

Zdroj: BAE, Eun Jung a Soo-Hyun NAM. How Mothers' Problematic Smartphone Use Affects Adolescents' Problematic Smartphone Use: Mediating Roles of Time Mothers Spend with Adolescents and Adolescents' Self-Esteem. *Psychology Research and Behavior Management* [online]. Republic of Korea, 2023, 2023, 885-891 [cit. 2023-10-22]. Dostupné z: <https://www.dovepress.com/psychology-research-and-behavior-management-journal>

## Jak problematické používání smartphonu matek ovlivňuje problematické používání smartphonu dospívajících: pojítka mezi časem, který matky tráví s adolescenty a sebevědomím adolescentů

**Cíl:** Tato studie se zaměřuje na výzkum dopadů, který má čas strávený matkami s jejich dospívajícími dětmi a sebevědomí adolescentů na vzájemnou souvislost problematického užívání chytrých telefonů matkami a adolescenty.

**Výzkumný vzorek a metody:** Jedná se o sekundární analýzu dat, jež byly získány z *Korejského panelového průzkumu dětí a mládeže (KPPDM)* z roku 2018. Ten zahrnoval údaje o studentech prvního ročníku střední školy.

**Klíčová slova:** problematické používání chytrého telefonu, vztah mezi matkou a dítětem, sebevědomí adolescentů, mediační analýza.

### Úvod

Mladší populace je v porovnání s dospělými náchylnější k nadměrnému používání chytrých telefonů, protože jí chybí schopnost plně ovládat a potlačovat své impulsy. Podle nedávné metaanalýzy se prevalence problematického používání smartphonů u dětí a adolescentů pohybuje mezi 10–30 %. Vážné problémy se závislostním chováním na telefonech byly zaznamenány v Koreji. Podle zprávy *Statistic on the Youth* z roku 2021 patřilo asi 37 % korejských adolescentů do skupiny s nadměrným používáním chytrých telefonů. Studenti středních škol tvořili nejzranitelnější skupinu mezi všemi skupinami školního věku. Problematické používání smartphonů může vést k závažným psychickým problémům jako jsou úzkosti, deprese, impulzivita, nedostatek pozornosti, problémy se spánkem a špatné studijní výsledky. Nadměrné používání telefonů navíc představuje velký společenský problém, jelikož vykazuje některé charakteristiky závislosti, jako jsou vážné abstinční příznaky, celoživotní psychiatrické poruchy a obtíže s prováděním každodenních činností. Je tedy zásadní identifikovat faktory, které rizikové používání smartphonů ovlivňují a naplánovat strategie prevence.

Jak naznačují nedávné studie, významnou roli v nadměrném používání chytrých telefonů hrají rodiče. Pokud matky tráví příliš mnoho času na telefonu, dítě je přehlíženo, nedostává se mu dostatek potřebné péče, vřelosti a pozornosti. Děti mohou také zažívat pocity zanedbání a opuštění, což se snaží kompenzovat vnějšími prostředky. Nakonec se z toho může vyvinout závislostní chování. Kvalitně strávený čas rodičů s dětmi by vedl k menší míře závislostního chování.

Několik studií uvádí, že dalším aspektem, které ovlivňuje závislost na chytrých telefonech, je sebevědomí. Čím nižší má jedinec sebevědomí, tím vážnější je jeho závislost na smartphonu. Adolescenti s nízkým sebevědomím často unikají do virtuálního online světa, který je pro ně zdrojem ujištění, intimity a sebejistoty.

Existuje jen omezené množství studií, které zkoumaly komplexní faktory ovlivňující riskantní používání smartphonů dospívajícími, zejména mechanismy spojující používání chytrých telefonů matek s používáním smartphonů adolescenty v kontextu jejich vztahu. Z toho důvodu je cílem této studie prozkoumat dopady, který má čas strávený matkami s jejich dospívajícími dětmi a sebevědomí adolescentů na vzájemnou souvislost problematického užívání chytrých telefonů matkami a adolescenty.

## Materiály a metody

Údaje potřebné pro tuto studii získali autoři z *Korejského panelového průzkumu dětí a mládeže* (KPPDM), který byl proveden v roce 2018 *Korejským institutem politiky mládeže*. Ten byl založen, aby komplexně zkoumal změny ve vývoji dětí a mládeže v Koreji. Tohoto průzkumu se zúčastnilo celkem 2170 studentů prvního ročníku střední školy. 53,8 % tvořili muži (1168) a 46,2 % ženy (1002). Bylo podmínkou, aby oni sami i jejich matky vlastnili chytrý telefon.

### Problematické používání chytrých telefonů adolescenty a jejich matkami

Problematické používání chytrých telefonů adolescenty a jejich matkami bylo měřeno pomocí *Škály náchylnosti k závislosti na smartphonech*, která byla vyvinuta Kimem a dalšími. Škála zahrnuje 4 subdomény: 1) Narušení adaptivních funkcí, 2) Orientace na virtuální život, 3) Stažení, 4) Tolerance. Obsahuje 15 položek a každá z nich je měřena podle čtyřbodové *Likertovy škály* (1 = vůbec ne, 4 = extrémně). Pozitivní položky jsou hodnoceny obráceně. *Cronbachova alfa* bylo v této studii 0,876 (adolescenti) a 0,664 (matky).

## Čas, který matky tráví s adolescenty

Matky byly dotázány, kolik času tráví se svými dospívajícími dětmi při jídle, studiu, volnočasových aktivitách a při konverzaci. Měly uvádět průměrnou hodnotu, a to přes týden a o víkendu odděleně. Vyšší celkové skóre znamenalo více času stráveného s adolescenty.

## Sebevědomí adolescentů

Sebevědomí dospívajících bylo měřeno pomocí *Rosenbergovy škály sebeúcty*. Obsahuje 10 položek a každá z nich je měřena podle čtyřbodové *Likertovy škály* (1 = vůbec ne, 4 = extrémně). Negativní položky jsou hodnoceny obráceně. *Cronbachovo alfa* bylo 0,862.

## Kovariáty

V této studii byly kontrolovány ještě tři aspekty, které by mohly mít vliv na problematické používání smartphonů, a sice pohlaví, rodičovský styl a depresivní symptomy. K měření rodičovského stylu byla použita korejská verze dotazníku *Rodiče jako sociální kontext adolescentů* (RSKA), jehož autory jsou Kim a Lee. Obsahuje 24 položek a každá z nich je měřena podle čtyřbodové *Likertovy škály* (1 = vůbec ne, 4 = extrémně). Negativní položky jsou hodnoceny obráceně, přičemž vyšší skóre značí, že dospívající hodnotí rodičovský styl kladně. *Cronbachovo alfa* bylo 0,919. Korejská verze *Kontrolního seznamu symptomů* posloužila k měření příznaků deprese. Každá položka byla opět měřena podle *Likertovy škály*, přičemž vyšší skóre značí depresivnější symptomy.

## Výsledky

### Popisné statistiky a korelace pro hlavní proměnné

Z výsledků vyplývá, že problematické používání chytrých telefonů matkami pozitivně koreluje s problematickým používáním chytrých telefonů dospívajícími. Problematické používání smartphonů negativně koreluje s časem, který matky tráví s adolescenty. Dále bylo zjištěno, že čas, který matky tráví se svými dospívajícími dětmi pozitivně koreluje s jejich sebevědomím a negativně koreluje s problematickým používáním chytrých telefonů. Sebevědomí adolescentů negativně koreluje s problematickým používáním smartphonů.

### Mediační analýzy

Po kontrole kovariát (pohlaví, rodičovský styl, depresivních příznaky) bylo zjištěno, že problematické používání chytrých telefonů matkami má přímý vliv na problematické používání smartphonů adolescenty. Problémové používání chytrých telefonů matkami však nebylo významným prediktorem sebevědomí adolescentů. Bylo zjištěno, že souvislost mezi

problematickým používáním smartphonů matkami a problematickým používáním smartphonů dospívajícími je zprostředkováno časem, který matky tráví s adolescenty.

## Diskuze

Adolescenti, jejichž matky tráví příliš mnoho času na chytrých telefonech, mají tendence toto chování napodobovat, jelikož mají pocit, že je to normální a nezpůsobuje to žádné škody. To lze vysvětlit na základě teorie sociálního učení, podle níž děti napodobují důležité osoby v jejich životě, především pak rodiče. Matky, které jsou závislé na smartphonech, tráví méně času se svými dospívajícími dětmi. Ty pak nepociťují dostatečnou péči a pozornost, což v nich vyvolává psychický stres a může vyústit do psychopatologických závislostí.

## Závěr

Tato studie rozšiřuje zjištění přechodí práce tím, že ukazuje, jak behaviorální závislost zvyšuje možnost mezigeneračního přenosu v důsledku vystavování nezdravému chování primárních pečovatelů. Mělo by být vynaloženo veškeré úsilí pro vytvoření psychologického programu na snížení problematického užívání telefonů jak matkami, tak adolescenty. Omezení doby strávené matkami na telefonu, více času věnovaného dospívajícím a budování jejich sebevědomí může zabránit přenosu problematického používání chytrých telefonů mezi generacemi.