

Rozdíly v míře FOMO a časem stráveným na telefonu mezi muži a ženami

Úvod

Fear of Missing Out je fenomén volně překládaný do češtiny jako strach z toho, že něco zmeškáme. V odborné i jiné literatuře jej můžeme najít pod zkratkou FoMO, kterou díky její zaužívanosti budeme používat i v naší práci.

Herman (2011) definoval FoMO jako „*Výsledek kognitivního a emocionálního procesu hodnocení schopnosti člověka využít nabízející se příležitost. Jedná se o prožívaný postoj strachu z nevyužití nabízejících se možností a ztrátou očekávané radosti, která se s nimi pojí*“. Jedná se tedy o stav, kdy máme strach, že zmeškáme něco důležitého, například akci, u které by nás mrzelo, že jsme tam nebyli, ale také o strach, že nebudeme plně informováni o všem, co se okolo nás děje (Hedepy, c2024). Jak uvádí Przybylski (2013) tak, by se dalo i říct že se jedná o potřebu zůstat neustále informován o tom, co dělají ostatní, jelikož jsme přesvědčeni, že ostatní lidé zažívají zajímavější věci, o které my sami přicházíme. Snadno si tedy můžeme FoMO zařadit pod určitý druh sociální úzkosti, která nám vyplývá z pocitu psychické oddálenosti od druhých lidí (Lai et al., 2016).

Ze studie z roku 2020 Holteho a Ferrara vyplývá, že FoMO silně koreluje s nadměrným a problematickým užíváním sociálních sítí. Je uváděno, že strach, který v nás vyvolává pocit toho, že o něco můžeme přijít nás nutí být neustále online a ve spojení o okolním světem, abychom si udrželi přehled o tom kde, kdo je a co dělá. Sami z tohoto můžeme už cítit, že se tento postoj může jednoduše vymknout kontrole a v kombinaci s možnostmi připojení, které máme, může vést až k potenciálně patologickému stavu. Dle výzkumu agentury JWT se syndrom FoMO týká převážně věkové kategorie od 18 do 33 let (Worldwide, 2011). Tento syndrom zažilo více než polovina (56 %) všech uživatelů sociálních sítí. Čemuž se nemůžeme divit, když zvážíme i fakt, že 27 % lidí první, co udělají po probuzení je otevření sociálních sítí. Nejčastější typy příspěvků, které FoMO u mileniálů spouštějí se týkají cestování (59 %), společenské akce a události (56 %) a jídlo (29 %) (Kolm, 2015).

V naší analýze jsme se rozhodli využít data z nejmenovaného (z důvodu zachování anonymity) datasetu a budeme zkoumat rozdíly mezi muži a ženami co se týče jejich hrubého skóru FoMo a času stráveném na svém telefonu (naměřeno v hodinách). Výzkumu se účastnilo 311 respondentů z toho 215 žen (69,1 %) a 96 mužů (30,9 %). Věkové rozmezí: 16–84 let ($M = 29,5$ let, $SD = 10,2$)

Metodologické zdůvodnění

Tato práce zkoumá rozdíly mezi pohlavími ve dvou klíčových proměnných:

1. Celkovém hrubém skóre testu
2. Průměrném denním čase stráveném na telefonu

Volba **MANOVA (multivariační analýzy rozptylu)** byla určena zejména tím, že námi dostupná data obsahují vícenásobné závislé proměnné, a tak analýza současně hodnotí dva různé, ale potenciálně související výstupy.

Proměnné

Typ proměnné	Název	Měření
Nezávislá	Pohlaví	Binární (0=žena, 1=muž)
Závislá 1	Hrubé skóre	Součet 13 testových položek (rozsah 13–65 bodů)
Závislá 2	Čas na telefonu	V hodinách za den

Analytický postup:

1. Deskriptivní statistika
2. MANOVA s Pillaiho stopou jako primární statistikou
3. Následné jednorozměrné ANOVA testy
4. Výpočet efektové velikosti (parciální η^2)

Výsledky

Deskriptivní statistika

Pohlaví	Počet	Testové skóre ($M \pm SD$)	Čas na telefonu ($M \pm SD$)
Ženy	215	52,3 $\pm$ 8,2	2,7 $\pm$ 1,5
Muži	96	48,1 $\pm$ 9,6	2,5 $\pm$ 1,3

MANOVA analýza

- **Multivariační test:**
 - Pillaiho stopa = 0,032, $F(2, 308) = 2,56$, $p = 0,079$

Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=602>

- Wilksovo lambda = 0,968, $F(2, 308) = 2,56$, $p = 0,079$
- **Jednorozměrné testy:**
 - **Testové skóre:** $F(1, 309) = 4,12$; $p = 0,043$; $\eta^2 = 0,013$
 - **Čas na telefonu:** $F(1, 309) = 1,87$; $p = 0,172$; $\eta^2 = 0,006$

Závěr

Výsledky ukazují, že ženy dosáhly **významně vyššího testového skóre** než muži ($p = 0,043$), ale s malou efektovou velikostí ($\eta^2 = 0,013$). Naopak **čas strávený na telefonu** se mezi pohlavími nelišil ($p = 0,172$), což vyvrací běžné stereotypy o genderových rozdílech v používání technologií.

Omezení studie zahrnují nevyvážený vzorek (69 % žen) a sebehlášená data o čase na telefonu, která mohla být zkreslená.

I přes malý efekt u testového skóre jsou výsledky zajímavé pro další zkoumání.

Seznam odborné literatury

Hedepý: Z FOMO do JOMO: Jak se přestat bát, že vám něco unikne? (c2024). Retrieved October 3, 2024, from <https://hedepy.cz/o-dusevni-pohode/z-fomo-do-jomo-jak-se-prestat-bat-ze-vam-neco-unikne>

Herman, D. (2011). Understanding FoMO. In . https://en.wikipedia.org/wiki/Fear_of_missing_out

Holte, A. J., & Ferraro, F. R. (2020). Anxious, bored, and (maybe) missing out: Evaluation of anxiety attachment, boredom proneness, and fear of missing out (FoMO). *Computers in Human Behavior*, (112).

JWT Worldwide. (2011). FOMO: JWT explores fear of missing out phenomenon. JWT. <https://www.jwt.com/fomo-report>

Kolm, J. (2015). The impact of FOMO. *Strategy*. <https://strategyonline.ca/2015/03/09/the-impact-of-fomo/>

Lai, C., Altavilla, D., Ronconi, A., & Aceto, P. (2016). Fear of missing out (FOMO) is associated with activation of the right middle temporal gyrus during inclusion social cue. *Computers in Human Behavior*, 61, 516–521. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.072>

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>