

Profily adolescentů z hlediska vztahové vazby, copingových strategií a rizikového užívání sociálních sítí: shluková analýza

Teoretické zakotvení

Tato zpráva zkoumá společné působení vztahové vazby, copingových strategií a míry problematického užívání sociálních sítí u adolescentů. Cílem je identifikovat přirozené profily respondentů na základě všech těchto proměnných současně, nikoli izolovaně.

Teoretický rámec vychází z předpokladu, že kvalita vztahové vazby ovlivňuje regulaci emocí a volbu copingových strategií (Mikulincer & Shaver, 2016), přičemž způsob zvládání stresu může souviset s mírou zapojení do online prostředí (Lazarus & Folkman, 1984). Nejistá vazba i maladaptivní coping mohou představovat rizikové faktory pro problematické užívání sociálních sítí (Andreassen et al., 2016; Zerach & Elklit, 2020).

Teorie vztahové vazby (Bowlby, 1969/1982; Ainsworth et al., 1978) předpokládá, že rané vztahové zkušenosti formují vnitřní pracovní modely, které ovlivňují emoční regulaci i zvládání stresu. Bezpečná vazba je spojována s adaptivním copingem, zatímco nejisté formy vazby (úzkostná a vyhýbavá) bývají spojeny s vyšší emoční reaktivitou a maladaptivními strategiemi (Mikulincer & Shaver, 2016).

Coping je chápán jako soubor kognitivních a behaviorálních strategií zaměřených na zvládání stresových situací (Lazarus & Folkman, 1984). Adaptivní strategie, jako je řešení problému či vyhledávání sociální opory, jsou spojeny s lepší psychickou adaptací, zatímco vyhýbavé strategie mohou dlouhodobě zvyšovat riziko maladaptivního chování (Zerach & Elklit, 2020).

Problematické užívání sociálních sítí je konceptualizováno jako forma behaviorální závislosti charakterizovaná ztrátou kontroly a negativními důsledky pro každodenní fungování (Andreassen et al., 2016). U adolescentů může digitální prostředí sloužit jako prostředek regulace napětí či kompenzace frustrace (Valkenburg & Peter, 2011).

Tato práce tedy nahlíží problematičké užívání sociálních sítí jako výsledek interakce vztahových a regulačních faktorů, které společně vytvářejí odlišné psychologické profily adolescentů.

Data

Data použitá v této práci pocházejí z mého vlastního výzkumu realizovaného v rámci bakalářské práce zaměřené na souvislost mezi vztahovou vazbou k matce, copingovými strategiemi a problematičným užíváním sociálních sítí u českých adolescentů (Kudláčková, 2025).

Základní soubor tvořili adolescenti ve věku 10–15 let navštěvující základní školy a víceletá gymnázia v České republice. Výzkumný soubor tvořilo celkem 332 respondentů. Data byla získána pomocí tří standardizovaných dotazníků:

SSKJ 3–8 – Dotazníky pro posouzení stresu v dětství a dospívání

ECR-RS – Relationship Structures Questionnaire (vztahová vazba k matce)

BSMAS – Bergen Social Media Addiction Scale

Tyto nástroje umožňují měřit copingové strategie, dimenze vztahové vazby (úzkostnost, vyhýbavost) a míru problematičkého užívání sociálních sítí.

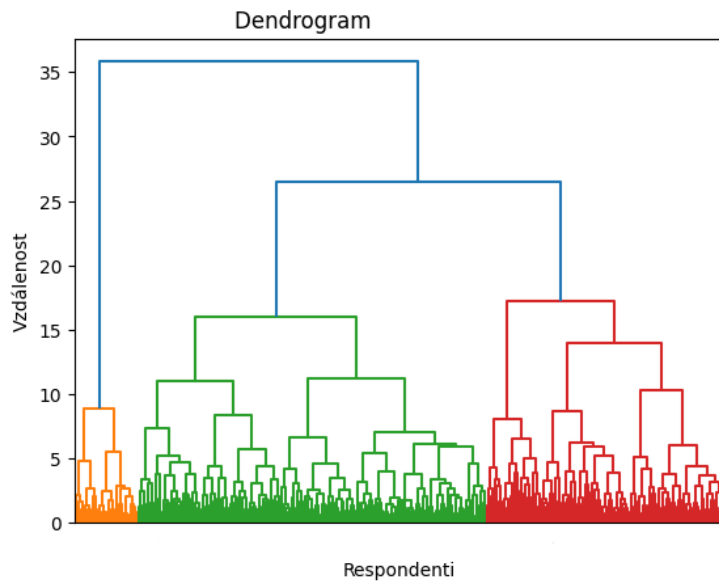
Shluková analýza

Shluková analýza představuje explorativní multivariační statistickou metodu, jejímž cílem je identifikovat přirozené skupiny (shluky) respondentů na základě podobnosti jejich charakteristik. Metoda seskupuje jedince tak, aby si byli co nejvíce podobní uvnitř shluku a současně co nejvíce odlišní od jedinců v ostatních shlucích.

Shluková analýza byla provedena v jazyce R, v programu RStudio, na celkovém počtu 332 respondentů. Pro identifikaci přirozených profilů adolescentů byla provedena hierarchická shluková analýza (Wardova metoda, eukleidovská vzdálenost) na základě osmi psychologických proměnných: pěti copingových faktorů (SSKJ 3–8), dvou dimenzí vztahové

vazby (ECR-RS) a skóre problematického užívání sociálních sítí (BSMAS). Proměnné byly před analýzou standardizovány (z-skóry).

Na základě dendrogramu bylo jako optimální zvoleno řešení se třemi shluky. Následně byla aplikována metoda K-means ($k = 3$), která umožnila finální rozdělení respondentů do shluků. Respondenti tedy byly rozřazeni do 3 shluků, shluk první o 162 respondentech, shluk druhý o 136 respondentech a shluk třetí o 32 respondentech.



Graf 1: Dendrogram

Jednofaktorová analýza rozptylu (ANOVA) prokázala, že se shluky statisticky významně liší ve všech sledovaných psychologických proměnných (všechny $p < 0,001$). Nejvyšší rozdíly byly zaznamenány u řešení problému ($F = 198,98$) a vyhledávání sociální opory ($F = 180,73$). Rovněž bylo zjištěno, že se shluky významně liší ve skóre problematického užívání sociálních sítí ($F = 38,04$, $p < 0,001$).

ANOVA ukázala významné rozdíly ve věku ($F = 6,75$, $p = 0,001$), přičemž rizikový profil byl mírně starší. Chi-kvadrát test prokázal silnou asociaci mezi typem školy a shlukem ($\chi^2 = 192,60$, $p < 0,001$). Naopak rozdíly podle pohlaví nebyly statisticky významné ($p = 0,635$).

Profilová charakteristika shluků

Shluk 1: Adaptivní coping

Tento shluk se vyznačuje vysokou mírou řešení problému a vyhledávání sociální opory, nízkou úrovní vyhýbavé i úzkostné vazby a nejnižším skóre BSMAS. Lze jej interpretovat jako skupinu adolescentů s adaptivním copingem a relativně bezpečnější vazbou.

Shluk 2: Riziková skupina

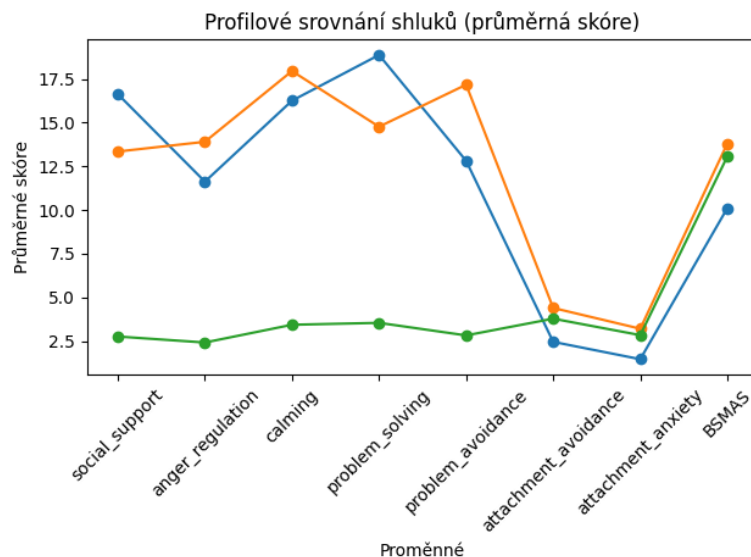
Respondenti tohoto shluku vykazují vyšší míru vyhýbavosti a úzkostnosti, zvýšené vyhýbání se problému a nejvyšší míru problematického užívání sociálních sítí. Tento profil odpovídá maladaptivnímu způsobu zvládání stresu a nejisté vztahové vazbě.

Shluk 3: Specifické školní prostředí

Třetí shluk je charakteristický velmi nízkými copingovými skóre, zvýšenou mírou attachment nejistoty a relativně vyšším BSMAS. Tato skupina je homogenně tvořena žáky jednoho typu školy, což naznačuje možný vliv školního prostředí na vytváření tohoto specifického profilu.

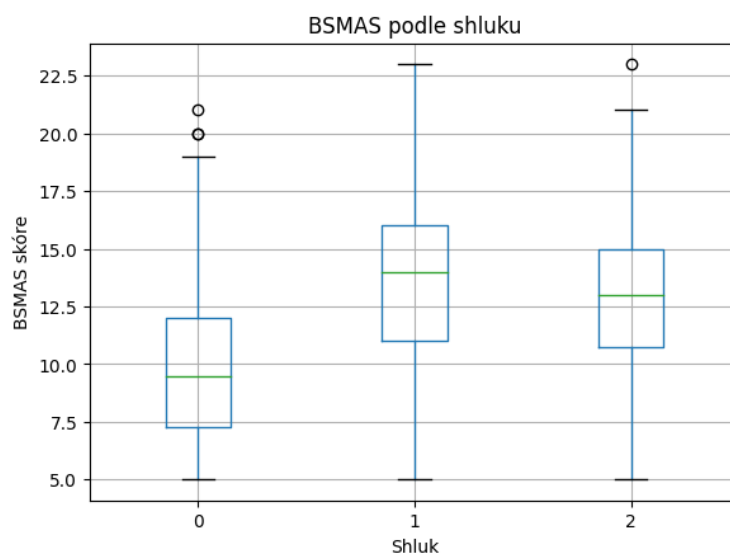
Grafická reprezentace

Rozdíly ve shlucích si můžeme graficky znázornit. První graf zachycuje průměrná skóre jednotlivých psychologických proměnných ve všech třech shlucích. Z grafu je patrné výrazné strukturální odlišení profilů.



Graf 2: Profilové srovnání

Další graf znázorňuje distribuci skóre problematického užívání sociálních sítí (BSMAS) v jednotlivých shlucích prostřednictvím boxplotu. Je patrné, že Shluk 1 dosahuje nejnižšího mediánu i celkově nižší variability skóre BSMAS, což odpovídá jeho adaptivnímu profilu. Shluk 1 vykazuje nejvyšší medián i širší rozptyl hodnot, což potvrzuje jeho rizikový charakter. Shluk 2 dosahuje vyšších hodnot než adaptivní profil, avšak mírně nižších než rizikový shluk.



Graf 3: BSMAS dle shluku

Závěr

Cílem této práce bylo identifikovat přirozené profily adolescentů na základě vztahové vazby, copingových strategií a míry problematického užívání sociálních sítí. Shluková analýza odhalila tři statisticky významně odlišné skupiny, které se lišily jak v oblasti regulace stresu, tak v míře attachment nejistoty a skóre BSMAS.

První profil lze označit jako adaptivní – charakterizovaný aktivním copingem, nižší mírou nejisté vazby a nejnižší úrovni problematického užívání sociálních sítí. Druhý profil představuje rizikovou skupinu, která kombinuje vyšší attachment nejistotu, vyhýbavé strategie zvládání stresu a nejvyšší skóre BSMAS. Třetí, početně menší profil vykazoval nízkou úroveň copingových strategií a zvýšené riziko problematického užívání, přičemž byl výrazně spojen s konkrétním. Zajímavým zjištěním je absence rozdílů mezi shluky podle pohlaví. To naznačuje, že vztah mezi vazbou, copingem a problematickým užíváním sociálních sítí nemusí být primárně genderově podmíněn, ale spíše strukturálně a emočně založený. Naopak však vykazoval statisticky významné rozdíly, přičemž rizikový profil byl mírně starší. I když rozdíly nebyly výrazné, může to souviset s vývojovými změnami v adolescenci, kdy se zvyšuje autonomie, expozice sociálním sítím i intenzita sociálních tlaků.

Zjištěná silná vazba mezi typem školy a shlukem naznačuje, že školní prostředí může hrát významnou roli v utváření copingových strategií i vztahu k online prostoru. Tento výsledek si zaslouží další hlubší zkoumání.

Zdroje

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.

Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2016). The relationship between addictive use of social media and personality. *Addictive Behaviors*, 64, 287–293.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>

Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. (Original work published 1969)

Kudláčková, P. (2025). *Souvislost mezi vztahovou vazbou k matce, volbou copingových strategií a problémovým užíváním sociálních sítí u českých adolescentů* (Bakalářská práce). Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Macek, P. (2003). *Adolescence*. Portál.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.

Procházka, R., & Orel, M. (2021). *Neurovědy v psychologii*. Grada.

Vágnerová, M., & Lisá, L. (2021). *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání* (3. vyd.). Karolinum.

Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 48(2), 121–127. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>

Volkow, N. D., & Baler, R. D. (2015). NOW vs LATER brain circuits: Implications for obesity and addiction. *Trends in Neurosciences*, 38(6), 345–352.

<https://doi.org/10.1016/j.tins.2015.04.002>

Zerach, G., & Elklit, A. (2020). Polyvictimization and psychological distress in early adolescence: A mediation model of defense mechanisms and coping styles. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(21–22), 4732–4756. <https://doi.org/10.1177/0886260517719900>