

VZTAH MEZI DIMENZEMI ŠKÁLY DOOMSCROLLINGU A ČASEM STRÁVENÝM SLEDOVÁNÍM NEGATIVNÍCH ZPRÁV

Teoretické ukotvení

Doomscrolling je relativně nový pojem označující nutkavé a nadměrné procházení negativních či znepokojivých zpráv na sociálních sítích a zpravodajských platformách, často prostřednictvím telefonu nebo počítače. Termín se poprvé objevil v roce 2018 na sociální síti Twitter a jeho rozšíření souvisí zejména se zvýšeným využíváním digitálních technologií během pandemie COVID-19. Podle definice Oxford Languages jde o kompulzivní konzumaci špatných zpráv, přičemž jedinci pokračují ve čtení negativního obsahu, i když si uvědomují jeho nepříznivý vliv na své prožívání (Rodrigues, 2022).

Doomscrolling lze teoreticky chápat jako specifickou formu problematického či návykového užívání digitálních médií. V rámci modelu komponent behaviorální závislosti jsou klíčovými znaky salience, ztráta kontroly, tolerance a pokračování v chování navzdory negativním důsledkům. Tyto charakteristiky předpokládají, že čím silnější jsou návykové rysy, tím více času jedinec dané aktivitě věnuje (Griffiths, 2005).

Kognitivně-behaviorální model problematického užívání internetu vychází z předpokladu, že nadměrné online chování je udržováno zejména maladaptivními myšlenkovými vzorci a obtížemi v regulaci emocí. Jinými slovy, způsob, jakým jedinec přemýšlí o sobě a o online prostředí, spolu s neschopností efektivně zvládat negativní emoce, může přispívat k opakovanému a nadměrnému užívání internetu (Davis, 2001).

Dále lze doomscrolling vysvětlit prostřednictvím teorie užívání a uspokojení, podle níž lidé aktivně vyhledávají mediální obsah za účelem naplnění určitých potřeb, například získání informací či snížení nejistoty. Konzumace negativních zpráv může zároveň fungovat jako maladaptivní strategie regulace emocí, kdy jedinec pokračuje ve sledování obsahu navzdory negativnímu emočnímu dopadu, často ve snaze získat pocit kontroly (Katz et al., 1973).

Na základě těchto poznatků tedy lze předpokládat, že vyšší emoční reaktivita i silnější závislostní charakteristiky budou souviset s delším časem stráveným sledováním negativních zpráv. Hlavním záměrem této práce je ověřit, zda a do jaké míry tyto faktory predikují skutečný čas věnovaný doomscrollingu. K ověření byla využita škála vytvořena v rámci předmětu Psychometrika 1 (Škála tendence k doomscrollingu), která obsahovala dvě subškály – subškála závislostního chování a subškála emočního dopadu.

Analýza dat

Pro tuto práci byla použita data získaná pro účely předmětu Psychometrika 1 (Škála tendence k doomscrollingu). Analýza dat byla provedena pomocí vícenásobné lineární regrese v programu Statistica. Jedná se o statistický model, který umožňuje vyjádřit vztah mezi proměnnými a použít ho k předpovídání hodnot jedné proměnné na základě hodnot jiných proměnných. Pro účely této práce byli z původního datasetu vybráni pouze respondenti, kteří zodpověděli otázku, kolik minut denně tráví čtením či sledováním negativních zpráv na internetu. Výsledný soubor tvořilo 268 respondentů, 182 žen a 86 mužů.

Závislá proměnná:

Čas (v minutách) strávený sledováním negativních zpráv za den

Regresory:

Závislostní chování

Emoční dopad

Kovariáty:

Věk

Pohlaví

→ V lineárním modelu je kovariát zahrnuta jako doplňující vstupní proměnná společně s hlavním regresorem, s cílem zpřesnit odhad vztahů a zvýšit vysvětlující schopnost modelu.

Model byl statisticky významný ($F(4, 263) = 19,03, p < 0,000$) a vysvětloval 22,4 % rozptylu ($R^2 = 0,224$; upravené $R^2 = 0,217$). Lze tedy říci, že zvolené proměnné vysvětlují přibližně 21,7 % variability času stráveného sledováním negativních zpráv. Hodnoty jednotlivých regresorů jsou uvedeny v tabulce č.1.

Tabulka č. 1

Regresor	Regresní koeficient	t statistika	p-hodnota
Závislost. chování	3,449	8,553	0,000
Emoční dopad	-0,799	-1,391	0,165
Věk	0,097	0,674	0,501
Pohlaví	-4,870	-1,446	0,149

Statisticky významným regresorem se ukázala subškála závislostního chování. Se zvyšujícím se skóre této subškály roste i čas strávený sledováním negativních zpráv – za každé zvýšení skóru na této subškále o jednu jednotku se průměrný čas strávený sledováním negativních zpráv zvýší přibližně o 3,45 minuty. Subškála emočního dopadu se jako významný prediktor neprokázala.

Zahrnuté kovariáty — věk ani pohlaví— se v modelu neukázaly jako statisticky významné, což naznačuje, že čas strávený sledováním negativních zpráv není v našem souboru systematicky ovlivněn těmito demografickými charakteristikami.

Výsledky ukazují, že čas věnovaný sledování negativních zpráv tedy v našem souboru souvisí především s behaviorální složkou tohoto fenoménu. Vztah mezi subškálou závislostního chování a časem stráveným sledováním negativních zpráv je teoreticky očekávatelný, neboť behaviorální dimenze zahrnuje prvky nadměrnosti a ztráty kontroly. Zjištěný vztah tak může být interpretován jako podpora kriteriální validity škály.

Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=686>.

LITERATURA

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)

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>

Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and Gratifications Research. *Public Opinion Quarterly*, 37(4), 509. <https://doi.org/10.1086/268109>

Rodrigues, E. V. (2022). Doomscrolling—threat to mental health and well-being: a review. *International Journal of Nursing Research*, 127-130. <https://doi.org/10.31690/ijnr.2022.v08i04.002>