

Univerzita Karlova v Praze

1. Lékařská fakulta

Klinika adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze

Studijní program: specializace ve zdravotnictví

Obor studia: adiktologie



Veronika Škvareniaková

Závislost na digitální pornografii ve vztahu ke kvalitě partnerského života

Addiction to digital pornography in connection with quality of partner life

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Jaroslav Vacek

Praha, 2021

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci vypracovala samostatně a že jsem řádně uvedla všechny použité prameny a literaturu. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla použita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze své práce v databázovém systému meziuniverzitního projektu Theses.cz pro účely kontroly kvalifikačních prací.

V Praze 7.2. 2021

Veronika Škvareniaková

Identifikační záznam:

ŠKVARENIAKOVÁ, Veronika. *Závislost na digitální pornografii ve vztahu ke kvalitě partnerského života. [Addiction to digital pornography in connection with quality of partner life]*. Praha 2021. 64 s. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí diplomové práce Vacek, Jaroslav.

Poděkování

Moc děkuji Mgr. Jaroslavu Vackovi za vedení mé práce, znalosti, trpělivost a ochotu.

Ráda bych poděkovala všem respondentům, kteří se zúčastnili mého výzkumu, za jejich čas, upřímnost a pomoc při tvorbě této práce.

Nekonečný dík patří mým nejbližším a rodině za jejich trpělivost a podporu. Za každodenní oporu, pevné nervy, kritiku a obrovskou trpělivost děkuji mým kamarádkám.

Abstrakt

Tato práce se zabývá dopadem pornografie na život, chování, vztahy a další aspekty života jedince. Vzhledem k poněkud nejednotné definici závislosti na pornografii a nemožnosti zařadit ji mezi jiné typy závislostí jsem v této práci používala termíny jako hypersexualita a problematické sledování pornografie.

Pro svou práci jsem si vybrala kvantitativní výzkum provedený na serveru survio.com. Respondentů bylo sto prostřednictvím samovýběru. Údaje získané z dotazníku byly dále analyzovány v programech MS Excel a IBM SPSS. Mým cílem bylo zjistit, zda pornografii sledují častěji muži nebo ženy. Zda existuje možná souvislost mezi problematickým sledováním pornografie a jejím dopadem na partnerský život. Sledují starší lidé méně pornografie než mladší? Nebo jsou jedinci, kteří sledují pornografii, ve svém partnerském sexuálním životě nespokojenější než jedinci, kteří pornografii vůbec nesledují?

Významná většina výzkumného vzorku (68 %) respondentů sledovala pornografický obsah alespoň jednou za poslední měsíc, přičemž u respondentů převládaly 1-2 dny týdně. Téměř polovina respondentů (46 %) vyjádřila negativní dopad sledování pornografie pro partnerský život. Hodnocení sexuálního života respondentů v souvislosti se sledováním pornografie je výrazně negativnější ve skupině respondentů, kteří pornografii sledují každý den (6-7 dní v týdnu: 50 % kladně; 37,5 % záporně). Pokud jde o míru sledování pornografie a také o výskyt závislosti na pornografii, v nedávných šetřeních i v mém šetření jasně převažují muži.

Klíčová slova: závislost, pornografie, hypersexualita, kvalita partnerského života

Abstract

This work describes the impact of pornography on an individual's life, behavior, relationships and other aspects of life. Due to the relatively inconsistent definition of addiction to pornography and the impossibility of classifying it among other types of addiction, I worked with concepts such as hypersexuality and problematic watching of pornography.

For my work, I chose quantitative research, done on survio.com. There were one hundred respondents through self-selection. The data obtained from the questionnaire were further analyzed in MS Excel and IBM SPSS. My goal was to find out whether men or women watch pornography more often. Whether there is a possible link between the problematic viewing of pornography and its impact on partner life. Do older people watch pornography less than younger people? Or are individuals who watch pornography more dissatisfied with their sexual partner life than individuals who do not watch it at all?

The vast majority of the research sample (68%) of respondents monitored pornographic content at least once in the last month, with the frequency of monitoring 1-2 days a week prevailing among the respondents. Almost half of the respondents (46%) expressed a negative effect of watching pornography for their partner's life. The evaluation of the sexual life of the respondents in connection with watching pornography is significantly more negative in the group of respondents who watch pornography every day (6-7 days a week: 50% pos .; 37.5% neg.). In connection with the level of pornography tracking and also with the prevalence of pornography addiction, we are facing a clear dominance of men in recent research, as well as in my research.

Key words: addiction, pornography, hypersexuality, quality of partner life

Obsah

ÚVOD	8
1. Pornografie	9
1.1 Historie pornografie.....	10
1.2 Pornografie a internet	11
2. Prevalence sexuální závislosti	15
3. Behaviorální závislosti	17
3.1 Diagnostika behaviorální závislosti	17
3.2. Faktory vzniku behaviorální závislosti.....	19
3.2.1. Neurobiologické faktory	19
3.2.2. Psychodynamické faktory	20
4. Nadměrné sledování pornografie	24
4.1 Rizika sledování pornografie.....	25
4.1.1. Vliv sledování pornografie na partnerský život.....	25
4.1.2. Vliv sledování pornografie na pracovní život a zdraví.....	26
4.1.3. Vliv sledování pornografie na intimitu	26
5. Kvalita života	28
5.1 Kvalita partnerského života.....	28
6. Empirické šetření	31
6.1. Cíle empirického šetření	31
6.2. Výzkumné hypotézy.....	31
6.3. Metody a výzkumné techniky	34
6.4. Etické aspekty výzkumu	35
6.5. Výběr výzkumného vzorku	36
7. Interpretace výsledků výzkumu	38
7.1. Kvalita partnerského života ve vztahu ke sledování pornografického obsahu.....	40
7.2. Spokojenost se sexuálním životem jednotlivců v souvislosti se sledováním pornografického obsahu.....	43
7.3. Rozdíly mezi pohlavími v náchylnosti k závislosti na pornografickém obsahu.....	44
7.4. Věkové rozdíly ve frekvenci sledování pornografického obsahu	45
8. Závěry	47
9. Diskuse a závěr	49
Použitá literatura	53
Seznam příloh	
Přílohy	

ÚVOD

"Propaganda se musí zaměřit na emoce, ne na inteligenci... zuřivé a nechutné, s barevnými fotografiemi... Sexuální a fyzické... masy potřebují... vzrušení z hrůzy."

ADOLF HITLER

Sexualita je po staletí přítomná všude. Není divu, že už nikoho nešokují všudypřítomné reklamy, billboardy s ženami ve spodním prádle, které nabízejí vše od plavek až po auta. Nahota prodává a myslím, že velmi úspěšně. Sex je nejoblíbenějším a nejčastějším tématem, zda je jeho popis a zobrazování nějak škodlivé, bylo předmětem různých sporů až v posledních staletích. Sex je zobrazován přibližně před 8 000 lety před naším letopočtem, na konci doby kamenné. Příkladem jsou ženské sošky s výrazným poprsím v popředí nebo sochy představující penis v erekci. Předpokládá se, že tyto sošky byly symbolem plodnosti a měly náboženský a kulturní význam (Postulka, 2007).

Sexuální témata a jejich prezentace se postupně měnily. Viditelný technologický rozvoj nabízí vysoký nárůst možností šíření informací, a to znamená i pornografie. Určitě nemůžeme nezmínit kazety VHS a o něco později přehrávače DVD. Dnešní doba telefonů a internetu usnadňuje vyhledávání. Pornografická literatura je volně a bezplatně dostupná. Pohled veřejnosti se postupně mění, to, co bylo považováno za škodlivé, už se nezdá být zcela normální. Další zajímavou otázkou je, jaká je budoucnost v oblasti pornografie? Virtuální realita, orgasmus vyvolaný bez fyzické stimulace, nebo jen elektronický pokyn vyslaný do mozku? Vývoj šíření pornografie rozhodně ještě není u konce (Poštulka, 2007).

TEORETICKÁ ČÁST

1. Pornografie

Slovo pornografie dosud nebylo přesně definováno. Každý si pod tímto slovem může představit něco jiného, což může vést k odlišné definici (Poštulka, 2007).

Pojem pornografie nebyl nikdy přesně definován, ale pokud o pornografii uvažujeme velmi jasně a s ohledem na historii, měli bychom se vyhnout definicím, které se liší. Je možné rozlišovat mezi soft a hard pornem, přičemž oba typy mají specifické prvky a postoje. Názory na pornografii se liší, ale skutečnost, že se objeví jiná nebo nová definice pornografie, postoje nijak nezmění (Andrews, 2012).

Nejčastěji se za pornografii považuje explicitní materiál, který má vzbudit zájem. Při porovnání měkké a tvrdé pornografie je však zobrazení odlišné. Velké množství uměleckých filmů obsahuje sex, ale ne všechny jsou klasifikovány jako porno. V některých případech je explicitnost prezentována prostřednictvím násilí, ponižování. Podle feministických filosofek představuje pornografie podřízenost žen; je ponižující, pokořující a urážlivá. Proto je přijatelnější hranice mezi křehkou kategorií, jako je erotika nebo erotické umění, a na druhé straně tvrdší kategorií zvanou pornografie. Na rozdíl od feministek bojujících proti pornografii existují lidé, kteří se na pornografii dívají jako na součást uměleckého kruhu. Pornografie nemá předepsané formy ani styly, ale jediným předpokladem pro pornografii je sexuální obsah. Nedávné studie naznačují, že naše definice mohou být omezeny naší biologii i

logikou. To je možná důvod, proč jsou předsudky a zaujatost vůči pornografii zakořeněny v naší lidské přirozenosti (Andrews, 2012).

Jediný způsob, jak definovat závislost na pornografii, je porovnat kritéria stanovená pro jiné závislosti. Ve světě neexistuje definice samotné pornografie, což způsobuje velký problém s definicí závislosti na pornografii (Chovanec, Weiss, 2016).

1.1 Historie pornografie

Kulturní a historický kontext pornografie prošel zajímavým a dlouhým vývojem. Rád bych se zmínil o několika momentech, které jsou důležité v souvislosti s historií pornografie.

Za první spisy o pornografii jsou považovány starověké příběhy ze 6. století před naším letopočtem. Výrazně explicitní a dobře dochovaný příběh z této doby je příběh o *Depnosophistai* (hostujících mudrcích). Kámasútra, známá také jako *Poučení o rozkoši*, je považována za jednu z prvních knih o pornografii, která pochází ze 4. století před naším letopočtem. Tato erotická příručka obsahuje velmi názorné kresby (Postulka, 2007).

Slovo „pornografie“ - z řeckého pornographos (porne - lehká žena, graphein - psát). Toto slovo bylo historicky poprvé použito v 50. letech 19. století. Ve středověku vznikalo také mnoho děl, která křesťanská víra považovala za hříšná, a paradoxně právě v tomto období se pornografie stala samostatnou kategorií. Sex byl problém, pornografické a erotické sbírky bylo třeba oddělit od společnosti. Z tohoto důvodu vznikla v Evropě tajná muzea, například v Londýně, Florencii, Drážďanech a Neapoli (Tangová, 2003).

Prvním filmovým pornem je údajně *Auberge* (Krčma), který byl údajně promítán v roce 1908 v soukromém bytě v Paříži. První filmové záběry, tzv. filmové porno, začaly vznikat ještě před první světovou válkou. Postupně se filmová i fotografická pornografie snažila dostat do Evropy a USA. Ve 40. a 50. letech na titulní straně velmi známého Playboye se začaly objevovat fotografie nahých žen a také snímky nahé Marilyn Monroe. Rok 1972, označovaný také za přelomový, znamenal počátek moderního filmu - "moderního porna". Stejně slavné jsou i tři klasické filmy, které dokonce pomohly změnit americké právo. Jednalo se o filmy *Hluboké hrdlo*, *Za zelenými dveřmi* a *Ďábel ve slečně Jonesové*. Stejně zásadní změny se odehrály ve filmu *Poslední tango v Paříži, kde byl poprvé rafinovaně zobrazen anální sex* (Postgirl 2007).

Slovník cizích slov češtiny z 60. let 20. století přináší negativní výklad pro pornografii; pornografie je pojmenována jako obscénní materiál a pseudoumělecký brak. Po dlouhé době, v roce 2002, je pornografie definována jako dílo zdůrazňující sexualitu.

V roce 1989, po pádu komunismu, byl v České republice oficiálně zrušen zákaz pornografie (Diamond, Jozifkova, & Weiss, 2011).

Za počátek zájmu o sexuální chování v prostředí internetu se považuje druhá polovina 90. let. Postupně dochází k proměně sexuálních aktivit, které se odehrávají na internetu (Blinka, 2015).

1.2 Pornografie a internet

V posledních desetiletích se pozornost veřejnosti i odborníků soustředila na počítače a internet právě kvůli jejich potenciálně

problematickým účinkům. Závislosti na internetu jsou popisovány jako nový fenomén 21. století (Blinka, 2015).

Závislost na internetu je popisována z několika hledisek. Podle prvního názoru je závislost na internetu pouze hypotetickým důsledkem používání internetu. Očekává se, že i tato vlna zájmu o médium pomine, podobně jako vlna komiksů v 50. letech. Druhý pohled představuje názor, že účinek je viditelný, nové médium s sebou přináší dopad na sociální, fyzickou a dokonce i psychickou pohodu. Tento druhý pohled se skládá z předpokladů o existenci přímého a příčinného vztahu mezi použitím média a následným účinkem. Třetí varianta představuje smíšený model účinku. To znamená, že v závislosti na kontextu je u některých lidí účinek menší a u jiných větší (Blinka, 2015).

Osoby, které jsou klasifikovány jako závislé na internetu, tráví na internetu 40 až 80 hodin týdně (Montag, Reuter, 2017).

Použití jednoho média s sebou může přinést několik efektů, které mohou být pozitivní i negativní zároveň. K používání jakéhokoli média nás motivuje cíl uspokojit určité potřeby. V případě internetu může být důvodů pro jeho používání více. Jedině k tomu může vést osamělost jako hypotéza sociální kompenzace, dále potřeba relaxace, úniku před stresem, úzkost jako hypotéza zvládnání nálady. Tendence k uspokojování potřeb, jako jsou vztahy, kompetence, kontakt s ostatními, zábava, informace (Blinka, 2015).

Pokud chceme, aby stimulace trvala, musíme zajistit, aby se podněty měnily nebo zesilovaly. Mluvíme o neurofyzikálním principu šetření, kdy se často opakované podněty stávají nedůležitými. Ve spojení s pornografií to znamená, že jedinec postupně přechází na sledování nového obsahu,

"tvrdšího", nebo se zaměřuje na sexuální aktivity, které vedou k vyššímu sexuálnímu vzrušení (Hupková, 2016).

Používání internetové pornografie je celosvětově běžným jevem. Pornhub je označován za nejoblíbenější pornografickou stránku. V roce 2017 bylo z uvedeného webu staženo přibližně 3 732 petabajtů, což je více než tři miliardy gigabajtů (Grubbs, Braden a kol. , 2019).

Kybersex je jakákoli sexuální aktivita, která se odehrává na internetu. Původní komunikace probíhala na bázi textových zpráv, kdy si lidé připojení k internetu vyměňovali sexuální a erotické zprávy. Stejně tak známé erotické seznamky, vyhledávání partnerů pro sex zdarma, online fóra, vyhledávání a poskytování placených sexuálních služeb, sledování online pornografie a mnoho dalších aktivit jsou součástí online sexuálních aktivit. Za vznikem sextingu stojí také rozvoj informačních a komunikačních technologií. Elektronický obsah vlastní produkce, jako jsou erotické fotografie a zprávy, si autoři vyměňují prostřednictvím internetu nebo mobilního telefonu (Blinka, 2015).

O tom, že pornografie může mít vliv na duševní zdraví, napanuje vzájemná shoda. Odpověď na tuto otázku se nachází na pomezí adiktologie a sexuologie. Stále se zvyšuje počet pacientů, kteří neodolají sledování sexuálně explicitních materiálů. V důsledku toho vyhledávají stále "tvrdší" formy pornografie a tráví jejich sledováním stále více času (Hupková, 2016).

Internet může člověka povzbudit k sexuálním aktivitám online. V roce 1998 přišel Alvin Cooper s teorií trojího A, která může jedince podněcovat k sexuálním aktivitám online. Trojici A představují tři anglická slova:

anonymity, affordability a accessibility. Tři "A" byla brzy přejmenována na pět "A" a doplněna o přijatelnost a přibližnost. Díky možnosti anonymity může jedinec z bezpečí domova experimentovat, zkoumat své sexuální touhy a potřeby, a tím měnit své sexuální chování. Lépe to vystihuje pojem "ACE", anonymita, pohodlí, únik. V anonymitě a bezpečí domova představuje používání internetu únik z reality a únik od problémů každodenního života. To samozřejmě může mít negativní dopad na sexuální život (Blinka, 2015).

2. Prevalence sexuální závislosti

Internet je označován jako trojitý stroj, protože je dostupný, cenově dostupný a anonymní. Více než 10 % internetového provozu obsahuje pornografický materiál. Prevalence sexuální závislosti, tj. sledování pornografie, nadměrné sexuální randění, sex po telefonu a další, se podle studií pohybuje od 2 do 6 %, přičemž převažují muži v poměru 4:1. To naznačuje, že závislost na sexu je problém, který postihuje především muže (Montag, Reuter, 2016). V USA kompulzivním sexuálním chováním trpí přibližně 5-6 % populace (Black & al., 1997). Hall (2006) odhaduje, že v Británii je závislých 3 - 6 % osob.

V roce 1991 Carnes zveřejnil výsledky výzkumu, kterého se zúčastnilo 932 účastníků, kteří se chtěli léčit ze sexuální závislosti. Podle jeho zjištění bylo přibližně 20 % sexuálně závislých žen a vybrané kompulzivní chování se u obou pohlaví lišilo. Muži se častěji zaměřovali na sexuální aktivity, jako je voyeurství, prostituce a anonymní sex. Naproti tomu ženy měly tendenci provozovat sex ve spojení s pocitem moci, síly, sadomasochismu, sexuálních fantazií, svádění a sexu za peníze (Carnes 1991). V naší zemi stále chybí výzkumné údaje o výše uvedených otázkách.

V průzkumu mezi 289 lidmi Carnes zjistil, že méně než 17 % sexuálně závislých uvedlo, že mají pouze jednu závislost. Statistiky ukazují, že přibližně 40-50 % osob se sexuální kompulzivitou je závislých na návykových látkách, 38 % trpí poruchou příjmu potravy a 5 % je kompulzivních hráčů. Některé závislosti se budou střídat a jiné se budou přidávat mezi ostatní. Je však velmi obtížné určit, zda vznikající problémy existují nezávisle na sobě, nebo jsou důsledkem jeden druhého, či zda jsou oba důsledkem jednoho společného psychopatického procesu (McPherson, Clayton et al., 2013).

Stewart a Szymanski (2012) provedli výzkum, kterého se zúčastnilo 308 vysokoškolských studentek. Výsledek ukázal, že konzumace pornografie jedním z partnerů souvisí se sníženou sebeúctou, kvalitou vztahu a sexuálním uspokojením.

Kromě předchozích informací týkajících se sexuální závislosti průzkumy v USA a Evropě naznačují, že závislost na internetu může postihovat 1,5 až 8,2 % celkové populace (Montag, Reuter, 2016). V Koreji jsou osoby trpící závislostí na internetu, což jsou odhadem 4 % dětí. Prevalence v Evropě se pohybuje mezi 1 a 9 %, na Středním východě mezi 1 a 12 % a v Asii mezi 2 a 18 % (Christakis, 2010). Diagnostická kritéria a dotazníky používané k diagnostice se mohou v různých zemích lišit (Montag, Reuter, 2016).

3. Behaviorální závislosti

Termín behaviorální nebo nelátková závislost se vztahuje na chování, které přináší okamžité uspokojení a má tendenci se opakovat. Časté opakování se v dlouhodobém horizontu mění ve zvyk nebo závislost, i když přináší negativní důsledky (Vacek, Vondráčková, 2014).

3.1 Diagnostika behaviorální závislosti

Následující kapitola nám přiblíží závislost na internetu pro sexuální účely a také závislost na internetu jako takovou. Používání internetu k sexuálním účelům není jasně stanoveno v uznávaných seznamech duševních chorob, jako jsou ICD-10 a Diagnostický a statistický manuál duševních poruch DSM5. Pro diagnostické účely se v České republice používá seznam MKN - 10, nejbližší kategorie je F52.7 a jedná se o nadměrné sexuální nutkání (hypersexualitu) (Blinka, 2015).

Závislost na pornografii se zdá být nejvýznamnější formou sexuální závislosti. Konzumace pornografie je obvykle spojována s masturbací, což neustále vede k diskusím, zda je skutečnou závislostí masturbace nebo orgasmus, nebo zda je přínosem samotný sexuální materiál. Zkušenost ztráty kontroly se velmi často stává důvodem k vyhledání léčby. Debaty na vědecké a politické úrovni se často týkají symptomatologie. Ať už jde o nadměrné sexuální chování, ztrátu kontroly, negativní důsledky, mělo by být pojímáno jako závislost, nutkání, porucha kontroly impulzů nebo hypersexualita. Přibývá důkazů, že tento syndrom má mnoho podobností se závislostmi na jiných látkách. Muži dávají přednost pornografii, ženy většinou nadměrně využívají seznamovací platformy, a to i přes negativní důsledky (Montag, Reuter, 2016).

Goodman definoval sexuální závislost jako neschopnost odolat sexuální touhám. Takové chování je nejčastěji charakterizováno pravidelným zaujetím sexuální aktivitou, která je upřednostňována před jinými činnostmi, a neklidem, který je přítomen, když tato aktivita nemůže být vykonávána. Výše uvedené příznaky by měly trvat měsíc nebo se po delší době znovu objevit (Doran, Price, 2014).

Kafka navrhl definici hypersexuality pro DSM 5, ale návrh byl zamítnut kvůli nedostatku výzkumu v této oblasti. Vše vede do začarovaného kruhu, epidemiologická data nelze shromažďovat bez toho, aby byla k dispozici vhodná definice syndromu (Montag, Reuter, 2016).

Mezi MKN-10 a DSM-IV se spojení závislost vyskytuje pouze u poruch způsobených užíváním psychoaktivní látky. Hlavním diagnostickým znakem je opakované nutkání užívat látku nebo se oddávat opakovanému vzorci chování navzdory jeho negativním důsledkům. Behaviorální závislost vede lidi k návykovému chování ve vztahu k určitým činnostem. Může být také označována jako nelátková závislost, nedrogová závislost nebo závislost na procesu (Vacek, Vondráčková, 2014).

Řada výzkumů poukazuje na nápadné souvislosti mezi závislostmi na chemických látkách a závislostmi na jiných látkách. Griffiths zastával názor, že všechny závislosti mají určité společné základní složky a že pro stanovení diagnózy je zapotřebí šest základních složek:

- a)** zaujetí (návykové chování ovládá myšlení, pocity).
- b)** změny nálady (euforie, jiné zážitky ovlivňující náladu).
- c)** tolerance (k dosažení původních účinků je stále zapotřebí větší množství).

- d) odvykání (přítomnost nepříjemných pocitů při přerušení nebo omezení spánku).
- e) konflikt (návykové chování způsobuje konflikty s ostatními lidmi).
- f) Recidiva (návrat k původním vzorcům chování) (Andreassen, Griffiths et al., 2013).

Kritéria uvedená v obou příručkách se překrývají s diagnostickými kritérii pro závislost na psychoaktivních látkách (Vacek, Vondráčková, 2014).

Závislost na internetu je také známá jako problematické používání internetu nebo nutkavé používání počítače. Klinické vzorky naznačují, že tato porucha může být častější u mužů. Většina lidí trpících závislostí na internetu má vysokoškolské vzdělání a je zaměstnaná.

Lidé se závislostí na internetu uvádějí, že na internetu tráví v průměru 27 hodin týdně. Toto chování odvádí pozornost od jiných starostí, zmírňuje úzkost a uživatelé se cítí více socializovaní. Z tohoto důvodu mají tendenci zažívat značné finanční a sociální potíže (Grant, Schreiber a kol., 2013).

3.2. Faktory vzniku behaviorální závislosti

Podle získaných informací lze faktory behaviorální závislosti rozdělit na neurobiologické a psychodynamické.

3.2.1. Neurobiologické faktory

Pokud se dítěti nedostává pozornosti, ujištění, stimulace a náklonnosti, může si odnést následky, které jsou zapsány v jeho vyvíjejícím se mozku. Změněná prefrontální funkce je spojena s rizikem závislosti na alkoholu a drogách (Hall, 2011).

Dysregulace serotoninu byla zaznamenána u látkových i nelátkových závislostí, a to včetně fungování systému odměňování (Andreassen, Griffiths a kol., 2013). Neurobiologické teorie připisují závislost onemocnění mozku. Přejít od občasného užívání k trvalému, intenzivnímu a postupně až plně návykovému užívání látek je doprovázen neurofyziologickými změnami v mozku. V případě projevů závislosti se opakuje fáze záchvatu a intoxikace, fáze odvykání a negativních účinků a fáze očekávání a touhy. V systému odměn dochází k uvolňování dopaminu, a tak je vyvolána touha po konzumaci (Montag, Reuter, 2016). Neurobiologii sexuálního vzrušení objasnili Landau a kol. takže dopamin se může uvolňovat do mozkových synapsí v důsledku užívání návykových látek a stejně tak při sledování pornografie (Chovanec, Weiss, 2016).

3.2.2. Psychodynamické faktory

Z psychodynamického hlediska je zřejmé, že sexuální závislost má původ v oblasti připoutání, traumatu nebo objektových vztahů. V populaci sexuálně závislých je sexuální trauma silně zastoupeno, ale ne u každého, kdo zažil trauma, se závislost vyvine (Hall, 2011).

Neexistuje však dostatek důkazů, které by prokázaly souvislost mezi traumatem z dětství a sexuální kompulzivitou v dospělosti.

Podle informací z průzkumu, kterého se zúčastnilo 348 osob, se pohlaví, sexuální orientace, citové zneužívání v dětství, vystavení dětské pornografii a závislost na rodičích projevily v dospělosti v souvislosti se sexuální kompulzivitou, označovanou také jako hypersexualita. Hypersexualita se zřídkakdy vyskytuje izolovaně. Nejčastějšími problémy diagnostikovanými vedle sexuální kompulzivity jsou poruchy nálady, úzkostné poruchy, poruchy osobnosti a závislost na návykových látkách. Sexuálně kompulzivní poruchy

se obvykle vyskytují společně s jinými závislostmi (McPherson, Clayton et al., 2013).

Velké množství lidí, zejména mužů, je v dospívání vystaveno pornografii, ale jen u některých z nich se vyvine závislost. To vyvolává otázky, jaký je tedy přechod od příležitostného k nadměrnému užívání? Je tento přechod srovnatelný s rozvojem závislosti na návykových látkách? Motivy konzumace pornografie Reid et al. označili za následující faktory. Tyto faktory byly identifikovány jako vyhýbání se emocím, sexuální zvědavost, vyhledávání vzrušení a sexuální potěšení. Tyto faktory mohou vést k asociaci s pozitivním a negativním posilováním. Konzumace pornografie vede k pozitivním pocitům, jako je potěšení, které vede k pozitivnímu posílení, a také k ukončení negativních pocitů, jako je osamělost, která zase vede k negativnímu posílení. Předpokládá se, že je to srovnatelné se závislostí na návykových látkách, kdy je příjem látky zpočátku pozitivně posilován a později negativně posilován (Montag, Reuter, 2016).

Bylo prokázáno, že impulzivita je spojena s problematickým užíváním online pornografie (Wetterneck et al., 2012) a kompulzivní poruchou sexuálního chování (Weinstein et al., 2015).

Jedinci s kompulzivní poruchou sexuálního chování v anamnéze se mimo jiné věnují nadměrné konzumaci pornografie. Nutkavé, kompulzivní prvky jsou vyhledávání nových sexuálních partnerů, mnoho sexuálních styků, nutková masturbace, pravidelné užívání pornografie a další. Kognitivně-emocionální složka zahrnuje stud a utajování sexuální aktivity, racionalizaci pokračování v sexuální aktivitě, preferenci anonymního sexu a také nedostatek kontroly nad některými aspekty života (Levi et al., 2020).

Pornografický materiál je hodnocen jako příjemnější a sexuálně vzrušivější pro muže než pro ženy. V některých studiích nebyl zjištěn žádný rozdíl v subjektivním hodnocení, ale přesto byla prokázána vyšší nervová aktivace u mužů než u žen. To by mohlo být vysvětlujícím faktorem, proč jsou muži náchylnější k rozvoji závislosti na pornografii (Montag, Reuter, 2016).

K závislosti na návykových látkách i na jiných látkách může přispívat také osobnost. Pětifaktorový model osobnosti podle teorie osobnosti, který byl ověřen na několika kulturách, rozlišuje pět hlavních forem:

- a)** neuroticismus (sklon k nervozitě, úzkosti).
- b)** extroverze (hovornost a společenskost).
- c)** otevřenost novým zkušenostem (intelektuální orientace a nápaditost).
- d)** přívětivost (sympatičnost, vřelost).
- e)** Svědomitost (organizovanost a pohotovost) (Andreassen, Griffiths a kol., 2013).

Vyšší neuroticismus významně souvisí s konzumací internetové pornografie, ale také s kompulzivitou. To potvrzuje, že neurotici jsou často kompulzivní a obsedantní. Nejdůležitějším kritériem pro posouzení sexuální závislosti je posedlost (Egan, Parmar, 2013). V případě závislosti na internetu nebo problematického používání internetu prokázalo několik studií souvislost s neuroticismem. V jiné studii byla závislost na internetu negativně spojena s extroverzí a svědomitostí, ale Serin zjistil pozitivní souvislost s extroverzí (Andreassen, Griffiths a kol., 2013).

Bolestivé účinky studu mohou být také spojeny s neuroticismem a konkrétně s impulzivitou v hypersexuálním chování. Nezdá se, že by náboženská příslušnost měla vliv na míru hypersexuality, studu, viny nebo motivace ke změně (Gilliland, South et al., 2011).

4. Nadměrné sledování pornografie

Slova jako pornografie a porno jsou veřejností obecně považována za negativní, ale výzkum ukázal, že účinky na jedince jsou obecně pozitivní a mají jen malý nebo žádný negativní dopad. Časté užívání lze považovat za zdravou variantu vášnivé náklonnosti, na rozdíl od obsedantního nebo kompulzivního chování. Pro malé procento lidí však může být sledování pornografie problematické. U této menšiny způsobuje užívání pornografie problémy především v psychologické, duchovní a behaviorální oblasti. Mezi nejzranitelnější osoby patří osoby s komorbiditami, jako jsou deprese, úzkostné poruchy, impulzivita, kompulzivita, nedostatek seberegulace, neuroticismus, vysoká míra narcismu (Egan, Parmar, 2013). Zajímavá zjištění přinesl výzkum Cooper, Scherer et al. (1999) s názvem Sexualita na internetu. Konečný počet byl $n = 9\ 177$ osob s úplnou odpovědí. Mezi respondenty bylo 86 % mužů a 14 % žen, tedy poměr 6:1. Výsledky ukázaly, že většina respondentů tráví na internetu 1 až 10 hodin týdně (30 %). Téměř (27 %) respondentů tráví na internetu 11 až 20 hodin týdně. Ti, kteří tráví velké množství času online, uvádějí více problémů. Byla zachycena významná souvislost mezi časem stráveným na internetu pro sexuální účely a negativním vlivem na jejich život. Ukázalo se, že u lidí, kteří tráví více než 11 hodin týdně na internetu kvůli sexu, se posiluje souvislost s problémovým chováním. E. Coleman odhaduje, že 5 % běžné populace má problémy se sexuální kompulzivitou. O něco vyšší procento vyšlo ve výše zmíněné studii, a to 8,5 %. To lze vysvětlit tím, že vzorek se skládá výhradně z osob, které jsou online kvůli sexuálním aktivitám. Tyto výsledky podporují názory mnoha klinických lékařů, že ti, kteří tráví 11 a více hodin svého času na internetu sexuálními aktivitami, vykazují známky psychického stresu a přiznávají, že jejich chování zasahuje do některých oblastí jejich života (Cooper, Scherer et al., 1999).

4.1 Rizika sledování pornografie

Z názvu práce je zřejmé, že se budeme zabývat závislostí na pornografii a jejím bližším dopadem na partnerský život. Samozřejmě, že tato závislost ovlivňuje i další složky života, nejen vztah. V následujícím textu tyto vlivy podrobněji vysvětlíme.

4.1.1. Vliv sledování pornografie na partnerský život

V americké výzkumné studii o partnerském životě, které se zúčastnilo 20 000 dospělých manželů, byl zkoumán vztah mezi sledováním pornografických filmů a měřítky manželské pohody. Výsledky ukázaly, že dospělí, kteří v posledních 12 měsících zhlédli pornografický film, se častěji rozváděli, měli mimomanželský vztah a méně často považovali své manželství za spokojené nebo sami sebe za šťastné. Bylo také zjištěno, že negativní vztah mezi konzumací pornografie a manželskou pohodou se v průběhu času zvýšil, a to v období, kdy se pornografie stala explicitnější a snadno dostupnou (Doran, Price, 2014).

Používání pornografie může oslabit význam monogamie a snížit touhu po jediném partnerovi. Dále může narušit snížení spokojenosti se sexuálním výkonem, náklonností nebo vzhledem partnera (Doran, Price, 2014).

Albrightová (2008) vyhodnotila údaje o 15 426 respondentech, kteří se zúčastnili online průzkumu na webu MSNBC.COM. Z výsledků vyplynulo, že 12 % mužů a 9 % žen uvedlo, že v důsledku sledování internetové pornografie došlo ke snížení rozsahu jejich předchozího sexuálního života.

4.1.2. Vliv sledování pornografie na pracovní život a zdraví

Short et al. ve studii shrnující některé negativní důsledky spojené s konzumací online pornografie. Podle studie narušuje vztahy, profesní a finanční fungování, způsobuje emocionální problémy a sexuální nespokojenost (Hamack, 2018).

Sledování pornografie způsobuje trvalé neuroplastické změny mozku. Dlouhodobé sledování a opakování pornografického materiálu může vést k chemicko-biologickému poškození mozku.

Mimo jiné dochází k narušení vztahů, oslabení schopnosti někoho milovat (Hamacková, 2018).

Nadměrné sledování pornografie, které je rovněž považováno za kompulzivní poruchu sexuálního chování, je komorbidní s úzkostí a depresí. U mužů byla míra prevalence 28 % ve srovnání s obecnou populací, kde byla 12 %. Jiné studie ukazují, že 42-46 % pacientů s kompulzivní poruchou sexuálního chování trpí úzkostí a 33-80 % poruchou nálady (Levi et al., 2020).

4.1.3. Vliv sledování pornografie na intimitu

Účastníci finské studie se shodli na tom, že skutečný sex je "mnohem víc" než pornografie a praktiky, které jsou v ní k vidění. Největší rozpor mezi pornografickými zobrazeními a představami o "skutečném sexu" se objevuje v souvislosti s pojmem intimity. Intimita je chápána jako pojem s postupy, které jsou předpokladem pro navázání účinného a oddaného vztahu. Intimita je také označována jako dobrovolná, vzájemná a projevující se "pouze tomu druhému", takže slovo exkluzivita je jádrem intimity. Účinek intimity úzce

souvisí s normativními představami o genderu, sexu a vztazích a s tím, jak jsou uskutečňovány (Spisak, 2020). Útěk nebo strach a obavy z intimity jsou poměrně často diskutovanými tématy. Strach představuje konflikt mezi zachováním a potřebou vlastního prostoru a naopak touhou po blízkosti a spojení s druhou osobou (Gable, Impett, 2012). Podle studií patří k nejčastějším obavám z intimity zklamání z předchozích vztahů a udržování prostoru pro sebe a věnování se pouze svým koníčkům (Mashek, Israel a Aron, 2011).

Často se uvádí, že pornografie může poškodit sexuální postoje a očekávání. V učebnicích zdravotní výchovy se uvádí, že lidé se obvykle do pohlavního styku nehrnou hned, nebo že sex je nejpřínosnější s dlouhodobým partnerem. Proto jsou pornografie a online platformy považovány za hrozbu pro sexuální vývoj dospívajících a sexuální kulturu a výchovu obecně. Člověk se učí být lepším milencem prostřednictvím rozhovorů a vzájemného poznávání, ne prostřednictvím pornografie. Intimita by měla zahrnovat silné pozitivní citové vazby, lásku a určitou formu blízkosti k druhé osobě spojenou s vysokou dávkou důvěry. Ideál intimity jednotlivce hraje významnou roli při definování dobrých vztahů a sexu, na rozdíl od grafického sexu. Právě intimita je klasifikována jako důležitý prvek při budování porozumění vztahům. Pornografie může být užitečná pro poskytování důležitých informací o sexualitě a podpoře, pro zvýšení jejich sebepoznání, anatomii, polohách, technikách a zkoumání sexuálních fantazií. "Porno je normální věc a docela dobrá, pokud se k němu nechováte jako ke skutečnému životu." bylo prohlášení studenta zúčastněného výzkumu (Spišák, 2020).

5. Kvalita života

Následující kapitola je věnována kvalitě života, která je zmíněna i v názvu práce. Z předchozího textu víme, že závislost na pornografii může ovlivnit různé oblasti života. Ať už na osobní, nebo partnerské úrovni. Život by měl představovat určité vlastnosti, hodnoty, štěstí a další. Slovo kvalita představuje hodnotu, kvalitu. Kvalita je chápána jako soubor vlastností, které odlišují určitý jev nebo předmět od ostatních. Výraz „kvalita života“ tedy označuje kvalitu, kvalitu bytí, existenci ve srovnání s životem jiného jedince. Kvalita života, jak uvádí Rapley, má několik pojmů, a to: štěstí, subjektivní a životní spokojenost, seberealizace, vyrovnanost, dobrý život. Všechny tyto pojmy je velmi obtížné skloubit dohromady. Z psychologického hlediska je kvalita života chápána jako subjektivní prožitek životní pohody a pocit spokojenosti s vlastním životem jako takovým. Naopak ze sociálního hlediska je kvalita života pojímána z hlediska sociálního úspěchu, jako je majetek, vzdělání, rodinný stav, postavení, a tedy životní úroveň jedince. V medicíně souvisí kvalita života s psychosomatickým a fyzickým zdravím. To znamená, že kvalitu života ovlivňuje také zdraví. Mnoho definic kvality života se snaží o jednotnost a komplexnost, ale univerzální definici kvality života nemáme (Švehlíková, Heretik, 2008).

5.1 Kvalita partnerského života

Jaká je kvalita partnerského vztahu? Ve výzkumné literatuře se kvalita vztahu vztahuje k tomu, jak je jedinec ve svém vztahu spokojený a šťastný. Existují dva hlavní přístupy k chápání kvality vztahů: první je interpersonální nebo vztahový přístup. Zaměřuje se na vzájemné vztahy a oblasti, jako je komunikace mezi partnery, konfliktní chování a trávení společného času.

Druhým přístupem je intrapersonální přístup, který se zaměřuje na to, jak partneři hodnotí své štěstí a spokojenost ve vztahu. Subjektivní hodnocení vztahu páru. Tam, kde se vztahy rozpadají, mají dospělí a děti nepříznivé výsledky v celé řadě ukazatelů pohody a zdraví. Mezi další důsledky patří ekonomické a sociální náklady. Partnerské vztahy přinášejí partnerům a jejich dětem výše zmíněné výhody z hlediska zdraví, pohody a blahobytu (Reynolds, Houlston a Coleman, 2014).

Klíčovým faktorem ovlivňujícím kvalitu vztahu je sexualita. Výzkumy potvrdily, že lidé spokojení se svým sexuálním životem jsou stejně spokojeni i se svým partnerským vztahem. Ne všechny sexuální zážitky jsou stejně uspokojivé, zkoumání sexuální motivace může pomoci pochopit, kdy je sex spojen s pozitivním dopadem na kvalitu vztahu a naopak (Muise, 2017). Pokud se partneři věnují sexu, aby se vyhnuli negativním důsledkům ve svých vztazích, například aby se vyhnuli partnerskému zklamání nebo konfliktu, oba partneři se shodují na nižší sexuální a vztahové spokojenosti (Gable, Impett, 2012; Muise, 2017).

Kvalita a také četnost sexu v manželství je považována za silný prediktor manželské spokojenosti. Nevěra je jednou z hlavních příčin, které přispívají k napětí a následně k rozvodu (Doran, Price, 2014).

Schneiderová (2000) na vzorku 94 respondentů, kteří byli partnery osob závislých na pornografii, zjistila, že 52 % účastníků závislých na sexu uvedlo, že jejich manželé nemají zájem o sex s nimi. Mnoho žen mělo pocit, že nemají šanci konkurovat kybernetickým obrázkům a také sexy ženám na internetu. Respondenti pocítovali hněv, odmítnutí, zranění a nenaplnění v sexuální oblasti. Přibližně každá třetí žena považuje pornografii za formu nevěry (Doran, Price, 2014).

Na základě všech dostupných informací jsem se rozhodla, že bych ráda zjistila, jaká je souvislost mezi užíváním pornografie a partnerským životem. Velká část teorie i výzkumu je čerpána ze zahraničních zdrojů. V rámci České a Slovenské republiky se množství dostupných materiálů snižuje. Jak už název práce napovídá, mým cílem bylo především zjistit, zda má nadměrné sledování pornografie vliv na partnerský život. Kvalita partnerského života úzce souvisí s kvalitou sexuálního života, takže mým dalším cílem bylo zjistit, zda jsou jedinci, kteří sledují pornografii, ve svém sexuálním životě nespokojenější než ti, kteří pornografii nesledují. Další hypotézy ukáží, zda muži sledují pornografii častěji než ženy a zda spotřeba pornografie klesá s věkem.

6. Empirické šetření

6.1. Cíle empirického šetření

Obsahem empirické části bakalářské práce je výzkumná část, jejímž cílem bylo prozkoumat problematiku závislosti na sledování pornografie v České republice a na Slovensku ve vztahu ke kvalitě konkrétních složek osobního života. V rámci výzkumného úkolu budu vycházet z teorií a konceptů představených v teoretické části práce, na kterých je založeno i stanovení výzkumných hypotéz. První argument, který vyplývá z obecného výzkumu závislosti na pornografii, je, že sledování pornografie je spojeno se změnami v osobním, partnerském a pracovním životě jednotlivců. Nezdravý - obsedantní vztah k pornografickému materiálu způsobuje zejména narušení fungování jedinců v osobním životě a kvality jejich partnerských vztahů (Doran, Price, 2014). Dochází také ke snížení spokojenosti se sexuálním životem a ke ztrátě touhy mít pouze jednoho partnera. Podle literatury se zvýšená míra problémů v partnerských vztazích a sexuálním životě projevuje spíše u mužů. V souvislosti s tímto tématem bude cílem šetření prozkoumat možné souvislosti nadměrného sledování pornografického materiálu s negativními dopady na partnerský a sexuální život jednotlivců a prověřit pravdivost nerovnoměrného rozdělení pohlaví jednotlivců ve vztahu ke zkoumanému problému.

6.2. Výzkumné hypotézy

Při provádění výzkumné části budu vycházet ze základních výzkumných hypotéz, které hrají důležitou roli při sběru a analýze dat. Hypotézy byly vytvořeny tak, aby co nejlépe vystihovaly problémovou situaci a co nejlépe vysvětlovaly zkoumaný jev.

1. Problematické sledování pornografie negativně souvisí s partnerským životem jednotlivců.

Hypotéza zkoumá vztah závislosti na pornografii k negativním změnám v partnerském životě. V tomto případě je závislost definována jako problematické sledování pornografie, což znamená sledování pornografie nejméně 11 hodin týdně. Negativní dopady v partnerském životě jsou sledovány na základě toho, zda respondent zažil konflikty s partnerem, zda respondent ukončil vztah s partnerem kvůli sledování pornografie a zda měl respondent v důsledku sledování pornografie potíže při hledání partnera. Přesné znění otázek je uvedeno v příloženém dotazníku na konci práce.

Hypotézu budu zkoumat na základě následujících znaků (proměnných):

Závislé proměnné:

- Vnímání konfliktů v partnerském vztahu v posledních 12 měsících v důsledku konzumace pornografického materiálu
- Potíže s nalezením partnera kvůli sledování pornografického materiálu v posledních 12 měsících
- Ukončení partnerského vztahu z důvodu konzumace pornografického materiálu v posledních 12 měsících

Nezávislé proměnné:

- Počet dní v týdnu strávených sledováním pornografického obsahu
- Průměrný počet hodin týdně strávených sledováním pornografického obsahu

2. Jedinci, kteří sledují pornografický obsah, jsou ve svém sexuálním životě nespokojenější než ti, kteří ho nesledují.

Výzkumná hypotéza zkoumá spokojenost respondentů s jejich sexuálním životem v závislosti na tom, zda sledují pornografický obsah. Interpretace

také zohledňuje rozdíly ve spokojenosti se sexuálním životem v závislosti na frekvenci sledování pornografického obsahu. Cílem je prozkoumat teoretické argumenty, které naznačují nižší úroveň sexuálního uspokojení a výkonnosti u jedinců, kteří sledují pornografii. Sexuální spokojenost se zkoumá na základě toho, jak respondent hodnotí svůj sexuální život v posledních dvanácti měsících a jak vnímá přínos pornografie pro svůj sexuální život.

Závislé proměnné:

- Hodnocení sexuálního života za posledních 12 měsíců
- Vnímání přínosu pornografického obsahu pro sexuální život respondentů

Nezávislé proměnné:

- Počet dní v týdnu strávených sledováním pornografického materiálu
- Průměrný počet hodin týdně strávených sledováním pornografického materiálu

3. Na pornografii závislostí ohrožených je více mužů než žen.

Hypotéza zkoumá správnost a použitelnost teoretických poznatků ve výzkumném vzorku, které naznačují převahu mužů v otázce závislosti na chování a neschopnosti ovládat se při sledování pornografického materiálu.

Závislé proměnné:

- Počet dní v týdnu strávených sledováním pornografického obsahu
- Průměrný počet hodin týdně strávených sledováním pornografického obsahu
- Nepohodlí kvůli nedostatku času na sledování pornografického obsahu v posledních 12 měsících

Nezávislá proměnná:

- Pohlaví

4. Frekvence sledování pornografického obsahu klesá s rostoucím věkem.

Z výzkumného hlediska je také zajímavé zkoumat frekvenci sledování pornografického obsahu podle věkového rozložení respondentů. Tento argument prozkoumám na základě četnosti sledování pornografického obsahu v závislosti na věku respondentů.

Závislá proměnná:

- Počet hodin týdně strávených sledováním pornografického obsahu

Nezávislá proměnná:

- Věk

6.3. Metody a výzkumné techniky

Sběr primárních dat pro výzkumnou část byl proveden pomocí online dotazníku na dotazníkových stránkách Survio.com bez územního omezení. Otázky v dotazníku jsem sestavila na základě získaných teoretických znalostí během psaní práce a přizpůsobila jsem je k potřebám výzkumu. Otázky byly položeny tak, abych primárně získala odpověď na vše, co je důležité pro potvrzení či vyvrácení hypotéz. Několik dalších otázek sloužilo spíše k ukojení mé zvědavosti. Sběr dat probíhal od 25. května 2021 do 6. června 2021, celkem 13 dní. Celkový počet návštěv byl 221, počet vyplněných odpovědí je 100, celková míra vyplnění je 45,2 %. Dotazník byl umístěn online na mé stránce na Facebooku, požádala jsem také své přátele, aby jej dále sdíleli. Prostřednictvím e-mailu jsem individuálně požádala o zveřejnění na <https://www.saa-cesko.cz>, <https://nepornu.cz> a na facebookové stránce <https://www.erekce.cz>. Odpovědi jsem obdržela od všech tří portálů, ale v prvních dvou případech nevím, zda byl můj dotazník nakonec zveřejněn na jejich stránkách. Dotazník se skládá z třiceti otázek a jeho plné znění je uvedeno v přílohách bakalářské práce. Na začátku dotazníku jsou základní

otázky ohledně pohlaví, orientace, věku, nejvýše dosaženého vzdělání, měsíčního příjmu, demografie a vztahu k náboženství. Následující otázky se zabývají rodinným stavem, zda jednotlivci žijí v jedné domácnosti a kolik mají dětí. Otázky, které jsou dále kladeny začínají být více konkrétnější a přiblížené tématu kterému se věnujeme. Sledovali jste v posledním měsíci pornografické materiály? Jaký pornografický materiál preferujete? Kolik hodin strávíte konzumací pornografie v daném dni? V následujících otázkách mě zajímala spojitost s partnerským životem. Respondentů jsem se proto ptala, zda z důvodu konzumace pornografie vnímají v sexuálním životě se svým partnerem/kou změny, dále zda ze stejného důvodu zaznamenaly konflikty, nebo dokonce ukončily vztah. Shromážděné údaje byly převedeny do tabulkové databáze ve formátu .xlsx (MS Excel) a poté byly podrobeny kontrole a čištění dat. Analytické a matematicko-statistické zpracování bylo provedeno v programech MS Excel a IBM SPSS. V první fázi třídění jsem použila tabulky četností a ve druhé fázi třídění kontingenční tabulky s vyjádřením statistické významnosti. K testování statistické významnosti hypotéz byla použita metoda chí-kvadrát pomocí Phi a Cramersova V testu.

6.4. Etické aspekty výzkumu

Všichni respondenti byli předem informováni o výzkumné práci, o využití dat pouze pro účely bakalářské práce a o anonymitě respondentů. Na titulní straně dotazníku je uvedena informace o účelu, pro který je dotazník sestaven, a především, že dotazník je dobrovolný, zcela anonymní a všechny odpovědi budou použity výhradně pro účely mé bakalářské práce.

6.5. Výběr výzkumného vzorku

Kritéria výběru respondentů dotazníku nebyla konkrétně specifikována. Osloveni byli všichni v mém okolí a na vzorek respondentů jsem neuplatňoval žádná kritéria. Dotazník byl sestaven na základě vlastního výběru. Respondenti byli osloveni prostřednictvím sociálních médií, webových stránek a osobního kontaktu. Všichni, kteří mají možnost vidět obsah na mé stránce na Facebooku, byli kontaktováni, poté můj dotazník dále sdíleli moji přátelé.

Tabulka 1: Rozdělení respondentů ve výzkumném vzorku podle demografických charakteristik (%)

Pohlaví	Muž	54
	Žena	46
Věk	17-25	26
	26-36	48
	36<	26
Náboženství	Nevěřící(-i)	55
	Věřící	45
Rodinný stav	Jednotlivé stránky	34
	V partnerském vztahu	38
	Vdovec/vdova	3
	Manželství	25
Nejvyšší dosažené vzdělání	Základní	7
	Střední (odborné/učňovské) bez maturity	7
	Úplné maturitní vysvědčení	47
	Vyšší vzdělávání	39
Žijete ve společné domácnosti s manželem/manželkou	Ano	53
	Ne	47
Počet dětí	0	68
	1-2	26
	2<	6
Sexuální orientace	Heterosexuální	79
	Gay	11
	Bisexuální	10
Země	Praha	23
	Středočeský kraj	1
	Plzeňský kraj	2
	Karlovarský kraj	1
	Liberecký kraj	2
	Jihočeský kraj	1
	Pardubický kraj	4
	Kraj Vysočina	2
	Jihomoravský kraj	4
	Zlínský kraj	1
	Olomoucký kraj	3
	Moravskoslezský kraj	2
	Slovensko	47
	Další	7

7. Interpretace výsledků výzkumu

Klíčovým zjištěním výzkumu je, že až 68 % respondentů sledovalo v posledním měsíci pornografický obsah. Pokud jde o frekvenci sledování, většina respondentů (44 %) se dívá méně často.

(1-2 dny v týdnu), 23 % jej sleduje často (3-5 dní v týdnu) a 8 % jej sleduje téměř každý den (6-7 dní). Každý čtvrtý respondent nesleduje pornografii vůbec.

Tabulka 2: Frekvence sledování pornografického obsahu (%)

Vůbec ne	25
Méně často	44
Často	23
Téměř každý den	8

Mezi respondenty, kteří pornografii sledují, jich většina (62,3 %) stráví jejím sledováním maximálně dvě hodiny týdně. Více než dvě a méně než jedenáct hodin týdně stráví sledováním pornografie 26 % respondentů a více než jedenáct hodin (což je považováno za problematické sledování pornografie) 11,6 % respondentů. Nepříjemné pocity vyplývající z nedostatku času na sledování pornografického obsahu jsou také známkou problematického sledování pornografie, které je charakteristické pro závislost. **Téměř desetina respondentů uvádí, že nemá dostatek času na sledování pornografie, což je výsledek, který je v souladu se zjištěními o problematickém čase stráveném sledováním pornografie v posledním odstavci.** Částečné nepohodlí uvádí přibližně každý šestý respondent a tři čtvrtiny respondentů nepocítují nepohodlí vůbec. **Lze tedy konstatovat, že přibližně každý desátý respondent je náchylný k závislosti.**

Mezi preferovanými typy pornografického obsahu jednoznačně převažuje online pornografie. Přibližně pětina respondentů dávala přednost DVD/videím/filmům a pornografické časopisy se vyskytovaly minimálně.

Tabulka 3: Typy preferovaného pornografického obsahu (%)

Online pornografie	77,5
DVD/video/filmy	18,8
Pornografické časopisy	3,8

Výrazná většina respondentů, kteří sledují pornografický obsah, jej sleduje sama (79,2 %). Mnohem menší procento respondentů sleduje pornografický obsah také s partnerem/partnerkou (20,8 %).

Z údajů vyplývá, že anonymita je pro respondenty velmi důležitým faktorem. Téměř tři ze čtyř respondentů by nikdy nenavštívili webové stránky s pornografickým obsahem pod svým skutečným jménem. Přibližně jeden z deseti respondentů by neměl problém navštívit pornografické webové stránky pod svým pravým jménem.

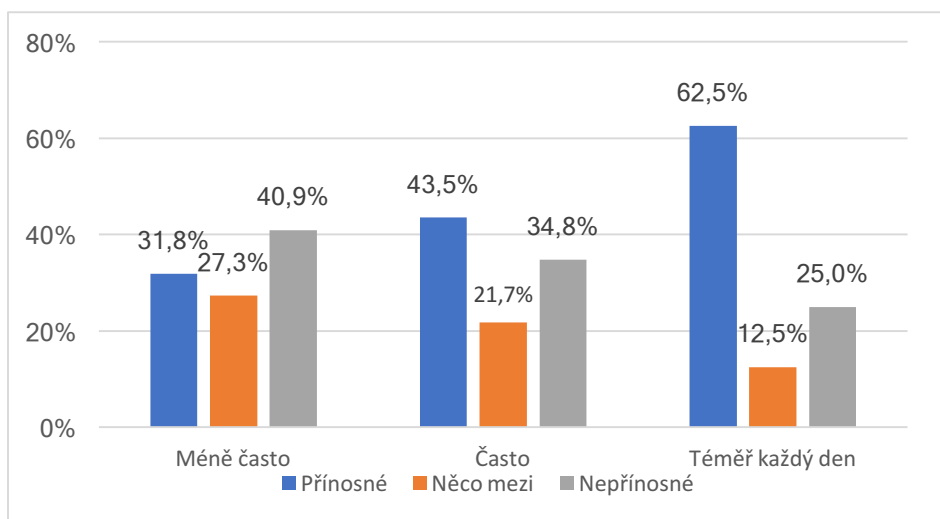
Tabulka 4: Otázka: "Pod svým pravým jménem bych nikdy nenavštívil webovou stránku s pornografickým obsahem" (v %)

Souhlas	72
Ani souhlas, ani nesouhlas	17
Nesouhlas	11

7.1. Kvalita partnerského života ve vztahu ke sledování pornografického obsahu

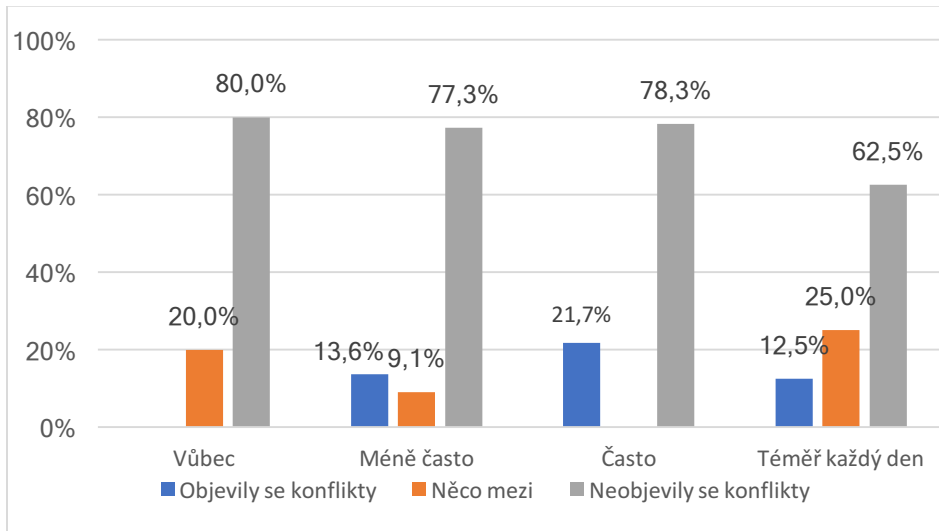
Téměř třetina respondentů považuje sledování pornografie za přínosné pro sexuální život s partnerem. Více respondentů, téměř polovina, však považuje sledování pornografie za neprospěšné pro jejich sexuální život s partnerem. Výsledky se mírně liší v závislosti na frekvenci sledování pornografie, přičemž menší procento respondentů, kteří pornografii sledují méně často (31,8 %), a větší procento respondentů, kteří pornografii sledují téměř každý den (62,5 %), ji považuje za přínosnou. Podobně vnímané negativní přínosy sledování pornografie jsou nejsilněji vnímány respondenty, kteří pornografii sledují méně často (40,9 %).

Obrázek 1: Hodnocení přínosu sledování pornografického obsahu v posledních 12 měsících pro sexuální život s partnerem podle frekvence sledování pornografického obsahu



Konflikty ve vztazích způsobené sledováním pornografie se vyskytly přibližně u každého desátého respondenta. Výskyt konfliktů nejčastěji uváděli respondenti, kteří často sledovali pornografii (21,7 %).

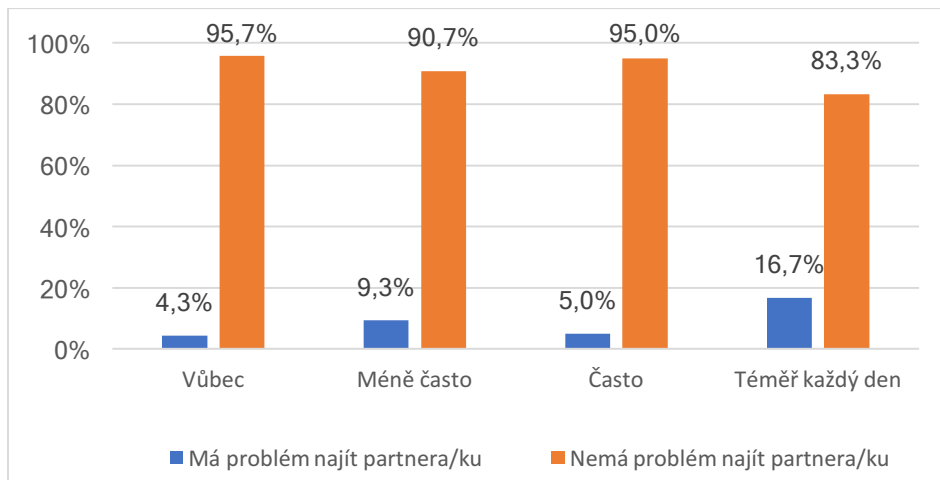
Graf 2: Konflikty v partnerském životě podle frekvence sledování pornografického obsahu



Při zkoumání souvislosti mezi ukončením partnerského vztahu v posledních dvanácti měsících a četností sledování pornografie nebyla zjištěna žádná statisticky významná zjištění $p = 0,073$.

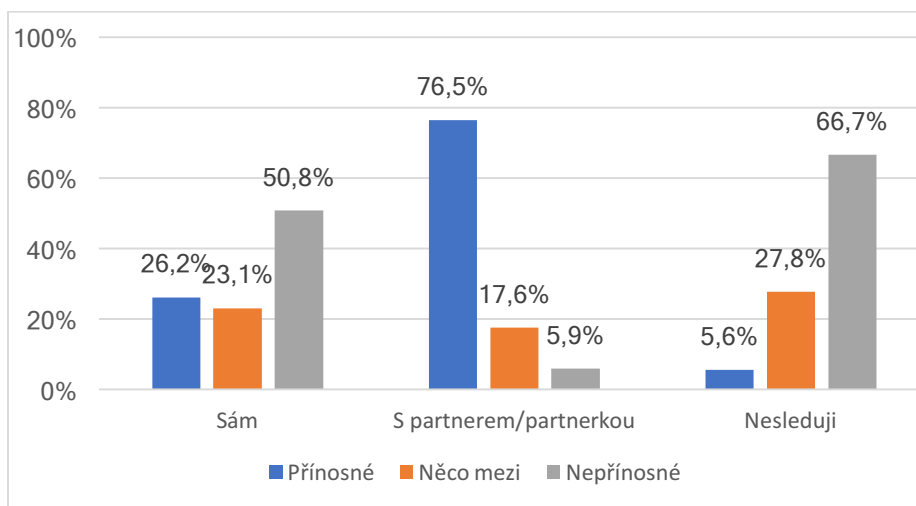
Problémy s hledáním partnera kvůli pornografii byly ve výzkumném vzorku minimální (7,6 %). Až devět z deseti respondentů uvedlo, že kvůli pornografii nemají problém najít si partnera.

Obrázek 3: Problémy s nalezením partnera kvůli sledování pornografického obsahu, podle frekvence sledování pornografického obsahu



Hodnocení přínosu pornografie pro sexuální život s partnerem v posledních dvanácti měsících ukázalo statisticky významné rozdíly podle toho, zda respondenti sledují pornografii sami nebo s partnerem. Rozdíly jsou statisticky významné na hladině významnosti $p < 0,05$ konkrétně $p = 0,01$. Zdá se, že vyjadřování výhod pornografie je výrazně častější u respondentů, kteří sledují pornografii s partnerem (76,5 %), ve srovnání s těmi, kteří ji sledují sami (26,2 %).

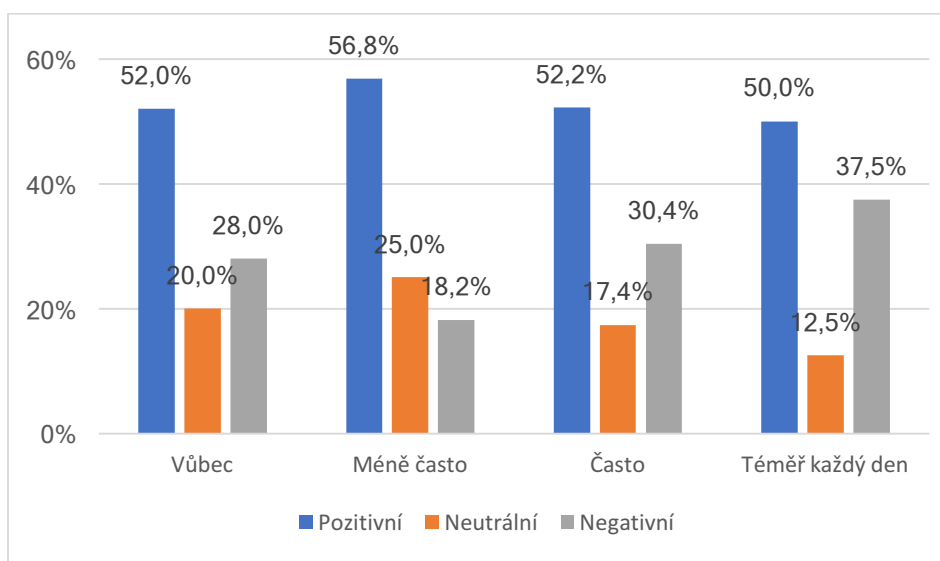
Obrázek 4: Hodnocení přínosu sledování pornografického obsahu v posledních 12 měsících pro sexuální život s partnerem podle toho, zda pornografii sledují sami nebo s partnerem.



7.2. Spokojenost se sexuálním životem jednotlivců v souvislosti se sledováním pornografického obsahu

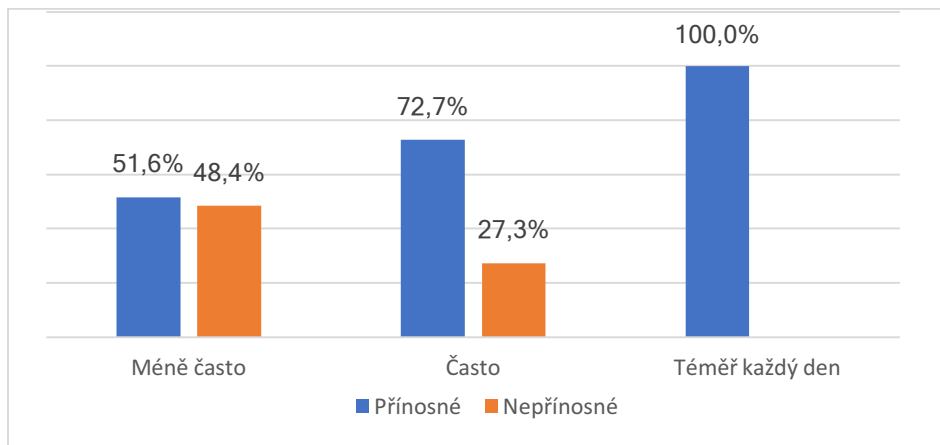
Respondenti hodnotí svůj sexuální život v posledních dvanácti měsících převážně pozitivně. Více než každý druhý respondent hodnotí svůj sexuální život pozitivně, pětina neutrálně a čtvrtina negativně. Rozdíly v hodnocení jejich sexuálního života jsou mírné, ale ukazují na mírně horší hodnocení ve skupině respondentů, kteří sledují pornografii téměř každý den (negativní: 37,5 % oproti negativnímu: 18,2 % u respondentů, kteří sledují pornografii méně často). **Respondenti, kteří sledují pornografii méně často (1-2 dny v týdnu), hodnotili svůj sexuální život nejlépe.**

Obrázek 5: Hodnocení sexuálního života v posledních 12 měsících podle frekvence sledování pornografického obsahu



Respondenti hodnotí přínos pornografického obsahu k jejich sexuálnímu životu obecně pozitivně, téměř dvě třetiny respondentů hodnotí jeho přínos kladně. Odpovědi se však liší podle frekvence sledování pornografie, přičemž **vnímání pozitivních přínosů pornografie se zvyšuje s rostoucí frekvencí sledování pornografie.**

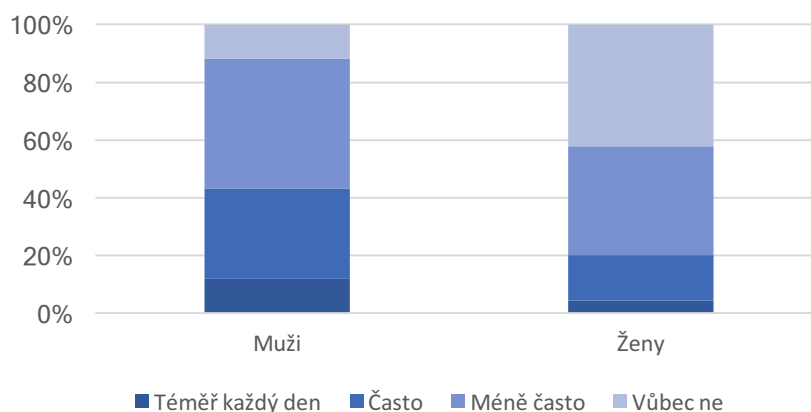
Obrázek 6: Hodnocení přínosu pornografického obsahu pro sexuální život respondentů podle frekvence sledování pornografického obsahu



7.3. Rozdíly mezi pohlavími v náchylnosti k závislosti na pornografickém obsahu

Výsledky výzkumu ukázaly, že muži (88,2 %) sledují pornografii výrazně častěji než ženy (57,8 %). To platí i pro problematické sledování, kdy o 7,4 procentního bodu více mužů než žen uvádí, že pornografii sledují téměř každý den.

Obrázek 7: Frekvence sledování pornografického obsahu podle pohlaví



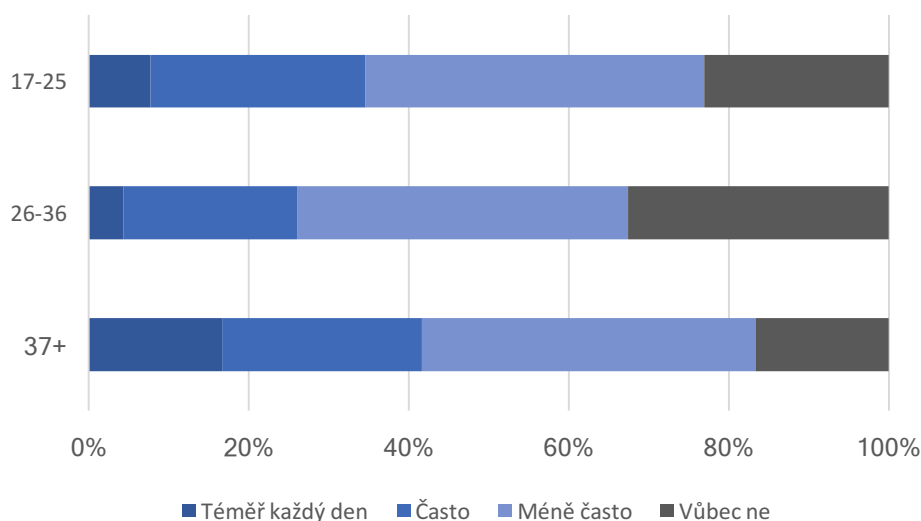
Pokud jde o problematický čas strávený sledováním pornografie, **téměř všichni respondenti, kteří sledují pornografii více než 11 hodin týdně, jsou muži** (muži: 7, ženy: 1).

Muži (11,1 %) o něco častěji než ženy (6,5 %) vyjadřovali nepohodlí kvůli nedostatku času na sledování pornografického obsahu.

7.4. Věkové rozdíly ve frekvenci sledování pornografického obsahu

Pro účely interpretace jsem respondenty rozdělila do tří věkových kategorií - nejmladší věková kategorie (17-25 let), střední věková kategorie (26-36 let) a nejstarší věková kategorie (nad 36 let). Při zkoumání věkového rozmezí respondentů odpovídajícím způsobem, zda v posledním měsíci sledovali pornografický obsah, zjišťujeme, že věkové rozpětí respondentů, kteří sledovali pornografický obsah, je širší (směrem nahoru) než rozpětí respondentů, kteří pornografický obsah nesledovali. Při zkoumání frekvence sledování pornografického obsahu podle věku jsme zjistili, že **nejstarší věková kategorie (37+) sleduje pornografický obsah častěji než ostatní.** Zejména u ostatních věkových kategorií pozorujeme převahu ve sledování pornografie téměř každý den.

Graf 9: Frekvence sledování pornografického obsahu podle věkové kategorie respondentů



Z osmi respondentů, kteří tráví problematický rozsah hodin týdně sledováním pornografie (11+), patří až čtyři do věkové skupiny 37+ a pouze dva do věkové skupiny 17-25 let.

8. Závěry

Na základě výsledků empirického šetření jsme přesvědčeni, že sledování pornografického obsahu je v dnešní době skutečně běžným jevem. **Významná většina respondentů (68 %) z výzkumného vzorku sledovala pornografický obsah alespoň jednou za poslední měsíc, a to s převahou 1-2 dny v týdnu.** Taková frekvence sledování pornografie není podle konsenzuálních teoretických přístupů škodlivá ani problematická, naopak poskytuje jedinci informace o sexualitě, podporuje sebezpoznání anatomie, poloh, technik a rozšiřuje sexuální fantazie (Spišák, 2020). Za problematické považujeme až sledování pornografie téměř každý den, resp. podle definice vycházející z teoretických poznatků **sledování alespoň 11 hodin týdně, což se ve výzkumném vzorku ukázalo pouze u 8 % respondentů. Podobné procento respondentů (9 %) vyjádřilo pocity nepohodlí v důsledku nedostatku času na sledování pornografie, což** blíže vypovídá o konzistentní části respondentů, kteří projevují známky závislosti.

Zjištění týkající se partnerského života respondentů ukazují, že **více než 2/3 respondentů nepovažují sledování pornografického obsahu za pozitivně přínosné pro jejich partnerský život. Téměř polovina respondentů (46 %) se totiž vyjádřila, že sledování pornografie má negativní přínos pro jejich partnerský život.** Negativní přínosy však byly méně často vyjádřeny respondenty, kteří sledují pornografii téměř každý den, což znamená, že **negativní přínosy pro partnerský vztah nesouvisí s vyšší frekvencí sledování pornografie, což je v rozporu s výzkumnou hypotézou.** Zjištění tedy podporují teoretické poznatky o rizicích sledování pornografie pro kvalitu partnerského vztahu, ale nepodporují argument o větších negativních přínosech pro častější konzumenty pornografie.

Hodnocení sexuálního života respondentů v souvislosti se sledováním pornografie je výrazně negativnější ve skupině respondentů, kteří pornografii sledují každý den (6-7 dní v týdnu: 50 % kladně; 37,5 % záporně). Nejpozitivněji však hodnotí svůj sexuální život ti, kteří pornografii nesledují vůbec, ale ti, kteří ji sledují méně často (1-2 dny v týdnu: 57 % kladně; 18 % záporně). Zjištění jsou v rozporu s výzkumnou hypotézou, ale podporují argument o pozitivním přínosu zdravé míry sledování pornografie pro sexuální život jednotlivce.

Srovnání respondentů podle pohlaví ukázalo výraznou převahu mužů při sledování pornografie (88,2 % mužů oproti 57,8 % žen), zejména v případě problematického sledování pornografie (téměř každý den: muži: 11,8 %; ženy: 4,4 %). Téměř všichni respondenti, kteří uváděli problematický čas strávený sledováním pornografie (více než 11 hodin týdně), byli muži (7 mužů, 1 žena) a muži také převažovali v pocitech nepohodlí kvůli nedostatku času na pornografii. Výsledky podporují výzkumnou hypotézu o vyšší prevalenci konzumace problematického pornografického obsahu u mužů.

Věkové rozmezí respondentů je širší u těch, kteří v posledním měsíci sledovali pornografický obsah, než u těch, kteří pornografický obsah nesledovali. **Pornografii tedy sleduje nejen větší procento respondentů, ale také širší věkové spektrum. Z výsledků dále vyplývá, že nejstarší věková skupina (37+ téměř každý den: 16,7 %) sleduje pornografii nejčastěji během týdne a věková skupina 26-36 let (téměř každý den: 4,3 %) sleduje pornografii nejméně často. Výzkumná hypotéza o klesající frekvenci sledování pornografie s rostoucím věkem tak zůstává nepodpořena.**

9. Diskuse a závěr

Cílem bakalářské práce bylo poskytnout přehled základních teoretických konceptů zabývajících se problematikou závislosti na pornografii a pomocí těchto konceptů tento fenomén vysvětlit. Vzhledem k poměrně nejednotné definici závislosti na pornografii a nemožnosti zařadit ji mezi ostatní typy závislostí jsem ve své práci operovala s pojmy jako hypersexualita a problematické sledování pornografie. Proto ve výsledcích a závěrech práce nepoužívám termín závislost na pornografii jako označení skutečné závislosti, jako je tomu v případě závislostí na návykových látkách, ale používám ho pro označení typu problémového - obsedantního chování, které se podobá chování závislého člověka. Závislost na pornografii dosud nebyla klinicky měřena, takže nám nezbývá než ji zkoumat na úrovni měření subjektivních pocitů a postojů.

Z hlediska metodologické reflexe nám výzkumné metody použité v mé bakalářské práci umožnily základní vhled do problematiky problematického sledování pornografie u náhodně vybrané populace v České republice a na Slovensku. Jsem si vědoma, že sdílení online dotazníku může mít svá omezení, například omezení pro věkovou skupinu, která nepoužívá internet. Dále nemohu potvrdit, zda byl výzkumný vzorek reprezentativní. Výsledky by se mohly lišit, pokud by byl dotazník distribuován mezi cílený vzorek respondentů, například na konkrétní webové stránky zabývající se naším tématem. Také lze předpokládat, že odpovědi nemusely být pravdivé. Dotazník jsem šířila také mezi přáteli a ti mohli mít obavy, že výsledky uvidím. V dalším výzkumu bych určitě snížila počet otázek a zjednodušila jejich formulování, což by mohlo zvýšit počet respondentů. Omezení vidím v počtu respondentů, po vyloučení osob, které nesledují pornografii se vzorek zmenšil.

Díky použitým metodám se dozvídáme o četnosti užívání pornografického materiálu, o nejčastějších typech pornografie a o způsobu a okolnostech sledování pornografie jednotlivci. Výsledky také poskytují základní vhled do možných změn v osobním životě jednotlivců souvisejících se sledováním pornografie a subjektivním hodnocením partnerského, sexuálního nebo rodinného života respondentů. Při interpretaci výsledků výzkumu se dozvídáme o několika korelačních trendech, ale vzhledem k relativně malému výzkumnému vzorku nejsou zjištěné rozdíly ve všech případech statisticky významné. Ve výzkumu jsem použila základní statistické metody klasifikace prvního a druhého řádu, mezi které patří kontingenční tabulky a použití chí-kvadrátu ke zjištění statistické významnosti. Tyto metody však nejsou dostatečné pro zjištění kauzality nebo síly vlivu konkrétních znaků na variabilitu závislých proměnných. Při interpretaci výsledků tedy zůstávám v rovině popisu a zjišťování korelací. Výsledky výzkumu nelze vzhledem k malému výzkumnému vzorku zobecnit na širší část populace.

S různorodostí teorií se setkáváme také v otázce, do jaké míry se pornografie stává škodlivou. Autoři z různých vědních oborů se k otázce prospěšnosti pornografie vyjadřují různě. Rozdíly lze do jisté míry přičíst skutečnosti, že silným faktorem při hodnocení pornografie je subjektivita, která se objevuje při pokusech o definici tohoto fenoménu, při posuzování jeho přínosu pro jedince a odráží se také ve variabilitě výsledků šetření v různých částech světa (Camillieri, Perry, & Sammut, 2021). V případě našeho výzkumu sleduje pornografii více než jedenáct hodin týdně 11,6 % respondentů. Ukázalo se, že lidé, kteří tráví více než 11 hodin týdně na internetu kvůli sexu, posilují spojení s problematickým chováním (Cooper, Scherer a kol., 1999). Podle výzkumu Cooper, Scherer et al. (1999) s názvem *Sexualita na internetu*, většina respondentů stráví na internetu 1 až 10 hodin

týdně. V našem výzkumu většina respondentů 62,3 % věnuje sledování pornografie maximálně dvě hodiny týdně, což považuji za pozitivní výsledek v porovnání s ostatními. Výše uvedeného výzkumu se však zúčastnilo 9 177 osob, takže náš vzorek je ve srovnání s ním zanedbatelný.

Jednou z hlavních příčin rozšíření problematického sledování pornografie je značně zjednodušený přístup a dostupnost obsahu pro sexuální aktivity. Zjistili jsme také, že téměř osm z deseti respondentů sleduje pornografii online/digitálně. Ze zahraničních výzkumných zdrojů se dokonce dozvídáme, že nejčastějším zařízením pro sledování pornografie mezi mladými lidmi je mobilní telefon (Camillieri, Perry, & Sammut, 2021). Jednu ze základních přirozených lidských potřeb, sexuální aktivitu, která dříve vyžadovala aktivní vyhledávání partnera a zapojení do intimního vztahu, může nyní člověk vykonávat kdykoli díky snadnému a neustálému přístupu k online pornografickému obsahu, který dostatečně simuluje akt intimního styku s podobnými výsledky v procesech chemické odměny v mozku. Tyto skutečnosti vrhají nové světlo na problematiku zkoumání závislosti na pornografii a zdůrazňují důležitost a význam aspektů dostupnosti, přístupnosti a praktičnosti v otázce zkoumání závislosti na pornografii.

Pokud jde o míru sledování pornografie a také o výskyt závislosti na pornografii, v nedávném výzkumu i v mém vlastním výzkumu jasně převažují muži. Z dostupných výzkumů se však dozvídáme, že podíl žen, které sledují pornografický obsah, a také žen, které se k tomuto tématu chtějí vyjádřit, roste. Mezi ženami se zdá být akceptace pornografie nižší a ženy mají také konzervativnější postoj k tématu pornografie (Carroll, Nelson, Padilla-Walker et al., 2008). Rozdíly ve spotřebě pornografického obsahu a postojích k pornografii mezi muži a ženami jsou rozsáhlé a jsou vhodným tématem pro budoucí zkoumání. Většina žen v České republice vyjadřuje negativní postoj

k pornografii, ale toto zjištění je již několik let staré (Weiss & Zvěřina, 2003, in Diamond et al., 2011). Z výše uvedených informací však vyplývá, že podíl žen, které sledují pornografii a chtějí se k tomuto tématu vyjádřit, se zvyšuje. Podle výzkumu Camillieri et al. 2021, který se zaměřuje na nutkavé užívání pornografie, se ukázalo, že pornografii konzumují ve významné většině muži. Toto tvrzení potvrzují i statistiky samotného PornHubu (2018), kde necelých 30% návštěvníků tvoří ženy. Tato tvrzení tak plně podporují naše výzkumná zjištění. Nečekaný výsledek přinesl výzkum mezi polskými studenty, kde byl výsledek míry sledování pornografie stejný pro obě pohlaví (Dwulit a Rzymiski 2019). Tyto výsledky se tedy neshodují s naším zjištěním, nicméně výzkum byl aplikován na studenty, lze předpokládat, že tato věková skupina je více nakloněna sledování pornografie. Proto se mi právě obnovení výzkumu postojů žen k pornografii v České republice jeví jako velmi zajímavý předmět výzkumu a přínos pro adiktologii. Stejně zajímavé by bylo použít podobný dotazník, ale zaměřený na vzorek věřících a nevěřících osob. Podle výzkumu Camillieri et al. 2021, kde bylo jako primární proměnná použita víra, se dozvídáme, že víra pomáhá snížit sledování pornografie. V mém dotazníku je sice otázka týkající se víry, ale bližší zkoumání nebylo použito.

Použitá literatura

1. Albright, J. M. (2008). Sex v Americe online: Zkoumání pohlaví, rodinného stavu a sexuální identity při hledání na internetu a jeho dopadů. *Journal of Sex Research*, 45(2), 175-186.
doi:[10.1080/00224490801987481](https://doi.org/10.1080/00224490801987481).
2. Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Gjertsen, S. R., Krossbakken, E., Kvam, S., & Pallesen, S. (2013). Vztahy mezi závislostmi na chování a pětifaktorovým modelem osobnosti, *Journal of Behavioral Addictions JBA*, 2(2), 90-99. Získáno 26. května 2021 z <https://akjournals.com/view/journals/2006/2/2/article-p90.xml>.
3. Andrews, D. (2012), Toward A More Valid Definition of "Pornography". *J Pop Cult*, 45: 457-477.
<https://doi.org/10.1111/j.1540-5931.2012.00939.x>
4. BLACK, W. D., FLUMERFELT, L. D., KEHRBERG, D. L. L. & SCHLOSSER, S. S. (1997). Charakteristika 36 osob, které uváděly kompulzivní sexuální chování. *The American Journal of Psychiatry*, 2, 243-249.
5. BLINKA, Lukáš. *Závislosti na internetu: působí jako droga? : online hry, sex a sociální sítě : diagnostika závislosti na internetu : prevence a léčba*. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5311-9. DOI 10.1007/978-3-319-46276-9_1
6. Camilleri C, Perry JT a Sammut S (2021) Compulsive Internet Pornography Use and Mental Health: A Cross-Sectional Study in a Sample of University Students in the United States (Nutkavé užívání internetové pornografie a duševní zdraví: průřezová studie na vzorku vysokoškolských studentů ve Spojených státech). *Front. Psychol.* 11:613244. doi: 10.3389/fpsyg.2020.

7. Carnes, P. (1991). *Neříkejte tomu láska: Zotavení ze sexuální závislosti*. New York: Bantam Books.
8. Carroll, J. S., Padilla-Walker, L. M., Nelson, L. J., Olson, C. D., McNamara Barry, C., & Madsen, S. D.. (2008). Generace XXX: Přijetí a užívání pornografie mezi dospívajícími. *Journal of Adolescent Research*. <https://doi.org/10.1177/0743558407306348>
9. Cooper, A., Scherer, C. R., Boies, S. C., & Gordon, B. L. (1999). Sexualita na internetu: Od sexuálního zkoumání k patologickému vyjadřování. *Professional psychology, research and practice*, 30(2), 154-164. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.30.2.154>
10. Diamond, M., Jozifkova, E., & Weiss, P. (2011). Pornografie a sexuální trestné činy v České republice. *Archives Of Sexual Behavior*, 40(5), 1037-1043. doi:10.1007/s10508-010-9696-y
11. Doran, K., Price, J. Pornografie a manželství. *J Fam Econ Iss* 35, 489-498 (2014). <https://doi.org/10.1007/s10834-014-939>
12. Dwulit, A. D., & Rzymiski, P. (2019). Prevalence, vzorce a sebepozorované účinky konzumace pornografie u polských vysokoškolských studentů: Průřezová studie. *International journal of environmental research and public health*, 16(10), 1861. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101861>.
13. Gable, S. L., & Impett, E. A. (2012). Motivy přiblížení a vyhýbání se a blízké vztahy. *Kompas sociální a osobnostní psychologie*, 6(1), 95-108.
14. Grant, Jon E, Schreiber, Liana RN, Odlaug, Brian L (2013) Phenomenology and Treatment of Behavioural Addictions, 58(5):252-259, DOI: <https://doi.org/10.1177/070674371305800502>.

15. GRUBBS, Joshua B., Paul J. WRIGHT, Abby L. BRADEN, Joshua A. WILT a Shane W. KRAUS. Používání internetové pornografie a sexuální motivace: systematický přehled a integrace. *Annals of the International Communication Association* [online]. 2019, **43**(2), 117-155 [cit. 2021-4-25]. ISSN 2380-8985. Dostupné z: doi:10.1080/23808985.2019.1584045
16. HALL, P. (2006). Porozumění sexuální závislosti. *Therapy Today*, 2, 30 - 34.
17. Hall, P. (2011). Biopsychosociální pohled na sexuální závislost. *Sexual & Relationship Therapy*, 26(3), 217-228.
<https://doi.org/10.1080/14681994.2011.628310>.
18. HUPKOVÁ, Zuzana. *PSYCHIATRIE - PSYCHOTERAPIE - PSYCHOSOMATIKA: Profil konzumenta pornografie z hlediska frekvence sledování pornografie* [online]. 1-2. 2016 [cit. 2021-5-1]. ISSN 1338-7030. Dostupné z: <http://www.psychiatria-casopis.sk/files/psychiatria/1-2-2016/ppp1-2-2016-cla3.pdf>
19. Christakis, D.A. Závislost na internetu: epidemie 21st století?. *BMC Med* **8**, 61 (2010). <https://doi.org/10.1186/1741-7015-8-61>
20. Kalina, K. (2015). *Klinická adiktologie*. Praha: Grada Publishing a.s.
21. Karila L, Wéry A, Weinstein A, Cottencin O, Petit A, Reynaud M, Billieux J. Sexuální závislost nebo hypersexuální porucha: různé termíny pro stejný problém? Přehled literatury. *Curr Pharm Des*. 2014;20(25):4012-20. doi: 10.2174/13816128113199990619. PMID: 24001295.

22. Levi, G., Cohen, C., Kaliche, S., Sharaabi, S., Cohen, K., Tzur-Bitan, D., & Weinstein, A. (2020). Sexuální závislost, kompulzivita a impulzivita u převážně ženského vzorku dospělých, kteří používají internet k sexu, *Journal of Behavioral Addictions J Behav Addict*, 9(1), 83-92. Získáno 27. května 2021 z <https://akjournals.com/view/journals/2006/9/1/article-p83.xml>
23. Mashek, D., Le, B., Israel, K., Aron, A. (2011). Touha po menší blízkosti v milostných vztazích. *Základní a aplikovaná sociální psychologie*, 33, 333-345
24. MONTAG, Christian a Martin REUTER. *Závislost na internetu: Neurovědecké přístupy a terapeutické důsledky včetně závislosti na smartphonu* [online]. Švýcarsko: Springer, Cham, 2017 [cit. 2021-4-25]. ISBN 978-3-319-46276-9. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/978-3-319-46276-9>
25. Muise, A. (2017). Kdy a pro koho je sex nejpřínosnější? Sexuální motivace v romantických vztazích. *Canadian Psychology*, 58(1), 69-74.
26. PornHub, (2018) *2018 Year in Review*. [online] vyhledáno na <https://www.pornhub.com/insights/2018-year-in-review>
27. POŠTULKA, Vladimír. *Historie pornografie v datech*. Praha: XYZ, 2007. ISBN 978-80-87021-30-9.
28. Prohuman vědecký interdisciplinární recenzovaný časopis zaměřený na společenské, sociální a humanitní vědy: analýza fenoménu pornografie [online]. (2018). Bratislava: Business Intelligence Club. Převzato z <https://www.prohuman.sk/psychologia/analyza-fenomenu-pornografia>
29. *Psychiatrie pro praxi: Pornografie jako možná "závislost"*. (2016) (svazek 17). Bratislava: SOLEN.
30. *Psychiatrie, psychoterapie, psychosomatika: kvalita života - o čem mluvíme?*. (2008) (svazek 15). Slovak Academic Press.

31. Randy Gilliland, Mikle South, Bruce N. Carpenter a Sam A. Hardy (2011) The Roles of Shame and Guilt in Hypersexual Behavior, *Sexual Addiction & Compulsivity*, 18:1, 12-29, DOI: [10.1080/10720162.2011.551182](https://doi.org/10.1080/10720162.2011.551182).
32. Reynolds, J., Houlston, C. a Coleman, L. (2014). Porozumění kvalitě vztahů. *OneplusOne*, DOI:
33. Schneider, J. P. (2000). Dopady závislosti na cybersexu na rodinu: Výsledky průzkumu. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 7(1-2), 31-58. doi:[10.1080/10720160008400206](https://doi.org/10.1080/10720160008400206).
34. Spišák, S. (2020). The intimacy effect: Girls' reflections about pornography and "actual sex." *Sexualities*, 23(7), 1248-1263. <https://doi.org/10.1177/1363460720902719>.
35. Springer International Publishing Switzerland 2017 3 C. Montag a M. Reuter (eds.), *Internet Addiction, Studies in Neuroscience, Psychology and Behavioral Economics*,
36. Stewart, D. N., & Szymanski, D. M. (2012). Zprávy mladých dospělých žen o používání pornografie jejich mužského romantického partnera jako korelát jejich sebeúcty, kvality vztahu a sexuální spokojenosti. *Sex Roles*, 67, 257-271. doi:[10.1007/s11199-012-0164-0](https://doi.org/10.1007/s11199-012-0164-0).
37. Susan McPherson, Sarah Clayton, Heather Wood, Syd Hiskey & Leanne Andrews (2013) The Role of Childhood Experiences in the Development of Sexual Compulsivity, *Sexual Addiction & Compulsivity*, 20:4, 259-278, DOI: [10.1080/10720162.2013.803213](https://doi.org/10.1080/10720162.2013.803213).
38. Tangova, I. (2003). *Pornografie: tajné dějiny civilizace*. Praha: BB art.
39. VACEK, Jaroslav a Petra VONDRÁČKOVÁ. *Česká a slovenská psychiatrie: BEHAVIORÁLNÍ ADDIKCE: KLASIFIKACE, FENOMENOLOGIE, PREVENCE A TERAPIE* [online]. 110. 2014 [cit. 2021-5-1]. ISSN 1212-0383. Dostupné z: http://www.cspychiatr.cz/dwnld/CSP_2014_6_326_332.pdf

40. Vincent Egan & Reena Parmar (2013) Dirty Habits? Online pornografie, osobnost, obsese a kompulzivita, *Journal of Sex & Marital Therapy*, 39:5, 394-409, DOI: [10.1080/0092623X.2012.710182](https://doi.org/10.1080/0092623X.2012.710182)
41. Wetterneck, C.T., Burgess, A.J., Short, M.B. *et al.* Role sexuální kompulzivity, impulzivity a vyhýbání se zážitkům při používání internetové pornografie. *Psychol Rec* **62**, 3-18 (2012).
<https://doi.org/10.1007/BF03395783>

Seznam příloh

Příloha 1: Dotazník: závislost na digitální pornografii ve vztahu ke kvalitě života.

Přílohy

Příloha 1: Dotazník: závislost na digitální pornografii ve vztahu ke kvalitě života.

Závislost na digitální pornografii ve vztahu ke kvalitě života.

Dobrý den, jsem studentkou oboru adiktologie na 1. lékařské fakultě UK a pracuji na své bakalářské práci. Rád bych vás požádal o několik minut vašeho času na vyplnění dotazníku. Dotazník je zcela dobrovolný a anonymní. Shromážděné údaje budou použity pro výzkum obsažený v mé bakalářské práci.

Děkuji vám za váš čas a odpovědi.

1. Vaše pohlaví:

- Žena
- Muž

2. Vaše sexuální orientace:

- Heterosexuální
- Homosexuál
- Bisexuál

3. Váš věk uveďte číslem:

4. Vaše nejvyšší vzdělání:

- Základní
- Střední odborné vzdělání (učňovské) bez maturity
- Úplné středoškolské vzdělání s maturitou
- Vysokoškolské vzdělávání

5. Jaký je váš měsíční příjem, uveďte prosím číslem:

6. V jakém regionu žijete:

- Hlavní město Praha
- Jihočeský kraj
- Jihomoravský kraj
- Karlovarský kraj
- Kraj Vysočina
- Královéhradecký kraj
- Liberecký kraj
- Moravskoslezský kraj
- Olomoucký kraj
- Pardubický kraj
- Plzeňský kraj
- Středočeský kraj
- Ústecký kraj
- Zlínský kraj
- Slovensko
- Ostatní

7. Uveďte svůj vztah k náboženství:

- Jsem věřící
- Jsem nevěřící

8. Jaký je váš rodinný stav:

- Jednolůžkový pokoj
- Manželství
- Manželství
- V partnerském vztahu
- Vdovec/vdova

9. Žijete s partnerem ve společné domácnosti:

- Ano
- Ne

10. Kolik máte dětí, uveďte prosím jejich počet:

11. Jak hodnotíte svůj sexuální život za posledních 12 měsíců:

spokojenost 1 2 3 4 5 nespokojenost

12. Sledovali jste v posledním měsíci pornografický materiál (online pornografie, pornografické časopisy, DVD/video/filmy):

- Ano
- Ne

13. Jakému pornografickému materiálu dáváte přednost:

- Online pornografie
- Pornografické časopisy
- DVD / video / film
- Žádné

14. Kolik dní v týdnu v posledních 12 měsících konzumujete pornografii, uveďte prosím počet:

15. Uveďte, prosím, kolik hodin v posledních 12 měsících jste denně strávil/a konzumací pornografie:

16. Sleduji pornografický materiál:

- Sám
- S partnerem
- Příležitostně s partnerem
- Nekonzumuji pornografický materiál

17. Zachování anonymity při sledování pornografie na internetu je pro mě velmi důležité:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

18. Nikdy bych pod svým pravým jménem nenavštívil webovou stránku s pornografickým obsahem:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

19. Vnímám změny v sexuálním životě s partnerem v posledních 12 měsících v důsledku konzumace pornografických materiálů:

- Naprosto pozitivní
- Spíše pozitivní
- Něco mezi
- Spíše negativní
- Zcela negativní
- Nekonzumuji pornografický materiál

20. V posledních 12 měsících se v mém vztahu s partnerem objevily konflikty způsobené konzumací pornografického materiálu:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

21. Jaký počet sexuálních partnerů jste měl/a v posledních 12 měsících, uveďte prosím počet:

22. V posledních 12 měsících jsem měl/a problémy najít si partnera kvůli sledování pornografického materiálu:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

23. V posledních 12 měsících kvůli konzumaci pornografického materiálu ukončili vztah s partnerem:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

24. Kvůli konzumaci pornografického materiálu v posledních 12 měsících nemám čas na rodinu, přátele, koníčky...

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

25. Partner má povědomí o tom, kolik hodin trávím jídlem. pornografický materiál:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

26. Za posledních 12 měsíců hodnotím sledování pornografického materiálu jako přínosné pro můj sexuální život:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

27. V posledních 12 měsících hodnotím sledování pornografického materiálu jako přínosné pro můj sexuální život s partnerem:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

28. Pokud v posledních 12 měsících nemám dostatek času na sledování pornografického obsahu, cítím se nepříjemně:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

29. V posledních 12 měsících sleduji tvrdší pornografický materiál častěji než kdykoli předtím:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím

30. Za posledních 12 měsíců jsem dosáhl orgasmu snadněji, když jsem přemýšlel o pornografickém materiálu nebo se na něj díval:

- Naprosto souhlasím
- Spíše souhlasím
- Něco mezi
- Spíše nesouhlasím
- Zcela nesouhlasím