

Osobnostné rysy, FoMO a životná spokojnosť ako prediktory problematického používania sociálnych sietí: lineárna regresná analýza

Dáta a ďalšie informácie o tejto správe sú dostupné na adrese: <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=856>

Teoretické zakotvenie

Napriek tomu, že samotné množstvo času stráveného na sociálnych sieťach nemusí nevyhnutne znamenať ich problematické či poruchové používanie, výskumy (napr. Schmelzer et al., 2022) naznačujú, že ich nadužívanie môže predstavovať významný rizikový faktor. Keď hovoríme o problematickom používaní sociálnych sietí, ide vo všeobecnosti o nedostatočnú reguláciu ich používania, ktorá je spojená s negatívnymi dôsledkami v každodennom fungovaní jednotlivca (Casale et al., 2023).

V neklinickom kontexte sa v posledných rokoch ustálil pojem excesívne (nadmerné) používanie internetu. Tento pojem označuje správanie charakterizované nadmerným využívaním internetu (nie ešte vo forme závislosti), ktoré spôsobuje ťažkosti v rôznych oblastiach života jednotlivca – napríklad vo fyzickom a psychickom zdraví, sociálnych vzťahoch či pracovnom a akademickom fungovaní (Šavrnocová, 2020). Medzi kľúčové symptómy patrí najmä znížená schopnosť kontrolovať vlastné používanie sociálnych sietí, tendencia nadmerne premýšľať o pripojení na internet, ťažkosti pri odolávaní nutkaniu používať sociálne médiá a uprednostňovanie online komunikácie pred komunikáciou tvárou v tvár (Svicher et al., 2021).

Z výskumného hľadiska je preto dôležité skúmať mechanizmy vzniku problematického používania sociálnych sietí a identifikovať jeho možné prediktory. Jedným z faktorov, ktorý sa v tejto súvislosti dostáva do popredia, je FoMO (Fear of Missing Out). Tento koncept označuje obavu z toho, že ostatní ľudia zažívajú naplňujúcejšie a zaujímavejšie udalosti, pri ktorých jednotlivec nie je prítomný, spolu s túžbou zostať neustále informovaný o aktivitách ostatných (Przybylski et al., 2013). FoMO je v súčasnosti skúmané ako jedna z možných špecifických ciest vedúcich k vysokej angažovanosti na sociálnych sieťach (Fioravanti et al., 2021). Viaceré výskumy túto súvislosť potvrdzujú (Buglass et al., 2016; Blackwell et al., 2017; Çoşkun & Muslu, 2019; Fioravanti et al., 2021; Przybylski et al., 2013), pričom niektorí autori dokonca považujú FoMO za jeden z primárnych prediktorov nadmerného používania sociálnych sietí (napr. Elhai et al., 2016; 2020).

Problematické používanie sociálnych sietí bolo vo výskumoch taktiež spájané so životnou spokojnosťou (napr. Best et al., 2014; Marttila et al., 2021). Okrem toho sa viaceré štúdie zamerali aj na vzťah medzi osobnostnými rysmi a problematickým používaním sociálnych sietí, najmä v kontexte modelu Big Five. Výsledky týchto výskumov však nie sú úplne homogénne a jednotliví autori nachádzajú rozdielne silné vzťahy medzi rôznymi osobnostnými rysmi a mierou problematického používania sociálnych sietí (Sindermann et al., 2021).

Zároveň niektoré výskumy naznačujú, že ženy môžu byť náchylnejšie na problematické používanie sociálnych sietí v dôsledku vyššej miery zapojenia do online interakcií a väčšej citlivosti na sociálnu spätnú väzbu (napr. Huang, 2022). Na druhej strane však existujú aj zistenia, podľa ktorých muži vykazujú vyššiu mieru excesívneho používania internetu (Baloglu et al., 2020).

Na základe uvedených poznatkov nás preto v tejto práci zaujíma, do akej miery sa v našich dátach ukážu FoMO, osobnostné rysy a životná spokojnosť ako významné prediktory miery problematického používania sociálnych sietí. Na overenie týchto vzťahov bude použitá lineárna regresná analýza.

Dáta

Dáta boli získané prostredníctvom online dotazníkového šetrenia realizovaného v rámci bakalárskej práce. Problematické používanie sociálnych sietí bolo merané pomocou Dotazníka používania sociálnych sietí (SMUQ) (Xanidis & Brignell, 2016).

FoMO bolo merané prostredníctvom škály Fear of Missing Out Scale (Przybylski et al., 2013).

Osobnostné rysy boli zisťované pomocou dotazníka Big Five Inventory-2 Short Form (Soto & John, 2017). Životná spokojnosť bola meraná škálou Satisfaction With Life Scale (Diener et al., 1985).

Analýza bola vykonaná na dátovej matici obsahujúcej 226 respondentov vo veku 18 až 35 rokov.

Premenné

Závislá premenná:

Miera problematického používania sociálnych sietí

Nezávislé premenné:

Pohlavie, extravertzia, prívetivosť, otvorenosť voči skúsenosti, neuroticizmus, svedomitosť, miera životnej spokojnosti

Výsledky

Regresný model zahŕňajúci všetky sledované prediktory vysvetľuje 31,72 % rozptylu závislej premennej (Adjusted $R^2 = 0,3172$). To naznačuje, že zvolené premenné dokážu v pomerne významnej miere vysvetliť variabilitu v miere problematického používania sociálnych sietí. Podrobné charakteristiky regresného modelu sú uvedené v tabuľke č. 1.

Tab. č. 1:

R	R ²	R ² adj	F	p
0.5844	0.3415	0.3172	14.0681	<0.001

R² = koeficient determinácie, R² adj =adjustovaný koeficient determinácie F_m = Fisherova štatistika modelu

Pri podrobnejšom pohľade na jednotlivé regresory (tab. č. 2) sa ukazuje, že štatisticky významnými prediktormi problematického používania sociálnych sietí sú pohlavie, miera prežívania FoMO a svedomitosť.

Pohlavie sa ukázalo ako signifikantný prediktor závislej premennej ($\beta = 0.23$, $p = 0.002$), pričom 95 % interval spoľahlivosti [0.71; 2.60] naznačuje, že ženy dosahovali vyššie skóre v miere problematického používania sociálnych sietí približne o 0.7 až 2.6 bodu v porovnaní s mužmi.

Ďalším štatisticky významným prediktorom bolo FoMO ($\beta = 0.387$, $p < 0.001$, 95 % CI [0.276; 0.512]). Výsledky naznačujú, že so zvyšujúcou sa mierou FoMO narastá aj miera problematického používania sociálnych sietí, a to približne o 0.28 až 0.51 bodu.

Posledným štatisticky významným prediktorom bola svedomitosť, ktorá sa ukázala ako ochranný faktor. Vyššia miera svedomitosti bola spojená s nižšou mierou problematického používania sociálnych sietí ($\beta = -0.253$, $p < 0.001$, 95 % CI [-0.558; -0.253]), pričom rozdiel predstavoval približne 0.25 až 0.56 bodu.

Ostatné sledované premenné, teda ďalšie osobnostné rysy a životná spokojnosť, sa v tomto modeli neprejavili ako štatisticky významné.

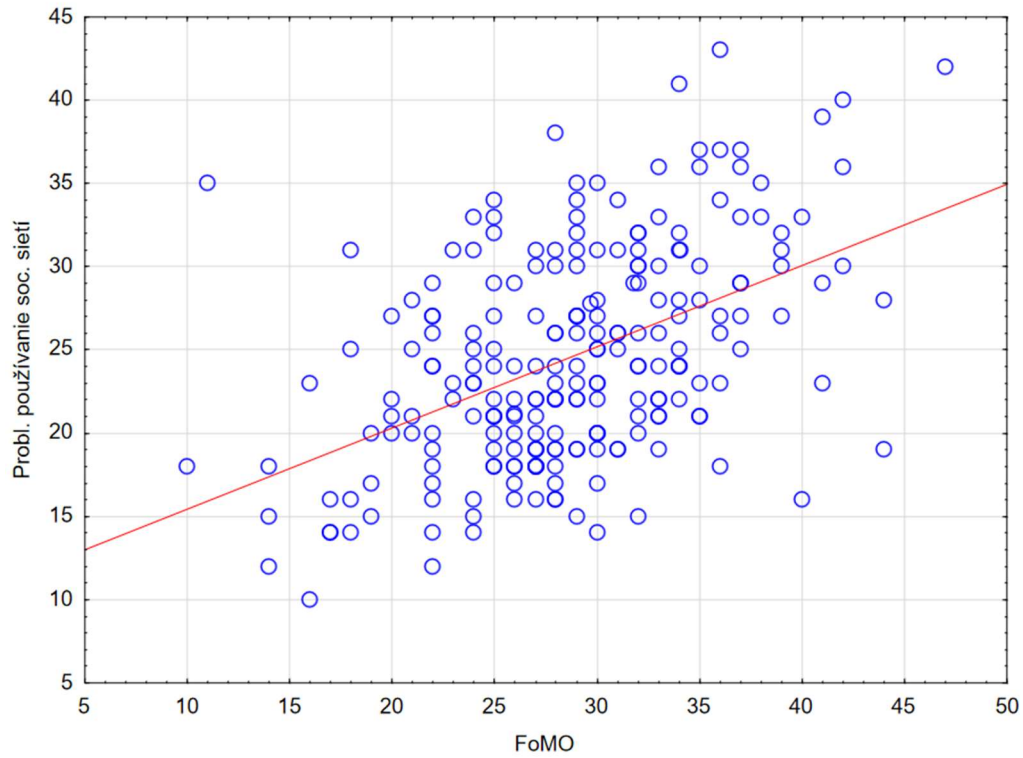
Podrobné hodnoty jednotlivých regresorov sú uvedené v nasledujúcej tabuľke

Tab. č.2:

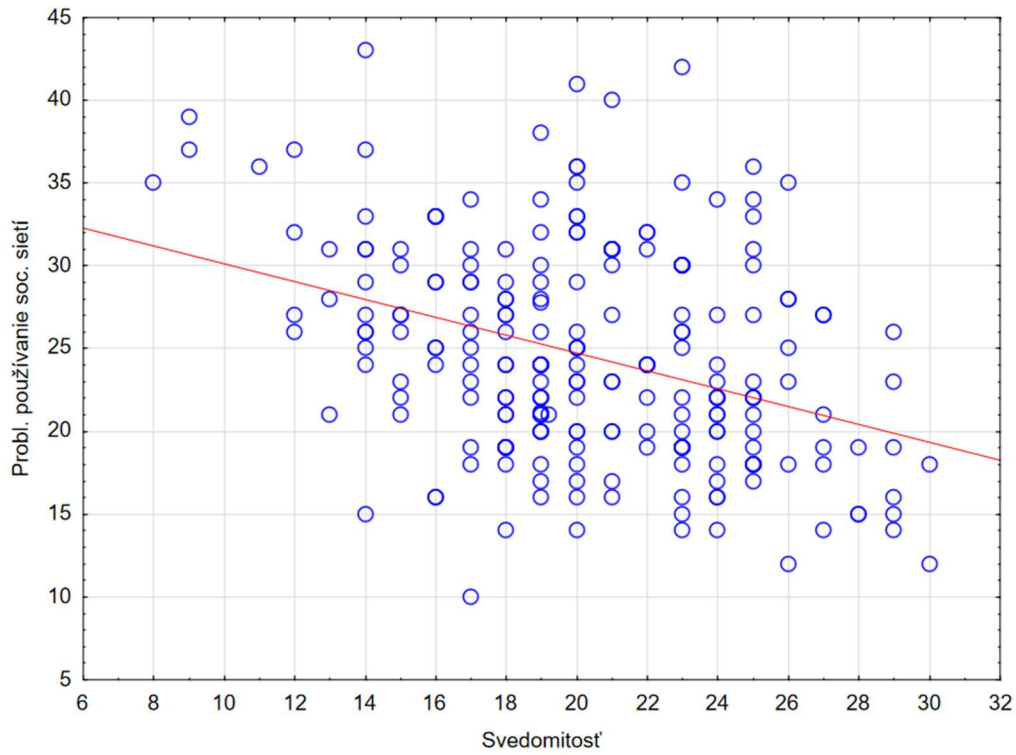
* - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$; *** - $p < 0,001$;					
Regresory	β	t	p_r	-95.00% CI	+95.00% CI
Pohlavie**	0.185	3.129	0.002	0.502	2.213
Extraverzia	0.014	0.219	0.826	-0.168	0.211
Prívetivosť	-0.005	0.083	0.933	-0.207	0.226
Svedomitosť***	-0.253	-4.129	<0,001	-0.558	-0.253
Neuroticizmus	0.070	0.975	0.33	-0.090	0.267
Otvorenosť voči skúsenosti	0.033	0.567	0.571	-0.124	0.223
FOMO***	0.387	6.564	<0,001	0.276	0.512
Životná spokojnosť	-0.024	-0.362	0.718	-0.157	0.108

Pozn.: β koeficient , t = štatistika t konkrétneho regresoru; p_r = p-hodnota konkrétneho regresoru

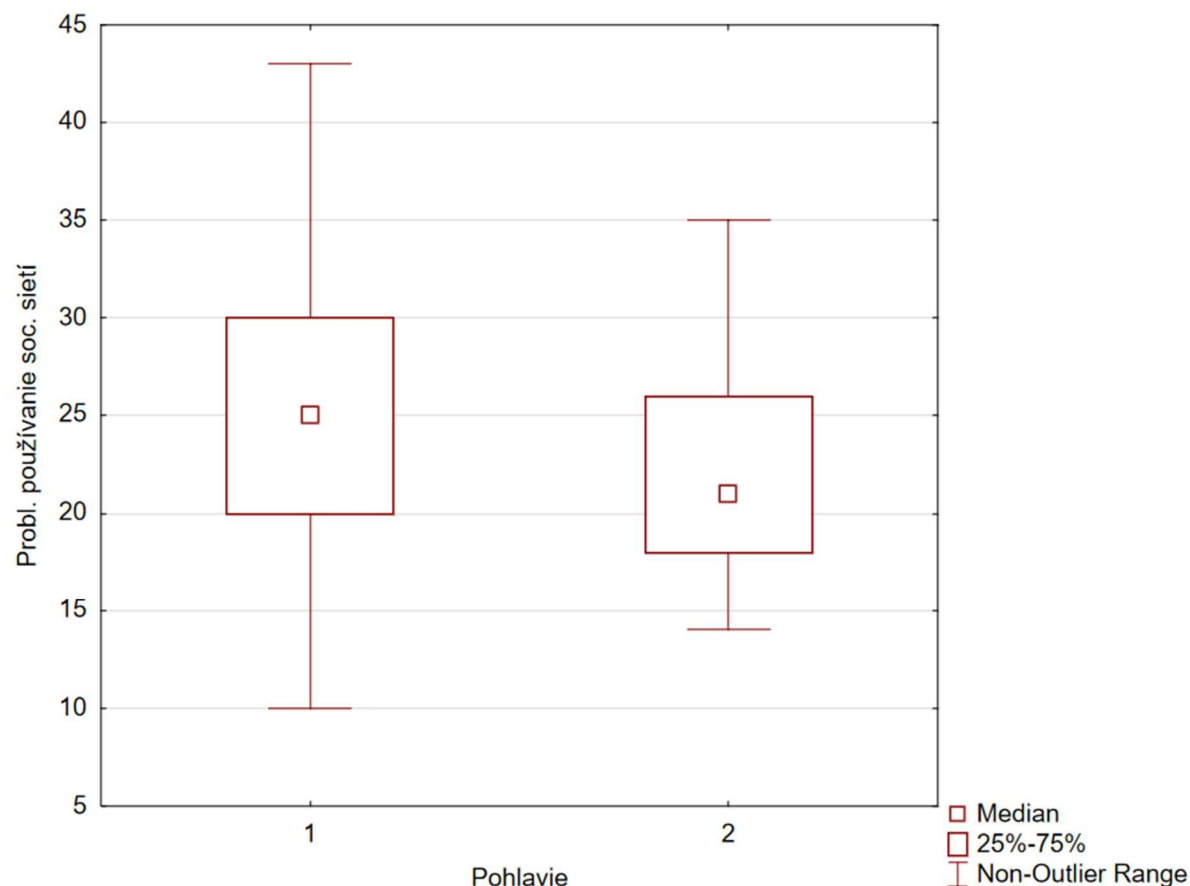
Graf 1.: Vzťah medzi problematickým používaním internetu a FoMO



Graf 2.: Vzťah medzi problematickým používaním internetu a svedomitťou



Graf 3.: Rozdiel miery problematického používania sociálnych sietí medzi pohlaviami (1=žena, 2=muž)



Záver

Cieľom práce bolo preskúmať, do akej miery sú FoMO, osobnostné rysy a životná spokojnosť významnými prediktormi problematického používania sociálnych sietí. Výsledky regresnej analýzy ukázali, že zvolený model vysvetľuje významnú časť rozptylu sledovanej premennej.

Ako najsilnejší prediktor sa ukázalo FoMO, čo je v súlade s predchádzajúcimi výskumami poukazujúcimi na jeho významnú úlohu pri nadmernom využívaní sociálnych médií. Zo sledovaných osobnostných charakteristík sa ako významný faktor ukázala svedomitosť, ktorá pôsobila ako ochranný faktor. Významným prediktorom bolo aj pohlavie, pričom ženy dosahovali vyššie skóre v miere problematického používania sociálnych sietí.

Literatúra

- Baloğlu, M., Şahin, R., & Arpacı, I. (2020). A review of recent research in problematic internet use: Gender and cultural differences. *Current Opinion in Psychology*, *36*, 124–129. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.05.008>
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). The impact of online social networking on adolescent psychological well-being. *Computers in Human Behavior*, *41*, 27–36. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.019>
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, *116*, 69–72. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., & Underwood, J. D. (2016). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.055>
- Casale, S., Akbari, M., Seydavi, M., Benucci, S. B., & Fioravanti, G. (2023). Has the prevalence of problematic social media use increased over the past seven years and since the start of the COVID-19 pandemic? A meta-analysis of the studies published since the development of the Bergen social media addiction scale. *Addictive Behaviors*. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107838>
- Coşkun, S., & Muslu, G. K. (2019). Investigation of problematic mobile phones use and fear of missing out (FOMO) level in adolescents. *Community Mental Health Journal*, *55*(6), 1004–1014. <https://doi.org/10.1007/s10597-019-00422-8>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, *63*, 509–516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>
- Elhai, J. D., Yang, H., & Montag, C. (2020). Fear of missing out (FOMO): Overview, theoretical underpinnings, and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use. *Brazilian Journal of Psychiatry*, *43*(2), 203–209. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0870>
- Fioravanti, G., Casale, S., Benucci, S. B., Probst, A., Falone, A., Ricca, V., & Rotella, F. (2021). Fear of missing out and social networking sites use and abuse: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, *122*, 106839. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106839>
- Huang, C. (2022). A meta-analysis of the problematic social media use and mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, *68*(1), 12–33. <https://doi.org/10.1177/0020764020978434>

- Marttila, E., Koivula, A., & Räsänen, P. (2021). Does excessive social media use decrease subjective well-being? A longitudinal analysis of the relationship between problematic use, loneliness and life satisfaction. *Telematics and Informatics*, 59, 101556. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2020.101556>
- 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>
- Schmelzer, N., Westphal, T., Pichardo, A., Buckner, D., Smith, N., Shaaban, N., Johnson, M., Bennett, J., & Estep, J. (2022). The relationship between problematic social media use and time spent on social media: Exploring neuroticism as a moderator. *Psi Beta Journal of Student Research*, 2(1), 29–35. <https://doi.org/10.54581/jwjb5363>
- Sindermann, C., Yang, H., Liu, T., Elhai, J. D., & Montag, C. (2021). WeChat—Its problematic use and relations with the Big Five personality traits and Fear of Missing Out. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 6(2), 397–405. <https://doi.org/10.1007/s41347-020-00179-y>
- Soto, C. J., & John, O. P. (2016). The next Big Five Inventory (BFI-2): Developing and assessing a hierarchical model with 15 facets to enhance bandwidth, fidelity, and predictive power. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(1), 117–143. <https://doi.org/10.1037/pspp0000096>
- Svicher, A., Fioravanti, G., & Casale, S. (2021). Identifying the central symptoms of problematic social networking sites use through network analysis. *Journal of Behavioral Addictions*. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00053>
- Šavrnochová, M., Holdoš, J., & Almašiová, A. (2020). *Excesívne používanie internetu u adolescentov na Slovensku*. Belianum.
- Xanidis, N., & Brignell, C. M. (2015). The association between the use of social network sites, sleep quality and cognitive function during the day. *Computers in Human Behavior*, 55, 121–126. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.00>