

Studijní text k projektu

**Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

## **Kybernemoci a netolismus** (průvodce studiem)



René Szotkowski & Kamil Kopecký

Olomouc 2019

## Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

### Kybernemoci – úvod do problematiky

Nadměrné používání informačních a komunikačních technologií má na zdraví člověka velmi často negativní dopad. Ten se projevuje např. nárůstem počtu obézních dětí, zvýšením počtu očních onemocnění, rozvojem cukrovky, onemocnění srdce apod. S nadměrným používáním informačních a komunikačních technologií se však pojí také celá řada onemocnění, se kterými jsme se v minulosti běžně neselekávali. Ta se označují jako tzv. kybernemoci. A právě na ně se zaměříme v našem dnešním článku.

Kybernemoci se týkají jak fyzického, tak i duševního zdraví člověka a setkává se s nimi téměř každý aktivní uživatel digitálních technologií.

### Vybrané kybernemoci:

#### Tabletové rameno

Jde o specifickou bolest způsobenou nepřírodnou polohou (krčením se) nad tabletem, smartphonem apod. Tablet totiž často používáme tak, že ho máme položený na novou, v klíně nebo ho držíme v rukách, a právě v této poloze dochází k velkému předklonu a předsunutí krční páteře u hlavy. Výsledkem je přetížení ramenních svalů a následné bolesti hlavy, paží, předloktí a rukou, stejně tak se mohou rozvíjet i degenerativní změny na páteři.

Podle Michaely Tomanové, primářky Rehabilitačního ústavu v Brandýsu nad Orlicí, je důležité opřít si ruce například o trup nebo o stůl. Pokud pracujeme s tabletem, můžeme využít stojánek a zařízení v rukách vůbec nedržet. Doma nebo jinde, kde se můžeme volně relaxačně položit třeba na sedačku, se pak snažíme, abychom měli tablet položený na nohou nebo na polštáři. Je třeba mít povolené svaly trupu a těla včetně horních končetin a „jen“ používat ruce. ([Zdroj](#))

#### Syndrom esemeskového krku

Syndrom esemeskového krku je způsoben špatným, nefyziologickým postavením těla při manipulaci se smartphonem při psaní zpráv či surfování internetem. Díky špatnému nefyziologickému postavení těla se zvětšuje jeho nerovnováha a přetížení. Abychom se bolesti vyhnuli, je důležité mít hlavu v menším předklonu, nedívat se na telefon dolů, ale co nejvíce před sebe. ([Zdroj](#))

#### Syndrom počítačové myši - tzv. myšitida

Termínem myšitida označujeme onemocnění, které vzniká při přetěžování vazivových struktur a svalů ruky, zápěstí, předloktí, a dokonce i v oblasti lokte. Postihuje tedy především osoby, které aktivně a dlouhodobě pracují s počítačovou myší (zpravidla bez potřebné ergonomické podpory zápěstí), tabletem či telefonem. Obdobné problémy nejsou žádnou novinkou, avšak v dřívějších letech byly spíše u lidí pracujících manuálně nebo při dlouhotrvajících neměnných polohách ruky. ([Zdroj](#)) Myšitida se projevuje bolestí, tuhnutím zápěstí a prstů, ztrátou síly či pružnosti kloubů.

#### Syndrom falešného zvonění (fantomové vibrace)

O syndromu falešného zvonění (tzv. fantomové vibrace) jsme vás informovali v našem předcházejícím článku o [nomofobii](#). Jde o poruchu vnímání projevující se neexistujícím zvoněním případně vibrací

## Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

**mobilního telefonu.** Jednoduše máme pocit, že nám telefon v tichém režimu vibruje, přestože to tak není.

Podle Roberta Rosenbergera ze School of Public Policy, který vystupuje v nedávném videoklipu na téma fantomových vibrací, tuto halucinaci prožívá na vcelku běžné bázi například devadesát procent studentů středních škol. Nejen podle jeho názoru jde o halucinaci: to protože mozek reaguje na podnět, který není skutečný.

### Nomofobie a syndrom FOMO

Mezi kybernemoci řadíme také tzv. nomofobii a syndrom FOMO, které podrobněji popisujeme v samostatných textech. **Nomofobie je strach z toho, že mobilní telefon z nějakého důvodu nemůžeme používat.** Nomofobie vzniká jako produkt interakce mezi lidmi, informacemi a komunikačními technologiemi a postihuje velkou část populace mladých lidí. (Více [zde](#).) Syndrom FoMO (z anglického „fear of missing out“, tedy „strach z toho, že něco zmeškáme, propásneme“) je druhem behaviorální závislosti, která se projevuje tím, se **chceme mít neustále přehled o tom, co se děje, snažíme se kontrolovat dění v prostředí sociálních sítí a svým způsobem předběhnout samotné události** (FOMO se váže na jiné vnímání času). To se projevuje zejména tak, že jsme v podstatě neustále online. Podrobnosti o syndromu FOMO naleznete např. [zde](#).

### Technostres

Technostres definoval v roce 1984 americký psychoterapeut Craig Brod jako **moderní nemoc způsobenou neschopností jedince vyrovnat se s novými informačními a komunikačními technologiemi** (ICT) psychicky zdravým nebo pozitivním způsobem (Brod, 1984). Další autoři (Rosen, Weilová) definují technostres jako civilizační chorobu, specifický druh stresu, projevující se nutkavou potřebou být neustále on-line, být „na příjmu“ a vstřebávat další a další informace. ([Zdroj](#)) Nejlepší prevencí před následky technostresu je především omezení používání smartphonů, tabletů a dalších IT nástrojů a navazující psychohygiena - kombinování různých aktivit, ve kterých aktivně nepracujeme s IT nástroji (pohyb, relaxace, příroda atd.)

### Kyberchondrie

Kyberchondrie (cyberchondria) úzce souvisí s hypochondrií, projevuje se totiž **vyhledáváním příznaků onemocnění na internetu, jež často vede k neurózám, úzkosti a iracionálním obavám o vlastní život.** Kyberchondrie podněcuje projevy hypochondrie díky snadno dostupnému obrovskému množství informací umístěných na webu. Informace - často vytržené ze souvislostí - vyvolávají zvýšené znepokojení uživatelů bez lékařského vzdělání, kteří nedokáží odlišit závažnost a věrohodnost údajů získaných z online vyhledávače. ([Zdroj](#))

### Technoference

Termínem technoference označujeme **potřebu neustále přerušovat běžné aktivity, jako je konverzace, jídlo, sport nebo i sex kontrolováním mobilů či jiných elektronických zařízení.** Technoference zasahuje také do partnerských a rodinných vztahů a má na ně negativní dopad ([Zdroj](#)).

## Studijní text k projektu

### Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

#### **Kyberzávrť (cyber dizziness, digitální pohybová nemoc)**

Termínem kyberzávrť popisujeme **dezorientaci a pocity závratí způsobené novým nebo nepřehledným digitálním prostředím**, třeba po aktualizaci software (změní se rozložení ikon, barevnost, poruší se stereotyp, na který jsou uživatelé navyklí). Kyberzávrť se ale také **objevuje při příliš rychlém scrollování obrazovkou, nebo například při sledování filmu plným rychlých vizuálních efektů**.

#### **Digitální amnézie (Google efekt)**

Termín digitální amnézie označuje **tendenci rychle zapomínat informace, které lze vyhledat prostřednictvím internetu** (především prostřednictvím Google, odtud "Google efekt"). Lidé postižení Google efektem nemají potřebu pamatovat si informace, které budou dostupné později, a spíše si pamatují, kde informace naleznou.

#### **Online závislosti – úvod do problematiky**

S masivním využíváním internetových služeb a nových technologií je stále více diskutována otázka, zdali se tyto nové nástroje nepodílejí na vzniku závislosti či závislostního chování spojeného právě s jejich používáním. Online behaviorální závislosti tak představují další z rizik, kterým jsou děti i dospělí uživatelé internetu denně vystaveni. U dětí je závislostní chování spojeno především s využíváním sociálních sítí a online her.

Termínem *netolismus* označujeme *závislost* (závislostní chování či závislost na procesu) *na tzv. virtuálních drogách. Mezi ně patří zejména počítačové hry, sociální sítě, internetové služby (různé formy chatu), virální videa* (Kopecký, Szotkowski, & Krejčí, 2015; Tomczyk & Wąsiński, 2014), *ale také např. online gambling (online sázení) či aktivity spojené s kybersexem* (Vondrackova & Smahel, 2012).

Je třeba říci, že ve vztahu k závislostem a závislostnímu chování v prostředí internetu neexistuje ustálená definice. Beard a Wolf definují závislost na internetu jako používání internetu, které s sebou přináší do života jedince psychologické, sociální, pracovní nebo školní komplikace (Beard & Wolf, 2001). Shapira (Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla, & McElroy, 2000) pak popisuje závislost na internetu jako neschopnost jedince mít kontrolu nad svým užíváním internetu, jako kompulzivní nadužívání internetu a podrážděné nebo náladové chování v důsledku nemožnosti jeho užívání. Z výše uvedeného je zřejmé, že se tedy jedná o psychickou/behaviorální závislost, nikoli o závislost fyzickou, ke které dochází při konzumaci návykových látek (alkohol, nikotin, opiáty atd.).

**Obecně jsou podle WHO (WHO, 2015) definovány podmínky závislosti na návykových látkách takto:**

- a) *silná touha nebo pocit puzení užívat látku,*
- b) *potíže v kontrole užívání látky, a to pokud jde o začátek a ukončení nebo o množství látky,*
- c) *užívání látky k odstranění abstinenčních příznaků,*
- d) *průkazná tolerance (vyžadování vyšších dávek látky, aby se dosáhlo účinků původně vyvolaných nižšími dávkami),*
- e) *postupné zanedbávání jiných potěšení a zájmů ve prospěch užívané psychoaktivní látky a zvýšené množství času potřebného k získání nebo užívání látky,*
- f) *pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků.*

## Studijní text k projektu

### **Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

Nahradíme-li termín *návyková látka* termínem *návykový proces (behaviorální závislost)*, můžeme snadno znaky závislosti vyzorovat i v samotném netolismu (Hlaváč, 2015) – např. silnou touhu zapnout počítač bez jasného cíle, zkontrolovat SMS, zkontrolovat statuty na sociální síti, neschopnost vymezit si začátek a konec aktivit na internetu, postupně zanedbávat další aktivity atd.

Nabízí se však otázka, zdali závislost na internetu vůbec existuje. Jde totiž o to, zda je internet či jeho jednotlivé aplikace prediktorem či mediátorem patologie. Toto dilema vyjádřil psycholog Mark Griffiths termíny *addiction to the internet* a *addiction on the internet* (Griffiths, 2000). První pojem znamená, že si jedinec určitou patologii s sebou přináší a na internetu pouze nalézá prostředí pro její projevení. Patologie by se ale projevila tak či onak (Blinka, 2015). Druhý pojem popisuje situaci, kdy byla patologie (spolu)způsobena charakteristikou média – jedinec by tedy v případě, že by na problematickou aplikaci narazil, problémy neměl. V realitě se však objevuje nejčastěji kombinace obou složek.

**Závislostní chování ve vztahu k internetu lze rozdělit do pěti základních kategorií (K. S. Young, 2004):**

1. *Závislost na virtuální sexualitě (kompulzivní používání webových stránek pornografického zaměření).*
2. *Závislost na virtuálních vztazích (nadměrné věnování se virtuálním vztahům).*
3. *Internetové kompulze (např. hraní online počítačových her či internetové nakupování).*
4. *Přetížení informacemi (nadměrné surfování na internetu nebo hledání v databázích).*
5. *Závislost na počítači (nadměrné hraní počítačových her).*

Posledně zmíněná závislost na online počítačovém hraní (internet gaming disorder) byla zařazena do dodatků DSM5 (American Psychiatric Association, 2013) a objevuje se i v 11. revizi Mezinárodní klasifikaci nemocí (ICD-11) (Grant et al., 2014). Přesto však bylo v obou případech shledáno, že plnohodnotné uznání této diagnózy je předčasné, zároveň však byla konstatována významnost online závislosti jako fenoménu 21. století (Blinka, 2015). Jedinou oficiální diagnózou v této kategorii však představuje pouze patologické hráčství.

Stále více výzkumníků se rovněž snaží zjistit, jak moc je závislostní chování ve vztahu k online prostředí v jednotlivých zemích světa rozšířeno. K diagnostice a měření prevalence pak využívají zejména testy IAT a CIAS-R. Zkratka IAT označuje test internetové závislosti – Internet Addiction Test, vytvořený americkou psycholožkou Kimberley Young (Kimberly S Young, 2008). CIAS-R je označení pro závislostní škálu, v originále Revised Chen Internet Addiction Scale (CIAR-R), která je využívána k měření internetové závislosti zejména v Číně a Hong-Kongu (Mak, Lai, Ko, et al., 2014).

Netolismus je vnímán jako závažný problém zejména v asijských zemích – výzkum, realizovaný v Číně, Hong-Kongu, Japonsku, Jižní Koreji, Malajsii a na Filipínách (Mak, Lai, Watanabe, et al., 2014) zjistil u více než 5 000 dětí ve věku 12–18 let vysokou prevalenci závislosti na online hrách – od 11 % v Číně po 39 % v Japonsku. Nejvíce asijských internetových závislých však bylo diagnostikováno na Filipínách – 5 % (podle IAT) a 21 % (podle CIAS-R).

## **Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

V letech 2011–2012 proběhl výzkum zaměřený na internetové závislostní chování (Research on Internet Addictive Behaviours among European Adolescents) také ve vybraných zemích Evropy (Tsitsika, Janikian, Mavromati, Tzavela, & Consortium, 2012). Výzkum proběhl ve Španělsku, Nizozemí, Německu, Polsku, Řecku, Rumunsku a Islandu a zapojilo se do něj více než 13 000 dětí ve věku 14–17 let. Podle jeho výsledků vykazuje znaky online závislosti 21,3 % španělských dětí, následovaných Rumunskem (16 %), Polskem (12 %), Nizozemím (11,4 %), Řeckem (11 %), Německem (9,7 %) a Islandem (7,2 %).

Podle profesora Michala Miovského z Kliniky adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze vykazuje znaky závislosti na počítačových hrách 1–5 % českých dětí. Jako na závislé pohlíží odborníci na osoby, které tráví hraním počítačových her v průměru kolem 40 hodin týdně. U nich hrozí podobné znaky chování jako u lidí, kteří jsou závislí na látkových drogách – například přetrhání společenských vazeb, problémy v osobních vztazích, ale i zdravotní komplikace kvůli nedostatku pohybu (Skoupá, 2015).

Výzkum EU Kids Online II (Helsper, Kalmus, Hasebrink, Ságvári, & de Haan, 2013) ukázal, že pro české děti a dospívající je typická větší zaujatost online hraním, než byla běžná ve většině jiných evropských zemí – počet intenzivních hráčů v České republice dosahoval až 19 % vzorku. Podobných výsledků pak dosahovali dětské hráči z Dánska, Estonska, Rumunska, Bulharska, Kypru a Litvy.

### **Znaky závislosti na online hře – diagnostické minimum**

Při diagnostice úrovně závislosti na online hře lze využít diagnostická kritéria, která pro potřeby diagnostiky závislostního chování sestavil Mark Griffiths (Griffiths, 2005). Jakékoli chování, které naplňuje šest níže uvedených kritérií, může být považováno za závislost.

Mezi diagnostická kritéria patří:

- 1. Saliance – aktivita se stane tím nejdůležitějším v životě jedince, který tráví většinu času jejím vykonáváním či úvahami nad ní.**
- 2. Změny nálad – hra má na psychiku jedince prokazatelný účinek, probíhá střídání vzrušení, úlevy apod.**
- 3. Tolerance – hráč potřebuje k dosažení efektu více aktivity než na počátku.**
- 4. Syndrom z odnětí – v případě přerušeni či nedostupnosti hry se objevuje podrážděnost, náladovost, výbuchy hněvu.**
- 5. Konflikt – hra vyvolává problémy – narušuje např. vztahy v zaměstnání, ovlivňuje prospěch, dochází ke ztrátě kontroly, výčtkám apod.**
- 6. Relaps – neúspěšné pokusy odvyknout, návrat k původním vzorcům chování.**

Pokud se při diagnostice neobjeví konflikt, využívá se místo termínu závislost termín excesivní užívání (Blinka, 2015) – např. jedinec může trávit velké množství času hraním, které však nenarušuje jeho běžné fungování.

## Studijní text k projektu

### **Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

Při diagnostice a zejména preventivních aktivitách je třeba uvědomit si, že existují specifické biopsychosociální faktory, které zvyšují šanci, že by se u hráče rozvinula patologie. Jedná se především o:

1. *Psychopatologické faktory*: ADHD, depresivní a úzkostné stavy, sociální fobie, obsedantně-kompulzivní symptomy (Jang, Hwang, & Choi, 2008; Ko et al., 2006; Kulman & Delay, n.d.)
2. *Osobnostní rysy*: hyperaktivita a impulzivita, vysoká úroveň dimenze temperamentu, nízká úroveň dimenze závislosti na odměně. (Alavi et al., 2012; Ko et al., 2006; Kuss, Griffiths, & Binder, 2013)
3. *Vzorové užívání internetu*: vysoký počet hodin strávených na internetu, využívání problémových aplikací apod. (Kuss et al., 2013)
4. *Aktuální situací*: osamělost, stres, partnerské, pracovní a studijní problémy. (Alavi et al., 2012; Kimberly S Young, 1999)

## Studijní text k projektu

### Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci

#### Použitá literatura

Tabletové rameno, kyberchondrie, technostres. Nové nemoci digitální doby. OnaDnes.cz. [https://ona.idnes.cz/digitalni-nemoci-tabletove-rameno-kyberchondrie-technostres-zavislost-1o2-/zdravi.aspx?c=A170511\\_193934\\_zdravi\\_brv](https://ona.idnes.cz/digitalni-nemoci-tabletove-rameno-kyberchondrie-technostres-zavislost-1o2-/zdravi.aspx?c=A170511_193934_zdravi_brv)

Kapesní halucinace: Vibrace a vyzvánění mobilních telefonů jsou občas jen ve vaší hlavě. Reflex. <https://www.reflex.cz/clanek/zivot-a-styl/68467/kapesni-halucinace-vibrace-a-vyzvaneni-mobilnich-telefonu-jsou-obcas-jen-ve-vasi-hlave.html>

BROD, Craig. Technostress: The Human Cost of the Computer Revolution. Reading, Massachusetts: Addison-Wesley, 1984. 242 s.

Kyberchondrie aneb Podle Googlu je mi všechno: Trpíte jí i vy? Aktualne.cz. <https://zena.aktualne.cz/zdravi/hypochondr-pomoc-je-mi-uplne-vsechno/r~ec92ed0a8ee911e682470025900fea04/>

Myšitida je nejčastější nemoc moderní doby. Frekvence 1. <https://www.frekvence1.cz/clanky/mysitida-je-nejcastejsi-nemoc-moderni-doby-jak-se-projevuje.shtml>

Nepodceňujte myšitidu, nejčastější nemoc současnosti. Ženy pro ženy. <http://www.zenyprozeny.cz/art/8031-nepodcenujte-mysitidu-nejcastejsi-nemoc-soucasnosti/>

Cyber Dizziness: The Overlooked Problem of the 21st Century. Asbury Family Chiropractic. <https://asburyfamilychiropractic.com/cyber-dizziness-the-overlooked-problem-of-the-21st-century/>

Digitální amnézie. Víte, že kvůli Googlu jste čím dál tím hloupější? Roklen24. <https://roklen24.cz/a/pQCHX/digitalni-amnezie-vite-ze-kvuli-googlu-jste-cim-dal-tim-hloupejsi>

Alavi, S. S., Ferdosi, M., Jannatifard, F., Eslami, M., Alaghemandan, H., & Setare, M. (2012). Behavioral Addiction versus Substance Addiction: Correspondence of Psychiatric and Psychological Views. *International Journal of Preventive Medicine*, 3(4), 290–4. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22624087>

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders : DSM-5*. American Psychiatric Association. Retrieved from [https://books.google.cz/books/about/Diagnostic\\_and\\_Statistical\\_Manual\\_of\\_Men.html?id=JivBAAAQBAJ&source=kp\\_cover&redir\\_esc=y&hl=cs](https://books.google.cz/books/about/Diagnostic_and_Statistical_Manual_of_Men.html?id=JivBAAAQBAJ&source=kp_cover&redir_esc=y&hl=cs)

Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Internet addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 4(3), 377–382.

Blinka, L. (2015). *Online závislosti (1st ed.)*. Brno: Grada Publishing, a.s.



## Studijní text k projektu

### **Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

Blum-Ross, A., & Livingstone, S. (2016). MEDIA POLICY BRIEF 17 Families and screen time : Current advice and emerging research, 52. Retrieved from <http://eprints.lse.ac.uk/66927/%5Cnhttp://blogs.lse.ac.uk/mediapolicyproject/%5Cn>

Grant, J. E., Atmaca, M., Fineberg, N. A., Fontenelle, L. F., Matsunaga, H., Janardhan Reddy, Y. C., ... Stein, D. J. (2014). Impulse control disorders and 'behavioural addictions' in the ICD-11. *World Psychiatry: Official Journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 13(2), 125–7. <https://doi.org/10.1002/wps.20115>

Griffiths, M. (2000). Does Internet and Computer 'Addiction' Exist? Some Case Study Evidence. *CyberPsychology & Behavior*, 3(2), 211–218. <https://doi.org/10.1089/109493100316067>

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>

Helsper, E. J., Kalmus, V., Hasebrink, U., Ságvári, B., & de Haan, J. (2013). Country classification: opportunities, risks, harm and parental mediation. Retrieved from <http://eprints.lse.ac.uk/52023/>

Hlaváč, J. (2015). Netolismus. Virtuální závislost, nebo závislost na virtuálu? *Prevence*, (3), 6–8.

Jang, K. S., Hwang, S. Y., & Choi, J. Y. (2008). Internet Addiction and Psychiatric Symptoms Among Korean Adolescents. *Journal of School Health*, 78(3), 165–171. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2007.00279.x>

Ko, C.-H., Yen, J.-Y., Chen, C.-C., Chen, S.-H., Wu, K., & Yen, C.-F. (2006). Tridimensional Personality of Adolescents with Internet Addiction and Substance Use Experience. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 51(14), 887–894. <https://doi.org/10.1177/070674370605101404>

Kopecký, K. (2017). Online Blackmail of Czech Children Focused on 'Sextortion' (Analysis of Culprit and Victim Behaviors). *Telematics and Informatics*, 34(1), 11–19. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2016.04.004>

Kopecký, K., & Szotkowski, R. (2017). The Minecraft Phenomenon in the Czech Environment (Research Report). Olomouc. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.36727.42401>

Kopecký, K., Szotkowski, R., & Krejčí, V. (2015). Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu. (L. Ludíková, Ed.) (1st ed.). Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. <https://doi.org/10.5507/pdf.15.24448619>

Kulman, R., & Delay, J. (n.d.). 'One More Block!' Managing Your Child's Minecraft Obsession. Retrieved from <http://www.additudemag.com/slideshow/189/slide-1.html>

Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959–966. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.024>

Mak, K.-K., Lai, C.-M., Ko, C.-H., Chou, C., Kim, D.-I., Watanabe, H., & Ho, R. C. M. (2014). Psychometric properties of the Revised Chen Internet Addiction Scale (CIAS-R) in Chinese

## Studijní text k projektu

### **Podpora moderních trendů ve vzdělávání v pregraduální přípravě budoucích pedagogických pracovníků na Univerzitě Palackého v Olomouci**

adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42(7), 1237–45. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9851-3>

Mak, K.-K., Lai, C.-M., Watanabe, H., Kim, D.-I., Bahar, N., Ramos, M., ... Cheng, C. (2014). Epidemiology of internet behaviors and addiction among adolescents in six Asian countries. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 17(11), 720–8. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0139>

Shapira, N. a., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(1–3), 267–272. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(99\)00107-X](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(99)00107-X)

Skoupá, A. (2015, October 6). České děti jsou čím dál závislejší na počítačových hrách. Vina je však na straně rodičů. *Hospodářské Noviny*. Praha. Retrieved from <http://life.ihned.cz/zdravi/c1-64710810-ceske-deti-jsou-cim-dal-zavislejsi-na-pocitacovych-hrach-vina-je-vsak-na-strane-rodicu>

Tomczyk, L., & Wąsiński, A. (2014). THE FACTORS AND CONDITIONS OF NETOHOLOMISM IN THE PERSPECTIVE OF THE DIAGNOSTIC RESEARCH. *Media, Culture and Public Relations*, 7(438), 4–16.

Tsitsika, A. K., Janikian, M., Mavromati, F., Tzavela, E., & Consortium, the E. N. A. (2012). Research on Internet Addictive Behaviours among European Adolescents. Retrieved from <http://www.eunetadb.eu/files/docs/FinalResearchInternet.pdf>

Vondrackova, P., & Smahel, D. (2012). Internet Addiction. In *Encyclopedia of Cyber Behavior* (Vol. 4, pp. 754–767). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-4666-0315-8.ch063>

WHO. (2015). WHO | Lexicon of alcohol and drug terms published by the World Health Organization. Retrieved 17 May 2015, from [http://www.who.int/substance\\_abuse/terminology/who\\_lexicon/en/](http://www.who.int/substance_abuse/terminology/who_lexicon/en/)

Young, K. S. (1999). Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment. *Innovations in Clinical Practice* (Volume 17), 17(Volume 17), 19–31. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9120-x>

Young, K. S. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402–415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>

Young, K. S. (2008). Assessment of Internet addiction. The Center for Internet Addiction Recovery. Retrieved from [http://www.icsao.org/fileadmin/Divers\\_papiers/KYoung-internetaddiction5.pdf](http://www.icsao.org/fileadmin/Divers_papiers/KYoung-internetaddiction5.pdf)