
EDITED BY:
Aneta Maria Kochanowicz
Maciej Witkowski
Daria Jorg

Family Dynamics in a Changing World

Support, Challenges and Adaptation



FAMILY DYNAMICS in a Changing World

Support, Challenges, and Adaptation

EDITED BY:

Aneta Maria Kochanowicz, Maciej Witkowski, Daria Jorg

FAMILY DYNAMICS in a Changing World

Support, Challenges, and Adaptation

Scientific review:
Prof. PhDr. Blahoslav Kraus, CSc.

Publisher:
WSB University
Cieplaka 1c
41-300 Dąbrowa Górnicza
Poland
www.wsb.edu.pl
tel. +48 32 295 93 59

© Copyright by the WSB University
All rights reserved.
Dąbrowa Górnicza 2025

ISBN 978-83-67673-70-9
e-ISBN 978-83-67673-71-6

Typesetting and cover design:
Jadwiga Popowska

Printed in Poland by
TYPO Usługi Wydawnicze

Table of Contents

Introduction	7
--------------------	---

Part one

Cultural Capital and the Role of the Family in the Process of Children's Education and Development

RADKA TELEKOVÁ, KATARÍNA MUZIKOVÁ	13
1. Participácia rodiny ako podpornej inštitúcie v procese vstupu dieťaťa do základnej školy a jej význam Family Participation as a Supporting Institution in the Process of a Child's Entry into Primary School and its Importance	
MÁRIA HRENÁKOVÁ, ANNA SLEZIAKOVÁ	23
2. ACFS metóda ako forma dynamickej diagnostiky kognitívnych funkcií detí v predškolskom veku – Slovensko The ACFS Method as a Form of Dynamic Diagnostics of Cognitive Functions in Preschool Children – Slovakia	
ANNAMÁRIA ŠIMŠÍKOVÁ	35
3. Cooperation between School Institutions and Families in the Slovak Republic	
ADÉLA MAREŠOVÁ, ALENA KNOTKOVÁ	47
4. Koncept rodinné výchovy v detských domovech – rámcová analýza školných vzdelávacích programů The Concept of Family Education in Children's Homes – a Framework Analysis of School Educational Programmes	
OLDŘICH BUBÁK, JOSEF KASAL	59
5. Preparing Social Educators: Bolstering Ethics in Sociology of Family	
ANNA SANECKA	71
6. "Mum, Dad! Take Me to the Theatre!" The Role of the Family in the Reproduction of Cultural Capital. The Perspective of Children's Theatres	

Part two

The Role of Family and Intergenerational Relationships in Shaping Children's Mental Health, Social Behavior, and Education

SOŇA KOLLÁROVÁ	83
1. Vplyv rodičov na body image a duševné zdravie svojich detí The Influence of Parents on the Body Image and Mental Health of their Children	
NIKOLETA IZDENCZYOVÁ	91
2. Rodinné koreláty agresívneho správania sa detí v mladšom školskom veku Family Correlates of Aggressive Behavior in Younger School-Age Children	

KRISTÍNA DĚDOVÁ, PETRA JEDLIČKOVÁ	103
3. Medzigeneračné učenie ako účinný faktor prevencie agresívneho správania Intergenerational Learning as an Effective Factor in the Prevention of Aggressive Behaviour	
KATEŘINA KRUPKOVÁ, VÁCLAVA HORÁKOVÁ	115
4. Komunikace mezi sponzorem a dítětem v programu adopce na dálku Communication between Sponsor and Child in the Remote Adoption Program	
ALEXANDRA KOCIANOVÁ, KRISTÍNA LIBERČANOVÁ	125
5. Opportunities for Cooperation between the Social Pedagogue and the Family of the Juvenile as an Important Support Factor in Special Education Institutions	
MARCEL KREISSL	135
6. Optimizing Partner Relationship Quality: The Role of Cognitive-Behavioral Therapy in Germany	

Part three

Challenges of Family Upbringing in the Digital Era – The Impact of Technology on Development, Relationships of Children, Youth, and Seniors

ZUZANA HRABOVSKÁ	147
1. Excesívne používanie internetu v kontexte rozvoja sebaregulácie u detí v rodičovskej výchove Excessive Internet Use in the Context of Developing Self-Regulation in Children through Parental Upbringing	
MIRIAM NIKLOVÁ	157
2. Current Threats to the Family – Current Issues and Problems	
MÁRIO DULOVICS	167
3. The Challenges and Risks of Family Upbringing at the Turn of the Third Millennium as a Result of the Expanding Virtual Threats to Children and Youth (Slovak Republic)	
STANISLAVA SVOBODA HOFERKOVÁ	177
4. Current Forms of Risky Behaviour Among Czech Children and Youth	
LIBUŠA GUŽÍKOVÁ, BEÁTA POŠTEKOVÁ	189
5. Sociálne siete – spájajú alebo rozdeľujú rodinu? Social Networks – Do They Unite or Divide the Family?	
EVA JANOUCHOVÁ	201
6. Role rodiny při rozvoji digitálních kompetencí seniorů a zvládnání výzev digitálního světa The Role of the Family in Developing Seniors' Digital Skills and Meeting the Challenges of the Digital World	

Excesívne používanie internetu v kontexte rozvoja sebaregulácie u detí v rodičovskej výchove

Excessive Internet Use in the Context of Developing Self-Regulation in Children through Parental Upbringing

ABSTRACT

Virtuálny priestor sa v súčasnosti čoraz viac stáva dejiskom socializácie detí a mládeže. Nadmerné trávenie času detí a mládeže v prostredí internetu je aktuálne často skloňovaná téma v teoretickej i odbornej verejnosti. Excesívne používanie internetu predstavuje v súčasnosti závažný problém, ktorý môže narušiť zdravý fyzický, psychický a sociálny vývin jednotlivca. Rodičovská výchova zohráva v riešení uvedenej problematiky nezastupiteľné miesto. Rozvoj sebaregulácie u detí sa javí ako efektívny prostriedok pri eliminácii excesívneho používania internetu. Cieľom uvedeného príspevku je poukázať na závažnosť excesívneho používania internetu a zdôrazniť vplyv rodiny na rozvoj sebaregulácie u detí. Predkladaný príspevok je výstupom projektu KEGA č. 024UMB-4/2022 *Prevencia online rizikového správania*.

Kľúčové slová: excesívne používanie internetu, rodina, dieťa, sebaregulácia, sebakontrola

ABSTRACT

The virtual space is increasingly becoming a venue for the socialization of children and youth. Excessive time spent by children and youth in the online environment is a frequently discussed topic among both theoretical and professional audiences. Excessive Internet use represents a serious issue today, which can disrupt the healthy physical, psychological, and social development of an individual. Parental upbringing plays an irreplaceable role in addressing

this issue. The development of self-regulation in children appears to be an effective means of mitigating excessive Internet use. The aim of this contribution is to highlight the severity of excessive Internet use and emphasize the influence of the family on the development of self-regulation in children. This paper is an output of the KEGA project no. 024UMB-4/2022 *Prevention of online risky behavior*.

Keywords: excessive Internet use, family, children, self-regulation, self-control

1.1. Úvod

Virtuálny priestor sa v súčasnosti stáva čoraz častejšie dejiskom života detí a mládeže. Pre dnešnú mladú generáciu predstavuje prostredie internetu zdroj edukácie, socializácie, zábavy a oddychu. Na druhej strane čas, ktorý detí a mládež trávia na internete sa predlžuje a nie vždy je trávený zmysluplne a neohrozujúco.

Nadmerné alebo excesívne používanie internetu predstavuje v súčasnosti závažný problém, ktorý môže narušiť zdravý fyzický, sociálny a psychický vývin jednotlivca. Rodičia zohrávajú v riešení uvedenej problematiky dôležitú úlohu. Svojim výchovným prístupom môžu naučiť deti potrebným zručnostiam a schopnostiam, ktoré prispejú k eliminácii excesívneho používania internetu.

Súčasná empirická poznania nám už dnes ukazuje, ktoré schopnosti a zručnosti sú v súvislosti s používaním internetu dôležité. Schopnosť sebakontroly a sebaregulácie sa javí ako efektívna zručnosť v mnohých sférach života, vrátane používania internetu. Jej rozvoj je dôležitý už v útlom detstve, teda v období, keď rodičia a blízky zohrávajú významnú úlohu v živote dieťaťa.

1.2. 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.

Doplníme, 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 závislé používanie internetu (významnosť, zmena nálad, tolerancia, abstinenčné 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 27,4%, 7% detí a mladých (Holdoš et al., 2023). Dulovics et al. (2023) identifikovali 56,6% excesívnych používateľov na základných školách.

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 koníčky, zvýšené napätie v sociálnych interakciách, ale i psychické problémy ako úzkosť, depresiu, nízke sebahodnotenie.“

1.3. Sebakontrola a sebaregulácia vo výskumných zisteniach

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.

Čerešník (2019), ktorý sa venuje skúmaniu intrapersonálnych faktorov, si kladie otázku, či existujú isté faktory, ktoré by jednotlivca mohli chrániť pred rizikovým správaním „*Môžeme povedať, že áno, existujú.*“ Pomenúva ich ako spúšťače – rizikové faktory a ochranné – protektívne faktory, pričom autor ich delí nasledovne: na individuálne, rodinné a sociálne. Medzi individuálne protektívne faktory súvisiace s online rizikovým správaním, (Holdoš, 2013; Šavrnichová 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 sebakontrolu:

- *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 sústreďí 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, potláčanie (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, Choo et al. (2011) zistili, že osoby s väčšou impulzivitou, 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.

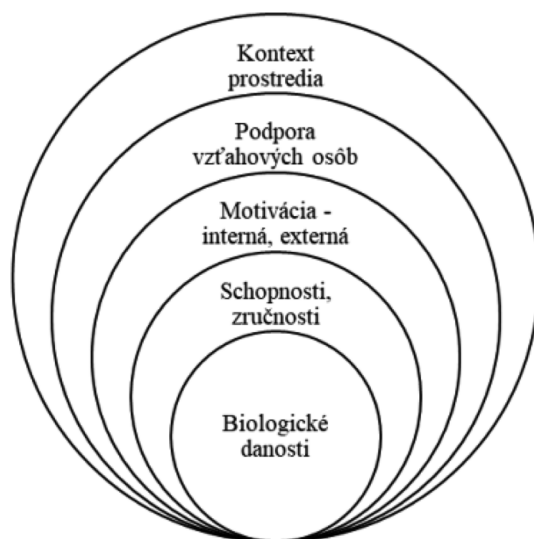
Podobné zistenia zaznamenal aj výskum La Rose et al. (2003), ktorý potvrdil, že nedostatočná sebaregulácia pozitívne a výrazne súvisela s používaním internetu. Cieľom štúdie Blachnio & Przepiorka (2016) bolo preskúmať, či nedostatočné zdroje sebakontroly a sebaregulácie používateľov Facebooku súviseli 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.

1.4. Vplyv rodiny na rozvoj sebaregulácie

Pri dosahovaní svojich zámerov používa dieťa rôzne sebaregulačné mechanizmy a stratégie, ktorých efektivitu priamo či nepriamo zároveň i testuje. Ako vyplýva zo schémy č. 1., voľba postupov a stratégií závisí od biologických daností, získaných a naučených schopností či skúseností. Dôležitým faktorom je i motivácia, ktorá podporuje snaženie dieťaťa napriek pôsobiacim vonkajším podnetom a osobným potrebám, ktoré sa menia v čase. V neposlednom rade podpora vzťahových osôb, ale i kontext prostredia zohráva v rozvoji sebaregulácie nezastupiteľné miesto.

Medzi najdôležitejšie prvky, ktoré pôsobia na rozvoj sebaregulácie dieťaťa a zároveň sa spolupodieľajú pri jej uplatňovaní, patria exekutívne funkcie a regulácia vlastných emócií. Funkcia exekutívnych mechanizmov súvisí so schopnosťou vedome

a cielene organizovať vlastný myšlienkový obsah a regulovať emócie, na základe ktorých dieťa následne koná. Keďže rozvoj úrovne exekutívnych funkcií a emocionálnej regulácie sa vyvíja počas celého detstva, práve sociálne prostredie a najmä rodičia alebo blízke osoby, zohrávajú v rozvoji sebaregulácie dôležitú úlohu. V tomto sociálnom učení dochádza k poskytovaniu vzorov, ale i usmerňovaniu prejavov dieťaťa v situáciách, v ktorých ešte samo nevie zvoliť vhodné správanie. Rodina tak vytvára príležitosti pre preberanie efektívnych stratégií a postupov, ktorými sa dieťa učí regulovať vlastné správanie a dosahovať ciele (Rosanbalm & Murray, 2017).



Obrázek 1. Faktory prispievajúce k sebaregulácii

Zdroj: Rosanbalm & Murray (2017, s. 2).

Osobnosť rodičov a blízkych, ich vzájomné vzťahy a kvalita spolužitia prispievajú k formovaniu schopnosti sebaregulácie dieťaťa. Rodičovské vzory, ktoré dieťa pozoruje a napodobňuje mu v *ideálnom prípade* umožňujú imitovať spôsoby, ktoré ho učia odolať aktuálnym impulzom a zároveň z dlhodobejšej perspektívy predstavujú sociálne prijateľné spôsoby myslenia, prežívania a správania. Počas uvedeného sociálneho učenia plnia rodičia úlohu tzv., *externého regulátora*. Ide najmä o poskytnutie usmernenia v podobe overených stratégií v situáciách, kedy dieťa nedokáže samo zvládnuť svoje správanie. Deti si vďaka týmto skúsenostiam postupne osvojujú efektívne stratégie a tým posilňujú vlastný sebaregulačný systém. Uvedené podporujú aj zistenia Karremana et al. (2006) ktorí analyzovali výsledky 41 štúdií zameraných na rozvoj rôznych prístupov k sebaregulácii u detí vo veku od 2 do 5 rokov. Z troch nasledovných prístupov: pozitívna regulácia, negatívna regulácia a vnímavý prístup sa

potvrdilo, že najvyšší význam pri rozvoji sebaregulácie mala pozitívna regulácia. Uvedený prístup je charakteristický jasnými pravidlami, zrozumiteľným a pozitívne orientovaným vedením. Na druhej strane negatívna/mocenská regulácia, ktorej podstatou je hnev, necitlivosť, kritika, ale i fyzický zásah, neprispela k podpore efektívnych sebaregulačných stratégií. V poslednom vnímavom prístupe nebol zaznamenaný významný súvis.

Rosanbalm & Murray (2017) dodávajú, že kapacita rodičov ako externých regulátorov býva do značnej miery závislá na ich vlastných sebaregulačných schopnostiach. Morawska et al. (2019) dopĺňa, že ak sú rodičovské sebaregulačné schopnosti nedostatočné, vzniká veľký predpoklad, že rodičia nebudú vedieť zmeniť stavy dysregulácie vlastného dieťaťa. V takomto prípade autorka navrhuje intervenciu zameranú na podporu rodičovských kompetencií. Jedná sa o poradenstvo zamerané na posilnenie rodičovských sebaregulačných mechanizmov, ktorého cieľom je optimalizácia výchovného pôsobenia. Rodičia sa prostredníctvom mentorov učia ako byť vnímaví prítomní, ako rešpektovať autonómiu a pocity dieťaťa, ako efektívne komunikovať s dieťaťom, ako využívať prvky pozitívnej regulácie a ako viesť deti k preberaniu zodpovednosti rešpektujúcim a nevtieravým spôsobom.

Dôležitým aspektom pri rozvoji sebaregulácie dieťaťa je i vnútorná motivácia. Práve ona udržuje dieťa v činnosti, ktorá si vyžaduje zvýšené úsilie a prispieva k potlačeniu momentálnych pohnútok. Zimmerman (2005) dodáva, že v takomto prípade sú významné vnútorné presvedčenia, ako napríklad dôvera vo vlastné schopnosti a možnosti, vedomie prínosu určitého správania, osobné záujmy, hodnoty a orientácia na cieľ. Na úspešne formovanie uvedených presvedčení má rovnako vplyv sociálne prostredie rodiny a blízkych vzťahov. V tejto súvislosti Lee et al. (2008) zistili dôležitosť významu dôvery vo vlastné schopnosti. Výskum potvrdil, že deti, ktorým bolo prezentované, že sú svojim okolím vnímané ako trpezlivé (nálepkovanie), obstáli lepšie pri vykonávaní nezáujmavej činnosti. Rovnako dosahovanie osobných záujmov sa vo výskume Bernier et al. (2010) ukázalo ako významný motivačný činiteľ pri podpore sebaregulácie. Rodičovský prístup zameraný na podporu autonómie dieťaťa pri dosahovaní zámerov a cieľov sa ukázal významnejší než prejavy verbálneho usmerňovania dieťaťa.

Kováčová (2021) dodáva, že pri nácviku sebaregulačných schopností by dieťa malo byť opakovane vystavené situáciám, ktoré poskytujú priestor pre upevňovanie sebaregulačných stratégií v špecifickej i nešpecifickej oblasti. Ide o vytvorenie zrozumiteľných a dosiahnuteľných cieľov a facilitovanie dodržiavanie dohodnutých pravidiel. Uvedené do značnej miery prispieva k tomu, aby dieťa mohlo úspešne splniť úlohu. Rosanbalm & Murray (2017) odporúčajú zaradiť do programu cyklickosť

zažívania podobných situácií, pri ktorých vie dieťa nielen predvídať čo bude nasledovať, ale má možnosť i testovať svoje reakcie v rôznych oblastiach regulácie svojho správania.

Dodávame, že externá regulácia rodičov v procese rozvoja sebaregulácie môže byť realizovaná v rámci bežných výchovných situácií. Účinnosť sebaregulácie sa zvyšuje pozitívnym prístupom rodičov a blízkych. Uvedený prístup využíva najmä modelové situácie, posilňujúce vhodné správanie, ktoré poskytujú dieťaťu spätnú väzbu a oceňovanie.

1.5. Záver

V závere môžeme vyjadriť, že rodina predstavuje pre dieťa prvú dôležitú formu sociálneho učenia, ktoré má pre úspešný vývin dieťaťa nezastupiteľné miesto. Súčasnú deti, ktoré žijú v digitálnom svete, práve viac ako inokedy, potrebujú nadobudnúť sociálne zručnosti ako je i sebaregulácia, ktorá im môže výrazne pomôcť pri efektívnom a neexcesívnom používaní internetu.

References

- 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>
- Bernier, A., Carlos, M., & Whipple, N. (2010). From external regulation to self-regulation: Early parenting precursors of young children's executive functioning. *Child Development*, 81(1), 326–339. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01397.x>
- 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.
- Čerešník, M. (2019). *Rizikové správanie, blízke vzťahy a sebaregulácia dospelujúcich v systéme nižšieho sekundárneho vzdelávania*. SPU.
- 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.
- Karreman, A., Van Tuijl, C., Van Aken, M. A. G., & Dekovič, M. (2006). Parenting and self-regulation in preschoolers: A meta-analysis. *Infant and Child Development*, *15*, 561–579. <https://doi.org/10.1002/icd.478>
- Kováčová, B. (2021). Konkretizácia a špecifiká konceptov pomoci vo včasnej intervencii. *Studia Scientifica Facultatis Paedagogicae*, *20*(3), 11–24.
- 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/S1532785XMEP0503_01
- Lee, P., Lan, W., Wang, C., & Chiu, H. (2008). Helping young children to delay gratification. *Early Childhood Education Journal*, *35*(6), 557–564. <https://doi.org/10.1007/s10643-008-0240-9>
- 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.
- Morawska, A., Dittman, C. K., & Rusby, J. C. (2019). Promoting self-regulation in young children: The role of parenting interventions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *22*, 43–59. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00281-5>
- Rosanbalm, K. D., & Murray, D. W. (2017). *Promoting self-regulation in early childhood. A practice brief*. U.S. Department of Health and Human Services.
- Smahel, D., & Blinka, L. (2012). Excessive Internet use among European children. In *Children, risk, and safety on the internet* (pp. 191–204). <https://doi.org/10.1332/policypress/9781847428837.003.0015>
- Šavrnocová, 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>
- Zimmerman, G. (2005). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In Bockaerts, M., Pintrich, P. R., & Zeidner, M. *Handbook of self-regulation* (pp. 13–40). San Diego, CA: Elsevier Books.
- 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>

The topic of this book is both serious and highly relevant. The lives of contemporary families are marked by numerous factors and a high degree of dynamism, which places them in very challenging situations. Most studies highlight these issues and attempt to contribute to their resolution. I believe that the findings presented in this publication may be of interest not only to specialists and students but also, and perhaps most importantly, to teachers, school principals, professionals involved in the practical aspects of prevention and organization, as well as those working with families. Therefore, the contents of this book may also serve as a source of practical suggestions for actions in this area.

Z recenzji

Prof. PhDr. Blahoslav Kraus, CSc.

Wydawnictwo Naukowe Akademii WSB
41-300 Dąbrowa Górnicza, ul. Ciepłaka 1c | www.wsb.edu.pl

Akademia WSB
WSB University

