy snaha o udržování nebo znovu obnovování intrapsychické rovnováhy, která se u člověka objevuje jako hodnota sebe sama (Švingalová, 2002).

Smékal také uvádí, že z hlediska dynamiky je: „*osobnost je soustava vnitřních podmínek, které rozhodují o tom, jak zpracováváme podněty z vnějšího prostředí (i ze svého těla) a jak na ně reagujeme*“ (Smékal, 2005, s. 19). Ego je centrálním pojmem psychologie osobnosti, neboť plní dvojí funkci:

- Organizuje osobnost jako jednotně fungující celek, jenž je tvořen konzistentními prvky, kterým propůjčuje jedinečnou identitu.
- Propůjčuje osobnosti její zcela individuální dynamiku, když reprezentuje vývojově nejvyšší systém motivace chování a jednání.

Obě tyto funkce spolu úzce souvisejí, podněcují se a vzájemně doplňují (Nakonečný, 2009).

### **3.2 Typologie osobnosti**

Východiskem pro pojem psychologického typu je zkušenost, že někteří lidé jsou si, z hlediska své mentální stránky, podobní a současně se svými společnými znaky stejně výrazně odlišují od jiných osob. Toto dává možnost uspořádat jedince do rozdílných skupin a následně každou skupinu vystihnout a definovat určitým vzorcem osobnostních vlastností. Předpis, jenž definuje a vymezuje pravidla pro možnost zařazování osob do vymezeného počtu typů osobnosti, vytváří typologii (Balcar, 1983). Vlastnosti, které tvoří určitý typ, spolu často výrazněji nesouvisejí, neboť zcela „čisté typy“ jsou extrémními případy osobnosti (Nakonečný, 2009). Je

možné předpokládat, že právě temperament určuje a formuje, z hlediska typologie, osobnosti jedince. Říčan (2010) uvádí k tématu temperamentu, že pokud se snažíme charakterizovat temperament určitého člověka, musíme ho posoudit v několika samostatných různých vlastnostech. Dále uvádí, že: „jde o celkové citové ladění osobnosti, o převládající náladu. Temperament zahrnuje i způsob (modus) citové a volní vzrušivosti, reaktivity, aktivity – bez ohledu na to, jaký je předmět nebo směr aktivity“ (Říčan, 2010, s. 65). Temperament je možné vymezovat jako soubor geneticky podmíněných osobnostních rysů, jež jsou poměrně stálé, ale současně se formují v průběhu života jedince (Goldsmith aj., 1987). K uvedenému Keoghová (2007) prezentuje, že právě temperament představuje jednu z obtížně zachytitelných a obtížně definovatelných osobnostních charakteristik, jež „způsobují“ právě individuální rozdíly mezi lidmi navzájem. Blatný dodává, že nejde o to, jak dobře člověk něco dělá, ani o to, co dělá, nýbrž o jeho celkový styl prožívání a jednání, který souvisí s emočním aspektem osobnosti (Blatný, 2003). Typ temperamentu se projevuje již v dětství a zůstává neměnný po celý další život jedince (Říčan, 2010).

### **3.2.1 Antická teorie temperamentu**

Ačkoli byla antická teorie temperamentu vytvořena lékaři již ve starém Řecku, užívá se dodnes, i když ji už jistě mnohé moderní teorie překonaly. Potvrdilo se však, že vlastnosti temperamentu lze do značné míry definovat právě tělesnými vlastnostmi a specifiky, a to jak nervové soustavy, tak i například hormony nebo neurotransmitéry (Říčan, 2010). Ke čtyřem níže uvedeným temperamentovým typům, byl přidán další typ a to „typ vášnivý“. Celý systém této teorie se opakovaně přepracovával a inovoval (Blatný, 2003).

Autorství antické teorie temperamentu je připisováno Hippokratovi a o dvě staletí později i Galénovi. Hippokrates rozlišoval čtyři základní typy lidských povah a to v závislosti na skutečnosti, která ze základních tekutin (krev, hlen, černá žluč a bílá žluč) v organismu jedince převládala. Psychická osobitost byla podle těchto autorů tedy dána poměrem tělesných šťáv, jež se považovaly za rozmanitě namíchané. Jedinci s výraznou převahou jedné z těchto šťáv jsou zcela vyhraněnými typy. Například převaha krve vede k sangvinickému temperamentu, převaha hlenu definuje flegmatika, převaha žluči charakterizuje cholera a převaha černé žluči v organismu vymezuje



melancholika (cit. dle Říčana, 2010, s. 65). Popis osob s takto vyhraněným temperamentem je následující:

- Sangvinik je člověk čilý, dobromyslný, společenský a veselý. Jeho projev je živý, aktivní. Je považován za optimistu.
- Flegmatik je považován za klidného jedince, který se nenechá ničím a nikým vyvést z míry. Bývá také lhostejný, netečný, ale spolehlivý, nedochází u něho k rychlým změnám nálad. Jeho psychomotorické tempo je spíše pomalé a rozvážené.
- Cholerik je dráždivý, afektivní, vzteklý, snadno se rozhněvá, ale jeho hněv nebývá dlouhodobého charakteru.
- Melancholik je popisován jako nejméně šťastný temperamentový typ, neboť u něj převládá smutná a zasmušilá nálada a zasmušilé emoční rozpoložení. Tento osobnostní typ je značně pesimistický, přecitlivělý, se špatnou adaptabilitou (Říčan, 2010).

### **3.2.2 Kretschmerova konstituční typologie temperamentu**

Autor konstituční typologie temperamentu, Ernst Kretschmer, zaujal tezí, že temperamentové vlastnosti a některé psychické poruchy, mohou úzce souviset s tělesnou stavbou čili konstitucí. Na podkladě těchto tezí rozdělil a definoval tělesné typy na: typ pyknický, typ leptosomní a typ atletický.

Pyknikovi byl přiřazen temperament cyklotýmní, u leptosoma se jednalo o temperament schizotýmní a u atletika se jednalo o typ viskózní (Říčan, 2010).

Cyklotým se vyznačuje střídáním protikladné, veselé a smutné nálady, a také se u něho objevují protiklady vzrušení a klidu. Při vystupňování uvedených vlastností dochází k tomu, že normální temperament se posouvá přes hraniční, „cykloidní“ až do stavu „cyklofrenie“ neboli dnes používaného termínu afektivní psychózy, která je charakterizována střídáním normálního citového ladění s fázemi patologické sklíčenosti, tj. melancholie nebo deprese nebo patologické rozjařenosti, tj. mánie (Balcar, 1983). Schizotým je charakteristický přítomnými protiklady efektivnosti (dráždivosti) a tuposti, přecitlivělosti a chladnosti. Typická je také výrazná společenská uzavřenost. Vystupňováním těchto vlastností přechází normální temperamentové ladění přes

hraniční „schizoidní“ až do onemocnění, kterým je schizofrenie, která se vyznačuje poruchou jak v myšlenkovém, tak i emocionálním kontaktu jedince s realitou, jež je provázeno stažením se jedince do vlastního imaginárního světa (Balcar, 1983). Zde se ukazuje, že tedy vývoj a formování temperamentu je mnohostranným procesem, při němž se uplatňují lidské emoce a jejich projevování navenek (Goldsmith aj., 1987). U této typologie je nutné charakterizovat stavbu těla, jež je typická pro jedince s určitým typem temperamentu.

Typ astenický čili leptosomní se vyznačuje protaženým vzrůstem s úzkými rameny a boky, horní a dolní končetiny jsou protažené. Tělo vytváří celkově dojem hubenosti až vyzáblosti.

Pro pyknický typ je charakteristický sklon k tloušťce, kdy se objevuje měkký a široký obličej, masivní a krátký krk. Také břišní oblast je výrazně vyvinuta. Posledním typem je atletik, jež se vyznačuje širokými rameny, rozvinutou muskularitou (Nakonečný, 2009). Nakonečný uvádí, že Kretschmer chápal konstituci: *„jako souhrn vrozených vlastností individua a zajímal se jen o jeden aspekt těchto „genotypicky zakotvených“ vlastností, jmenovitě o stavbu těla a její vztah k charakteru, jímž rozuměl soubor všech afektivně volných reakčních možností člověka, jak vyvstávají v průběhu jeho životního vývoje, z dědičných vloh a exogenních faktorů, jako je prostředí, výchova, atd.“* (Nakonečný, 2009, s. 275).

### **3.2.3 Typologie extroverze a introverze**

Autorem této typologie, jež vnesla do psychologie mnohé důležité pojmy - extroverze a introverze, je C. G. Jung, jenž se zabýval studiem dosavadních typologií a svou typologii osobnosti následně vytvořil na podkladě svých klinických zkušeností. Jungova typologie, jež byla vytvořena intuitivním zobecněním klinických zkušeností a jejich integrací, získala oblíbenost a uznání. Typy introverze a extroverze byly následně potvrzené za využití faktorové analýzy Eysenckem. Ukázalo se, že se jedná o zcela nejspolehlivější charakteristiky osobnosti, jež je možno využívat v psychodiagnostické praxi (Říčan, 2010).

Extrovert je charakterizován tím, že je více zaměřen na vnější svět, na realitu, na společenské dění. Je osobou, která je aktivní, přístupná pro druhé, je kreativní a činorodá. Je také výrazně adaptabilní. Introvert je oproti extrovertovi zaměřen spíše

sám na sebe, na své intrapsychické prožívání. Disponuje bohatou fantazií a představivostí. Jeho vztah k druhým lidem a ke společnosti je spíše negativního charakteru. Osoba s touto převažující dimenzí je pasivní, zdrženlivá, nespolečenská a váhavá (Smékal, 2004).

Oba výše uvedené postoje jsou ale komplementární tak, že jeden kompenzuje druhý, například vědomá extroverze je kompenzována nevědomou introverzí a naopak.

- Extravertně myšlenkový typ: jedná se o empirika, který má především užitkový vztah ke zkušenosti.
- Extravertně citový typ: je závislý na společenských konvencích a normách. Jedinec přebírá již hotová schémata hodnocení.
- Extravertně čivý typ: představuje krajního realistu, který má za skutečné jen to, co on sám vidí, nebo co mu ukazuje věda.
- Extravertně intuitivní typ: je typickým plánovačem realizace vlastních pocitů.
- Introvertně myšlenkový typ: je typickým intelektuálem, pro něhož myšlenky, ideje a abstrakce jsou více jak skutečná fakta.
- Introvertně citový typ: představy a subjektivní pocity jsou pro něj důležitější než objektivní skutečnost.
- Introvertně čivý typ: člověk, jenž se vyznačuje výraznou senzitivitou a vciťováním se do druhých osob.
- Introvertně intuitivní typ: je zcela typickým snílkem (Nakonečný, 2009).

### 3.2.4 Eysenckova typologie

Eysenck dospěl za využití faktorové analýzy dotazníků a posuzovacích škál ke třem základním faktorům, jež je možné považovat za tzv. superfaktory čili faktory druhého řádu. Jedná se o extroverzi, introverzi, neuroticismus a také psychoticismus (Eysenck, 1996).

Za typického extroverta je považována osobnost, která je družná, je sociabilní, má mnoho přátel a neustále potřebuje být ve společnosti druhých lidí. Říčan se domnívá, že se jedná o osobnost, jež: „*baží po vzrušení, chápe se příležitosti, často riskuje, jedná z okamžitého podnětu, je všeobecně impulzivní. Má rád legraci, vždycky má pohotově*

*odpověď, ve všem má rád změnu. Je bezstarostný, optimistický, veselý“ (Říčan, 2010, s. 68). Zároveň je u této osobnosti typické rychlé střídání nálad a netrpělivost. Nekontroluje příliš své city a také na ní není vždy spolehnutí.*

Typický introvert je tichý, má tendenci se stahovat do svého nitra, je introspektivní a drží si od druhých lidí odstup. Nevyhledává vzrušení, inklinuje ke stereotypii a k realizaci „životního řádu“. Své emoce si kontroluje, obvykle se neprojevuje agresivně, neztrácí trpělivost a není náladový. Klade důraz na etické normy a principy (Říčan, 2010).

Neuroticismus je vlastnost, která je odvozená od příznaků neurotika, tedy člověka s určitou psychickou poruchou, kterou je neuróza. Člověk s vysokým neuroticismem bývá poměrně neklidný, úzkostný, dělá si neustálé a zbytečné starosti, snadno je podrážděný, chybí mu sebedůvěra. Objevují se u něho pocity méněcennosti a je výrazně senzitivní k chování a jednání druhých lidí. Jiným termínem pro neuroticismus je pojem labilita, proto je možné tuto dimenzi osobnosti označovat jako stabilita – labilita. Eysenckův vědecký konkurent Cattell dimenzi neuroticismu neuznával (cit. dle Říčana, 2010, s. 68). Cattell v roce 1954 se domníval, že rozvoj neurózy je závislý na čtyřech rozmanitých faktorech osobnosti, kterými jsou: síla Ego, sklon jedince k pocitům viny, přecitlivělost a také chronické pudové neuspokojení (cit. dle Nakonečného, 2009, s. 301 - 302). V posledních letech byla provedena faktorová a korelační analýza, jež ukázala, že vlastnosti osobnosti jako je: nedůtklivost, útočnost, aktivnost, rozvážnost, smířlivost, střízlivost, náladovost apod., jsou vlastnosti odvozené a tudíž složené ze základních prvků, kterými jsou především dvě základní dimenze stabilita – labilita, extroverze – intraverze (Smékal, 2004).

Faktor psychoticismu, který přidal Eysenck až jako poslední, je syndromem těchto rysů osobnosti: agresivity, chladu, sobectví, neosobnosti, impulzivita, antisociálnosti, nízké míry empatie (Říčan, 2010).

*„Eysenckovou ctižádostí bylo dokázat, že faktory, které objevil, jsou temperamentové, že mají výrazně tělesný základ. Pozorované projevy v chování považoval, jak je obvyklé, za genotyp“ (Říčan, 2010, s. 71).*

### 3.2.5 Typologie dle Sheldona

Sheldon ve své typologii vyšel z předpokladů o korelaci tělesných a psychických vlastností, ale na rozdíl od Kretschmera byl jeho postup více statisticky podložený. Pro definování své typologie Sheldon vycházel především z fotografií těl zepředu, zezadu a ze stran. Po analýze těchto fotografií Sheldon stanovil následující typologii dle stavby těl (cit. dle Nakonečného, 2009, s. 279):

- Endomorfní typ, kdy je tělo utvářeno vnitřně (tuk).
- Mezomorfní typ, kdy je tělo utvářeno z vnějšku (svalová tkáň).
- Ektomorfní typ, kdy je tělo utvářeno „křehce“ (nervy).

Sheldon primární komponenty nazval viscerotonie, somatotonie a cerebrotonie. Viscerotonii přiřadil endomorfnímu typu stavby těla, somatotonii mezomorfnímu typu tělesné struktury a cerebrotonii ektomorfnímu typu. Viscerotónní typ temperamentu se vyznačuje realismem, sociabilitou, psychomotorickou pomalostí a rozvážností. Somatotónní typ se prezentuje aktivitou, energičností, touhou po moci a sebe prezentací, agresivitou. Cerebrotónní typ temperamentu se vyznačuje výraznou přecitlivělostí, pasivitou, introverzí (cit. dle Nakonečného, 2009, s. 280 - 281).

*„Sheldonova typologie je méně literární než Kretschmerova, přináší nesporně zajímavé a cenné výsledky“* (Nakonečný, 2009, s. 281). Sheldonova i Kretschmerova typologie osobnosti iniciují celou řadu otázek, nežli aby přispívaly k praktickému využívání (Nakonečný, 1995).

### 3.2.6 Dotazník typologie osobnosti (GPOP)

Tento dotazník typologie osobnosti, který představuje moderní nástroj pro zjišťování typologie osobnosti, vychází z testu MBTI. Je současně založen na teoretických hlediscích a také na výzkumných šetřeních (Wagnerová aj., 2011). Psychodiagnostická metoda GPOP vychází z dotazníku, MBTI (Myers - Briggs Type Indicator), který byl sestaven v průběhu druhé světové války Katharine Cook Briggsovou a Isabel Briggs Myersovou. Dotazník MBTI neměl nikdy v České republice vytvořenou svou oficiální verzi. Metoda GPOP vychází ze dvou základních teoretických přístupů, z jungovské typologie a z koncepce Big Five. Bylo zjištěno, že dochází ke konceptuálnímu překrývání dimenzí GPOP s typologií Big Five (Wagnerová, 2011).

Dotazník GPOP (Golden Profiler of Personality) vychází z předpokladů, že:

- Určité diference v osobnosti se mohou projevovat zcela rozmanitými sklony neboli preferencemi jedince.
- Tyto rozmanité sklony je možné zařadit do deseti globálních škál, jež jsou kombinovány do následujících dvojic:
  - extroverze (E) a introverze (I)
  - smysly (S) a intuice (N)
  - myšlení (t) a cítění (F)
  - orientace na rozhodování (J) a orientace na vnímání (P)
  - napětí a uvolnění (reagování na stres).

Dotazník celkem obsahuje pět párových škál, kdy každá škála, vyjma páté škály, disponuje dalšími pěti sub škálami. České normy, které byly vytvořené v letech 2009 až 2010, byly odvozené ze zkoumání 524 osob. Při vyhodnocení dotazníku je zjišťován psychologický typ, jenž je charakterizovaný čtyřmi písmeny, tj. písmena počátečních škál) (Wagnerova aj., 2011). Osobnostních typů, dle dotazníku GPOP, je celkem šestnáct (Havlůj aj., 2009).

### 3.2.7 Pětifaktorový model osobnosti

Hřebíčková uvádí, že: „*dispoziční přístup ke zkoumání pětifaktorového modelu překračuje rámec deskriptivní taxonomie a klade si za cíl vytvořit rysovou teorii vysvětlující vnitřní dynamiku, motivy a fungování osobnosti jako celku*“ (Hřebíčková, 2011, s. 10). V České republice se výzkumu osobnostních rysů zabývala například Hřebíčková, které se podařilo sumarizovat a představit modely Allporta, Cattella, Eysencka, ale také výsledky vlastních zjištění v této oblasti (Hřebíčková, 2011). Pětifaktorový model osobnosti neboli dotazník NEO - FFI je zaměřen na hodnocení základních dimenzí osobnosti, kterými jsou dimenze:

Neuroticismus – prostřednictvím této dimenze jsou odhalovány individuální osobnostní rozdíly v emocionální stabilitě nebo emoční labilitě osoby. V případě, že osoba dosahuje vysokého skóre v této dimenzi, tak se může jednat o osobnostní typ, který je možný snadno přivést do rozpaků. Přítomna je často také určitá míra zahanbenosti, nejistoty a nervozity až úzkostnosti. U jedinců, již jsou emocionálně stabilní, nabývá

hodnota skóru neuroticismu nízkých hodnot a jedná se spíše tedy o osoby, které jsou vyrovnané, klidné a celkově vystupují jako bezstarostné (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

Vysoké hodnoty v dimenzi extroverze prezentují osobnost jako vysoce společenskou, sebejistou, aktivní, vysoce hovornou, kreativní a energetickou. Naopak u jedinců s nízkým skórem v této dimenzi se prezentuje poměrně výrazná uzavřenost, sklon k samotářství, zdrženlivost a nejistota (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

Dimenze otevřenost vůči zkušenosti je nejméně známou a probádanou dimenzí. Osoby, jež dosahují vysokého skóru v této dimenzi, disponují poměrně živou představivostí, jsou kreativní, citlivé a také empatické a vnímavé vůči pocitům a prožitkům jiných osob. Jedinci s nízkým skórem v dimenzi otevřenost vůči zkušenosti se projevují vysoce konvenčním způsobem chování a jednání. Mohou být konzervativní, a proto jejich emoční projevy bývají utlumené a kontrolované sebe samými (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

Prívětivost je dimenzí, která se zaměřuje především a oblast interpersonálního chování a jednání. Při vysokých hodnotách skóre v této dimenzi je pro jejího nositele typický altruismus, porozumění druhým osobám, důvěřování druhým a snaha o spolupráci s druhými lidmi. Obecně řečeno se jedná o osobu s vysoce prosociálním cítěním a chováním. Naopak nízké skóre v této dimenzi poukazuje na poměrně dominantní osobu, pro kterou je typický egocentrismus, vlastní prospěšnost a také soutěživé jednání namísto spolupráce (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

Dimenze svědomitost se zaměřuje na vztah jedince k práci, na schopnost jeho aktivního procesu plánování a organizování práce a schopností následného plnění úkolů. Jedinci, již dosahují vysokých skórů v této dimenzi, je možné považovat za vysoce cílevědomé, pilné, ctizádnostivé a také vytrvalé. Jde tedy osoby, které jsou vysoce disciplinované, přesné, spolehlivé až v některých případech perfekcionistické. U osob s nízkým skórem se objevuje především nedbalost, lhostejnost, nezájem až pasivita (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

### **3.2.8 Novodobé výzkumy temperamentu**

Novodobé výzkumy temperamentu představují mnohé longitudinální studie, které sledují děti již od nejtítlejšího věku a to na podkladě dotazníků a posuzovacích škál pro rodiče, kde je zjišťována například úroveň aktivity, celkové emoční naladění, rozsah

pozornosti, vytrvalosti, sociability a impulzivity dítěte (Langmeier a Krejčířová, 2006). Bylo zjištěno, že tato měření velmi výrazně korelují s rysy, jež následně jedinci vykazují v době své dospělosti (Říčan, 2010). Chessová a Thomas hovoří o dětech s tzv. snadným temperamentem, o dětech s tzv. obtížným temperamentem a o dětech s tzv. pomalu se rozechřívajícím temperamentem (Chessová a Thomas, 1991). Další novodobé výzkumy v oblasti individuálních odlišností temperamentu poukazují také na důležitost vlivu například neurotransmiterů, jako je dopamin (prezentuje se při odměnění se za úspěšný výkon), serotonin, který souvisí v případě jeho nedostatku se vznikem deprese, ale i s agresí nebo impulzivitou (Říčan, 2010).



## 4 RANÁ DOSPĚLOST A JEJÍ SPECIFIKA

Počátek dospělosti není v naší společnosti jednoznačně vymezen a definován nějakými specifickými mezníky či rituály, jež by tuto vývojovou změnu potvrzovaly. Jediným, alespoň částečně definovatelným faktorem je dosažení právní zletilosti, tj. dosažení věku 18 let.

**Biologické vymezení dospělosti** je poměrně snadné, neboť její dosažení je vázáno na určitou úroveň tělesné zralosti. Vágnerová uvádí, že: „z biologického hlediska je důležitá proměna významu sexuality. Dospělost je dobou sexuální zralosti, v této vývojové fázi je sexualita velmi důležitým aspektem partnerského vztahu. Na určitém stupni vývoje osobnosti nabývá na významu i její reprodukční složka...“ (Vágnerová, 2007, s. 9).

**Psychosociální vymezení dospělosti** je mnohem obtížnější, neboť probíhá značně inter individuálně. Osobnostní rozvoj je realizován nejčastěji na úrovni sebepojetí a to ve vztahu ke druhým lidem. Proces individuace směřuje k dosažení stabilní, realistické a především přijatelně pozitivní identity (Vágnerová, 2007).

### 4.1 Charakteristika mladé dospělosti

Mladá dospělost zahrnuje věkové období od 20 let zhruba do 35 (40) let. Fyzické změny mají v době mladé dospělosti pouze malý význam a proto lidskou psychiku, vyjma období těhotenství a porodu, příliš neovlivňují. V této fázi biologicky determinované faktory působí na další rozvoj osobnosti a to mnohem méně než faktory a aspekty sociokulturního charakteru. V období mladé dospělosti dochází k dalšímu rozvoji kognitivních kompetencí a schopností a k strategiím jejich využívání, což umožňuje stabilizaci emočního prožívání, a vede až k posunu v oblasti sebepojetí a sebehodnocení (Vágnerová, 2007).

Mnohé socializační změny, jež se v období mladé dospělosti objevují, zahrnují schopnost jedince, aby přijal nové role a s nimi spojené způsoby chování a jednání. Důležité je také vyjasnění si vztahu k hodnotám a normám a dovršení vývoje v oblasti morálního uvažování (Říčan, 2004).

Mnohá rozhodnutí, jež jsou provedena v této vývojové fázi, mohou velmi zásadním mechanismem modifikovat průběh a náplň dalších vývojových fází, neboť způsobují

některé změny, které mohou být již nevratné např. rodičovství (Vágnerová, 2007). Autorka například uvádí, že: „*mladí dospělí nebývají rozvážní, velmi často o důsledcích svého aktuálního chování vůbec neuvažují. Mladá dospělost je dobou nadějí, otevřených možností a jejich postupného naplňování, ale i dobou rizika zablokování dalšího vývoje*“ (Vágnerová, 2007, s. 13). Mladý jedinec je otevřen všemu novému, všem novým podnětům, které pojímá především jako výzvu, prostřednictvím které si může potvrdit nebo zvýšit vlastní sebehodnocení a sebepojetí (Řičan, 2004).

Vágnerová (2007) dále uvádí, že vývojová fáze mladé dospělosti bývá definována jako fáze intimity, jejímž hlavním záměrem je vytvoření si důvěrného, spolehlivého a stabilního vztahu, který je podkladem vztahu partnerského. V této fázi se objevuje i tzv. období prvního bilancování, jež je spojeno s přechodem jedince do další fáze a to kolem 30. roku. Jeho záměrem je zhodnocení míry vlastní spokojenosti se svým životem a také kvality naplnění již získaných sociálních rolí.

Z hlediska náročnosti vývojové etapy mladé dospělosti je možné uvést, že jedinec v tomto věku je výrazněji svázán se svým sociálním prostředím, disponuje nižší mírou osobní svobody (vykonávání profese, plnění rolí, jež vycházejí z naplňování rolí rodinného společenství aj.) a má mnohem více zodpovědnosti. Zaměření jedince se v této době týká nejen rodiny, ale i dalších sociálních skupin a jejich příslušníků, se kterými má mladý dospělý potřebu se stýkat, vytvářet a udržovat spolupráci (Arnett a Taber, 1994).

Domnívám se, že s vývojovou etapou rané dospělosti souvisí fenomén tzv. vynořující se dospělosti neboli emerging adulthood. Jedná se o fenomén, jenž je stále rozšířenější a představuje skutečnost, kdy mladí dospělí mohou být, z hlediska formálního a biologického, považováni za dospělé, ale oni sami se za dospělé nepovažují, či se tak nevnímají, nebo je takto nevnímá jejich nejbližší okolí. Tyto osoby již ale není možné považovat za adolescenty, neboť se od jedinců tohoto vývojového období, velmi výrazně odlišují (Arnett, 2000). Vynořující se dospělost je tedy fenoménem, který vznikl na základě podmínek v současné společnosti a jež tedy výrazně ovlivňují psycho – sociální vývoj jedince na „prahu dospělosti“. Za zcela charakteristické podmínky je možné uvést například prodlužování průměrného věku (20. rok života a více), kdy dochází ke sňatkům, k rodičovství (Arnett a Taber, 1994).

## 4.2 Raná dospělost a vývojové teorie

Období mladé čili rané dospělosti je dle teorie Ericksona považováno za stádium psycho - sociálního vývoje, jež je definováno jako tzv. intimita proti izolaci. Hlavním vývojovým úkolem tohoto období je nalezení harmonie a splynutí vytvořené vlastní identity s identitou ostatních osob. Jde o to, že mladý dospělý by měl být schopen a ochoten překonat obavy ze ztráty sebezpečí v situacích, jež nutně vyžadují schopnost opuštění soustředění se sám na sebe a vlastní osobu. Prostřednictvím splnění tohoto vývojového úkolu, by měl být mladý dospělý připraven na intimnost, kterou sdílí s druhým. Dále je schopen se zcela odevzdat emocionálním vztahům, nutnosti přinášení obětí a kompromisů (cit. dle Vágnerové, 2007, s. 15 - 16).

Koncept Marcia vychází ve svých poznatcích z psycho - sociálního vývoje Ericksona. Marcia definoval čtyři rozmanité statusy identity mladého dospělého a to na podkladě dvou základních hledisek, a to závazku (commitment) a hledání (exploration). S těmito rozmanitými styly identity se mohou pojít i rozdílné osobnostní rysy jedince, ale i subjektivně orientované zkušenosti a znalosti či interpersonální vztahy a interakce. Koncept Marcia definoval tzv. difúzní identitu neboli identity diffusion, jež je charakteristická aktuálně se nevyskytující krizí a nepřítomností jakéhokoli závazku (Arnett a Taber, 1994). Tento stav je možný přirovnávat k Ericksonově vývojové fázi s názvem „zmatení rolí“. Pro tuto identitu je specifické, že jedinec nemá zájem řešit situace, které jsou spojené se sebeidentifikací a sebeidentitou. Typicky se objevuje i rozkolísanost a nestálost v sebehodnocení a sebezpečí (Vágnerová, 2007) .

Dalším typem Marciovy identity je tzv. předčasně uzavřená identita (tj. identity foreclosure), pro kterou je typické, že u mladého dospělého dochází k přijetí a akceptování určitých závazků, ale bez vlastní zkušenosti, tedy na podkladě rozhodnutí nebo doporučení druhých lidí (rodiče, autority apod.) (Arnett a Taber, 1994).

Tzv. moratorium identity (identity moratorium) se pojímá jako vývojové období, kdy dochází k přípravě na realizaci a řešení zásadních změn v životě mladého dospělého (Arnett, 2000). V uvedené vývojové fázi osoba může prožívat aktuálně se objevující krize (úzkost, napětí), které následně vedou k dosažení sebeidentity, neboť vytváří prostor pro možnost experimentování jedince s různými sociálními rolemi (Arnett a Taber, 1994).

Status tzv. „získané identity“ neboli identity achievement je možné popisovat jako stav, kde jsou přítomné určité závazky, jimž předcházelo stádium krize. Skutečnost, že jedinec sám úspěšně absolvoval krizi, velmi pozitivně přispívá k možnosti vytvoření si stabilní sebeidentity a sebepojetí. Tato fáze je Ericksonem charakterizována jako „dosažení Ego identity“ a umožňuje další rozvoj jedince a jeho přechod do dalšího vývojového stádia (Arnett a Taber, 1994).

Úspěšné zvládnutí a naplnění vývojových úkolů je nutně spojeno s úspěchem a podporou pro naplňování vývojových úkolů v dalších stádiích psycho – sociálního vývoje. Pozitivní splnění těchto úkolů neznamena pouze naplnění individuálních potřeb, ale především i splnění požadavků společnosti, které jsou kladené na mladého dospělého. Jednotlivé vývojové úkoly mají svůj optimální čas pro naplnění. Jestliže nejsou v tomto čase naplněny, tak jejich dosažení je následně obtížnější a problematičtější (Arnett, 2000).

### **4.3 Rizika spojená s vývojovým obdobím mladé dospělosti**

Mladá dospělost je poměrně náročným životním obdobím, neboť jsou na jedince kladeny vysoké nároky, které vyplývají z níže uvedených vývojových úkolů:

- Hledání a výběr životního partnera.
- Soužití s partnerem ve svazku (akceptace partnera, nutnost hledání kompromisů apod.).
- Založení rodiny, výchova dětí, péče o potomstvo aj.
- Zahájení realizace své profese a vedení kariérní dráhy.
- Nutnost ujmoutí se své občanské zodpovědnosti.
- Nalezení a začlenění se do - pro jedince odpovídající - sociální skupiny, tj. potřeba někam patřit, s někým něco sdílet (Macek, 2003).

Možnost dosažení dospělosti je mladými dospělými vnímáno jako dovršení osobní nezávislosti, která je umožněna především zajištěním ekonomické nezávislosti na rodičích a primární rodině. I přes toto může být dospělost vnímána mladými dospělými výrazně ambivalentně, někdy i negativně, neboť souvisí s prezentujícími se povinnostmi, závazky, nutností ukončení osobnostního růstu, spontaneity a zábavy (Arnett, 2000).

#### **4.4 Vývoj osobnosti mladých dospělých v kontextu působení virtuálního světa**

Motivaci, chování a jednání osob, jež se nacházejí v prostředí virtuálního světa, je věnována v současné době stále větší pozornost. Otázkou je, co je tím, co osoby k virtuálnímu prostředí tolik přitahuje, co jim virtuální prostředí přináší za pozitiva, ale i rizika (Krčmářová aj., 2012).

Suler definoval čtyři základní okruhy potřeb, jež může virtuální svět naplňovat. Jedná se o následující:

Objevování sebeidentity a experimentování se sebeidentitou. Virtuální prostředí přináší jedinci odpovědi na to, kým je, nebo kým by mohl být, jaké vztahy navazuje nebo jaké vztahy by navazovat mohl. Internet je prostředím, kde může jedinec tyto odpovědi nalézat a zároveň si „zkoušet“ jejich fungování, specifika a přínosy aj. Důležitým hlediskem je i naprostá anonymita při „zkoušení si“ nových rolí, chování a jednání.

Potřeba intimity a spolu náležení, cože se projevuje jako touha patřit někam, být členem určité skupiny. V online prostředí je možné, aby jedinec vyhledával a následně našel takové skupiny, kde se cítí spokojen, naplněn a přijat.

Separace od rodiny a vytváření si vlastní rodiny. Oddělování od biologické rodiny vede u jedince k pocitům ztráty bezpečí a jistoty, což může přinášet pocity strachu, tenze a nejistoty.

Potřeba ventilace frustrace prostřednictvím mnoha herních aplikací, umělých, virtuálních světů, soutěžení. Prostřednictvím virtuálního světa může člověk vyjadřovat svou agresi, hněv nebo vztek poměrně bezpečnou formou, která je snadno a kdykoli dostupná (Suler, 2005).

## 5 VLASTNÍ VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Téma závislosti na internetu patří ke stále aktuálním a - dalo by se říci i neprobádaným - oblastem a to především ve věku mladých dospělých. I přes skutečnost, že studiem závislosti na internetu se zabývá již více let celá řada odborníků, kteří publikovali mnoho odborných článků a monografií, tak přesto se po mnoha stránkách jedná o téma, které ještě není příliš prozkoumáno. Svou roli zde jistě hraje i fakt, že, jak dochází k proměnám v prostředí internetu, tak se proměňují i jeho uživatelé. Jedná se o poměrně dynamický proces, který se tedy neustále rozvíjí a je podněcován mnohými aspekty a vlivy. Právě v důsledku těchto skutečností se proměňuje i vztah mezi člověkem a internetem a to je nutno brát v potaz i v přístupu k problému závislosti na internetu.

V zahraničí se tématem závislosti na internetu zabývá např. Youngová, která založila v USA centrum pro internetovou závislost. Tato autorka zároveň uvádí, že závislost na internetu je obdobným sociálním problémem jako kterákoliv jiná - látková nebo nelátková - závislost. U závislosti na internetu se také jako jinde objevuje ztráta kontroly a ovládnutí se při jeho používání. Typickým znakem pro rozvoj tohoto netolismu bývá sociální izolace u závislého jedince, rodinné problémy nebo problémy ve škole i osobním životě. Mezi prezentující se abstinenční syndromy, které uvádí zmíněná autorka, patří nervozita, tenze, výrazná podrážděnost, impulzivita až agresivita (Youngová, 2009).

Výzkumná šetření se zaměřují na téma závislosti na internetu, protože chtějí zodpovědět otázku, zda závislost na internetu skutečně existuje, o co se konkrétně jedná, jaké jsou její symptomy a především důsledky, a zda existují nějaké faktory a aspekty, které jí mohou předcházet (Saphira aj., 2003). Současně je snahou zjistit, které skupiny uživatelů jsou k vytvoření závislosti na internetu náchylnější (Soule aj., 2003). Poměrně časté jsou v současné době výzkumné studie, jež se snaží vymezit a popsat společné charakteristiky závislých uživatelů v porovnání s uživateli nezávislými. Tedy je snahou zjistit a ozřejmit, které vlastnosti a predisponující faktory daného uživatele se mohou pojit se způsobem používání internetu (Whang aj., 2003). V mnohých výzkumných studiích jsou na internetu závislí uživatelé charakterizováni jako homogenní skupina, i když prostředí internetu jsou velice rozmanitá. Například chat disponuje výrazně odlišnými charakteristikami než u blogů nebo u online her. Výrazné rozdíly jsou také

mezi jednotlivými blogy navzájem a to dle jejich tématického zaměření a jejich autorů (Subrahmanyam a Šmahel, 2010).

Z hlediska teoretického se v České republice tématem závislosti na internetu zabývá především Šmahel, který jako jeden z prvních autorů vydal i monografie, jež se týkají závislosti na internetu. Tento autor se věnuje tématu vzniku závislosti na internetu u dětí a dospívajících. Šmahel například vyzdvihuje, že: „*internet je charakteristický tím, že je „prostředím bez zábran“*. Fenomén prostředí bez zábran má jak pozitivní, tak negativní důsledky pro prostředí reálného života, výuku, výzkum a komerci na internetu a je pravděpodobně nejznámějším a nejčastěji popisovaným jevem ve virtuálním světě“ (Šmahel, 2003, s. 19).

## **5.1 Cíle práce**

Empirická část této diplomové práce se zaměřuje na charakteristiku osobnosti, jež by mohla vést k riziku vzniku závislosti na internetu.

Hlavním cílem této diplomové práce je zjistit, který osobnostní faktor (osobnostní dimenze) jedince souvisí se závislostí na internetu.

Dílčí cíl 1. si klade za úkol zjistit, zda se mezi respondenty z hlediska pohlaví projevují rozdíly ve vzniku závislosti na internetu.

Dílčí cíl 2 si klade za úkol zjistit, zda je mezi respondenty rozdíl v míře rizika závislosti na internetu z hlediska jejich nejvyššího dosaženého vzdělání.

Cíle výzkumu, hlavní i dílčí, si na základě teoretických východisek kladou výzkumnou otázku, která se týká skutečnosti (tj. VO): Jaký je vztah mezi jednotlivými osobnostními dimenzemi a osobností jedince (pohlaví, vzdělání) vzhledem ke vzniku závislosti na internetu?

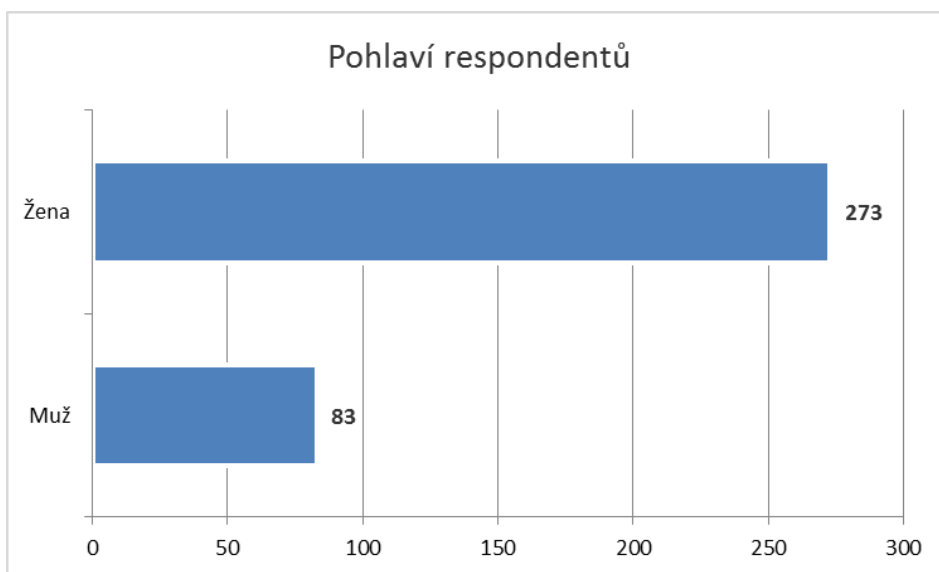
## **5.2 Charakteristika zkoumané populace a popis vzorku**

Pro potřeby výzkumu bylo definováno a vymezeno kritérium pro výběr respondentů ze širšího souboru. Jednalo se o kritérium, kdy se účastník výzkumného šetření musí nacházet ve věkovém rozpětí 20 až 40 let (mladá dospělost). Uvedené vývojové období bylo zvoleno proto, že mladý dospělý je nucen respektovat a realizovat mnohé životní změny a obtíže, včetně nutnosti skloubení více životních událostí současně (např. studium a péče o rodinu, budování jak profesního, tak i rodinného života aj.).

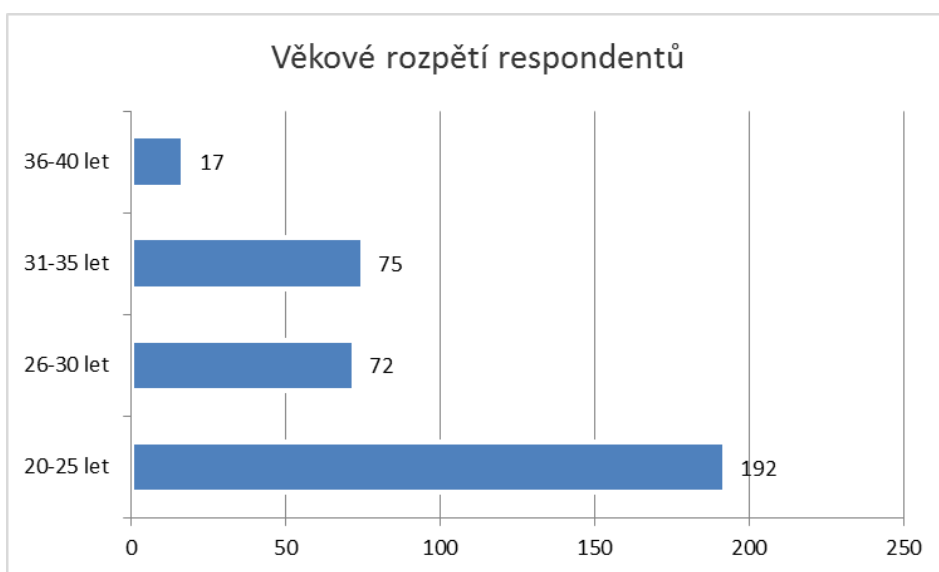
V důsledku naplňování rozmanitých sociálních rolí se mladý dospělý může dostat do situace, že potřebuje zcela anonymně a nezávazně komunikovat s druhými lidmi, a to prostřednictvím internetu nebo na sociálních sítích apod.

Na grafu č. 1 je zřejmé, že se výzkumný soubor skládal ze 76,7 % žen (n=273) a 23,3 % mužů (n=83).

Graf č. 1. Pohlaví respondentů



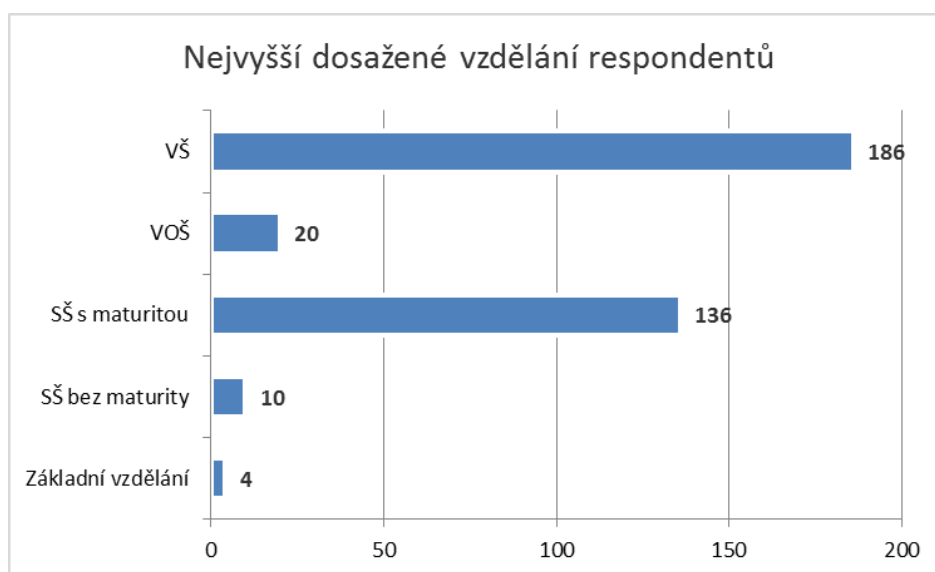
Graf č. 2. Věkové rozpětí respondentů





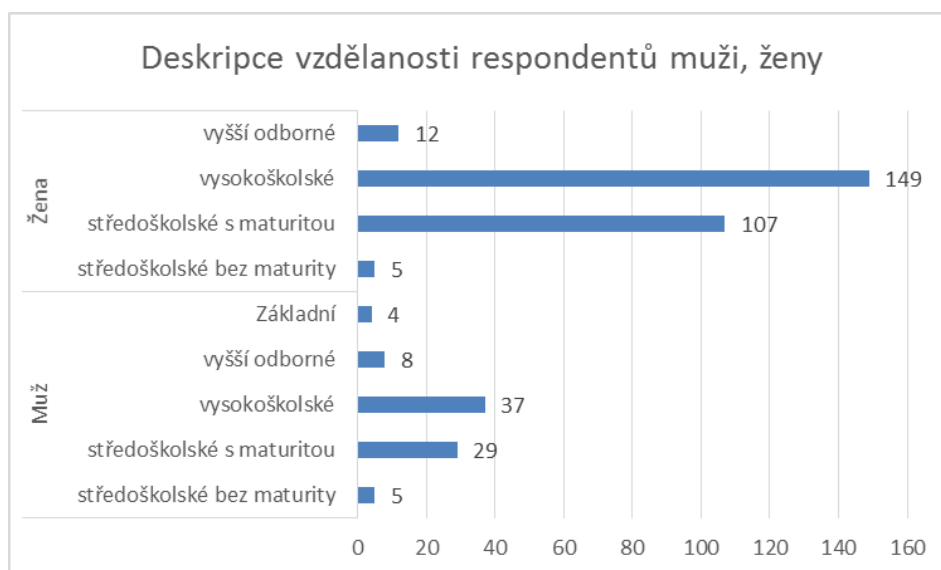
Graf č. 2 udává rozložení respondentů podle věku. U mužů a u žen se věkové rozpětí shodně nacházelo ve věku od 20 do 40 let. Věkové rozmezí 20 - 25 let se týkalo 53,9 % respondentů (n=192), v rozmezí 26 - 30 let se nacházelo 20,2 % respondentů (n=72), v rozpětí 31 - 35 let bylo 21,1 % (n=75) a věkové rozpětí 36 - 40 let bylo zastoupeno 4,8 % respondenty (n=17).

Graf č. 3. Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů



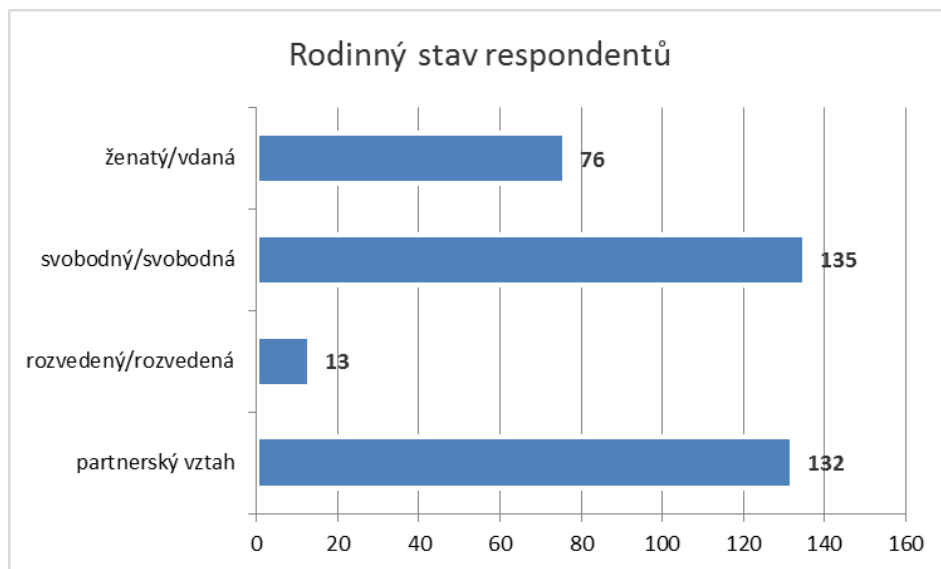
Graf č. 3 informuje o vzdělání respondentů. Na základě sesbíraných anamnestických dat bylo zjištěno, že z hlediska nejvyššího vzdělání dosáhlo základního vzdělání 1,1 % (n=4), středoškolského vzdělání bez maturity 2,8 % (n=10), středoškolského vzdělání s maturitou 38,2 % (n=136), vyššího odborného 5,6 % (n=20) a vysokoškolského vzdělání ve sledovaném souboru 52,2 % (n=186).

Graf č. 3a. Deskripce vzdělanosti respondentů v rámci genderu



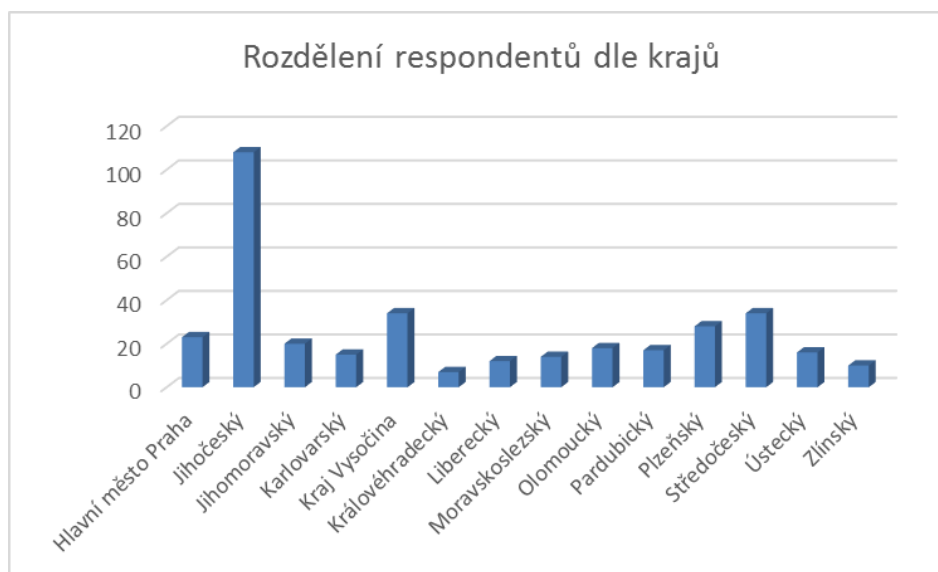
Z uvedené deskripce výzkumného vzorku (viz graf č. 3a) je zřejmé, že z hlediska vzdělanosti u žen dominuje vzdělání vysokoškolské (n=149), středoškolské (n=107). U mužů dominuje vzdělání vysokoškolské (n=37) a středoškolské (n=29).

Graf č. 4. Rodinný stav respondentů



Na grafu č. 4 je patrné, že v partnerském vztahu žilo 37,1 % (n=132), rozvedených respondentů bylo 3,7 % (n=13), svobodných bylo 37,9 % (n=135) a ženatých/vdaných bylo 21,3 % (n=76).

Graf č. 5. Rozdělení respondentů dle krajů České republiky



Při rozdělení respondentů dle krajů České republiky, kde žili v době realizace výzkumného šetření. Bylo zjištěno, že v Hlavním městě Praha žilo 6,5 % respondentů (n=23), v Jihočeském kraji žilo 30,3 % (n=108), v Jihomoravském kraji žilo 5,6 % (n=20). Karlovarský kraj uvedlo 4,2 % (n=15), Kraj Vysočina uvedlo 9,6 % (n=34), Královéhradecký kraj uvedlo 2,0 % (n=7), Liberecký kraj uvedlo 3,4 % (n=12), Moravskoslezský kraj uvedlo 3,9 % (n=14), Olomoucký kraj uvedlo 5,1 % (n=18), Pardubický kraj uvedlo 4,8 % (n=17), Plzeňský kraj uvedlo 7,9 % (n=28), Středočeský kraj uvedlo 9,6 % (n=34), Ústecký kraj uvedlo 4,5 % (n=16) a Zlínský kraj zvolilo 2,8 % (n=10).

### 5.3 Metodika

K dosažení jak hlavního výzkumného cíle, tak dílčích cílů práce byla použita metoda kvantitativního výzkumného šetření. To bylo provedeno pomocí dotazníků. Sběr dat byl realizován za využití baterie standardizovaných dotazníků. Testová baterie celkem obsahovala anamnestický dotazník (pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání apod.), standardizovaný osobnostní dotazník NEO Five - Factor Inventory (NEO - FFI), jenž obsahoval 60 otázek. Poslední část testové baterie byla tvořena standardizovaným testem na screeningové zjištění přítomnosti závislosti na internetu, tzv. Šmahelův Dotazník závislosti na internetu (13 otázek).

Úvodní anamnestický dotazník byl zkonstruován především za účelem efektivnější deskripce výzkumného vzorku, ale také k možnosti zachycení času (uvedeno

v hodinách), který tráví respondenti na internetu a to mimo své pracovní aktivity a pracovní povinnosti. Anamnestický dotazník obsahoval základní položky, které se zaměřovaly na zmapování informací ohledně věku, pohlaví, vzdělání, rodinného stavu nebo kraje České republiky, odkud respondenti pocházeli.

### **5.3.1 Charakteristika dotazníků**

#### **5.3.1.1 Dotazník *NEO Five - Factor Inventory (NEO - FFI)***

NEO - FFI (viz příloha č. 1) je dotazníková metoda, která výzkumníka informuje o pěti základních dimenzích u vyšetřované či zkoumané osoby. Konkrétně se jedná o dimenzi neuroticismu, extroverze, otevřenosti vůči zkušenosti, dimenzi přívětivosti a svědomitosti. Tento osobnostní dotazník je možné využívat jak pro výzkumné, tak i klinické účely nebo v poradenské psychologii (Hřebíčková a Urbánek, 2001).

Záměrem testu NEO - FFI je jeho používání ve výzkumných šetřeních. Test NEO - FFI je spolehlivý, platný a použitelný pro různé kontexty a kultury. Absolutní diskriminační korelace testu NEO - FFI se pohybovala v rozpětí od 0,01 do 0,42, s hodnotou mediánu 0,18 (McCrae a Costa, 2003).

#### **5.3.1.2 Dotazník *závislosti na internetu***

K možnosti predikování závislosti na internetu byl využit Šmahelův Dotazník závislosti na internetu. Administrace a použití tohoto dotazníku je poměrně jednoduché, tudíž jej lze považovat za screeningovou metodu. Vlastní administrace dotazníku trvá pouze několik minut a také jeho vyhodnocení je poměrně rychlé. Šmahel uvádí, že pokud osoba uvede tři kladné odpovědi z celkového množství 13 kladených otázek, tak poté by se měla nad svým vztahem k internetu zamyslet. Jestliže uvede více jak sedm kladných odpovědí, tak zde je již možné hovořit o závislosti a je nutné vyhledat péči odborníka (Šmahel, 2003). Dle Šmahela: „*pokud odpovíte ano více než 7x, měli byste možná uvažovat o návštěvě u psychologa*“ (Šmahel, 2003, s. 144).

### **5.3.2 Administrace dotazníkové baterie**

Užité testové metody byly úmyslně seskupeny do jedné dotazníkové baterie. V úvodu testové baterie byli respondenti seznámeni s kritériem pro vyplnění testů. Kritériem bylo věkové rozpětí v rozsahu mladé dospělosti, tj. 20 až 40 let. Toto zmíněné kritérium si kladlo za záměr zamezit pozdější nutnosti vyloučení těch respondentů, kteří by

nesplňovali stanovené kritérium. Následně byli na začátku respondenti seznámeni s cílem a také s využitím od nich získaných dat, s etickými aspekty, s dodržáním anonymity apod. Každá samostatná část testové baterie byla opatřena instrukcemi, jež byly potřebné a žádoucí pro možnost adekvátního vyplnění jednotlivých testů.

Vzhledem k faktu, že snahou bylo oslovit respondenty z celé České republiky, tak bylo k možnosti rozdáání dotazníků využito mimo osobního rozdáání dotazníků i online testování. Uvedená distribuce prostřednictvím online testování byla využita vzhledem ke skutečnosti, že pro mnohé respondenty by klasické vyplňování „tužka – papír“ mohlo být nepříjemné. Snahou bylo co nejvíce eliminovat nepříjemné pocity nebo stres při vyplňování testové baterie. Dalším důvodem je také poměrně nižší časová náročnost, a to jak z hlediska autorky diplomové práce, tak i ze strany samotných respondentů při předávání dotazníků, kdy u této techniky respondenti dotazník pouze odeslali dle instrukcí. Metoda administrace online zároveň nelimituje čas respondenta, který potřebuje pro vyplnění dotazníků, ale zároveň také neumožňuje odeslat dotazník, v němž by nebyly vyplněné a zodpovězené všechny otázky a položky. Tímto mechanismem se tedy také výrazně snižuje počet dotazníků, které by bylo nutné při procesu vyhodnocování z výzkumného šetření vyloučit.

Průměrná časová náročnost na vyplnění předložené testové baterie se pohybovala do 20 minut.

### **5.3.3 Distribuce a návrat dotazníkové baterie**

Celkem bylo distribuováno 500 dotazníkových baterií jednak osobním kontaktem, jednak elektronicky. Z uvedeného počtu se vrátilo 395 dotazníkových baterií, tj. 71,2 %. Výzkumná mortalita tvořila 28,8 %, kdy z konečného vyhodnocení bylo vyřazeno 39 dotazníkových baterií, neboť nesplňovaly buď požadavek věku, nebo nebyly řádně vyplněné. Výzkumné šetření probíhalo od července 2016 do listopadu 2016.

## **5.4 Hypotézy**

Výzkumné hypotézy diplomové práce byly formulovány na základě teoretických podkladů a východisek. Hypotézy byly definovány následovně:

H1: Čím vyšší míra neuroticismu, tím vyšší riziko závislosti na internetu.

Operacionalizace H1: Čím je respondent neurotičtější (zvyšuje se jeho úzkostnost), tak jednou z možností redukce jeho úzkosti je používání internetu.

Hypotéza 1 vychází z teoretického podkladu, že internet má zřejmý vliv jako prostředí bez zábran, které iniciuje pocity uvolnění a bezstarostnosti (Šmahel, 2003).

H2: Úroveň závislosti na internetu se signifikantně liší vzhledem ve vztahu k jejich úrovni výše vzdělání zkoumaných osob.

Operacionalizace H2: Čím vyšší vzdělání mají respondenti, tím vyšší je riziko jejich závislosti na internetu.

Hypotéza 2 byla stanovena na základě zjištění, že nebezpečí užívání internetu se objevuje ve skupině vysokoškolských studentů. Toto zvýšené „nebezpečí“ je vysvětlováno tím, že tyto osoby mají snadný a každodenní přístup na internet (Chou, 2004).

H3: Závislost na internetu bude u mužů vyšší než u žen.

Hypotéza 3 byla definována na podkladě zjištění Wanga, který uvádí, že je znám všeobecný trend, že na internetu tráví muži více času, nežli je tomu u žen a proto je mezi muži více závislých (Wang, 2001).

## **5.5 Výsledky dat**

K analýze získaných dat bylo využito popisných a matematicko – statistických metod. Získaná data z výzkumného šetření budou z důvodu větší přehlednosti a také snazší manipulace přepsána do tabulek v programu Microsoft Excel. Pro účely výzkumu bylo použito, po otestování normálního rozdělení, které bylo potvrzeno, parametrických metod.

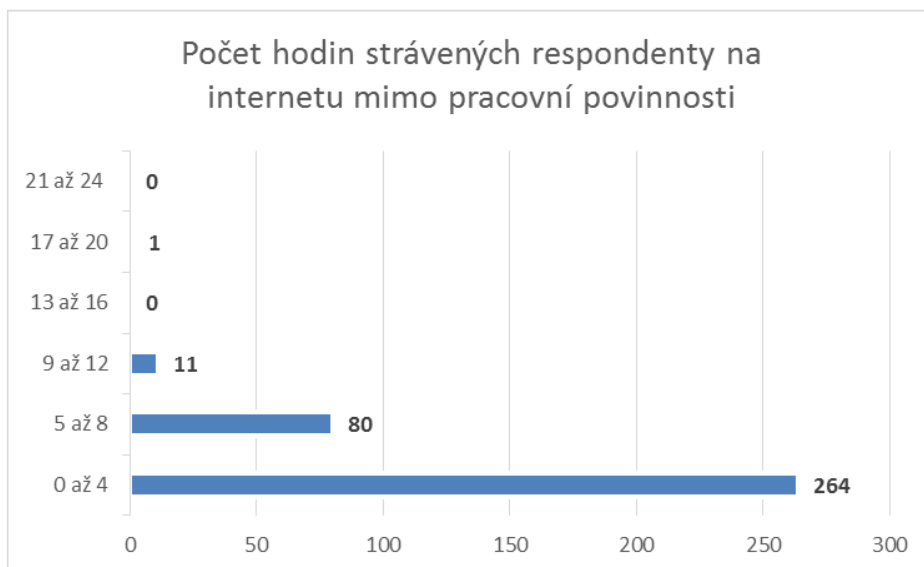
Setříděná data byla následně statisticky vyhodnocována prostřednictvím programovacího jazyka R. Při zpracování a analýze dat byl zjišťován osobnostní faktor, jenž souvisí se závislostí na internetu.

Data, která byla seskupena v programu Microsoft Excel, byla následně statisticky vyhodnocena za využití programovacího jazyka R. Tabulky nebo grafy, kde jsou prezentovány výsledky, byly upraveny do konečné podoby za využití programu Microsoft Excel 2013. Výsledky byly uváděné jak v procentuálním vyjádření, tak i v absolutních číslech a v percentilech.

### 5.5.1 Deskriptivní statistika

Získaná data z dotazníku NEO - FFI byla převedena z hrubých skóre (HS) na percentily a to z důvodů metodiky vyhodnocování zmíněného testu (Hřebíčková, 2011).

Graf č. 6. Počet hodin strávených respondenty na internetu mimo jejich pracovní povinnosti



Při zjišťování času stráveného respondentem za jeden den na internetu, vyjma jeho pracovních povinností, bylo zjištěno, že průměrná doba v celém sledovaném souboru respondentů se pohybovala v průměru 3,42 hodin. Nejnižší počet hodin byla odpověď 0 a nejvyšší počet hodin strávených na internetu bylo 20 hodin.

Sesbíraná data byla nejdříve zpracována prostřednictvím klasické deskriptivní popisné statistiky, v rámci které, byly zjišťovány minimální a maximální dosažená hodnota, aritmetický průměr, medián, modus a směrodatná odchylka (viz tabulka č. 1 až tabulka č. 3).

Tab. č. 1. Přehled deskriptivní statistiky pro celkový soubor respondentů (n=356)

		N	průměr	medián	modus	min	max	směrodatná odchylka
Celkový	NEUROTICISMUS	356	56,15	61	74	0	99	30,5
	EXTROVERZE		41,93	40	45	0	99	29,39
	OTEVŘENOST		49,9	50	31	0	99	30,13
	PŘÍVĚTIVOST		51,86	56	61	0	99	29,86
	SVĚDOMITOST		59,23	63,5	89	0	99	30,51

Tabulka č. 1 ukazuje deskriptivní statistiku, která zahrnuje údaje pro osobnostní dotazník NEO - FFI u celého výzkumného souboru respondentů (n=356). Z této tabulky lze vyčíst, že nejvyššího průměru z hlediska všech dimenzí osobnosti dosáhla dimenze svědomitost (59,23), dále je významná dimenze neuroticismus, kde bylo dosaženo průměrné hodnoty 56,15. U dotazníku NEO - FFI bylo možné, v jednotlivých dimenzích, dosáhnout maximální hodnoty 99. percentil (tj. hodnota 48 HS) a minimální hodnoty 0. (tj. hodnota 0 HS). U všech dimenzí, vzhledem k počtu respondentů, bylo dosaženo jak maximálních, tak minimálních hodnot.

Tab. č. 2. Přehled deskriptivní statistiky pro soubor respondentů „závislí“ (n=151)

		N	průměr	medián	modus	min	max	směrodatná odchylka
Závislí	NEUROTICISMUS	151	65,94	74	56	0	99	27,02
	EXTROVERZE		37,88	32	45	0	98	28,52
	OTEVŘENOST		49,02	50	61	0	99	28,74
	PŘÍVĚTIVOST		44,89	42	48	0	99	29,94
	SVĚDOMITOST		49,64	45	78	0	98	29,87

Tabulka č. 2 zobrazuje deskriptivní statistiku, která zahrnuje údaje pro osobnostní dotazník NEO - FFI u části výzkumného souboru respondentů – „závislí“ (n=151). Z této tabulky lze vyčíst, že nejvyššího průměru z hlediska všech dimenzí osobnosti dosáhla dimenze neuroticismu (65,94) a u ostatních dimenzí se průměrné hodnoty pohybují pod 50. percentil. Nejvyšší střední hodnoty mediánu bylo dosaženo u dimenze neuroticismu (74. percentil) a nejnižší hodnoty u dimenze extroverze (32. percentil).



Tab. č. 3. Přehled deskriptivní statistiky pro soubor respondentů „nezávislí“ (n=205)

		N	průměr	medián	modus	min	max	směrodatná odchylka
Nezávislí	NEUROTICISMUS	205	48,93	46	70	0	99	30,9
	EXTROVERZE		44,91	45	45	0	99	29,66
	OTEVŘENOST		50,55	50	31	0	99	31,1
	PŘÍVĚTIVOST		56,99	61	61	0	99	28,74
	SVĚDOMITOST		66,29	73	89	0	99	29,02

Tabulka č. 3 prezentuje deskriptivní statistiku, jež zahrnuje údaje pro osobnostní dotazník NEO - FFI u části výzkumného souboru respondentů – „nezávislí“ (n=205). U souboru „nezávislí“ bylo dosaženo nejvyšších průměrných hodnot u dimenze svědomitost (66,29). Nejvyšší četnosti tedy modu bylo dosaženo u dimenze svědomitost (89. percentil).

### 5.5.2 Matematicko - statistické metody zpracování dat

K vyhodnocení dotazníků byly využité níže uvedené statistické metody. V první části dotazníku (otázky identifikační) bylo použito procentuelního vyjádření. Ve druhé části dotazníku (NEO - FFI) bylo využito statistické metody percentil, ke zjištění rozložení osobnostních dimenzí u respondentů. Ve třetí části dotazníku (Dotazník závislosti na internetu) byla zjištěna četnost odpovědí „ano“ či „ne“. Následně bylo užito matematicko - statistické metody korelační analýza, kdy za jejího využití bylo zjišťováno, která dimenze osobnosti, u oslovených respondentů, vykazuje nejvyšší vztah k závislosti na internetu. Záměrem využití korelační analýzy bylo definování korelace mezi závislosti na internetu a jednotlivých dimenzí (tzv. korelační koeficient).

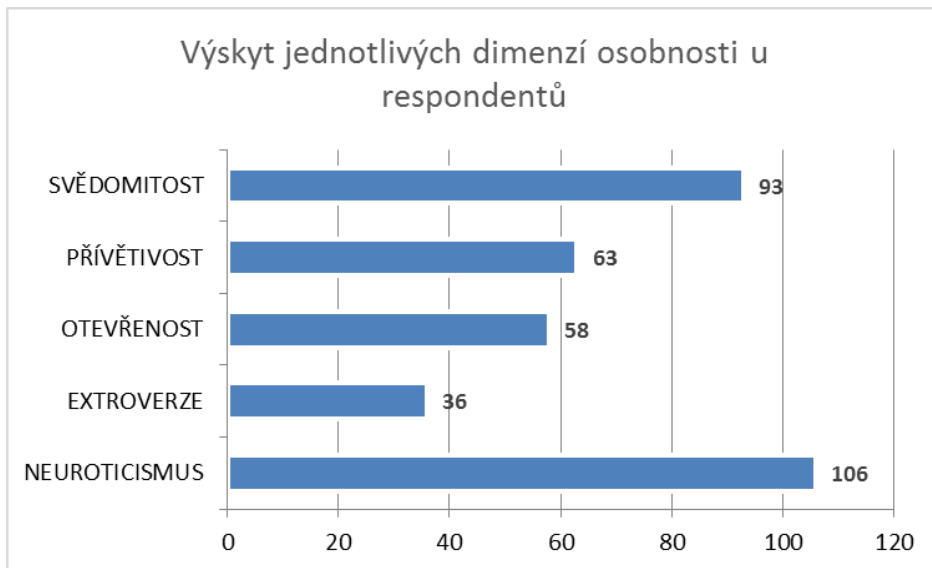
Na závěr vyhodnocování dat bylo použito testu dobré shody (Pearsonova chí - kvadrát testu) pro zjištění vlivu pohlaví a vzdělání na vznik závislosti na internetu. U zjišťování vlivu pohlaví na vznik závislosti na internetu bylo využito neparametrické testovací metody, konkrétně Mann - Whitney *U* test. Mann - Whitney *U* test pracuje s pořadími, v čemž se odlišuje od *t* - testu, který počítá s daty. Proto je možné uvést, že se jedná o neparametrickou formu *t* - testu, neboť obdobně jako tomu je u *t* - test, tak i zde dochází k porovnávání dvou skupin (Walker, 2013).

#### 5.5.2.1 Vyhodnocení dotazníku NEO - FFI

Zde je prezentován souhrnný graf (viz graf č. 7), kde je uveden výskyt převládajících osobnostních dimenzí u respondentů v dotazníku NEO - FFI (tj. dimenze neuroticismus,

extroverze, otevřenost vůči zkušenosti, přívětivost a svědomitost) u všech oslovených respondentů (n=356).

Graf č. 7. Celková četnost jednotlivých dimenzí osobnosti u respondentů (n=356)

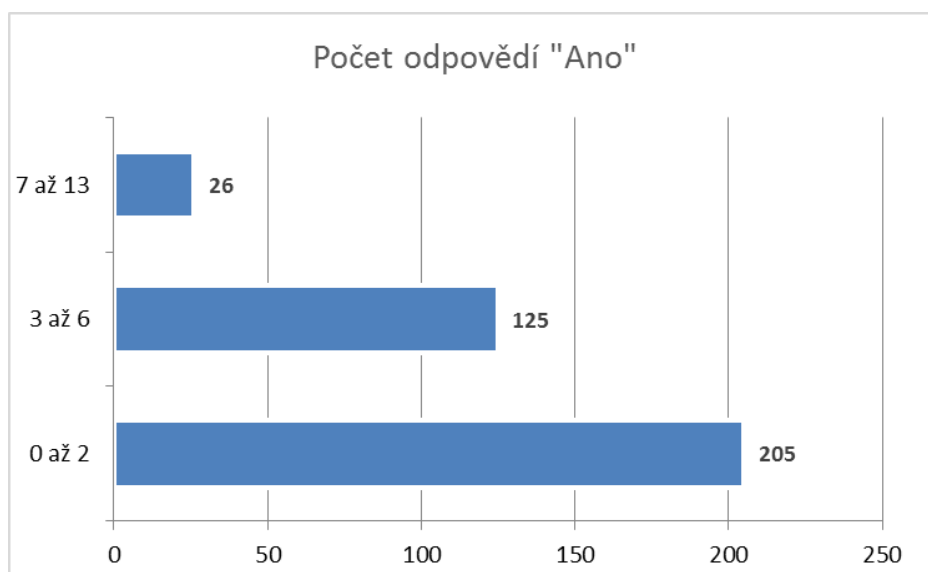


Z výsledků vyhodnocení dotazníku NEO - FFI je zřejmé, že nejčetněji se vyskytující dimenzí je dimenze neuroticismus v 29,8 % odpovědí (n=106), dimenze svědomitost v 26,1 % odpovědí (n=93), dimenze přívětivost v 17,7 % (n=63), dimenze otevřenost 16,3 % (n=58) a dimenze extroverze 10,1 % (n=36).

### ***5.5.2.2 Vyhodnocení Dotazníku závislosti na internetu***

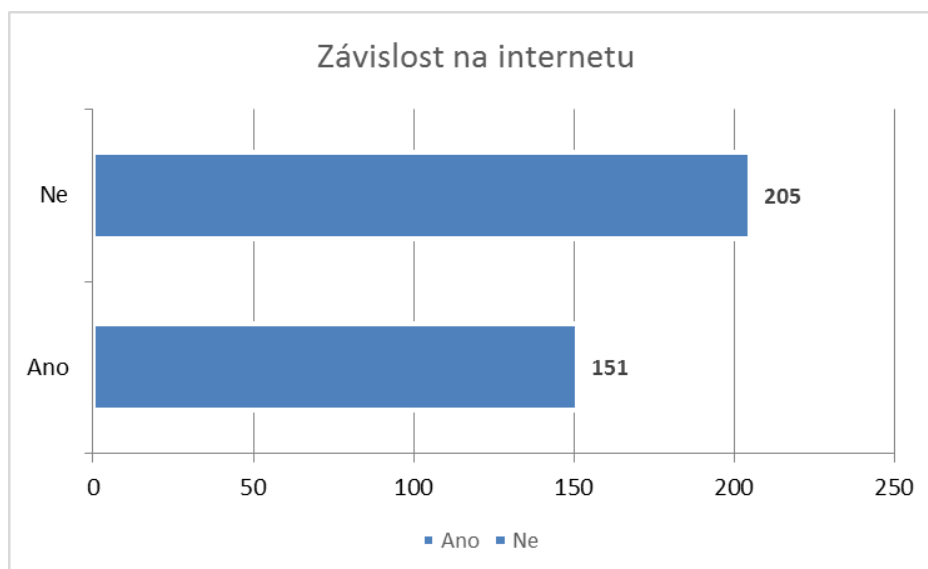
Tato část dotazníku se zaměřovala na zjištění skutečnosti, zda je u respondentů přítomna závislost na internetu (viz graf č. 8) a jestliže ano, tak v jakém počtu respondenti odpověděli kladně (viz graf č. 9). Pro definování přítomnosti nebo nepřítomnosti závislosti na internetu bylo využito metodiky vyhodnocení dotazníku (viz kapitola č. 5.3.1.2 Dotazník závislosti na internetu).

Graf č. 8. Četnost odpovědí „ano“ v Dotazníku závislosti na internetu (n=365)



U vyhodnocení této části dotazníku byly odpovědi respondentů rozděleny do tří skupin, dle četnosti odpovědí „ano“ v této části dotazníku. Odpověď „ano“ 0 až 2krát uvedlo 57,6 % (n=205), odpověď „ano“ 3 až 6krát uvedlo 35,1 % (n=125) a odpověď „ano“ 7 až 13krát uvedlo 7,3 % (n=26) respondentů.

Graf č. 9. Počet osob závislých a nezávislých na internetu (n=356)



Počet závislých ve výzkumném souboru byl 42,4 % (n=151) a nezávislých respondentů bylo 57,6 % (n=205).

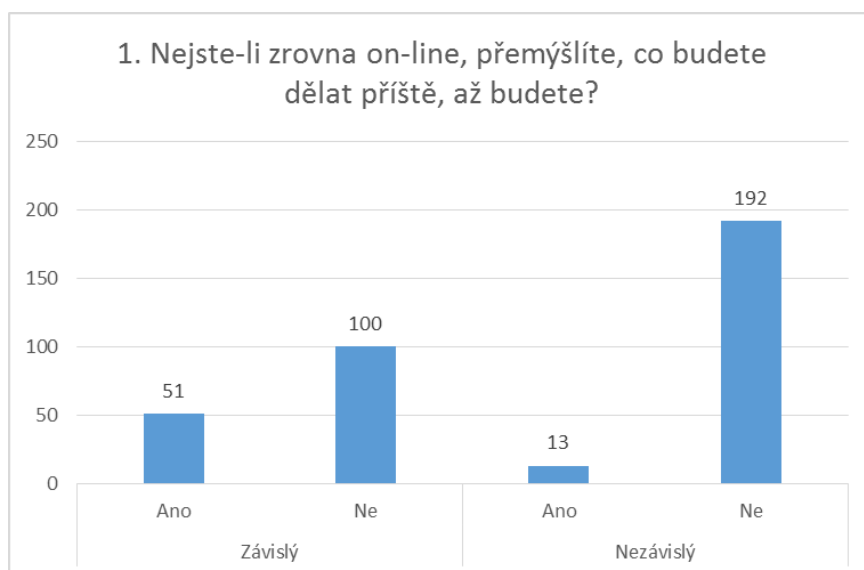
Tab. č. 4. Přehled závislých a nezávislých respondentů na internetu vzhledem k jejich aktuálnímu rodinnému stavu (n=356)

<b>Přehled závislých/nezávislých vzhledem k jejich aktuálnímu rodinnému stavu</b>			
	<b>Závislost</b>	<b>Počet</b>	<b>%</b>
<b>PARTNERSKÝ VZTAH (n=132)</b>	Ne	80	60,6%
	Ano	52	39,4%
<b>ROZVEDENÝ/Á (n=13)</b>	Ne	3	23,1%
	Ano	10	76,9%
<b>SVOBODNÝ/Á (n=135)</b>	Ne	67	49,6%
	Ano	68	50,4%
<b>VDANÁ/ŽENATÝ (n=76)</b>	Ne	55	72,4%
	Ano	21	27,6%

Tabulka č. 4 zobrazuje přítomnost závislosti na internetu u všech respondentů podle aktuálního rodinného stavu. Z tabulky je zřejmé, že nejčetněji je závislostí na internetu zasažena skupina rozvedená/ý a to v počtu 76,9 %. V tabulce č. 4 se ukazuje, že v jednotlivých skupinách je výrazně nestejně zastoupení respondentů. Důvodem je skutečnost, že osoby tohoto věku (20 až 40 let) spíše žijí v partnerském vztahu nebo jsou svobodné. Srovnatelné skupiny partnerský vztah a svobodní vychází z hlediska závislosti lépe u respondentů, kteří aktuálně žijí v partnerském vztahu. V této skupině je zastoupeno závislých osob na internetu 39,4 % (n=52) a nezávislých 60,6 % (n=80). Zatímco u skupiny svobodní je podíl závislých osob na internetu 50,4 % (n=68) a nezávislých je 49,6 % (n=67).

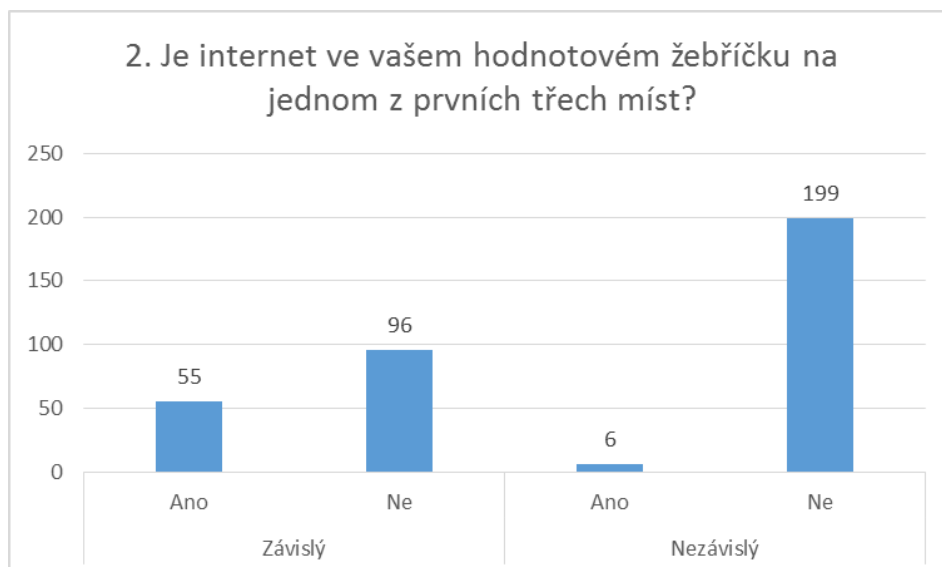
Následně byly prezentovány jednotlivé odpovědi respondentů v Dotazníku závislosti na internetu a to ve skupině osob, které jsou závislé na internetu.

Graf č. 10. Odpovědi respondentů na otázku č. 1 (n=356)



Na otázku č. 1 ve Šmahelově Dotazníku závislosti na internetu odpovědělo ze skupiny závislých (n=151) „ano“ 33,8 % (n=51), odpověď „ne“ uvedlo 66,2 % (n=100). U nezávislých osob (n=205) uvedlo odpověď „ano“ 6,3 % (n=13) a odpověď „ne“ 93,7 % (n=192) respondentů.

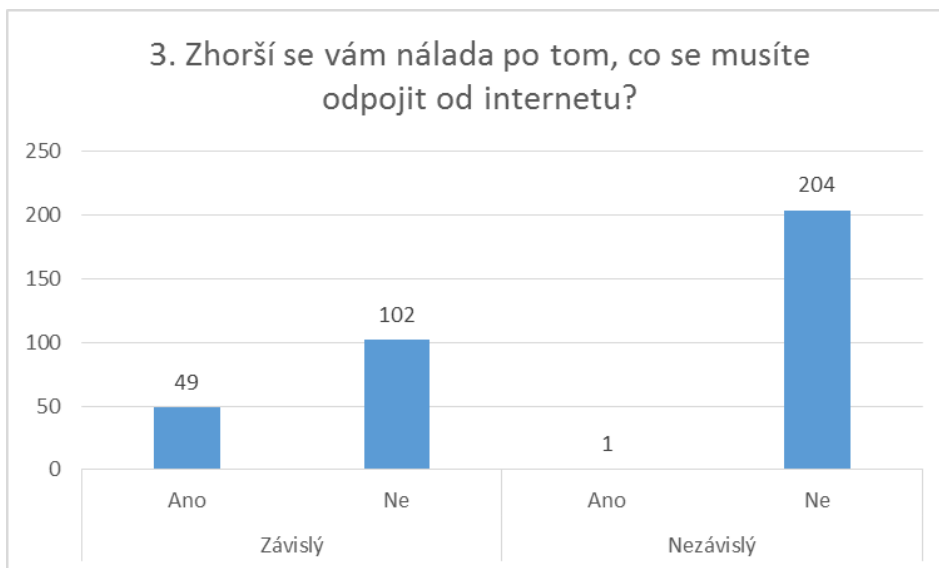
Graf č. 11. Odpovědi respondentů na otázku č. 2 (n=356)



Na otázku č. 2 odpovědělo mezi závislými osobami (n=151) „ano“ 36,4 % (n=55), odpověď „ne“ uvedlo 63,8 % (n=96) respondentů. Ze skupiny nezávislých (n=205)

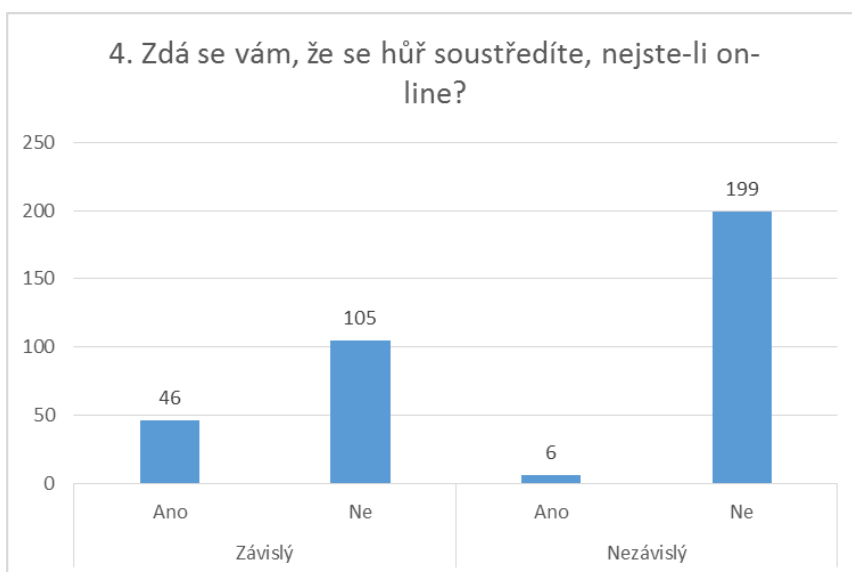
uvedlo odpověď „ano“ 2,9 % (n=6) a odpověď „ne“ uvedlo 97,1 % (n=199) respondentů.

Graf č. 12. Odpovědi respondentů na otázku č. 3 (n=356)



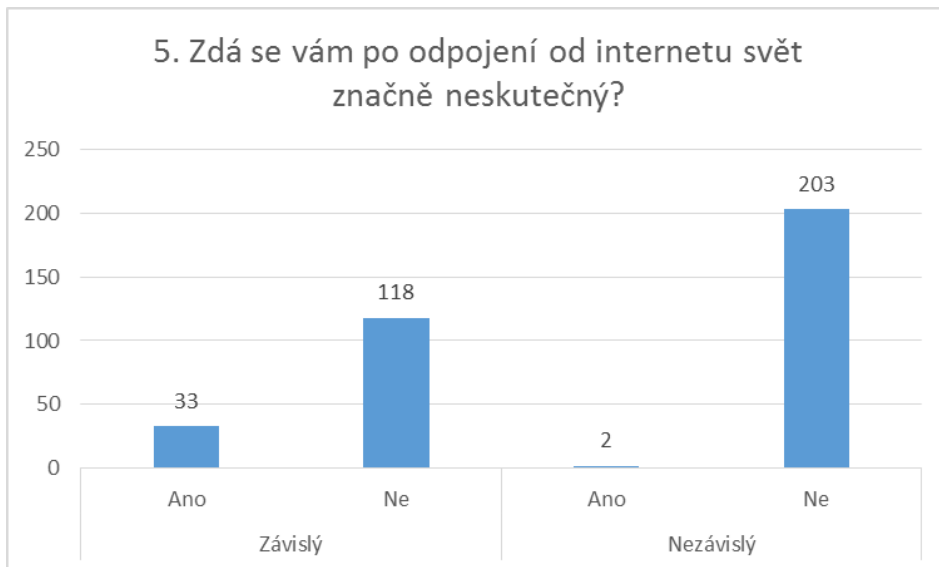
U otázku č. 3 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu uvedlo, ve skupině závislých (n=151), odpověď „ano“ v počtu 32,5 % (n=49) dále odpověď „ne“ zvolilo 67,5 % (n=102). Ve skupině nezávislých na internetu (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 0,5 % (n=1) a „ne“ pak 99,5 % (n=204) respondentů.

Graf č. 13. Odpovědi respondentů na otázku č. 4 (n=356)



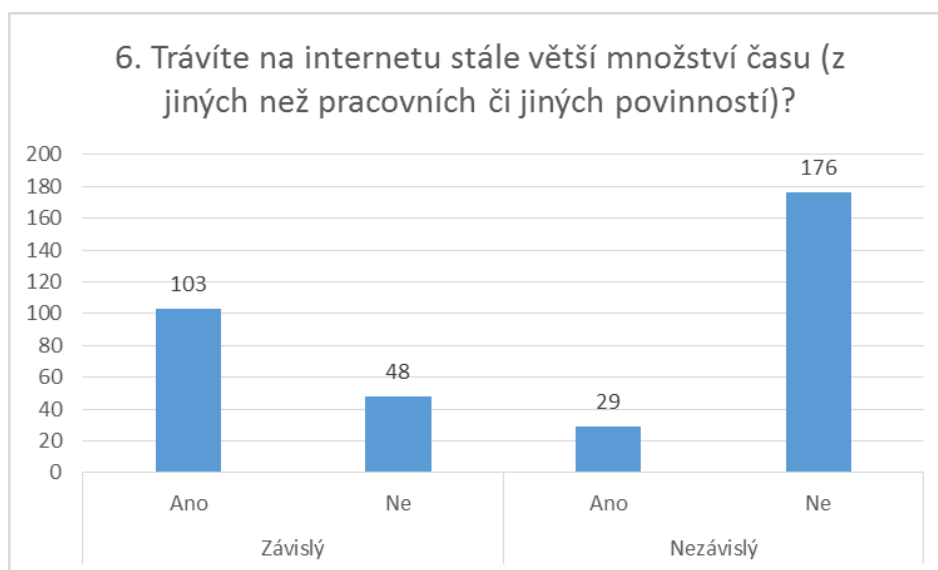
Na otázku č. 4 ve skupině závislých (n=151) uvedlo odpověď „ano“ 30,5 % (n=46) a „ne“ uvedlo 69,5 % (n=105) respondentů. Ve skupině nezávislých osob (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 2,9 % (n=6) a odpověď „ne“ uvedlo 97,1 % (n=199) respondentů.

Graf č. 14. Odpovědi respondentů na otázku č. 5 (n=356)



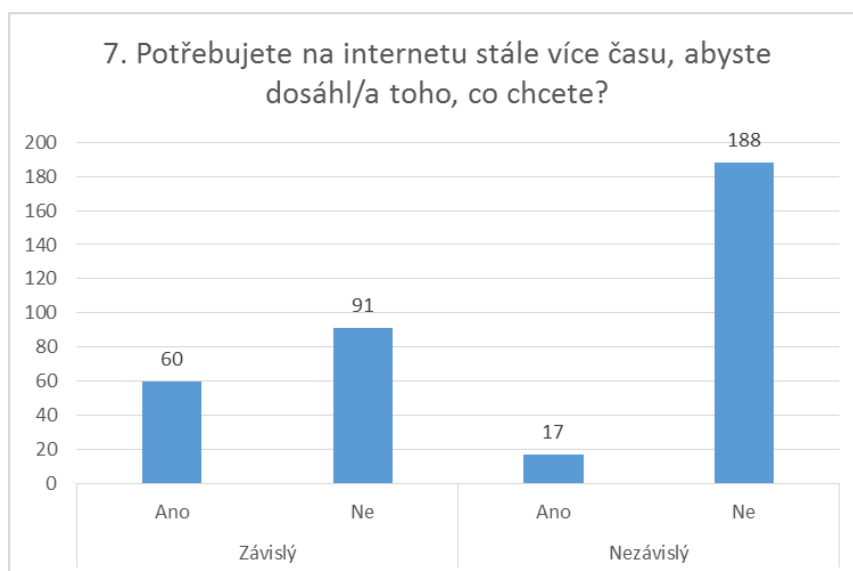
U otázky č. 5 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu, ve skupině závislých osob (n=151) uvedlo odpověď „ano“ 21,9 % (n=33) a „ne“ zvolilo 78,1 % (n=118) respondentů. Ve skupině nezávislých osob (n=205) uvedlo odpověď „ano“ 1,0 % (n=2), a „ne“ odpovědělo 99,0 % (n=203) respondentů.

Graf č. 15. Odpovědi respondentů na otázku č. 6 (n=356)



U otázky č. 6, ve skupině závislých osob (n=151), uvedlo možnost odpovědi „ano“ 68,2 % (n=103) a „ne“ zvolilo 31,8 % (n=48) respondentů. U nezávislých (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 14,1 % (n=29) a „ne“ uvedlo 85,9 % (n=176).

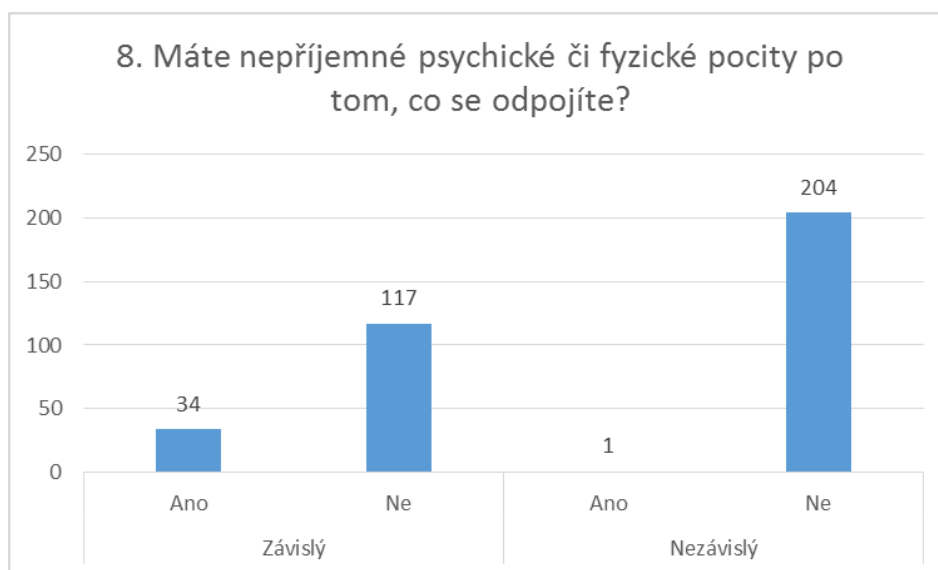
Graf č. 16. Odpovědi respondentů na otázku č. 7 (n=356)



U otázky č. 7 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu uvedlo ve skupině závislých (n=151) odpověď „ano“ v počtu 39,7 % (n=60) a „ne“ zvolilo 60,3 % (n=91) respondentů. Ve skupině nezávislých osob (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 8,3 % (n=17) a „ne“ uvedlo 91,7 % (n=188) respondentů.

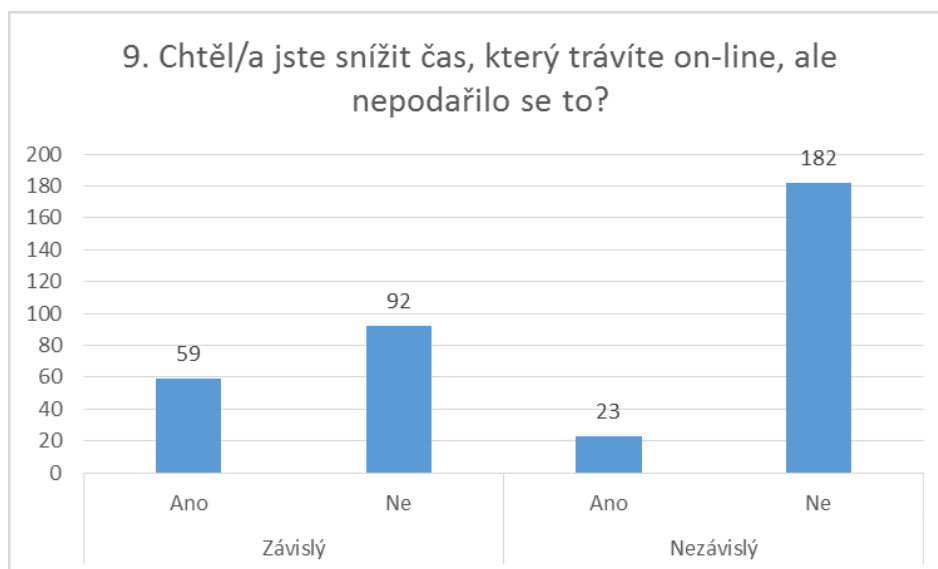


Graf č. 17. Odpovědi respondentů na otázku č. 8 (n=356)



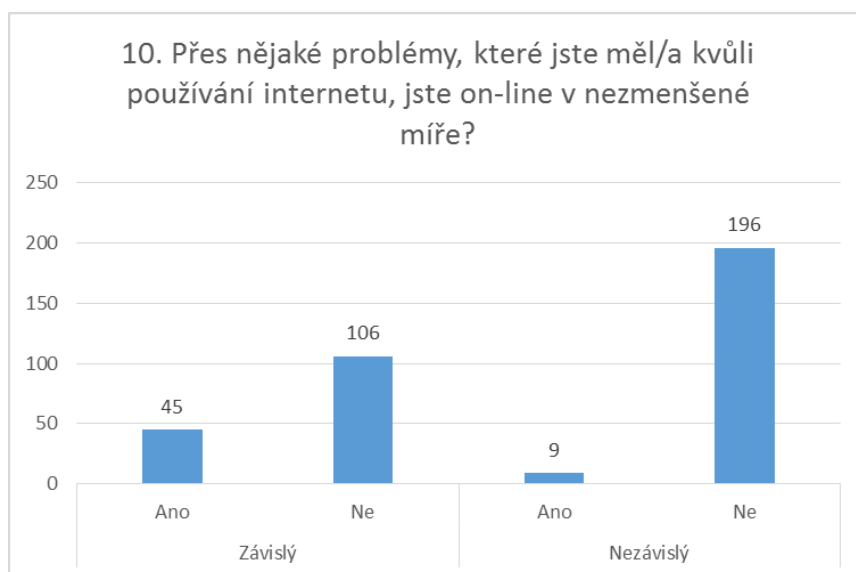
Na otázku č. 8 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu uvedlo, ve skupině závislých osob (n=151), odpověď „ano“ 22,5 % (n=34) a odpověď „ne“ uvedlo 77,5 % (n=117) respondentů. Ve skupině nezávislých osob (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 0,5 % (n=1) a „ne“ uvedlo 99,5 % (n=204) respondentů (viz graf č. 17).

Graf č. 18. Odpovědi respondentů na otázku č. 9 (n=356)



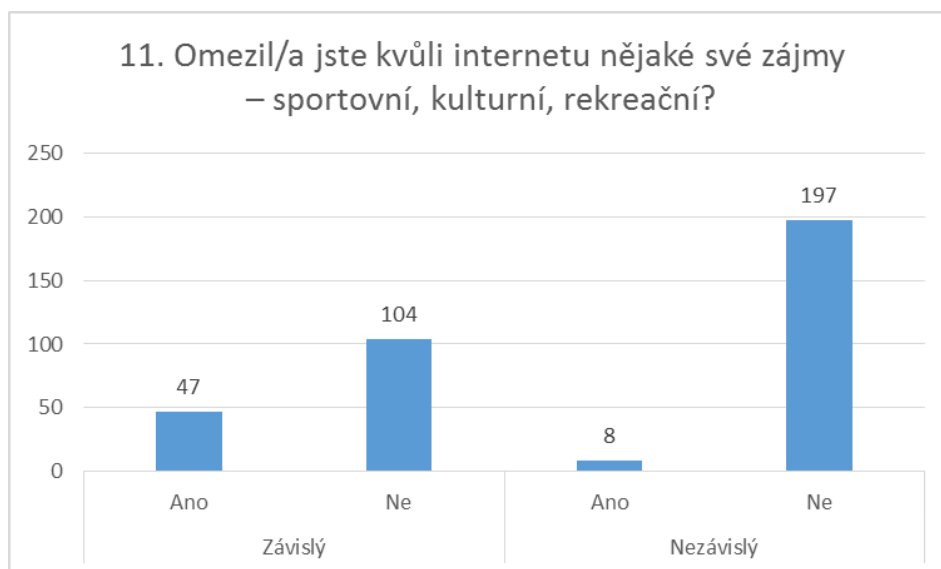
Na otázku č. 9 odpovědělo ve skupině závislých osob (n=151) možností odpovědi „ano“ 39,1 % (n=59) a „ne“ uvedlo 60,9 % (n=92) respondentů. Ve skupině nezávislých osob (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 11,2 % (n=23), odpověď „ne“ poté 88,8 % (n=182).

Graf č. 19. Odpovědi respondentů na otázku č. 10 (n=356)



Na otázku č. 10 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu odpovědělo, ve skupině závislých (n=151), odpovědi „ano“ 29,8 % (n=45) a „ne“ zvolilo 70,2 % (n=106) respondentů. Ve skupině nezávislých osob (n=205) uvedlo odpověď „ano“ 4,4 % (n=9) a odpověď „ne“ uvedlo 95,6 % (n=196) respondentů.

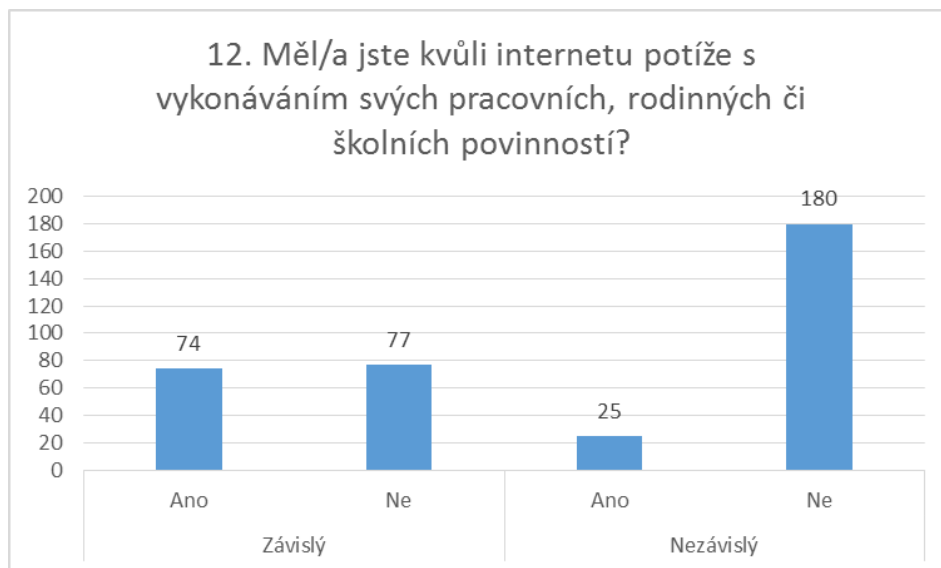
Graf č. 20. Odpovědi respondentů na otázku č. 11 (n=356)



Na otázku č. 11 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu uvedlo, ve skupině závislých osob (n=151), odpověď „ano“ 31,1 % (n=47) a možnost odpovědi „ne“

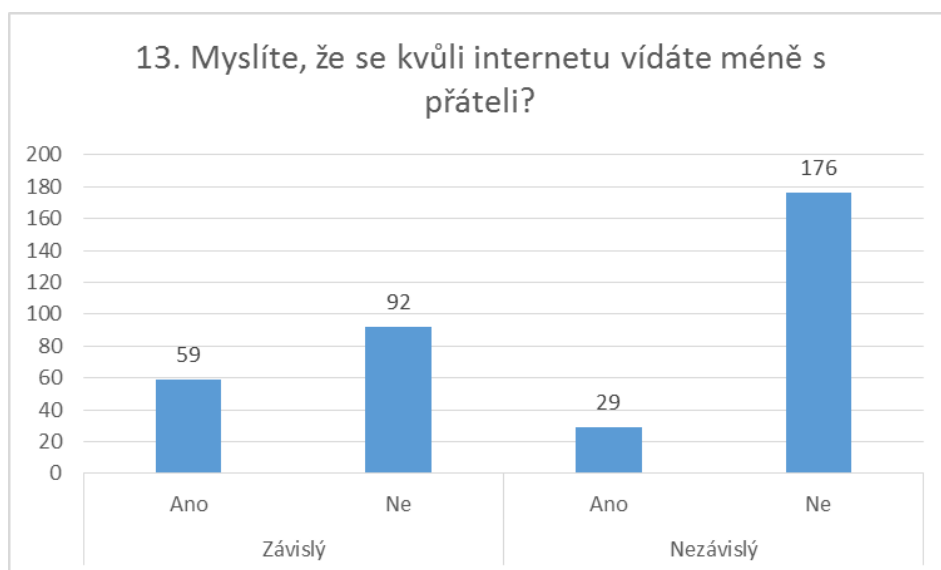
zvolilo 68,9 % (n=104) respondentů. Ve skupině nezávislých osob (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 3,9 % (n=8) a odpověď „ne“ uvedlo 96,1 % (n=197) respondentů.

Graf č. 21. Odpovědi respondentů na otázku č. 12 (n=356)



Na otázku č. 12 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu odpovědělo mezi závislými (n=151) „ano“ 49,0 % (n=74) a „ne“ uvedlo 51,0 % (n=77) respondentů. Ve skupině nezávislých (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 12,2 % (n=25) a odpověď „ne“ uvedlo 87,8 % (n=180) respondentů.

Graf č. 22. Odpovědi respondentů na otázku č. 13 (n=356)



U otázky č. 13 ze Šmahelova dotazníku závislosti na internetu uvedlo, ve skupině závislých osob (n=151) odpověď „ano“ 39,1 % (n=59) a „ne“ zvolilo 60,9 % (n=92) respondentů. Ve skupině nezávislých (n=205) zvolilo odpověď „ano“ 14,1 % (n=29) a odpověď „ne“ uvedlo 85,9 % (n=176) respondentů.

### **5.5.2.3 Souhrnné výsledky dotazníkového šetření**

V této části práce byly za využití souhrnných výsledků hledány odpovědi na následující oblasti:

- Zjistit, která z osobnostních dimenzí vykazuje nejtěsnější spojení se závislostí na internetu,
- Zjistit, zda se závislost na internetu liší ve vztahu k dosaženému vzdělání respondentů,
- Zjistit, zda se závislost na internetu liší z hlediska pohlaví respondentů.

#### **Typ osobnostní dimenze, která vykazuje nejtěsnější spojení se závislostí na internetu**

Zde se autorka práce zabývala zjištěním, zda konkrétní dimenze osobnosti jedince má predisponující vliv na rozvoj závislosti na internetu (viz tabulka č. 5).

Tab. č. 5. Přehled závislých či nezávislých respondentů vzhledem k převládající dimenzi jejich osobnosti (n=356)

<b>Přehled závislých/nezávislých vzhledem k dimenzi jejich osobnosti</b>			
	<b>Závislost</b>	<b>Počet</b>	<b>%</b>
<b>NEUROTICISMUS (n=106)</b>	Ne	37	34,9%
	Ano	69	65,1%
<b>EXTROVERZE (n=36)</b>	Ne	22	61,1%
	Ano	14	38,9%
<b>OTEVŘENOST (n=58)</b>	Ne	38	65,5%
	Ano	20	34,5%
<b>PŘÍVĚTIVOST (n=63)</b>	Ne	41	65,1%
	Ano	22	34,9%
<b>SVĚDOMITOST (n=93)</b>	Ne	68	73,1%
	Ano	25	26,9%

Z tabulky č. 5 vyplývá, že nejvíce závislých respondentů se nachází v dimenzi neuroticismus a to v počtu 65,1 % (n=69), následuje dimenze extroverze s počtem 38,9 % (n=14), dále dimenze přívětivost s počtem 34,9 % (n=22), dimenze otevřenost s počtem 34,5 % (n=20) a dimenze svědomitost s počtem 26,9 % (n=25).

V této části práce se při zpracování výsledků použila korelační analýza, kdy bylo záměrem zjistit korelaci mezi skórem závislosti na internetu u jednotlivých dimenzí (tj. korelační koeficient) (viz tabulka č. 6).

Tab. č. 6. Významnost jednotlivých dimenzí osobnosti vzhledem k závislosti na internetu (n=356)

<b>KORELAČNÍ KOEFICIENTY ZÁVISLOSTI NA INTERNETU A DIMENZÍ OSOBNOSTI</b>				
<b>NEUROTICISMUS</b>	<b>EXTROVERZE</b>	<b>OTEVŘENOST</b>	<b>PŘÍVĚTIVOST</b>	<b>SVĚDOMITOST</b>
0,2682*	-0,1554*	-0,0952*	-0,3036*	-0,3517*

Legenda:<sup>4</sup>

Tabulka č. 6 ukazuje, že dimenze neuroticismus (0,2682) vykazuje přímou úměru, z hlediska negativního, se závislostí na internetu. Platí tedy, že čím vyšší neuroticismus,

<sup>4</sup> korelace jsou významné pro  $p < 0,05$ , \*\* korelace je významná pro  $p < 0,01$ .

tím vyšší pravděpodobnost závislosti. Ostatní osobnostní dimenze vykazují záporný korelační koeficient, což znamená, že čím je nižší (nabývá záporných hodnot) korelační koeficient, tím je nižší riziko pravděpodobnosti rozvoje závislosti na internetu. Proto lze uvést, že z hlediska významu osobnostních dimenzí má dimenze svědomitost (-0,3517) spíše preventivní charakter ve vztahu ke vzniku závislosti na internetu. U dimenze otevřenosti dosahuje korelační koeficient hodnoty -0,0952, což značí, že tato dimenze má zanedbatelný vliv na vznik závislosti na internetu. Obecně platí, že čím je hodnota korelačního koeficientu bližší číslu 1 (-1), tím je zde užší souvislost. Hladina významnosti korelačních koeficientů byla  $\alpha=5\%$ .

### Závislost na internetu ve vztahu k dosaženému vzdělání respondentů

Tab. č. 7. Závislost na internetu vzhledem k dosaženému vzdělání respondentů (n=356)

	ZÁVISLOST		Závislí
	Ne	Ano	
ZÁKLADNÍ VZDĚLÁNÍ	1	3	75,0%
SŠ BEZ MATURITY	4	6	60,0%
SŠ S MATURITOU	67	69	50,7%
VOŠ	9	11	55,0%
VŠ	123	63	33,9%

Legenda: <sup>5</sup>

Tabulka č. 7 zobrazuje rozdělení respondentů závislých na internetu vzhledem k jejich dosaženému vzdělání. Jednotlivé skupiny vzdělání vykazují značně nestejně zastoupení respondentů. Pro možnost interpretace byly skupiny vzdělání ještě rozděleny do dvou skupin, které si byly v četnosti zastoupení respondentů nejbližší, tj. 1. skupina: základní vzdělání, SŠ bez maturity, VOŠ a 2. skupina: SŠ s maturitou a VŠ.

V 1. skupině bylo nejvíce závislých na internetu respondentů se základním vzděláním tj. 75,0 %, dále SŠ bez maturity v počtu 60,0 % a VOŠ v 55,0 %. Ve 2. skupině bylo

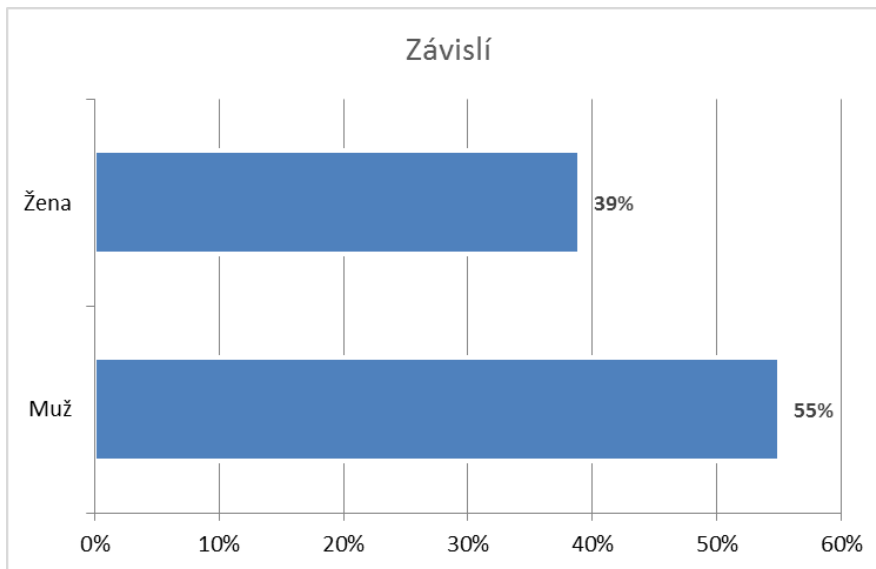
---

<sup>5</sup> korelace je významná, pokud jsou p-hodnoty do 0,05, \*\* korelace je významná pokud jsou p-hodnoty do 0,01.

nejčteněji závislých na internetu zastoupeno v SŠ s maturitou v počtu 50,7 % a VŠ v počtu 33,9 %.

### Závislost na internetu ve vztahu k pohlaví respondentů

Graf č. 23. Závislost na internetu vzhledem k pohlaví respondentů (n=356)



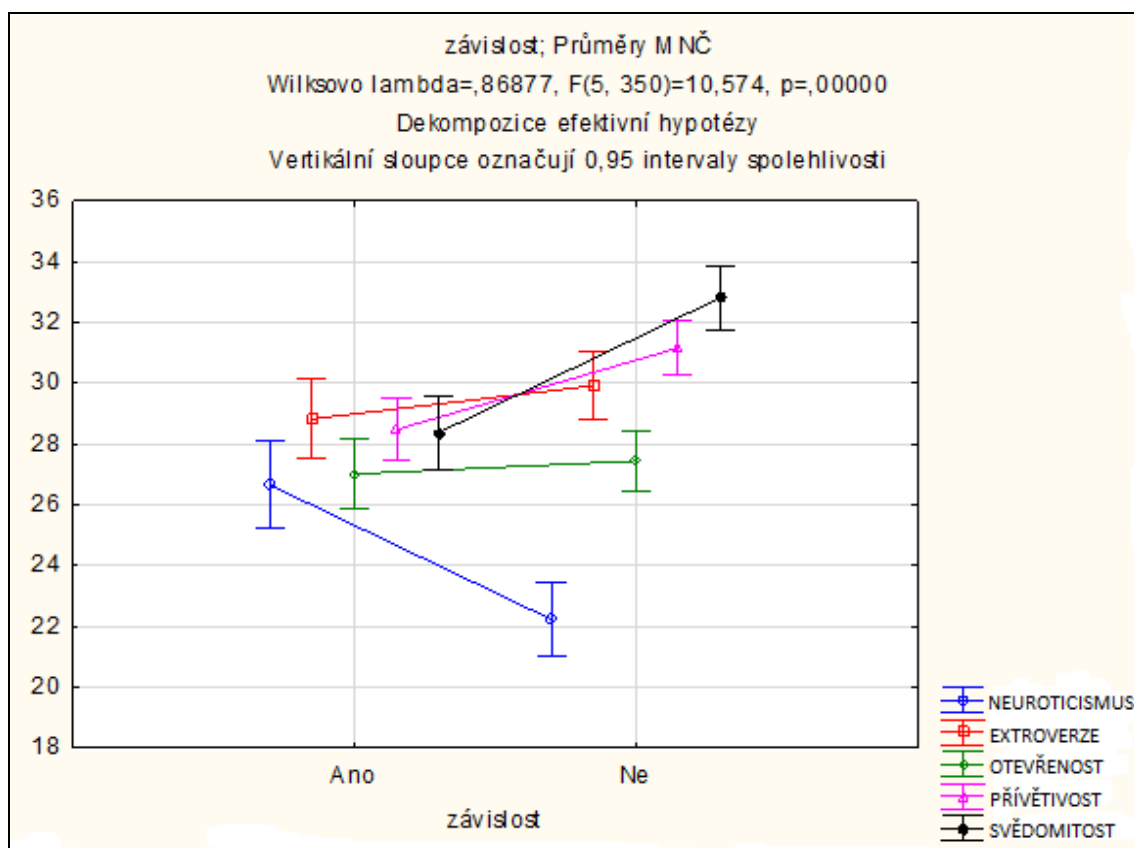
Graf č. 23 zobrazuje podíl závislých na internetu vzhledem k pohlaví respondentů. Na základě statistického zpracování za využití testu dobré shody (Pearsonova chí - kvadrát testu, bylo z výsledků zřejmé, že mezi muži je 55,0 % závislých, zatímco mezi ženami je závislých pouze 39,0 %. Lze konstatovat, že tedy závislost na internetu souvisí s pohlavím, tedy mezi muži je více závislých na internetu nežli mezi ženami.

## 5.6 Interpretace výsledků

Testování byly podrobeny celkem tři hlavní hypotézy. Klíčové bylo správné rozčlenění respondentů na „závislé“ a „nezávislé“ na internetu.

**H1:** *Čím vyšší míra neuroticismu, tím vyšší riziko závislosti na internetu.*

Graf č. 24 Analýza variance mezi osobnostními dimenzemi a závislostí na internetu



Pro testování hypotézy č. 1 byla zvolena jednofaktorová analýza variance (ANOVA) s proměnnými neuroticismus, extroverze, otevřenost, přívětivost a svědomitost a faktorem závislost na internetu. Uvedená jednofaktorová analýza dovoluje porovnat jednotlivé skupiny na základě průměrných hodnot. Výsledné  $F(5,350)=10,574$ ,  $p<0,05$  skutečně poukazuje na rozdíl mezi skupinami (osobnostními dimenzemi) a vzniku závislosti na internetu.

Tab. č. 8. Bonferroniho test pro proměnné

Neuroticismus	Extroverze	Otevřenost	Přívětivost	Svědomitost
,00	0,212*	0,575*	,00	,00

Legenda:<sup>6</sup>

Tabulka č. 8 prezentuje přesný popis rozdílů mezi osobnostními dimenzemi a závislostí na internetu jako proměnné. Z uvedené tabulky je tedy možné vidět, že z hlediska

<sup>6</sup> hodnota p-value 0,05



osobnostních dimenzí existují signifikantní rozdíly u osobnostních dimenzí neuroticismus ( $p=,00$ ), přívětivost ( $p=,00$ ), svědomitost ( $p=,00$ ) mezi závislými a nezávislými na internetu.

Pro možnost úplného ověření hypotézy č. 1, že má závislost na internetu vztah k osobnostní dimenzi neuroticismu, bylo přistoupeno k využití post-hoc testové metodě. Konkrétně se jednalo o použití Bonferroniho testu.

Tab. č. 9. Detailní charakteristika dosažených skóre v jednotlivých osobnostních dimenzích v dotazníku NEO - FFI

		Neuroticismus		Extroverze		Otevřenost		Přívětivost		Svědomitost	
		r	SD	r	SD	r	SD	r	SD	r	SD
<b>Celkem</b>	356	24,112	9,147	29,463	8,140	27,267	7,123	30,028	6,619	30,935	7,906
<b>Závislí</b>	151	26,662	8,374	28,834	7,884	27,020	6,892	28,483	6,878	28,384	7,691
<b>Nezávislí</b>	205	22,234	9,257	29,927	8,312	27,449	7,299	31,166	6,195	32,815	7,544

V přehledové tabulce č. 9 je použita deskriptivní statistika osobnostních dimenzí a závislostí na internetu, v souvislosti s průměry a směrodatnými odchylkami, kterých bylo dosaženo v dotazníku NEO - FFI. Z tabulky 8 je možné vidět, že nezávislí dosahují vzhledem k závislým nižšího průměrného skóre u neuroticismu ( $r=22,234$  vs.  $r=26,662$ ) a vyšších průměrných skóre u přívětivosti ( $r=31,166$  vs.  $r=28,483$ ) a svědomitosti ( $r=32,815$  vs.  $r=28,384$ ).

Na základě výše uvedeného může být hypotéza č. 1 podpořena.

**H2:** Úroveň závislosti na internetu se signifikantně liší vzhledem ve vztahu k jejich úrovni výše vzdělání zkoumaných osob.

Tab. č. 10. Korelace mezi úrovní vzdělání respondentů a závislostí na internetu

n	Spearman r	p-value
356	-0,2669	0,0000*

Legenda:<sup>7</sup>

<sup>7</sup> hodnota p-value 0,05

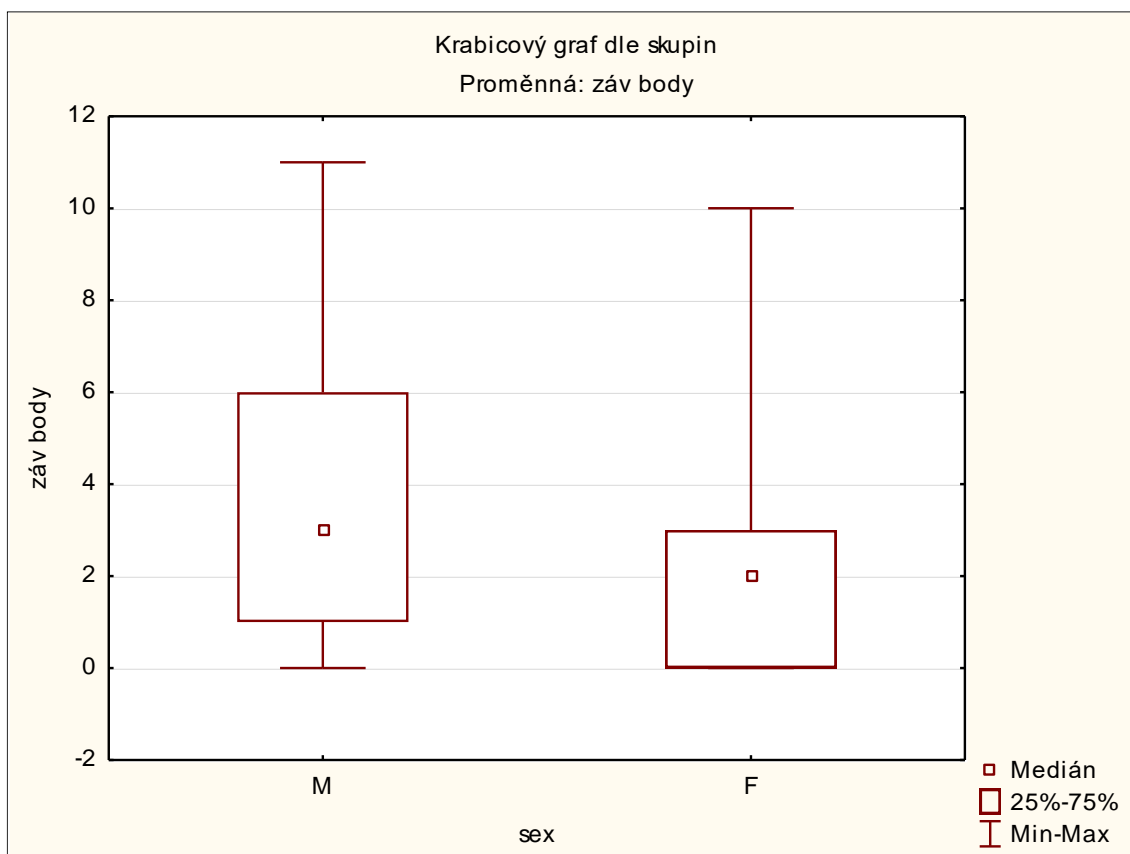
Tabulka č. 10 zobrazuje výsledek Spearmanova korelačního koeficientu (-0,2669). Výsledky ukazují, že vyšší úroveň vzdělání znamená nižší riziko vzniku závislosti na internetu.

Na základě výše uvedeného může být hypotéza č. 2 zamítnuta.

**H3:** *Závislost na internetu bude u mužů vyšší než u žen.*

U proměnné pohlaví byla použita neparametrická statistická metoda, konkrétně Mann - Whitney *U* test. Pro otestování výše uvedené hypotézy bylo nutné vzájemně porovnat dvě skupiny (muži a ženy).

Graf č. 25. Závislost na internetu vzhledem k pohlaví respondentů



Legenda:<sup>8</sup>

<sup>8</sup> hodnota p-value 0,05

Z grafu č. 25 je zřejmé, že existuje signifikantní rozdíl mezi muži a ženami v rámci závislosti na internetu. Muži dosahují vyšších závislostních bodů (v Dotazníku závislosti na internetu) v oproti ženám. Zatímco muži dosahují v rozsahu 25 - 75 % odpovědí hodnot 1 až 6, mediánu 3, u žen je rozsah odpovědí 0 až 3 a hodnota mediánu je 1. U mužů je maximální dosažená hodnota 11, zatímco u žen 10.

Na základě výše uvedeného může být hypotéza 3 podpořena, neboť se potvrdil rozdíl mezi pohlavími vzhledem ke vzniku závislosti na internetu.

Mann - Whitney U testem byly porovnávány výsledky z dotazníku Dotazníku závislosti na internetu vzhledem k pohlaví respondentů. Výsledky jsou následující:  $U=7985,50$ ,  $n(1)=83$ ,  $n(2)=273$ ,  $p > 0,05$ . U hodnota byla překročena, hypotéza může být tedy podpořena (viz tabulka 11). Hodnota p - value je menší než 0,05, což znamená, že test odhalil signifikantní rozdíl v datech, která byla testována.

Tab. č. 11. Mann - Whitney U test pro porovnání skóreů Dotazníku závislosti na internetu a pohlaví

U	Z	p-value	Muži	Ženy
7985,500	4,072279	0,000047*	83	273

## 5.7 Diskuse

V rámci této kapitoly se věnuje pozornost případným nedostatkům, které souvisejí s provedeným výzkumem, a to jak z hlediska výzkumného souboru, tak z hlediska použitých metod zkoumání. Bylo provedeno porovnání získaných výsledků s výsledky jiných výzkumných šetření na obdobné téma a vyhodnocení hypotéz. V poslední části kapitoly byla nastíněna možnost dalšího využití zjištěných výsledků.

Záměrem práce bylo ozřejmit závislostní chování vzhledem k užívání internetu u mladých dospělých. Vzhledem ke skutečnosti, že různí autoři rozmanitě pojímají „mladou dospělost“, se záměrně vycházelo z pojetí mladé dospělosti u Vágnerové, která uvádí, že: „*mladá dospělost zahrnuje období od 20 do 40 let*“ (Vágnerová, 2007, s. 11). Důvodem této volby byla snaha autorky této diplomové práce, aby věkové rozvrstvení respondentů bylo reprezentativní, aby výzkumná skupina nebyla tvořena pouze „vysoce“ mladými osobami. Ve výzkumném souboru byly zastoupené i osoby vyššího

věku, u nichž se již objevují rizika spojená s obdobím mladé dospělosti, jako je založení rodiny, výchova dětí, realizace profesního a pracovního uplatnění, kdy se v současné době prezentuje trend posunu těchto životních úkolů do vyššího věku.

Ve sledovaném výzkumném vzorku (n=356) se nacházelo 42,4 % (n=151) respondentů u nichž byla na základě Dotazníku závislosti na internetu definována závislost. Jednalo se o vyhodnocení, kdy respondenti uváděli odpověď „ano“ 3krát a více. Možnost odpovědi „ano“ 3 až 6krát uvedlo 35,1 % (n=125) a odpověď „ano“ 7 až 13krát uvedlo 7,3 % (n=26) respondentů.

Z odpovědí na otázku, která se zaměřovala na zjištění času stráveného respondentem na internetu, bylo zjištěno, že průměrná doba se ve sledovaném souboru respondentů pohybovala kolem 3,42 hodin. Z výsledků tohoto zjištění se ukazuje, že se nejedná zřejmě o nijak ojedinělý či dokonce alarmující jev. Zde bylo důležité se zaměřit na doprovodné chování a jednání, které může doprovázet například odnětí internetu (nálada, neschopnost soustředění), schopnost navazování a udržování mezilidských vztahů a komunikace face to face, výkon školních a pracovních úkolů a činností apod. Z výsledků Dotazníku závislosti na internetu byla zajímavá diferenciací v množství odpovědí respondentů závislých na internetu u otázky č. 6 („Trávíte na internetu stále větší množství času (z jiných než pracovních či jiných povinností)?“), kdy „ano“ uvedlo až 68,2 % (n=103) a odpověď „ne“ uvedlo pouze 31,8 % (n=48) respondentů. Výsledkům uvedeného zjištění odpovídají i odpovědi respondentů na otázku č. 12 z Dotazníku závislosti na internetu („Měl/a jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých pracovních, rodinných či školních povinností?“), kdy ve skupině závislých na internetu uvedlo odpověď „ano“ 49,0 % (n=74) a odpověď „ne“ uvedlo 51,0 % (n=77) respondentů. Výše uvedená zjištění se shodují s problematickým užíváním internetu, které definovali Beard a Wolfová, že se jedná o takové chování, které iniciuje a způsobuje, jak psychické, tak i sociální, školní nebo pracovní problémy. Internet tedy u závislé osoby vede k mnohým negativním důsledkům, které se objevují ve všech oblastech jeho života a ve schopnosti jeho sociálního (mezilidského) fungování (Beard a Wolfová, 2001).

Z výsledků šetření nebylo zjištěno, že by závislé osoby vykazovaly, dle Dotazníku závislosti na internetu, tělesné nebo psychické známky závislosti, neboť ve skupině závislých osob (n=151) uvedlo odpověď „ano“ pouze 22,5 % (n=34) a „ne“ zvolilo

až 77,5 % (n=117) respondentů. K projevům závislosti na internetu například Šmahel uvádí, že se jedná o nelátkovou formu závislosti, kde se ale také mohou objevovat jak fyzické, tak i psychické známky (Šmahel, 2003). Zde je ovšem důležitou otázkou, zda si sami respondenti uvědomují a „přiznávají“ případné projevy své závislosti.

Výběr výzkumných metod (složení testové baterie) se jevil jako adekvátní. Pro zjišťování osobnostních dimenzí u respondentů bylo využito dotazníku NEO - FFI a ke zjištění závislosti na internetu bylo využito Dotazníku závislosti na internetu. Oba uvedené dotazníky jsou v České republice známé a používané.

Součástí této kapitoly bude i zhodnocení hypotéz. Na počátku výzkumu byly stanovené tři hypotézy.

Hypotézu H1: *Čím vyšší míra neuroticismu, tím vyšší riziko závislosti na internetu* prokázaly statistické výpočty jako správnou, neboť byl nalezen vztah mezi mírou neuroticismu a rizikem vzniku závislosti na internetu. Výsledky šetření ukázaly, že nejvíce závislých osob na internetu se nachází právě v dimenzi neuroticismus a to 65,1 % (n=69) z celkového počtu 106 oslovených osob, kde byla zjištěna přítomnost dimenze neuroticismu. Na základě zjištěných výsledků bylo také možné uvést, že mezi neuroticismem (korelační koeficient: 0,2682) a závislostí na internetu existuje souvislost v přímé úměře.

Ostatní osobnostní dimenze prezentují korelační koeficient v záporných hodnotách, to znamená, že čím je menší korelační koeficient (tj. nabývání záporných hodnot), tak tím je menší riziko rozvoje závislosti na internetu. Dále na základě zjištěných skutečností bylo možné uvést, že dimenze svědomitost a přívětivost vykazují spíše preventivní charakter ve vztahu ke vzniku závislosti na internetu.

Tyto výsledky jsou v souladu s výsledky studie Šmahela, kde uvádí, že v důsledku používání internetu dochází k redukci úzkosti. Autor dále uvádí, že: „*v prostředí internetu mizí bariéry, které jinak v životě jsou*“ (Šmahel, 2003, s. 23).

Další autoři, jejichž práce podporují výše uvedenou hypotézu 1, jsou Davis a dále autor Chou. Důležitým aspektem, jenž podporuje vznik závislosti na internetu u uživatelů, je návykovost na vlastních komunikačních aplikacích, jež umožňují okamžitou, rychlou a bezprostřední výměnu informací, čímž může vznikat emocionální pouto mezi

komunikujícími. Uvedené podporuje Davis, který uvádí, že internet nabízí možnost uspokojení potřeby sociálního kontaktu, komunikace, snižování úzkosti a nejistoty. Právě proto se objevuje opakovaná touha po vracení se do virtuálního prostředí (Davis, 2001). Chou mimo jiné uvádí, že z jeho výzkumu vzešly výsledky, které se týkají nejčastějších důvodů, proč lidé vyhledávají a opakovaně se vracejí do prostředí internetu, což je snaha o únik od každodenních problémů, zvládnání smutku, nejistoty, strachu, tenze apod. (Chou, 2001).

Hypotéza H2: *Úroveň závislosti na internetu se signifikantně liší vzhledem ve vztahu k jejich úrovni výše vzdělání*, statistické výpočty v této práci nepodpořily. Možným důvodem zjištěné skutečnosti byl fakt, že zde byl výzkumný vzorek nereprezentativně zastoupen, neboť jednotlivé vzdělanostní skupiny (základní vzdělání: n=4) vykazovaly nestejněměrné zastoupení respondentů. Zde se tedy výsledky šetření rozcházejí s předpoklady Choua, který uvádí, že riziko závislosti na internetu se prezentuje především ve skupině vysokoškolských studentů. Toto zvýšené riziko závislosti vysvětluje autor tím, že tito jedinci mají mnohem snadnější přístup k internetu (každodenní a především obhajitelný přístup na internet) (Chou, 2004). Zajímavým zjištěním je skutečnost, že i přes fakt, že byla užitá testová baterie administrována prostřednictvím on - line testování, tak souvislost mezi vyšším vzděláním a závislostí na internetu se neprojevila. Dalo by se zde předpokládat, že osoby, které testovou baterii vyplňovaly, disponovaly vyšším vzděláním.

H3: *Závislost na internetu bude u mužů vyšší než u žen* - statistické výpočty potvrdily. Tyto dvě skupiny se v závislosti na internetu skutečně odlišují: muži dosahují vyšších závislostních bodů v Dotazníku závislosti na internetu oproti ženám. U mužů byla maximální dosažená hodnota 11 a u žen hodnota 10. Zjištění jsou podpořena i závěry a nálezy studie Wang, že na internetu více času tráví muži nežli ženy (Wang, 2001). Důvodem toho, že se závislost na internetu spíše objevuje u mužů, může být fakt, že muži častěji hrají počítačové hry, sledují pornografii, nebo se oddávají komunikaci na sociálních sítích a chatech (Šmahel, 2003). S těmito zjištěními přichází také Youngová, která uvádí, že se jedná o model závislosti na kybersexu nebo závislosti na hraní počítačových her, účastnění se online aukcí nebo online sázení. Uvedený

model, z hlediska rizika vzniku kybersexové závislosti, klade důraz především na anonymitu, možnost a jednoduchost při vyhledávání a navazování nových vztahů a sexuálních stimulů. Současně také umožňuje únik od každodenních starostí, stresu a problémů, které se objevují v reálném životě (Youngová, 2009).

Z hlediska případných nedostatků práce lze zmínit způsob výběru respondentů (online testování), kdy se dalo předpokládat, že testovou baterii spíše vyplní osoby, které jsou „aktivní“ v prostředí internetu, a kdy tedy mohlo v důsledku této skutečnosti dojít ke zkreslení. Technika online testování byla zvolena proto, že umožňovala zajištění úplné anonymity respondentů, neboť zkoumaná problematika je poměrně intimního rázu. Online testování také umožňovalo zajištění širšího spektra respondentů z celé České republiky.

Dalším rizikem provedeného dotazníkového šetření byla i určitá míra zkreslení v důsledku fenoménu sociální desirability, která spočívá ve snaze respondenta se prezentovat sociálně žádoucněji, tedy v „lepší světlo“.

Také v rámci výzkumu nebyly výrazněji brány v potaz skutečnosti, jako byl rodinný stav, přítomnost dětí v rodině nebo partnerském svazku, aktuální profesní stav (studující vs. pracující). Zde se například prezentuje možnost dalšího a hlubšího zkoumání této problematiky.

Na základě výše uvedených omezení a zkreslení je jistě vhodné a žádoucí provádět další výzkumná šetření, která by se zaměřovala na uvedenou problematiku závislostního chování ve vztahu k internetu. Dále by jistě bylo zajímavé a podnětné se zabývat „osobnostními“ profily osob, které vykazují tento sklon k závislosti na internetu i prostřednictvím dalších typů standardizovaných osobnostních dotazníků.

## **5.8 Etické aspekty**

Punch (2008) uvádí, že v každém výzkumu sociálně - vědního charakteru, kde se získávají a shromažďují data a informace o respondentech, je třeba zvažovat etické aspekty a zásady pro provedení výzkumu. Tento výzkum pracoval s anonymním souborem respondentů (online testování) za použití úvodních informací v anamnestické části dotazníku, které se týkaly zásad vyplňování předložené testové baterie, kde byla uvedena informace týkající se ujištění respondentů o jejich anonymitě (úvodní text viz níže).

*„V rámci diplomové práce se zabývám tím, zda vznik závislosti na internetu může být dán osobnostním typem člověka. Prosím, aby dotazník byl vyplněn jedinci ve věku 20 až 40 let. Předkládaný dotazník je rozdělen do tří částí, prosím o zodpovězení všech otázek ve všech jeho částech. Předem bych Vás chtěla ubezpečit, že veškeré od Vás získané informace a připomínky jsou zcela anonymní a budou použity pouze ke studijním účelům a k vypracování diplomové práce. Jestliže byste chtěli znát výsledky výzkumného šetření, tak prosím uveďte Vás e - mailový kontakt v konečné části dotazníku.*

*Děkuji Vám za vyplnění a ochotu“.*

Ve fázi získání a kontroly dat od respondentů (vyřazení neúplně vyplněných dotazníků), byli respondenti označeni zkratkou a číslem (tj. A1 až A356). V případě zájmu mohli respondenti zanechat na konci dotazníku na sebe kontakt, aby jim mohly být komplexní výsledky výzkumného šetření zaslány. Tento zájem projevilo zhruba kolem 30 respondentů.



## ZÁVĚR

Moderní doba disponuje mnohými informačními a komunikačními technologiemi, které sice usnadňují život, přináší zábavu a možnosti komunikace, ale zároveň mají i svá nesporná negativa, která přinášejí aktuální společenské problémy. Tato diplomová práce se věnuje problematice závislosti na internetu ve vztahu k osobnostním dimenzím a tedy riziku rozvoje netholismu (závislosti na internetu). Součástí práce je výzkumné šetření, které bylo provedeno u respondentů ve věkové skupině 20 až 40 let (mladá dospělost).

Výsledky tohoto výzkumného šetření prokázaly výrazný vliv osobnostní dimenze neuroticismu na vznik závislosti na internetu, zatímco dimenze otevřenost a přívětivost působily jako dimenze v oblasti prevence. Ve shodě s jinými výzkumy bylo zjištěno, že rizikem závislosti na internetu jsou více ohroženi muži. Ukazuje se, že závislé osoby mnohem četněji využívají internet jako formu odpočinku nebo zábavy, ale i možnost komunikace různé kvality s jinými lidmi.

Riziko rozvoje závislosti na internetu je dnes všudypřítomné, a to „díky“ používání moderních komunikačních prostředků jako jsou chytré mobilní telefony, tablety, phablety apod. Prostřednictvím nich je kdykoli a kdekoli dosažitelnost internetu k dispozici, a proto je možné všude potkávat občany, kteří se místo komunikací „face to face“ věnují komunikaci virtuální. Domnívám se, že toto téma je natolik aktuální, že si zaslouží větší odbornou pozornost. Zejména malé děti, dospívající, ale i dospělí jsou fenoménem s názvem internet vysoce ohroženi, aniž by si případné riziko vůbec uvědomovali. Důležité je, aby informace o možných rizicích a dopadech závislosti na internetu byly stejně hojně medializovány, jako jsou medializována pozitiva internetu a jeho využívání.

## SOUHRN

Předkládaná diplomová práce se zabývá problematikou vlivu typu osobnosti jedince na riziko vzniku závislosti na internetu. V teoretické části práce je věnována pozornost vymezení pojmu závislosti (obecné hledisko) a přehledně jednotlivým typům závislosti, dále jsou popsány klinické příznaky a dopady, popř. i možnosti léčby. Podrobně se pojednává o osobnosti a jejím utváření, struktuře a typologii. Teoretická část předkládané práce je dokončena popisem a vymezením věkového období mladé dospělosti a jeho specifiky.

Pro účely výzkumného šetření bylo úmyslně zvoleno období mladé dospělosti, neboť se jedná o dobu, která je pro člověka náročná.

Hlavním cílem šetření bylo zjistit, který osobnostní faktor (osobnostní dimenze) jedince souvisí s rizikem vzniku závislosti na internetu. Dále bylo snahou ozřejmit, zda se mezi respondenty z hlediska pohlaví a výše vzdělání objevují rozdíly ve vzniku závislosti na internetu.

Výzkumný soubor byl tvořen 356 respondenty: 273 žen (tj. 76,7 %) a 83 mužů (tj. 23,3 %). Ke sběru dat bylo využito kvantitativní výzkumné metodiky prostřednictvím anonymní dotazníkové baterie obecně uznávaných, kvalifikovaných testů. Byly to: úvodní anamnestický dotazníkem, standardizovaný, osobnostní dotazník NEO - FFI a Dotazník závislosti na internetu. Dotazníková baterie byla administrována prostřednictvím online testování.

Počet závislých osob ve výzkumném souboru činil 42,4 % (n=151) a nezávislých respondentů 57,6 % (n=205). Ukázalo se, že v tomto souboru závislost na internetu měla úzký vztah k osobnostní dimenzi neuroticismu, kde byl korelační koeficient 0,2682. Tedy čím byla vyšší míra neuroticismu, tak tím bylo vyšší riziko vzniku závislosti. Osobnostní dimenze (přívětivost a svědomitost) vykazovaly záporný korelační koeficient, což znamená, že mají spíše preventivní charakter ve vztahu ke vzniku závislosti na internetu.

Další zjištění prokázalo u vyšší úrovně vzdělání nižší riziko vzniku závislosti na internetu. Vzorek respondentů však nebyl dostatečně reprezentativně zastoupen, neboť jednotlivé vzdělanostní skupiny vykazovaly nestejně zastoupení respondentů.

Výsledkům jiných autorů odpovídala vyšší závislost mužů.

Autorka se v rámci výzkumného šetření zaměřovala pouze na osobnostní charakteristiku respondentů, a nepracovala s ostatními faktory, které mohou ovlivňovat a transformovat osobnost respondenta a jeho důvody pro využívání internetu.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ A LITERATURY

APPIGNANESI, Richard a ZARATE, Oscar. 2004. *Freud*. Praha: Portál. 184 s. ISBN 80-7178-850-3.

ARNETT, Jeffrey a. TABER, Susan. 1994. Adolescence Terminable and Interminable: When does Adolescence End? *Journal of Youth and Adolescence*. **23**(5), 517-537. ISSN 1573-6601.

ARNETT, Jeffrey. 2000. Emerging adulthood. A Tudory of Development from the Late Teens trough the Twenties. *American Psychologist*. **55**(5), 469 - 480. ISSN 0003-066X.

BALCAR, Karel. 1983. *Úvod do studia psychologie osobnosti*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. 231 s.

BEARD, Keith, W. a. WOLF, Eve, M. 2001. Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*. **4**(3), 377 - 383. ISSN 2152-2715.

BENKOVIČ, Jozef. 2007. Novodobé nelátkové závislosti. *Psychiatrie pro praxi*. **8**(6), 250–253. ISSN 1213-0508.

BLATNÝ, Marek. 2003. Sebepojetí z pohledu sociálně-kognitivní psychologie. In: Marek BLATNÝ, a Alena PLHÁKOVÁ. *Temperament, inteligence, sebepojetí: nové pohledy na tradiční témata psychologického výzkumu*, s. 87 – 130. Brno: Psychologický ústav Akademie věd ČR. ISBN 80-86620-05-0.

BLINKA, Lukáš a kol. 2015. *Online závislosti*. Praha: Grada. 200 s. ISBN 978-80-247-5311-9.

COPELAND, Peter a. HAMER, Dean. 2003. *Geny a osobnost*. Praha: Portál. 252 s. ISBN 80-7178-779-5.

DAVIS, R. A. 2001. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*. **17**(2), 187-195. ISSN 0747-5632.

DRÁPELA, Victor, J. 2008. *Přehled teorií osobnosti*. 5. vyd. Praha: Portál. 175 s. ISBN 978-80-7367-505-9.

- DECI, Edward L. a. RYAN, Richard M. 2009. The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*. **11**(4), 227-268. ISSN 1532-7965.
- FERRARI, Joseph R., JOHNSON, Judith a. McCOWN, William G. 1995. *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press. 268 s. ISBN 03-064-4842-4.
- FIORE, Neil. 2014. *Snadná cesta z prokrastinace. Jak přestat odkládat úkoly*. Praha: Grada. 224 s. ISBN 978-80-247-5083-5.
- FISCHER, Slavomil a ŠKODA, Jiří. 2009. *Sociální patologie*. Praha: Grada. 224 s. ISBN 978-80-247-2781-3.
- FREUDOVOÁ, Anna. 2006. *Já a obranné mechanismy*. Praha: Portál, 2006. 119 s. ISBN 80-7367-084-4.
- GRANT, Jon E. a. POTENZA, Marc N. 2004. *Pathological Gambling. A Clinical Guide to Treatment*. s. l.: American Psychiatric Pub. 270 s. ISBN 978-1585621293.
- GOLDSMITH, Hill H., BUSS, Arnold H., PLOMIN, Robert, ROTHBART, Mary, et al. 1987. What is temperament? Four Approaches. *Child Development*. **58**(2), 505-529. ISSN 1467-8624.
- GOODMAN, Annett. 2008. Neurobiology of addiction: An integrative review. *Biochemical Pharmacology*. **75**(1), 266-322. ISSN 1873-2968.
- GRIFFITHS, Mark. 2005. A components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*. **10**(4), 191-197. ISSN 0740-5472.
- HARTL, Pavel a HARTLOVÁ, Helena. 2000. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, s. 699. ISBN 80-7178-303-X.
- HAVLŮJ, Václav, HOSKOVCOVÁ, Simona a NIEDERLOVÁ, Markéta. 2009. *Dotazník typologie osobnosti GPOP*. Praha: Hogrefe-Testcentrum. ISBN neuvedeno.
- HŘEBÍČKOVÁ, Martina a URBÁNEK, Tomáš. 2001. *Neo Pětifaktorový osobnostní inventář*. Praha: Testcentrum. 52 s. ISBN 80-86471-06-3.
- HŘEBÍČKOVÁ, Martina. 2011. *Pětifaktorový model v psychologii osobnosti. Přístupy, diagnostika, uplatnění*. Praha: Grada. 256 s. ISBN 978 – 80- 247 – 7453 – 4.

- CHALUPOVÁ, Regina a LUKEŠ, Václav. 1997. *Diagnóza Patologické hráčství*. České Budějovice: Pedagogické centrum v Českých Budějovicích. 46 s. ISBN neuvedeno.
- CHESS, Stella a. THOMAS, Alexander. 1991. *Temperament and the Concept of Goodness of Fit*. In: J. STRELAU a. A. ANGLEITNER, eds. *Explorations in Temperament: International Perspectives on Theory and Measurement*. s.l.: Springer Science+Business Media, s. 15-28. ISBN 978-1-4899-0643-4.
- CHOU, Chien. 2004. Internet Heavy Use and Addiction among Taiwanese College Students: An Online Interview Study. *CyberPsychology & Behavior*. **4**(5), 573-585. ISSN 2152-2723.
- KALINA, Kamil a kol. 2003. *Drogy a drogové závislosti: mezioborový přístup*. Praha: Úřad vlády ČR. 319 s. ISBN 80-86734-05-6.
- KEOGH, Barbara. 2007. *Temperament ve třídě*. Praha: Grada. 176 s. ISBN 978-80-247-1504-9.
- KRČMÁŘOVÁ, Barbora, VACKOVÁ, Kristýna, HÝBNEROVÁ, Jana, LANGROVÁ, Aneta a kol. 2012. *Děti a online rizika*. Praha: Linka bezpečí. 178 s. ISBN 978-80-904920-2-8.
- LANGMEIER, Josef a KREJČÍŘOVÁ, Dana. 2006. *Vývojová psychologie*. 4. přepr. a dopl. vydání. Praha: Grada. 368 s. ISBN 80 – 247 – 1284 – 9.
- LEUNG, Louis. 2003. Impacts of Net-generation attributes, seductive properties of the Internet, and gratifications-obtained on Internet use. *Journal of Telematics and Informatics*. **20**(2),107-129. ISSN 2303-3703.
- MACEK, Petr. 2003. *Adolescence*. 2. uprav. vyd. Praha: Portál. 144 s. ISBN 80 – 17178 – 747 – 7.
- MAIEROVÁ, Eva. 2015. *Poruchy osobnosti a vztahová vazba u patologických hráčů*. Olomouc: Univerzita Palackého. 157 s. ISBN 978-80-244-4810-7.
- MITCHELL, Stehen a. BLACK, Margaret J. 1999. *Freud a po Freudovi*. Praha: Triton. 312 s. ISBN 80-7254-029-7.
- NAKONEČNÝ, Milan. 1995. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia. 336 s. ISBN 80-200-0525-0.

- NAKONEČNÝ, Milan. 2009. *Psychologie osobnosti*. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: Academia. 620 s. ISBN 978-80-200-1680-5.
- NEŠPOR, Karel. 2003. *Návykové chování a závislost. Současné poznatky a perspektivy léčby*. 2. uprav. vyd. Praha: Portál. 152 s. ISBN 80-7178-831-7.
- NEŠPOR, Karel a CSÉMY, Ladislav. 1999. *Bažení = craving: společný rys mnoha závislostí*. Praha: Sportpropag. 76 s. ISBN neuvedeno.
- NEŠPOR, Karel a CSÉMY, Ladislav. 2005. Kolik je v České republice patologických hráčů. *Česká a slovenská psychiatrie*. **101**(8), 433-435. ISSN 1212-0383.
- PLHÁKOVÁ, Alena. 2007. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia. 471 s. ISBN 978-80-200-1499-3.
- PRAŠKO, J. a kol. 2011. *Klinická psychiatrie*. Praha: Tigis. 514 s. ISBN 978-80-87323-00-7.
- PROCHASKA, James. O. a NORCROSS, John., C. 1999. *Psychoterapeutické systémy-průřez teoriemi*. Praha: Grada. 479 s. ISBN 80-7169-766-4.
- PRUNNER, Pavel. 2008. *Psychologie gamblerství aneb sázka na štěstí*. Plzeň: Aleš Čeněk. 273 s. ISBN 978-80-7380-074-1.
- PUNCH, Keith, F. 2008. *Základy kvantitativního šetření*. Praha: Portál. 152 s. ISBN 978-80-7367-381-9.
- ROBINSON, Bryan. E. a PHILLIPS, Bruce. 1995. Measuring workaholism: content validity of the work addiction test. *Journal of Addiction Research & Therapy*. **77**(1), 657-658. ISSN 2155-6105.
- ROHSENOW, Damaris. J. a. MONTI, Peter., M. 1999. Does urge to drink predict relapse after treatment? *Alcohol Research and Health*, **3**(3), 225-232. ISSN 1535-7414.
- ROTHBART, Mary. K. 2004. Temperament and the pursuit of an integrated developmental psychology. *Merrill-Palmer Quarterly. Journal of Developmental Psychology*. **50**(4), 492-505. ISSN 1535-0266.
- ŘÍČAN, Pavel. 2004. *Cesta životem. Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Portál. 390 s. ISBN 80-7367-124-7.

- ŘÍČAN, Pavel. 2010. *Psychologie osobnosti. Obor v pohybu*. 6. revid. a dopl. vyd. Praha: Grada. 208 s. ISBN 978-80-247-3133-9.
- SAPHIRA, Nathan, LESSING, Mary, GOLDSMITH, Toby, SZABO, Steven, et al. 2003. Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, **33**(17), 207–216. ISSN 1520-6394.
- SMĚKAL, Vladimír. 2005. *O lidské povaze*. Praha: Cesta. 202 s. ISBN 80-7295-069-X.
- SMĚKAL, Vladimír. 2004. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 2. oprav. vyd. Brno: Barrister & Principál. 523 s. ISBN 80-86598-65-9.
- SOULE, Lori, SHELL, Wayne a. KLEEN, Betty. 2003. Exploring internet addiction: demographic characteristics and stereotypes of heavy internet users. *The journal of Computer Information systems*. **44**(1), 64-73. ISSN 0887-4417.
- SUBRAHMANYAM, Kaveri a. ŠMAHEL, David. 2010. *Digital youth: the role of media in development*. New York: Springer. 236 s. ISBN 978-1-4614-2737-7.
- ŠMAHEL, David. 2003. *Psychologie a internet: děti dospělými, dospělí dětmi*. Praha: Triton, 158 s. ISBN 80-7254-360-1.
- ŠMAHEL, David, BROWN, Bradford.B. a. BLINKA, Lukáš. 2012. Associations between Online Friendship and Internet Addiction Among Adolescents and Emerging Adults. *Developmental Psychology*. **48**(2), 381-388. eISSN 1939-0599.
- ŠVINGALOVÁ, Dana. 2002. *Kapitoly z psychologie. II. díl: Psychologie osobnosti*. Liberec: Technická univerzita. Fakulta pedagogická. Katedra pedagogiky a psychologie. 94 s. ISBN 80-7083-614-8.
- TUČEK, Jan a CHODURA, Vladimír. 2005. *Psychiatrie*. 3. vyd. České Budějovice: Zdravotně sociální fakulta Jihočeská univerzita. 89 s. ISBN 80-7040-786-7.
- VÁGNEROVÁ, Marie. 2007. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum. 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.
- WAGNEROVÁ, Irena. a kol. 2011. *Psychologie práce a organizace*. Praha: Grada. 160 s. ISBN 978-80-247-3701-0.



- WAGNEROVÁ, Irena. 2011. Dotazník typologie osobnosti – GPOP. *E-psychologie. Elektronický časopis ČMPS*. **5**(1), 83 – 86. ISSN 1802-8853.
- WALKER, Ian. 2013. *Výzkumné metody a statistika*. Praha: Grada. 224 s. ISBN 978-80-247-3920-5.
- WANG, Wei. 2001. Internet dependency and psychosocial maturity among college students. *International Journal of Human Computer*. **55**(6), 919-938. ISSN 1071-5819.
- WHANG, Leo Sang-Min, LEE, Sujin a. CHANG, Geunyoung. 2003. Internet Over-Users' Psychological Profiles. A Behavior Sampling Analysis on Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*. **6**(2), 143-150. ISSN 2152-2723.
- YOUNG, Kimberly, S. 2000. Online infidelity. A new dimension in couple relationships with implications for evaluation and treatment. *Sexual Addiction & Compulsivity*. **7**(1-2), 59-74. ISSN 1532-5318.
- YOUNG, Kimberly, S. 2009. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*. **1**(3), 237-244. ISSN 2152-2715.

### **Internetové prameny**

- EYSENCK, Hans., J. 1996. Personality and the experimental study of education. *European Journal of Personality*. **10**(5), 427-439 [online]. ©1996 [cit. 2016-09-25]. Dostupné z: [http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/\(SICI\)1099-0984\(199612\)10:5%3C427:AID-PER254%3E3.0.CO;2H/epdf?r3\\_referer=wol&tracking\\_action=preview\\_click&show\\_checkout=1&purchase\\_referrer=onlinelibrary.wiley.com&purchase\\_site\\_license=LICENSE\\_DENIED\\_NO\\_CUSTOMER](http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/(SICI)1099-0984(199612)10:5%3C427:AID-PER254%3E3.0.CO;2H/epdf?r3_referer=wol&tracking_action=preview_click&show_checkout=1&purchase_referrer=onlinelibrary.wiley.com&purchase_site_license=LICENSE_DENIED_NO_CUSTOMER).
- GROHOL, John. 2016. Internet Addiction Guide. *Psychcentral.com* [online]. ©2016 [cit. 2016-11-24]. Dostupné z: <http://psychcentral.com/netaddiction/>.
- McCRAE, Robert a. COSTA, Paul. 2003. A contemplated revision of the NEO Five\_Factor Inventory. *Personality and Individual Differences*. **36**(3), 587-596 [online]. ©2003 [cit. 2017-01-05]. Dostupné z databáze EBSCO. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00118-1.

SULER, John. 2005. Adolescents in Cyberspace The Good, the Bad, and the Ugly. *The Psychology of Cyberspace* [online]. c2005 [cit. 2016-12-12]. Dostupné z: <http://users.rider.edu/~suler/psycyber/adoles.html>.

### **Bakalářská práce**

MATLASOVÁ, Hana. 2014. *Vliv typu osobnosti jedince na vznik syndromu vyhoření u všeobecných sester*. České Budějovice. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita. Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Iva Stuchlíková.

# SEZNAM PŘÍLOH

**Příloha č. I.**

**Dotazníková baterie**

## **Příloha č. I. Dotazníková baterie**

Vážená paní, Vážený pane,

Jsem studentkou Pražské vysoké školy psychosociálních studií a chtěla bych Vás požádat o vyplnění následujícího dotazníku.

V rámci diplomové práce se zabývám tím, zda vznik závislosti na internetu může být dán osobnostním typem člověka. Prosím, aby dotazník byl vyplněn jedinci ve věku 20 až 40 let. Předkládaný dotazník je rozdělen do tří částí, prosím o zodpovězení všech otázek ve všech jeho částech. Předem bych Vás chtěla ubezpečit, že veškeré od Vás získané informace a připomínky jsou zcela anonymní a budou použity pouze ke studijním účelům a k vypracování diplomové práce.

Jestliže byste chtěli znát výsledky výzkumného šetření, tak prosím uveďte Vás e-mailový kontakt v konečné části dotazníku.

Děkuji Vám za ochotu při vyplnění dotazníku.

Hana Matlasová (hmatlasova@seznam.cz)

### **I. část: Otázky identifikační**

#### **1. Pohlaví?**

- a) muž
- b) žena

#### **2. Váš věk?**

Prosím uveďte: .....

#### **3. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání je?**

- a) základní
- b) středoškolské bez maturity
- c) středoškolské s maturitou
- d) vyšší odborné
- e) vysokoškolské

#### **4. Váš rodinný stav je aktuálně?**

- a) svobodná/ý

- b) partnerský vztah
- c) vdaná/ženatý
- d) rozvedená/rozvedený
- e) vdova/vdovec

**5. Uved'te kraj Vašeho trvalého pobytu?**

Prosím uveďte: .....

**6. Můžete uvést, kolik času strávíte denně na internetu (mimo pracovních povinností)?**

Prosím uveďte: .....

**II. část: Standardizovaný osobnostní dotazník**

Tato část dotazníku obsahuje 60 výpovědí, kterými charakterizujete sám/sama sebe. Přečtete si prosím každou výpověď a posuďte, do jaké míry Vás vystihuje. Svoji odpověď označte křížkem X na připojené škále čísel:

**0 - vůbec nevystihuje, 1 - spíše nevystihuje, 2 - neutrální, 3 - spíše vystihuje, 4 - úplně vystihuje.**

1.	Obvykle si nedělám starosti.	0	1	2	3	4
2.	Mám rád/a kolem sebe mnoho lidí	0	1	2	3	4
3.	Nerad/a ztrácím čas denním sněním.	0	1	2	3	4
4.	Snažím se být zdvořilý/á ke každému, s kým se setkám	0	1	2	3	4
5.	Své věci udržuji v pořádku a čistotě.	0	1	2	3	4
6.	Často se cítím horší než ostatní.	0	1	2	3	4
7.	Snadno se rozesměji.	0	1	2	3	4
8.	Neměním vyzkoušené způsoby, jak něčeho dosáhnout.	0	1	2	3	4
9.	Často se dostanu do sporu se svou rodinou nebo spolupracovníky.	0	1	2	3	4
10.	Svůj čas si dovedu dobře zorganizovat tak abych vyřídil/a všechny nutné záležitosti.	0	1	2	3	4
11.	Pokud jsem vystaven/a velkému stresu, mám občas pocit, že se zhroutím.	0	1	2	3	4
12.	Nepovažuji sám/sama sebe za příliš veselého/veselou.	0	1	2	3	4
13.	Jsem fascinován/a motivy, které nalézám v umění a v přírodě.	0	1	2	3	4

14.	Někteří lidé si o mě myslí, že jsem sobecký/á a egoistický/á.	0	1	2	3	4
15.	Nejsem příliš systematickým člověkem.	0	1	2	3	4
16.	Málokdy se cítím osamělý/á nebo smutný/á.	0	1	2	3	4
17.	Velmi rád/a se bavím s jinými lidmi.	0	1	2	3	4
18.	Je zbytečné, aby člověk naslouchal rozdílným názorům, protože si z nich stejně nedovede žádný vybrat.	0	1	2	3	4
19.	Raději bych s ostatními spolupracoval/a, než soupeřil/a.	0	1	2	3	4
20.	Pokouším se o splnění všech svěřených úkolů s maximální svědomitostí.	0	1	2	3	4
21.	Často se cítím napjatý/á a nervózní.	0	1	2	3	4
22.	Jsem rád/a tam, kde se něco děje.	0	1	2	3	4
23.	Poezie má na mě malý nebo žádný účinek.	0	1	2	3	4
24.	Vůči záměrům druhých jsem nedůvěřivý/á a rezervovaný/á.	0	1	2	3	4
25.	Mám přesně vymezené cíle a pracuji systematicky na jejich dosažení.	0	1	2	3	4
26.	Někdy se cítím zcela bezcenný/á.	0	1	2	3	4
27.	Raději bývám sám/sama než ve společnosti.	0	1	2	3	4
28.	Mám-li možnost, rád/a si dávám nová nebo cizokrajná jídla.	0	1	2	3	4
29.	Když to člověk dovolí, tak ho ostatní lidé zneužijí pro své cíle.	0	1	2	3	4
30.	Promarním mnoho času, než se pustím do práce.	0	1	2	3	4
31.	Málokdy pocítím strach nebo úzkost.	0	1	2	3	4
32.	Často mám pocit, že překypuji energií.	0	1	2	3	4
33.	Málokdy si u sebe povšimnu nálad nebo pocitů vyvolaných okolními vlivy.	0	1	2	3	4
34.	Většina lidí, které znám, mě má ráda.	0	1	2	3	4
35.	Pracuji tvrdě na dosažení svých cílů.	0	1	2	3	4
36.	Často mě rozčílí, jak se mnou lidé jednají.	0	1	2	3	4
37.	Jsem radostný, dobře naladěný člověk.	0	1	2	3	4
38.	Při řešení závažných životních situací se řídím názory autorit.	0	1	2	3	4
39.	Někteří lidé mě považují za chladného/chladnou a vypočítavého/vypočítavou.	0	1	2	3	4
40.	Pokud něco slíbím, vždy to dodržím.	0	1	2	3	4

41.	Pokud se něco nedaří, až příliš často se tím nechávám odradit, a mám pocit, že to vzdám.	0	1	2	3	4
42.	Nejsem příliš optimistický/á.	0	1	2	3	4
43.	Při čtení poezie či pohledu na umělecké dílo mi někdy naskakuje husí kůže a pocit uji mrazení.	0	1	2	3	4
44.	Ve svých postojích jsem tvrdošijný/á a neústupný/á.	0	1	2	3	4
45.	Někdy na mne není takové spolehnutí, jaké by mělo být.	0	1	2	3	4
46.	Málokdy jsem smutný/á a depresivní.	0	1	2	3	4
47.	Často žiji v rychlém tempu.	0	1	2	3	4
48.	Nemám zájem hloubat o podstatě světa nebo smyslu existence člověka.	0	1	2	3	4
49.	Obvykle se snažím být ohleduplný/á a citlivý/á.	0	1	2	3	4
50.	Jsem výkonný/á a svou práci vždy zvládnou.	0	1	2	3	4
51.	Často se cítím bezmocný/á a potřebuji někoho, kdo by mi pomohl vyřešit mé problémy.	0	1	2	3	4
52.	Jsem velmi aktivní.	0	1	2	3	4
53.	Toužím po poznání a vědomostech.	0	1	2	3	4
54.	Pokud někoho nemám rád/a, dám to dotyčnému najevo.	0	1	2	3	4
55.	Snad nikdy nebudu schopen/a uspořádat si své záležitosti.	0	1	2	3	4
56.	Někdy se tak stydím, že bych se nejraději neviděl/a.	0	1	2	3	4
57.	Nebaví mě vést druhé lidi.	0	1	2	3	4
58.	Často si rád/a pohrávám s teoriemi nebo abstraktními myšlenkami.	0	1	2	3	4
59.	Je-li to nutné, neváhám manipulovat s druhými lidmi, abych dosáhl/a toho, čeho chci.	0	1	2	3	4
60.	Usiluji o dokonalost ve všem, co dělám.	0	1	2	3	4

### **III. část: Otázky ke zjištění závislosti na internetu**

Tato část dotazníku obsahuje 13 výpovědí, které se týkají Vaší případné závislosti/nezávislosti na internetu. Přečtěte si prosím každou výpověď a posuďte, do jaké míry Vás vystihuje. Svoji odpověď ano/ne prosím zakroužkujte či označte.

1.	Nejste-li zrovna on-line, přemýšlíte, co budete dělat příště, až budete?	ano	ne
----	--	-----	----

2.	Je internet ve vašem hodnotovém žebříčku na jednom z prvních třech míst?	ano	ne
3.	Zhorší se vám nálada po tom, co se musíte odpojit od internetu?	ano	ne
4.	Zdá se vám, že se hůř soustředíte, nejste-li on-line?	ano	ne
5.	Zdá se vám po odpojení od internetu svět značně neskutečný?	ano	ne
6.	Trávíte na internetu stále větší množství času (z jiných než pracovních či jiných povinností)?	ano	ne
7.	Potřebujete na internetu stále více času, abyste dosáhl/a toho, co chcete?	ano	ne
8.	Máte nepříjemné psychické či fyzické pocity po tom, co se odpojíte?	ano	ne
9.	Chtěl/a jste snížit čas, který trávíte on-line, ale nepodařilo se to?	ano	ne
10.	Přes nějaké problémy, které jste měl/a kvůli používání internetu, jste on-line v nezmenšené míře?	ano	ne
11.	Omezil/a jste kvůli internetu nějaké své zájmy – sportovní, kulturní, rekreační?	ano	ne
12.	Měl/a jste kvůli internetu potíže s vykonáváním svých pracovních, rodinných či školních povinností?	ano	ne
13.	Myslíte, že se kvůli internetu vídáte méně s přáteli?	ano	ne

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.

Pokud chcete něco uvést. Uveďte to prosím zde:

.....

.....

.....



## **BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE**

<b>Jméno a příjmení autorky:</b>	Hana Matlasová
<b>Studijní program:</b>	Psychologie
<b>Studijní obor:</b>	Psychologie
<b>Název práce:</b>	Vliv osobnostního typu jedince na riziko vzniku jeho závislosti na internetu
<b>Počet stran (bez příloh):</b>	80
<b>Celkový počet stran příloh:</b>	5
<b>Počet titulů české literatury a pramenů:</b>	43
<b>Počet titulů zahraniční literatury a pramenů:</b>	25
<b>Počet internetových odkazů:</b>	4
<b>Vedoucí práce:</b>	MUDr. Olga Dostálová, CSc.
<b>Rok dokončení práce:</b>	2017



## Posudek vedoucího diplomové práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií

Jméno a příjmení studentky: Mgr.Bc. Hana MATLASOVÁ, Ph.D.

Obor studia: psychologie

Název práce: Vliv osobnostního typu jedince na riziko jeho vzniku závislosti na internetu

Vedoucí práce: MUDr. Olga Dostálová, CSc.

### Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 80

Počet stránek příloh: 5

Počet titulů v seznamu literatury: 68 + 4 internetové

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

### Výběr tématu

Závažnost tématu

		2		
--	--	---	--	--

Oborová příslušnost tématu

	1			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

		2		
--	--	---	--	--

### Formální zpracování

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	1			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	1			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

		2		
--	--	---	--	--

### Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

		2		
--	--	---	--	--

### Obsahová kritéria a přínos práce

\*\* 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěš/a

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

	1			
--	---	--	--	--

Naplnění cílů práce

	1			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

		2		
--	--	---	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

		2		
--	--	---	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	1			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

		2		
--	--	---	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Co byste při několika týdenním dostupu od své práce hodnotila jako její slabší místo?

Kdybyste psala na toto téma práci dizertační, jaké úpravy byste v ní udělala?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Práce je pojata velmi důkladně, z větší šíře, než bylo nutné. Počet použitých publikací včetně cizojazyčných přesahuje obvyklé číslo uváděné u diplomových prací. S literaturou autorka pracovala obratně, citace jsou správně uvedeny.

Praktická část je věnována kvantitativnímu výzkumu, je přehledná a velmi pečlivě zpracována. Je nutno zdůraznit, že zde projevila autorka značnou samostatnost.

V teoretické části jsou výkladu nelátkových závislostí mimo studovanou závislost a dále obecnému výkladu psychologie osobnosti věnovány dvě třetiny této části (více než 30 stránek), kdežto vlastní problematice jedna třetina.

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: velmi dobře, podle výsledku obhajoby i výborně.

Datum, podpis:

22. 5. 2017

  
MUDr. Olga Dostálová, CSc.

**Posudek oponenta diplomové práce  
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studentky: Mgr. Bc. Hana Matlasová, Ph.D.

Obor studia: Psychologie

Název práce: Vliv osobnostního typu jedince na riziko vzniku jeho závislosti na internetu

Oponent práce: doc. PhDr. Jaroslav Kořa

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 80

Počet stránek příloh: 5

Počet titulů v seznamu literatury: 25

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

**Výběr tématu**

Závažnost tématu

		2		
--	--	---	--	--

Oborová přiléhavost tématu

	1			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	1			
--	---	--	--	--

**Formální zpracování**

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	1			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	1			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	1			
--	---	--	--	--

**Metody práce**

Vhodnost a úroveň použitých metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

0				
---	--	--	--	--

**Obsahová kritéria a přínos práce**

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

0				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	1			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	1			
--	---	--	--	--

\*\* 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a



Návaznost kapitol a subkapitol

	1			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	1			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	1			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

V čem spočívá nebezpečnost závislosti na internetu?  
Jaká jsou specifika závislosti na internetu u mladých dospělých (žen i mužů)?  
Jsou závislosti žen a mužů v principu stejné. v čem se naopak projevují odlišnosti?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

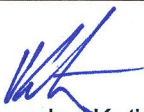
Autorka předložila k posouzení práci z oblasti závislostí, pozornost věnovala bazálně poměrně málo prostudované závislosti na internetu. Zkoumanou problematiku konzultovala nejen s vedoucí práce MUDr. O. Dostálovou, ale i metodologii výzkumu s doc. PhDr. Karlem Hnilicou.

V teoretické části se nejprve vypořádala s problematikou závislostí a bažení (craving); následně se zmínila o několika vybraných závislostech (workholismus, hráčství, na internetu). K nim přiřadila i pojednání o prokrastinaci (s. 17an). V textu autorka uvádí, že si vybrala ke zkoumání skupinu mladých dospělých (20 – 26, 28 – 35) a zdůvodňuje proč ji oslovila právě tato skupina, kde lze předpokládat vznik závislosti na internetu. Věnovala pozornost osobnosti a jejím typologiím (antika, Kretschmer, Jung, Eysencku, Sheldon etc.). Podrobněji se věnovala rozboru vztahu mladých dospělých k virtuálnímu světu. Poté uvedla výzkum, v němž provedla sondu do světa mladých dospělých (žen i mužů) operujících na internetu.

K práci lze vznést dvě drobné připomínky: Autorka citace vkládá do vět po „že“; což vypadá zhruba na řadě míst zhruba takto: ... uvádějí, že: „*přestože jednotlivé drogy...*... Ale mělo by být: ...uvádějí, že „*přestože jednotlivé drogy...*... V principu není také žádný důvod psát veškeré citace kursívou, pokud nemají být zdůrazněny jako nějaké hlavní či význačné myšlenky. Další drobností je, že některé typologie osobnosti jsou v textu redundantní a je otázkou, zda jsou všechny funkční pro pojetí závislosti na internetu.

Celkové hodnocení práce: Text je koncipován velmi kultivovaně. Autorka přesně formuluje problémy, pracuje s úspornými formulacemi, které svědčí o velmi dobrém vhledu do zkoumané problematiky. Poměrně pracný výzkum včetně dobře zvolené metodologie a dobrého vyhodnocení výsledků přináší pozoruhodné výsledky. Předložená práce převyšuje svou kvalitou požadavky kladené na diplomové práce, a lze ji doporučit nejen k obhajobě, ale i k publikování.

Doporučení k obhajobě: doporučuji  
Navrhovaná klasifikace: výborně  
Datum, podpis: 17.5.2017

  
doc. PhDr. Jaroslav Kořa