

Závislosť od internetového hrania a jej znaky

V roku 2018 Svetová zdravotnícka organizácia zahrnula poruchu v dôsledku hrania (v angl. gaming disorder), týkajúcu sa online aj offline hrania, do sekcie psychických ochorení v rámci jedenástej verzie Medzinárodnej klasifikácie ochorení (angl. International Classification of Diseases, skrátené ICD-11). Definuje túto odchýlku ako „vzorec hráčskeho správania („digital-gaming“ alebo „video-gaming“), charakterizovaný narušenou schopnosťou kontrolovať hranie, zvýšeným prioritizovaním hrania na úkor iných aktivít do takej miery, že hranie má prednosť pred záujmami a dennými aktivitami a pokračovaním alebo eskaláciou hrania napriek výskytu negatívnych následkov.”[1] Nato, aby sa problematické hranie dalo diagnostikovať, by tieto znaky mali byť závažné, pozorovateľné počas najmenej dvanástich mesiacov a vedúce k narušeniu osobnej, rodinnej, sociálnej, edukačnej, pracovnej alebo inej dôležitej oblasti fungovania jedinca.[2]

Špecifickou súčasťou témy je **závislosť od internetového hrania** (angl. internet gaming disorder), ktorou sa zaoberá aj vo svete etablovaná publikácia Americkej psychiatrickej asociácie (vyšla v roku 2013) **Diagnostic and statistical manual of mental disorders/DSM-5** (v preklade Diagnostický a štatistický manuál mentálnych porúch/DSM 5). Publikácia sa snaží poskytnúť univerzálnu a všeobecnú klasifikáciu mentálnych porúch, menuje deväť kritérií závislosti od internetového hrania. Na porovnanie tzv. patologické hráčstvo (gambling) je vo verzii tohto manuálu už od roku 1980.[3] Hráčovi sa pripisuje závislé internetové hranie, ak počas aspoň dvanástich mesiacov vykazuje päť alebo viacero z nasledovných znakov:[4]

1. **Dôraz.** Neustále zaoberanie sa internetovým hraním. Jediniec rozmýšľa nad hraním aj mimo herného kontextu, myslí na predchádzajúce alebo budúce hranie.
2. **Stiahnutie.** Symptómy stiahnutia sa (napr. podráždenie, úzkosť, smútok) v čase, keď nehraje.
3. **Tolerancia.** Potreba zvyšovať čas venovaný hraníu, aby hráč dosiahol želané uspokojenie.
4. **Strata kontroly.** Neúspešné pokusy kontrolovať čas venovaný internetovému hraníu, explicitne vyjadrovaná túžba redukovať hranie, ale neschopnosť obmedziť čas či frekvenciu hrania.
5. **Konflikt.** Strata záujmu/hobby v dôsledku internetového hrania.
6. **Konflikt.** Pokračovanie v nadmernom hraní napriek tomu, že spôsobuje psychosociálne ťažkosti.
7. **Konflikt.** Zavádzanie/klamanie iných (členov rodiny/terapeuta/učiteľa) ohľadne času stráveného hraním.
8. **Konflikt.** Strata významného medziľudského vzťahu, práce, vzdelávacej alebo pracovnej príležitosti z dôvodu hrania hier.

9. **Zmeny nálady.** Utekánie sa k internetovému hranu s cieľom uniknúť negatívnym emóciám (vina, úzkosť, bezmocnosť). Hráčovi neostáva čas na riešenie problémov, ktoré v skutočnosti spôsobujú tieto negatívne emócie.

K závislosti od digitálnych hier prispievajú viaceré faktory: psychologické (napr. úzkosť, eskapizmus [únik pred realitou], nízke sebahodnotenie, vyhľadávanie agresívnych a vzrušujúcich zážitkov), sociálne (napr. miera sociálnej interakcie, tlak rovesníkov, nedostatok rodičovského dozoru) a mediálne (napr. propagačné aktivity).[5] V literatúre neraz nájdeme snahu prepojiť určité osobnostné charakteristiky s problémovým hraním. Psychosociálne podmienky jedinca sú vždy značne individuálne, preto takéto korelácie odporúčame brať do úvahy len orientačne. Vyššia náchylnosť k problémovému hranu a následnej závislosti sa zvykne pripisovať mladým mužom.[6] Na druhej strane vo výskume od Rho a kol., zahŕňajúcom takmer tritisícšesťsto hráčov vo veku dvadsať až štyridsaťdeväť rokov, sa demografické faktory neukázali ako významný prediktor internetovej hernej závislosti. Prediktormi závislosti v tomto prípade boli: výdavky na hranie, čas hrania za týždeň, príslušnosť k hernému klubu, tendencia aktívne nasledovať svoje ciele, impulzivita, nedostatok sebakontroly a úzkosť.[7] S tendenciou hernej závislosti sa spája aj sociálna fóbia[8], neuroticizmus, agresivita a hostilita, osamelosť[9], eskapizmus alebo nedostatok rodičovskej kontroly.[10]

[1] *Addictive behaviours: Gaming disorder*. [online]. [2022-09-10]. Dostupné na: <<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>>.

[2] Ibid.

[3] KARLSEN, F.: Entrapment and Near Miss: A Comparative Analysis of Psycho-Structural Elements in Gambling Games and Massively Multiplayer Online Role-Playing Games. In *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2011, roč. 9, č.2, s.196.

[4] GROVES, C. L. et al.: What is known about video game and Internet addiction after DSM-5. In Rosen, L. D., Cheever, N. A., Carrier, L. M. (Eds.): *The Wiley handbook of psychology, technology and society*. USA : Wiley Blackwell, 2015, s. 504.

[5] TENG, V. N. et al.: Factors contributing to online gaming addiction: A cross-sectional survey among university students. In *AIP Conference Proceedings* 2339, 2021, s. 5.

[6] O'Connor, 2014 In GRIFFITHS, M. D.: Gaming addiction and internet gaming disorder. In KOWERT, R., QUANDT, T. (eds.): *The Video Game Debate: Unravelling the Physical, Social, and Psychological Effects of Video Games*. London : Routledge, 2016, s.78.

[7] RHO, M. J. a kol.: Risk Factors for Internet Gaming Disorder: Psychological Factors and Internet Gaming Characteristics. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2018, roč. 15, č. 1, s.1.

[8] Gentile et al., 2011; Shapira et al., 2003 In GROVES, C. L., et al.: What is known about video game and Internet addiction after DSM-5. In Rosen, L. D., Cheever, N. A., Carrier, L. M. (Eds.): *The Wiley handbook of psychology, technology and society*. USA : Wiley Blackwell, 2015, s. 502.

[9] CHEN, Ch., LEUNG, L.: Are You Addicted to Candy Crush Saga? An Exploratory Study Linking Psychological Factors to Mobile Social Game Addiction. In *Telematics and Informatics*, 2016, roč. 33, č. 4, s. 1155.

[10] ROSENDO - RIOS, V, TROTT, S., SHUKLA, P.: Systematic literature review online gaming addiction among children and young adults: A framework and research agenda In *Addictive Behaviors*, 2022, roč. 129, č. 3, s. 9.

Revision #1

Created 17 January 2023 14:46:22 by Admin

Updated 17 January 2023 14:47:57 by Admin