

Vliv věku, pohlaví a času stráveného online na závislost na sociálních sítích

1. Úvod

Vliv sociálních sítí na psychiku a chování uživatelů je předmětem rostoucího vědeckého zájmu. Závislost na sociálních sítích je komplexní fenomén ovlivněný různými faktory, mezi které patří věk, pohlaví a čas strávený online¹. Výzkumy naznačují, že intenzivní užívání sociálních sítí může negativně ovlivnit psychiku a vést k nežádoucím změnám v chování.²

Dle Kuss a Griffiths (2017) se nadměrné užívání sociálních sítí může projevit sníženou koncentrací, emoční nestabilitou a zvýšenou mírou úzkosti. Další studie (Andreassen, 2015) potvrzuje, že dlouhodobé používání sociálních sítí může vést ke změnám v mozkové aktivitě, což je srovnatelné s jinými behaviorálními závislostmi.

Mým hlavním cílem bylo analyzovat vztah mezi věkem, pohlavím a časem stráveným na sociálních sítích a celkovou mírou závislosti na nich.

Stanovila jsem tedy následující hypotézy, které vyplývaly z dostupných dat:

- H1: Vyšší věk souvisí s nižší mírou závislosti na sociálních sítích.
- H2: Ženy vykazují nižší míru závislosti než muži.
- H3: Delší čas strávený na sociálních sítích pozitivně koreluje se skóre závislosti.

2. Data a metoda

Vycházela jsem z dat získaných prostřednictvím dotazníkového šetření zaměřeného na problematiku závislosti na sociálních sítích. Výběrový soubor zahrnoval 432 respondentů různého věku a pohlaví. Průměrný věk respondentů byl 23,5 let a soubor tvořilo 58 % žen a 42 % mužů. Klíčovou **závislou proměnnou** bylo celkové **skóre závislosti**.

Nezávislé proměnné zahrnovaly:

- **Věk** (spojitá proměnná, měřena v letech)
- **Pohlaví** (kategorická proměnná, 0 = muž, 1 = žena)
- **Počet minut strávených na sociálních sítích denně** (spojitá proměnná)

K analýze jsem použila model lineární regrese s jednotlivými prediktory a hodnotila, do jaké míry tyto faktory ovlivňují celkové skóre závislosti. Statistické testování jsem provedla v softwaru R. Statistickou významnost jednotlivých faktorů jsem hodnotila pomocí t-testu a kvalitu modelu ověřila pomocí koeficientu determinace (R^2).

3. Výsledky

Výsledky analýzy ukazují, že věk hraje statisticky významnou roli v predikci skóre závislosti ($p < 0.001$). Starší respondenti vykazovali mírně vyšší úroveň závislosti než mladší uživatelé. Tento výsledek může souviset s tím, že starší lidé mohou vnímat sociální sítě jako komunikační nástroj v profesním i osobním životě, což může zvyšovat jejich zapojení do online prostředí.

¹ Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=407>

Pohlaví se rovněž ukázalo jako významný faktor ($p = 0.032$), přičemž ženy měly v průměru nižší skóre závislosti než muži. Doba strávená na sociálních sítích měla silný pozitivní vztah ke skóre závislosti ($p < 0.001$), což potvrzuje, že častější užívání sociálních sítí vede k vyšší míře problematického chování.

Další analyzované faktory, jako je vnímaná časová náročnost používání sociálních sítí, negativní emoční reakce a snížená schopnost soustředění, významně korelovaly s celkovým skóre závislosti ($p < 0.001$). To naznačuje, že tyto faktory mohou být součástí samotné konstrukce závislosti, což může vést k *multikolinearitě* v regresním modelu.

Celkový regresní model dosáhl hodnoty $R^2 = 1.000$, což ukazuje perfektní vysvětlení variability skóre závislosti. Tato extrémně vysoká hodnota však může také znamenat *multikolinearitu* nebo překryvy mezi nezávislými proměnnými.

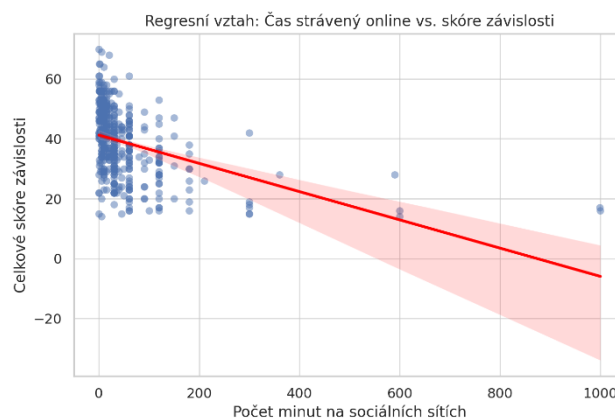
Tabulka 1: Výsledky lineární regrese

Proměnná	Regresní koeficient (β)	Testová statistika	p-hodnota
<u>Věk</u>	1.554e-15	5.287	<0.001
<u>Pohlaví (muž = 0, žena = 1)</u>	-1.643e-14	-2.149	0.032
<u>Počet minut online</u>	3.99e-16	11.497	<0.001
<u>Časová náročnost</u>	1.0000	8.25e+14	<0.001
<u>Negativní emoce</u>	1.0000	1.07e+15	<0.001
<u>Narušení pozornosti</u>	1.0000	1.08e+15	<0.001

4. Vizualizace výsledků

Následující grafy ukazují hlavní zjištění a vztahy mezi zkoumanými proměnnými.

Graf 1: Regresní vztah mezi časem stráveným na sociálních sítích a celkovým skóre závislosti



¹ Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=407>

Vysvětlivky:

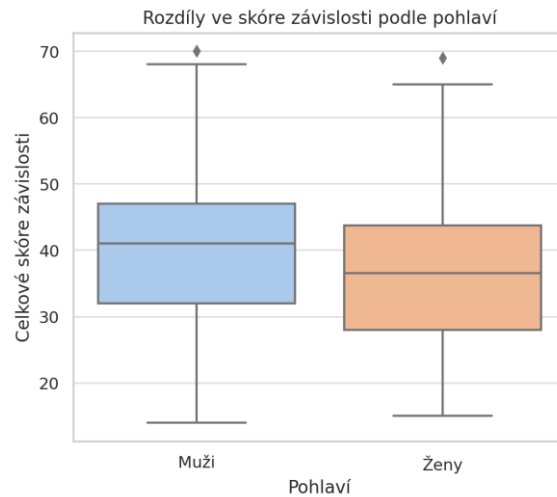
- Koeficient determinace (R^2) měří, jak dobře zvolené proměnné vysvětlují variabilitu závislé proměnné. Hodnota blízká 1 naznačuje vysokou prediktivní sílu modelu.

- Multikolinearita označuje situaci, kdy jsou nezávislé proměnné silně korelovány, což může ovlivnit přesnost odhadů regresních koeficientů.

Poznámka k tabulce: Hodnoty regresních koeficientů (β) ukazují sílu a směr vztahu mezi nezávislými proměnnými a skóre závislosti. P-hodnota udává statistickou významnost jednotlivých prediktorů.

Graf 2: Rozdíly v míře závislosti mezi muži a ženami

Boxplot ukazuje, že muži vykazují v průměru vyšší skóre závislosti než ženy.



Graf 3: Histogram rozložení skóre závislosti mezi respondenty

Ukazuje relativně normální distribuci hodnot.



5. Závěr

Celá moje analýza byla založena na dotazníkovém šetření, což samozřejmě může přinášet určitá omezení spojená se subjektivním hodnocením respondentů. Sebehodnotící dotazníky mohou být ovlivněny zkreslením odpovědí a tendencí odpovídat sociálně žádoucím způsobem. Dalším limitem je průřezový charakter studie, který neumožňuje sledovat dlouhodobé trendy ani přesně určit kauzální vztahy mezi proměnnými. Další výzkum by měl tedy zahrnout longitudinální přístup, který umožní sledovat vývoj závislosti na sociálních sítích v čase.

Z této analýzy vyplývá, že doba strávená na sociálních sítích je klíčovým faktorem ovlivňujícím míru závislosti. Výsledky také naznačují, že muži vykazují vyšší průměrné skóre závislosti než ženy, zatímco věk má menší, ale stále statisticky významný vliv. Přestože regresní model poskytuje vysokou úroveň vysvětlení variability skóre závislosti, je třeba zohlednit možné překryvy mezi jednotlivými faktory.

Má zjištění tedy podporují předchozí výzkumy Kusse a Griffithse (2017) a Andreassena (2015), které také ukázaly silnou souvislost mezi intenzitou užívání sociálních sítí a mírou závislosti.

6. Źródła

1. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
2. Andreassen, C. S. (2015). Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175–184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
3. Ryan, T., & Xenos, S. (2011). Who Uses Facebook? An Investigation into the Relationship Between the Big Five, Shyness, Narcissism, Loneliness, and Facebook Usage. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1658–1664. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.02.004>
4. Błachnio, A., Przepiórka, A., & Pantic, I. (2016). Internet Use, Facebook Intrusion, and Depression: Results of a Cross-sectional Study. *European Psychiatry*, 32, 1–3. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2015.11.011>