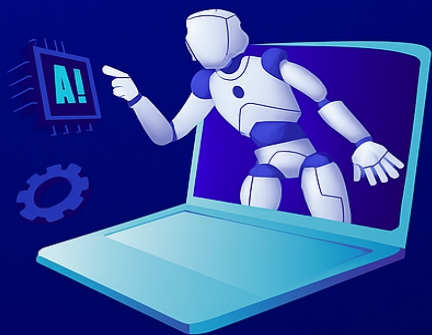


BEZPEČNOSŤ DETÍ V DIGITÁLNO PRIESTORE

Angela Almašiová, Pavel Izrael, Juraj Holdoš



BEZPEČNOSTĚ DETÍ V DIGITÁLNOM PRIESTORE

Zborník z konferencie

Podujatie sa uskutočnilo v rámci projektu APVV-23-0172 Digitálni domorodci a príležitosti a riziká online prostredia

Podujatie sa uskutočnilo v rámci projektu Multimediálna platforma prevencie vzniku látkových a nelátkových závislostí pre učiteľov a ďalšie pomáhajúce profesie v prostredí školy, Projekt Kega č. 006KU4/2023

CENTRUM
BEZPEČNÉHO
INTERNETU



NKS

Várodné koordinačné stredisko
pre riešenie problematiky násillia na deťoch



Spolufinancovaný
Európskou úniou



MINISTERSTVO
PRÁCE, SOCIÁLNYCH
VECÍ A RODINY
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



digiQ
digitálna inteligencia

BEZPEČNOSŤ DETÍ V DIGITÁLNO M PRIESTORE

Zborník z konferencie

Ružomberok 2025

BEZPEČNOSŤ DETÍ V DIGITÁLNOM PRIESTORE

Zborník z konferencie, ktorá sa konala 3. – 4. februára 2025
na Katolíckej univerzite v Ružomberku

Prvé vydanie

Vedecký výbor konferencie:

prof. PhDr. Eva Gajdošová, PhD.
PhDr. Alena Kopányiová, PhD.
prof. Mgr. Norbert Vrabec, PhD.
prof. PhDr. Miriam Niklová, PhD.
prof. PhDr. Ingrid Emmerová, PhD.
doc. PaedDr. Katarína Hollá PhD.
doc. Mgr. Juraj Holdoš, PhD.
doc. PhDr. Angela Almašiová, PhD.
doc. Mgr. Pavel Izrael, PhD.

Editori:

doc. PhDr. Angela Almašiová, PhD.
doc. Mgr. Pavel Izrael, PhD.
doc. Mgr. Juraj Holdoš, PhD.

Recenzenti:

prof. PaedDr. Tomáš Jablonský, PhD.
Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph.D

Za jazykovú stránku príspevkov zodpovedajú autori.

VERBUM–vydavateľstvo Katolíckej univerzity v Ružomberku
Hrabovská cesta 5512/1A, 034 01 Ružomberok

ISBN 978-80-561-1206-9

OBSAH

ÚVODNÉ SLOVO.....	8
SKÚSEŇ DETÍ Z MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKYCH KOMUNÍT SO SEXUÁLNYMI OBSAHMI V ONLINE PRIESTORE	
Angela Almašiová, Juraj Holdoš, Pavel Izrael, Lenka Horváthová, Patrícia Javorková	10
VYBRANÉ RIZIKOVÉ SPRÁVANIE DOSPIEVAJÚCICH Z MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKYCH KOMUNÍT	
Juraj Holdoš, Angela Almašiová, Pavel Izrael	24
REGULÁCIA SMARTFÓNOV NA SLOVENSKÝCH ŠKOLÁCH - KAM SME SA POSUNULI ZA ROK?	
Michal Božík, Annamária Brijáková, Jaroslav Vacek	35
SMAJLÍK – VIAC NEŽ LEN EMOŽI	
Mário Dulovics	48
PRVKY RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA ŽIAKOV Z RÓMSKYCH MARGINALIZOVANÝCH KOMUNÍT NA SOCIÁLNYCH SIEŤACH	
Hedviga Hafičová, Tatiana Dubayová	58
NÁSTRAHY DIGITÁLNEHO KONTAKTOVANIA SA NEZNÁMYCH S DEŤMI	
Katarína Hollá.....	67
KYBERŠIKANOVANIE POD LUPOU: KTORÁ PREVENCIA FUNGUJE?	
Magdaléna Hovanová, Antónia Sabolová Fabianová	79
EXCESÍVNE POUŽÍVANIE INTERNETU ŽIAKOV V KONTEXTE SEBAKONTROLY	
Zuzana Hrabovská	90
ÚROVEŇ INFORMAČNEJ A DÁTOVEJ GRAMOTNOSTI BUDÚCICH UČITEĽOV: ANALÝZA KOMPONENTU TVORBA DIGITÁLNEHO OBSAHU	
Natália Hrkotáčová	99
ZÁVISLOSTI A FÓBIE V ÉRE DIGITALIZÁCIE	
Mária Hrobková.....	115

KOGNITIVNÍ WELL-BEING V PROSTŘEDÍ SOCIÁLNÍCH SÍTÍ

Barbora Chlupová 125

PRÁVNÍ A ETICKÉ VÝZVY VYUŽITÍ GENERATIVNÍ UMĚLÉ INTELIGENCE VE VZDĚLÁVÁNÍ

Eva Janouchová 134

KYBERŠIKANOVANIE A PREVENTÍVNE AKTIVITY V ŠKOLSKOM PROSTREDÍ

Dana Kovalčíková..... 144

FAKE NEWS AKO FENOMÉN DNEŠNÉHO SVETA: EFEKTÍVNE SPÔSOBY PREVENECIE

Michaela Kovalčíková 157

GENERÁCIA Z V MENIACOM SA SVETE: REZILIENCIA A COPING

Petra Lajčiaková, Michaela Marčeková 169

PSYCHOSOCIÁLNE ŤAŽKOSTI DOSPIEVAJÚCICH V SÚVISLOSTI S POUŽÍVANÍM INFORMAČNO-KOMUNIKAČNÝCH TECHNOLOGIÍ

Ivana Magáčová Žilková, Michal Magáč..... 183

NEFORMÁLNE VZDELÁVANIE V OBLASTI MEDIÁLNEJ GRAMOTNOSTI

Katarína Matusková 197

INTERNETOVÉ HROZBY A MEDIÁLNA GRAMOTNOSŤ - AKTUÁLNE PROBLÉMY

Miriám Niklová..... 209

VIERA V KONŠPIRAČNÉ TEÓRIE U ADOLESCENTOV

Laura Pavlovská, Juraj Holdoš..... 218

EXCESÍVNE POUŽÍVANIE INTERNETU ŽIAKOV V KONTEXTE SEBAKONTROLY

EXCESSIVE INTERNET USE OF STUDENTS IN THE CONTEXT OF SELF-CONTROL

Zuzana Hrabovská¹

¹ Katedra pedagogiky a andragogiky, Pedagogická fakulta, Univerzita Mateja Bela, Ružová 13, 974 11 Banská Bystrica, zhrabovska@umb.sk

ABSTRAKT

Používanie internetu predstavuje v súčasnosti každodennú realitu života detí a mládeže. Dnešnej generácii ponúka prostredie internetu nielen podnety na edukáciu, zmysluplné aktivity, relax, ale i únik z nepriaznivej životnej situácie. Zároveň v online priestore môžu deti a mládež čeliť i rôznym formám online ohrození, ktoré sa môžu prejaviť v excesívnom používaní internetu, ale i v mnohých iných negatívnych prejavoch online rizikového správania. Práve uvedený fenomén excesívneho používania internetu sa dostáva do popredia záujmu odbornej verejnosti s cieľom odhaliť možné súvislosti i s intrapersonálnou dimenziou osobnosti. Sebakontrola a sebaregulácia sa v danom kontexte javí ako jedna z intrapersonálnych premien, ktorá by mohla spúšťať excesívne používanie internetu. Hlavným cieľom nášho výskumu bolo empiricky overiť, či existuje štatisticky významný súvis medzi excesívnym používaním internetu a sebakontrolou u žiakov. Výskumný súbor tvorilo (N = 145) žiakov základných a stredných škôl. Výsledky potvrdzujú, že sebakontrola významne súvisela s excesívnym používaním internetu.

Kľúčové slová: excesívne používanie internetu, žiaci, sebakontrola.

ABSTRACT

The use of the Internet is currently an everyday reality in the lives of children and adolescents. For today's generation, the online environment offers not only opportunities for education, meaningful activities, and relaxation, but also an escape from adverse life situations. However, in the online space, children and adolescents may also face various forms of online threats, which can manifest in excessive Internet use as well as in many other negative aspects of risky online behavior. This phenomenon of excessive Internet use has come to the forefront

of attention among professionals, aiming to uncover potential connection with the intrapersonal dimension of personality. In the context, self-control and self-regulation appear to be intrapersonal variables that might trigger excessive Internet use. The primary aim of our research was to empirically examine whether there is a statistically significant relationship between excessive Internet use and self-control among students. The research sample consisted of (N = 145) students from primary and secondary schools. The results confirm that self-control significantly correlated with excessive Internet use.

Key words: excessive Internet use, students, self-control.

ÚVOD

Digitalizácia a internet vniesli do našich životov rýchlosť, jednoduchosť, dostupnosť informácií, ale rovnako sa stali aj využívanými prostriedkami komunikácie, zábavy a oddychu. Virtuálny priestor, ktorý detí a mládež stále viac a viac priťahuje, však nie je vždy bezpečným miestom pre ich zdravý duševný a sociálny vývin. Čoraz častejšie vyskytujúce sa online rizikové správanie detí a mládeže predstavuje v súčasnosti závažný problém, ktorý sa prejavuje v excesívnom využívaní internetu, ale i v mnohých iných negatívnych prejavoch.

Súčasnú empirickú poznávanie nám už dnes ukazuje, ktoré intrapersonálne premenné sú v súvislosti s používaním internetu dôležité. Schopnosť sebakontroly a sebaregulácie sa javí ako efektívna zručnosť v mnohých sférach života, vrátane používania internetu.

Z vyššie uvedeného si dovoľíme položiť otázku, či existuje možný súvis medzi excesívnym používaním internetu a sebakontrolou. V tejto súvislosti považujeme za potrebné priblížiť teoreticko-empirické poznávanie spomenutých entít a súvislostí.

EXCESÍVNE POUŽÍVANIE INTERNETU

Excesívne používanie internetu sa v súčasnosti dostáva do popredia záujmu a pozornosti odbornej verejnosti ako primárny spúšťač všetkých online ohrození detí a mládeže. I keď je daný termín prevažne spájaný s množstvom času strávenom na internete, nevyhnutne to nemusí byť jediný znak, ktorý súvisí s možnými problémami – rizikami používania internetu u detí a mládeže.

Termín *excessive* v uvedenej problematike súvisí nielen so zvýšenou pravdepodobnosťou online ohrozenia, ale zároveň indikuje vzorce používania internetu ako opakovateľnosť – cyklickosť, kompulzívnosť a nekontrolovateľnosť (Smahel & Blinka, 2012). Uvedený termín pochádza z ang. slova „excessive“ a v preklade znamená nadmerné, prílišné, neprimerané. V súvislosti s používaním internetu sa termín *excesívne používanie internetu* používa na označenie takého

správania, pri ktorom jednotlivec *nadmerne* používa internet. Smahel & Blinka (2012) vysvetľujú, že nadmerné sa v tomto kontexte spája s negatívnymi dôsledkami, ktoré z uvedeného správania vyplývajú, ako sú napríklad problémy v psychickej, fyzickej, sociálnej sfére jednotlivca. Uvedený pojem odráža kompulzívne, repetitívne a nekontrolovateľné používanie online technológií, ktoré môže smerovať k závislému správaniu.

V odbornej literatúre neexistuje pojmová jednotnosť pre uvedený typ správania a používajú sa pojmy, ako napríklad *patologické používanie internetu* (Davis, 2001), *problematické používanie internetu* (Beard & Wolf, 2001), *kompulzívne používanie internetu* (Blinka et al., 2015). Rovnako sa v literatúre môžeme stretnúť aj s termínmi *závislosť od internetu* (Young, 2011), *online závislosti* (Blinka et al., 2015). Šavrnichová et al. (2020) dodávajú, že pojem závislosť od internetu sa spája s klinickým kontextom, ktorý súvisí s určovaním diagnózy, liečbou či terapiou. Na druhej strane pojem excesívne používanie internetu sa spája s neklinickým kontextom a používa sa skôr v súvislosti s deťmi a dospelými, s výchovou, vzdelávaním a prevenciou. Medzi najčastejšie typy excesívneho správania patria:

- excesívne hranie hier,
- excesívne používanie sociálnych médií,
- excesívne používanie internetu za účelom sexuálnych aktivít.

Uvedená typológia excesívneho používania internetu predstavuje otvorený konštrukt, ktorý môže byť rozšírený i o iné typy excesívnosti, a to najmä pri excesívnom používaní sociálnych médií, do ktorého by sme mohli zaradiť napríklad sťahovanie obsahu, vyhľadávanie informácií, online nakupovanie, chatovanie na sociálnych sieťach a iné.

Doplňame, že závažnosť excesívneho používania internetu spočíva najmä v jej hraničnom súvisi so závislosťou. V jednoduchosti povedané, pravdepodobnosť závislosti sa zvyšuje excesívnym používaním internetu. Avšak treba podotknúť, že nie každý excesívny používateľ internetu dospeje do štádia závislosti, dokonca excesívnosť v mnohých prípadoch predstavuje únikovú copingovú stratégiu z nepriaznivej alebo stresujúcej dočasnej životnej reality jednotlivca. Griffiths (2005) charakterizuje šesť spoločných znakov pre excesívne používanie internetu a závisle používanie internetu (významnosť, zmena nálad, tolerancia, abstinénčné príznaky, konflikty a relaps), pričom rozhodujúce pre určenie závislosti je splnenie všetkých šiestich znakov počas dlhšieho časového obdobia.

Zdôrazňujeme, že problematika excesívneho používania internetu má stúpajúcu tendenciu, o čom svedčia i nasledovné výskumy. V roku (2018) na Slovensku 1,3 % detí a mladých splnilo štyri kritéria z piatich pre zaradenie do patologického nadmerného používania internetu (ďalej len PNPI) a 10 % spĺňalo aspoň jedno zo

štyroch kritérií excesívneho používania internetu (Izrael, et al., 2020). V roku (2023) spĺňalo štyri kritéria z piatich pre zaradenie do (PNPI) 10, 4 % a aspoň jeden znak excesívnosti spĺňalo 27, 7 % detí a mladých (Holdoš et al., 2023). Dulovics et al. (2023), ktorí použili dotazník CIUS identifikovali 56,6 % excesívnych používateľov. Pri excesívnom používaní internetu Smahel & Blinka (2012, s. 1 – 3) upozorňujú na nasledovné riziká: „negatívny dopad na zdravie a fyzickú kondíciu, zhoršenie školských výsledkov, nezáujem o koničky, zvýšené napätie v sociálnych interakciách, ale i psychické problémy ako úzkosť, depresiu, nízke sebahodnotenie.“

SEBAKONTROLA A SEBAREGULÁCIA

Podľa Lichnera & Šlosara (2017) intrapersonálne faktory sú tiež esenciálnym aspektom v rovine uvažovania o možnom vzniku rizikového správania u detí a mládeže. V danom kontexte by sme ich mohli označiť ako osobnostné premenné. Uvedené premenné predstavujú zároveň i protektívne faktory, medzi ktoré (Holdoš, 2013; Šavrnochová et al., 2020) zaraďujú: vysokú sebaúctu a sebadôveru, schopnosť sebakontroly, vysokú inteligenciu, pozitívne perspektívy do budúcnosti, pozitívnu orientáciu na školu, zdravie a pozitívnu skupinu, sociálne zručnosti, ale aj dobrovoľníctvo či religiozitu.

Tangney et al. (2004, s. 275) sformulovali nasledovnú definíciu sebakontroly, ktorá sa chápe ako „schopnosť jednotlivca prekonať alebo utlmiť nevhodné behaviorálne tendencie a odstúpiť od ich realizácie.“ Takto vnímaná sebakontrola síce akcentuje kontrolu správania, ale zároveň je súvzťažná aj s kognitívnym a emocionálnym aspektom osobnosti. V štruktúre psychologických pojmov Baumeister (2003) rozlišuje nasledovné prístupy k sebakontrolle:

- *Sebakontrola ako schopnosť - zručnosť (skill)*, ktorá sa spája s vývinovým prístupom a so sociálnym učením. V danom ponímaní je sebaregulácia ako súčasť sebakontroly a súvisí s postupnou internalizáciou pravidiel a postupným znížením vonkajšej kontroly.
- *Sebakontrola ako kognitívny proces*, ktorý sa sústreďuje primárne na proces približovania aktuálneho k želanému alebo cieľovému stavu.
- *Sebakontrola ako sila vôle*.
- *Sebakontrola ako osobnostná charakteristika*, ktorá hovorí o dispozičnom prístupe napríklad v intenciách jej zisťovania dotazníkom Self Control Scale.

Pojem sebakontrola je v psychologickej terminológii obsahovo blízky s viacerými pojmami ako: sebaovládanie, sebaregulácia, sebadisciplína, vôľa, inhibícia, potlačanie (resistent) a iné. S pojmom sebakontrola sa spája aj zvládanie situácií (coping). Impulzivita sa chápe ako protipól sebakontroly (Lovaš et al., 2011).

V literatúra sa často stretávame s pojmami sebaregulácia a sebakontrola, ktoré sú v tesnom vzťahu a často sa zamieňajú. Baumeister (2003, s.129) vysvetľuje, že „všeobecne je sebaregulácia širší pojem, obsahuje aj vedomé aj nevedomé procesy a niekedy sa dáva do súvisu s celým správaním orientovaným na ciele alebo štandardy, zatiaľ čo sebakontrola je užšia a týka sa vedomých snáh meniť správanie a zvlášť snáh potlačiť impulzy a odolať lákadlám.“ Nadväzujúc Baumeister (2002, s. 670) dodáva „používam termíny sebakontrola a sebaregulácia zameniteľne; oba referujú o vlastnej kapacite zmeniť vlastné stavy a reakcie.“

Gentile et al. (2011) zistili, že osoby s väčšou impulzívnosťou, nízkou empatiou, s malou schopnosťou regulovať svoje emócie a s nízkymi sociálnymi zručnosťami mali vyššiu pravdepodobnosť stať sa problémovými hráčmi. Uvedení autori prikladajú sebaregulácii a sebakontrolu osobitý význam v súvislosti s rizikovým správaním na internete, a to najmä, ak sa zamýšľame nad pozadím a podstatou „internetovej závislosti“ ako patológie.

Podobné zistenia zaznamenal aj výskum La Rose et al. (2003), ktorý potvrdil, že nedostatočná sebaregulácia pozitívne a výrazne súvisela s používaním internetu. Cieľom štúdie Blachnio & Przepiorka (2015) bolo preskúmať, či nedostatočné zdroje sebakontroly a sebaregulácie používateľov Facebooku súviseli so závislosťou od Facebooku. Výsledky demonštrujú, že tí používatelia, ktorí sú schopní odolať pokušeniu alebo impulzu, sú viac sebadisciplinovaní, nesústredia sa na negatívne emócie a zároveň majú nižšiu pravdepodobnosť, že sa u nich vyvinie závislosť na Facebooku.

Vychádzajúc z teoreticko-empirického poznania bolo našim cieľom zistiť výskyt excesívneho používania internetu u žiakov, zistiť mieru sebakontroly u žiakov a identifikovať významné rozdiely z hľadiska pohlavia a typu školy. Ďalej bolo našim cieľom empiricky overiť existenciu vzájomnej súvislosti medzi excesívnym používaním internetu a sebakontrolou. Výskumné otázky sme formulovali v nasledovnom znení:

VO1: Aký je výskyt excesívneho používania internetu u žiakov.

VO2: Existuje štatisticky významný rozdiel vo výskyte excesívneho používania internetu u žiakov z hľadiska pohlavia a typu školy.

VO3: Aká je úroveň sebakontroly u žiakov.

VO4: Existuje štatisticky významný rozdiel v úrovni sebakontroly u žiakov z hľadiska pohlavia a typu školy.

VO5: Existuje štatisticky významný vzťah medzi používaním internetu a sebakontrolou.

VO6: Existuje štatisticky významný vzťah medzi excesívnym používaním internetu a mierou sebakontroly u žiakov.

METÓDY

Charakteristika výskumného súboru

Výskumný súbor pozostával zo (N = 145) žiakov druhého stupňa základných škôl a žiakov stredných škôl zo Žiliny, Banskej Bystrice a Rimavskej Soboty. Išlo o príležitostný výber, ktorého rozoženie z hľadiska pohlavia bolo približne rovnomerné. Chlapcov bolo (n = 75) a dievčat (n = 70).

Metódy zberu a spracovania dát

Zber dát prebiehal v roku 2024. Výskumu má navrhovaný kvantitatívny dizajn, v ktorom sme zvolili dotazníkovú metódu. Nami vytvorená dotazníková batéria pozostávala z dvoch nasledovných škál:

Na zistenie excesívneho používania internetu sme použili dotazník *Compulsive Internet Use Scale* (CIUS), Meerkerk et al. (2009). Uvedený nástroj pozostáva zo 14-tich položiek. Položky tvoria jednotlivé výroky, na ktoré respondenti volia odpoveď prostredníctvom päťstupňovej škály: 0 = nikdy, 1 = zriedka, 2 = niekedy, 3 = často, 4 = veľmi často. Uvedený nástroj bol použitý ako jednodimenzionálny. Na základe Kolmogorov-Smirnovho testu ($p = 0,744$) môžeme považovať premennú CIUS za normálne rozloženú. Reliabilitu sme zisťovali prostredníctvom Crombachovo alfa, ktorého hodnota pre škálu CIUS bola 0,877.

Scale (BSCS), Tangney et al. (2004). Dotazník slúži na meranie úrovne dispozičnej sebakontroly. Pozostáva z 13-tich výrokov, na ktoré respondenti volia odpoveď prostredníctvom päťstupňovej škály: 1 = nie je pravda, 2 = skôr nie je pravda, 3 = tak na pol, 4 = skôr je pravda, 5 = je pravda. Na základe Kolmogorov-Smirnovho testu ($p = 0,353$) môžeme považovať premennú za normálne rozloženú. Reliabilitu sme zisťovali prostredníctvom Crombachovo alfa, ktorého hodnota pre škálu sebakontrola bola 0,842.

Na spracovanie a analýzu kvantitatívnych dát sme použili deskriptívne štatistické metódy. Analýza získaných dát bola spracovaná i v rovine štatistickej inferencie a vecnej signifikancie. Vzťah medzi jednotlivými premennými bol preverovaný prostredníctvom korelačnej analýzy (Pearson). Rozdiely medzi premennými boli testované prostredníctvom parametrického testu (Studentov t-test). Výberu štatistických testov predchádzalo testovanie normality premenných. Získané dáta boli analyzované v programe Excel, Jasp.

VÝSLEDKY

Na identifikovanie excesívnych používateľov internetu sme vychádzali zo štúdie autorov Meerkerk et al. (2009), ktorí pre škálu CIUS odporúčajú hodnotu cut off skóre 28 a viac bodov. Uvedenú hodnotu dosiahlo z celkového množstva (N = 145) 53 respondentov, pričom dievčat bolo (n = 33) a chlapcov (n = 20).

Následne bolo našou intenciou zistiť, či existuje štatisticky významný rozdiel v excesívnom používaní internetu u žiakov z hľadiska pohlavia a typu školy. Na porovnanie rozdielov sme použili Studentov t-test. Z výsledkov môžeme konštatovať, že neexistujú štatisticky ani vecne významné rozdiely v miere excesívneho používania internetu medzi pohlaviami ani typom školy.

V miere sebakontroly skórovali vyššie chlapci (AM = 40,1) než dievčatá (AM = 35,9). Môžeme konštatovať, že v dispozičnej miere sebakontroly sa výsledky chlapcov pohybovali tesne okolo hodnoty priemernej sebakontroly.

Ďalej nás zaujímalo, či existuje štatisticky významný rozdiel v úrovni sebakontroly z hľadiska pohlavia a typu školy. Na porovnanie rozdielov sme použili Studentov t-test. Výsledky ukazujú, že medzi chlapcami a dievčatami existuje štatisticky významný rozdiel ($p < 0,05$) v prospech chlapcov. Na základe Cohenovho ($d = 0,434$) išlo o vecne stredný rozdiel. Medzi typom školy a sebakontrolou neexistoval štatisticky ani vecne významný rozdiel.

Korelačnou analýzou vzájomných vzťahov bolo zistené, že medzi používaním internetu a sebakontrolou existoval štatisticky i vecne významný vzťah. Išlo o silný, negatívny vzťah na hladine významnosti ($p < 0,001$, Pearsonovo $r = - 0.618$). Zároveň bol preukázaný štatisticky i vecne významný vzťah medzi excesívnym používaním internetu a mierou sebakontroly u žiakov. Išlo o o stredne silný negatívny vzťah na hladine významnosti ($p < 0,05$, Pearsonovo $r = - 0.320$).

DISKUSIA

Napriek rozdielnym metódam pri skúmaní výskytu excesívnosti môžeme konštatovať narastajúce tendencie excesívneho používania internetu. V našom výskume bolo identifikovaných 36,5 % excesívnych používateľov internetu. Výskum v danej oblasti realizovaný Holdošom et al. (2023) identifikoval 27,7 % detí a mladých, ktorí spĺňali aspoň jeden znak excesívnosti. Dulovics et al. (2023), ktorí použili dotazník CIUS identifikovali 56,6 % excesívnych používateľov. Z hľadiska medzipohlavných rozdielov sme nezistili štatisticky významné rozdiely v úrovni excesívnosti, ale deskriptívna analýza ukázala, že viac excesívnych používateľov bolo dievčat 22,7 % než chlapcov 13,8 %. Typ školy nebol potvrdený ako štatisticky významný prvok ovplyvňujúci úroveň excesívnosti.

V úrovni sebakontroly dosiahli vyššie skóre chlapci. Išlo o štatisticky významný stredný medzipohlavný rozdiel na hladine významnosti ($p < 0,05$, Cohenovho $d = 0,434$). Typ školy sa nepreukázal ako štatisticky významný prvok.

Z výsledkov môžeme konštatovať, že medzi používaním internetu a sebakontrolou existoval štatisticky i vecne významný vzťah. Išlo o silný, negatívny vzťah na hladine významnosti ($p < 0,001$, Pearsonovo $r = - 0.618$). K podobným zisteniam pri

súvisie sebakontroly a používania internetu dospeli i (Blachnio & Przepiorka, 2015; Gentile et al., 2011; La Rose et al., 2003). Zároveň bol identifikovaný súvis medzi excesívnymi používateľmi internetu a mierou ich sebakontroly. Išlo o stredne silný negatívny vzťah na hladine významnosti ($p < 0,05$, Pearsonovo $r = - 0.320$).

Za limity nášho výskumu považujeme nereprezentatívny výber vzorky, čím naše zistenia nemôžeme zovšeobecniť. Rovnako možná neúprimnosť respondentov pri odpovediach mohla spôsobiť skreslenie výsledkov. V rovine štatistického spracovania dát bude v budúcom výskume žiaduce uskutočniť štatistickú analýzu údajov a prezentovanie výsledkov nielen v rovine štatistickej deskripcie, inferencie a vecnej signifikancie, ale i v rovine multivariačnej analýzy vzťahov.

ZÁVER

V závere môžeme vyjadriť, že naše zistenia potvrdzujú existenciu súvisu medzi sebakontrolou a používaním internetu ako i excesívnym používaním internetu. Uvedené zistenia môžu prispieť nielen k efektívnejšej prevencii excesívneho používania internetu, ale rovnako môžu viesť k prehĺbeniu vedeckého poznania uvedenej problematiky.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Baumeister, R. F. (2002). Yielding to temptation: self-control failure, Impulsive purchasing, and consumer behavior. *Journal of Consumer Research*, 28(4), 670 - 678
- Baumeister, R. F. (2003). Ego depletion and self-regulation failure: A resource model of self-control. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 27(2) 281 – 284. <https://doi.org/10.1097/01.ALC.0000060879.61384.A4>
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377 – 383. <https://doi.org/10.1089/109493101300210286>
- Blachnio, A., & Przepiorka, A. (2016). Dysfunction of self-regulation and self-control. In *Facebook addiction. Psychiatrist*, 87, 493–500. <https://doi.org/10.1007/s11126-015-9403-1>
- Blinka, L., Škařupová, K., Ševčíková, A., Licehammerová, Š., & Vondráčková, P. (2015). *Online závislosti*. Grada Publishing
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187 – 195. [https://doi.org/10.1016/s0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/s0747-5632(00)00041-8)
- Dulovics, M., Niklová, M., & Zošáková, K. (2023). *Digitálna vulnabilita detí a mládeže*. Belianum

- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sin, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), 319 – 329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Griffiths, M. (2005). A “components“ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191 – 197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Holdoš, J. (2013). Závislosť vysokoškolákov od internetu *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 47(2), 162 – 174
- Holdoš, J., Izrael, P., Almašiová, A., & Kohútová, K. (2023). Vybrané formy rizikového správania detí a mládeže v roku 2023 (Výskumná správa). Katolícka Univerzita v Ružomberku
- Izrael, P., Holdoš, J., Ďurka, R., & Husák, M. (2020). *Slovenské deti a dospievajúci na internete Záverečná správa z výskumu EU Kids Online IV – Slovenská republika*. Katolícka univerzita v Ružomberku.
- La Rose, R., Eastin, S. M., & Lin, A. C. (2003). Unregulated internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5(3), 225-253. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEPO503_01
- Lichner, V., & Šlosar, D. (2017). *Problematické používanie internetu u adolescentov v kontextoch teórie a praxe sociálnej práce*. Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach
- Lovaš, L., Vasková, K., Vavricová, M., & Holevová, B. (2011). *Osobnostné a situačné faktory sebakontroly*. Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach
- Meerkerk, G. J., Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. A., & Garretsen, H. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some psychometric properties. *Cyberpsychology & Behavior*, 12(1), 1 – 6.
- Smahel, D., & Blinka, I. (2012). Excessive internet use among European children. *Children, Risk and Safety on the Internet*, 191 – 204. <https://doi.org/10.1332/policypres/9781847428837.003.0015>
- Šavrnöchová, M., Holdoš, J., & Almašiová, A. (2020). *Excesívne používanie internetu u adolescentov na Slovensku*. Belianum
- Tangney, P. J., Baumeister, F. J., & Boone, L. A. (2004) . High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 272–322. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Young, K. S. (2011). CBT-IA: The first treatment model for Internet addiction. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25(4), 304 – 312. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.25.4.304>

BEZPEČNOSTĚ DETÍ V DIGITÁLNOM PRIESTORE

Prvé vydanie

Editori:

doc. PhDr. Angela Almašiová, PhD.

doc. Mgr. Pavel Izrael, PhD.

doc. Mgr. Juraj Holdoš, PhD.

Recenzenti:

prof. PaedDr. Tomáš Jablonský, PhD.

Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph.D

VERBUM–vydavateľstvo Katolíckej univerzity v Ružomberku
Hrabovská cesta 5512/1A, 034 01 Ružomberok

Počet strán: 234

ISBN 978-80-561-1206-9