

Univerzita Karlova

1. lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



UNIVERZITA KARLOVA
1. lékařská fakulta

Jonáš-Jan Bártek

Kvalita života hráčů MOBA videoher: dotazníkové šetření

Quality of Life of MOBA Video Game Players: Questionnaire Survey

Bakalářská práce

Vedoucí práce: PhDr. Petra Vondráčková, Ph.D.

Praha, 2022

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracoval samostatně a že jsem řádně uvedl a citoval všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze, 1.12.2022

Jonáš-Jan Bártek

Podpis:

Identifikační záznam

BÁRTEK, Jonáš-Jan. Kvalita života hráčů MOBA videoher: dotazníkové šetření. [*Quality of Life of MOBA Video Game Players: Questionnaire Survey*]. Praha, 2022. 42 str., 1 příloha. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí práce PhDr. Petra Vondráčková, Ph.D.

Poděkování:

Děkuji PhDr. Petře Vondráčkové, Ph. D. za odbornou pomoc a všem zúčastněným respondentům.

Abstrakt

Východiska: Hraní videoher je stále populárnější volnočasovou aktivitou. „Multiplayer Online Battle Arena“ (MOBA) hry patří k roku 2022 k nejhranějším videohrám, svou popularitou přerůstají nejkoumanější žánr „Massively Multiplayer Online Role Playing Games“ (MMORPGs). Někteří autoři přikládají MOBA hrám největší potenciál pro vznik závislosti. Není ale jasné, jak hraní takto populárních MOBA her doopravdy ovlivňuje kvalitu života jejich hráčů.

Cíle: Cílem práce bylo zjistit vztah mezi úrovní kvality života a hraním MOBA videoher – zjistit, jak se liší kvalita života hráčů MOBA her oproti normě populace, jak se liší kvalita života hráčů vzhledem k jejich potenciálnímu problémovému hraní až závislosti, a nakonec zjistit, jak se liší kvalita života hráčů podle stráveného času v MOBA hře.

Metody: Respondenti vyplnili dotazník v elektronické formě, který byl vyvěšen na online sociálních sítích v komunitách hráčů MOBA her. Výzkumný soubor tvořilo 571 převážně českých hráčů MOBA her s průměrným věkem 21,7 let. Kvalita života byla měřena pomocí dotazníku SQUALA (Subjective QUALity of Life Analysis). Potenciální míra závislosti byla zjišťována pomocí dotazníku AICA-S (Assesment of Internet and Computer game Addiction Scale), který rozlišil hráče na „bez závislosti“, „problémové uživatele“ a „závislé“. Pro zjištění signifikantních rozdílů v kvalitě života byla použita jednofaktorová analýza rozptylu (ANOVA).

Výsledky: Celkově měli hráči MOBA her vzhledem k obecné populaci zvýšenou kvalitu života v oblastech *abstraktní hodnoty* (pocit bezpečí, spravedlnost, svoboda, krása a umění, pravda) a *základní potřeby* (prostředí a bydlení, peníze jídlo).

Mezi 3 skupinami hráčů rozdělených dle míry závislosti byl signifikantní rozdíl pouze v dimenzích *zdraví* (zdraví, fyzická soběstačnost, psychická pohoda, péče o sebe sama) a *blízkých vztahů* (rodinné vztahy, láska, sexuální život). V dimenzi *zdraví* dosahovala nejlepší kvality života skupina bez závislosti, po ní skupina problémových uživatelů a nejmenší kvalitu života zde vykazovala skupina závislých hráčů. V dimenzi *blízkých vztahů* kuriózně dosahovala nejvyšší kvalitu života skupina se závislostí, po ní skupina bez závislosti a nejnižší kvalitu života v této dimenzi vykazovala skupina problémových hráčů.

Kvalita života hráčů dle času stráveného v MOBA hře se lišila pouze v dimenzi *abstraktních hodnot*, kde nejdéle hrající hráči dosahovali nejvyšší kvality života.

Závěr: Z výsledků studie vyplývá, že kvalita života hráčů takto potenciálně návykové videohry není celkově nižší, ba možná naopak. Je možné, že diagnostické nástroje chybně určují intenzivní hráče jako „závislé“. Výsledky této studie mohou však být zkreslené, důvody jsou v práci diskutovány. Je možné, že odborníci přeceňují negativní důsledky hraní videoher. Pro vytvoření komplexního obrazu o ovlivňování člověka různými druhy, žánry videoher a způsoby jejich hraní je proto potřeba dalšího výzkumu, který se bude zaměřovat i na potenciálně pozitivní dopady hraní videoher, včetně nyní i v Česku masivně populárních MOBA her.

Klíčová slova: závislost na online hrách; videohry, well-being, kvalita života

Abstract

Background: Gaming is becoming more of a popular leisure time activity. „Multiplayer Online Battle Arena“ (MOBA) games have become one of the most played video games in 2022, MOBA games became even more popular than one of the most researched genre of games, „Massively Multiplayer Online Role Playing Games“ (MMORPGs). Some authors state that MOBA games have the biggest potential for becoming addictive for it's players. However, reaserch does not show the magnitude of playing popular MOBA games on the quality of life of it's players.

Objectives: The main goal of this work was to find out the relation between the quality of life and playing MOBA videogames – to figure out how the quality of life of MOBA game players differs from the quality of life of standart population, to find out how the quality of life differs according to their potential hazardous gaming or addiction to gaming, and to find out how the quality of life of MOBA games players differs regarding the time spent playing MOBA games.

Methods: Respodents filed in a questionnaire, which was accessible on social networks in online communities of MOBA games players. The sample consisted of 571 mainly Czech players of MOBA games with the average age of 21,7 years. The quality of life was measured with SQUALA (Subjective QUALity of Life Analysis) questionnaire. The potential of addiction rate was measured with AICA-S (Assesment of Internet and Computer game Addiction Scale) questionnaire, which divided the players into three groups: „without an addiction“, „problematic users“ and „addicted“. ANOVA, one- factor analysis of dispersion, was used to find out the significant differences in the quality of life.

Results: MOBA games players, considering the norm of the regular population, show increased quality of life in the field of abstract values (the feeling of safety, justice, freedom, beauty and art, truth) and basic needs (enviroment and housing, money, food).

Significant differences between groups divided by a degree of dependence were in the dimensions of health (health, physical independence, mental wellness, taking care of oneself) and close relationships (family realitonships, love, sexual life). The group „without addiction“ has reached the best quality of life if the dimension of health, the group „problematic users“ follows and the lowest quality of life is seen in the group of „addicted players“. In the dimension of close relationships, curiously, the highest quality of life is seen in the group of „addicted“, the group „without addiction“ followed and the lowest quality of life in this dimension is shown in the group of „problematic users“.

The quality of life due to the time spent playing a MOBA game only differed in the dimension of abstract values, where the longest playing players reached the highest quality of life.

Conclusion: According to the results of the study, the quality of life of players of this potentially addictive videogame is not generally lower. There is a posibility of the diagnostical tools wrongly defining intense players as „addicted“. The results of this work might be distorted, reasons are discussed in. It is possible that researchers overestimate negative consequences of playing videogames. To create a complex model of influence on a person by various types, genres and ways to play videogames further reaserch is needed. Said reaserch should focus on potentially positive impact of playing MOBA video games as well.

Keywords: internet gaming disorder, videogames, Quality of Life

Obsah

1	Úvod	3
2	Teoretická část	4
2.1	Digitální hry, videohry	4
2.2	Dělení videoher	4
2.2.1	Vybrané žánry videoher	4
2.3	Průnik videoher do světa a České republiky	5
2.4	Závislost na hraní videoher v kontextu nelátkových závislostí	6
2.5	Závislost na videohrách a problémové hraní v psychiatrických manuálech	6
2.5.1	Posouzení závislosti na videohrách podle MKN-11 (ICD-11).....	7
2.6	Prevalence závislosti na hraní	7
2.7	Možný vliv excesivního hraní na kvalitu života	8
2.8	Přitažlivost a návykovost MOBA her	8
2.9	Kvalita života, well-being, životní štěstí.....	9
2.9.1	Terminologie.....	9
2.9.2	Vybrané teoretické přístupy ke kvalitě života	10
2.10	Videohry a Well-Being.....	11
2.11	MOBA hry a Well-being.....	12
3	Praktická část.....	13
3.1	Cíl výzkumu a výzkumné otázky.	13
3.2	Struktura a obsah dotazníku	13
3.3	Standardizovaný dotazník SQUALA	13
3.4	AICA-S, Škála pro posouzení závislosti na internetových a počítačových hrách	15
3.5	Metodologie sběru dat.....	15
3.6	Výzkumný soubor	16
3.7	Etika	18
3.8	Analýza dat	19
4	Výsledky.....	19
4.1	Deskriptivní statistiky	19
4.1.1	Výsledky AICA-S.....	19
4.1.2	Výsledky SQUALA	19
4.2	VO1: Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k normě české populace?	20
4.3	VO2: Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k jejich potenciálnímu problémovému hraní až závislosti?	20

4.4	VO3: Jak se liší kvalita života hráčů vzhledem ke strávenému času v MOBA videohře?	21
4.5	Rozdíl mezi gendery T-Test.....	22
5	Diskuse a závěry	23
6	Citovaná literatura.....	26
7	Seznam Tabulek.....	33
8	Přílohy.....	34
8.1	Dotazník.....	34

1 Úvod

Hraní digitálních her se v moderním světě stává stále více populární volnočasovou aktivitou, k roku 2022 hraje celosvětově hry přes 3 miliardy lidí (DFC Intelligence, 2021). Videoherní subkultura, která byla dříve spíše menšinovým fenoménem, si našla své místo také v mainstreamu. V hraní her se pořádají turnaje na amatérské, poloprofesionální a profesionální úrovni – na 175 amerických univerzitách lze dnes získat esportové stipendium. Zda takový vývoj zastihne i Česko, zůstává otázkou. Fakt, že na české střední škole v roce 2020 byl otevřen maturitní program se zaměřením na esporty, může a nemusí naznačovat odpověď.

Nejvíce zkoumaným videoherním žánrem v posledních letech jsou Massively Multiplayer Online Role Playing Games (MMORPGs), u kterých studie demonstrují jako důsledek problémového hraní nízké sebevědomí, depresivní symptomy či celkově horší zdraví. V současnosti není zcela jasné, zda je toto efekt specifický pro hraní MMORPGs, či více obecný efekt problémového hraní videoher (Goh, Jones, & Copello, 2019). Popularita MMORPGs v posledních letech výrazně klesla, přesun na Multiplayer Online Battle Arena (MOBA) hry je evidentní z větší aktivní hráčské komunity či mezinárodního zájmu o žánr jako o esport (Goh et al., 2019). Tyto 2 herní žánry se od sebe liší herní mechanikou, nebo například délkou doby hraní – MMORPGs jsou vytvářené tak, aby u nich hráč trávil delší časové úseky, kdy je do hry ponořen, ve kterých buduje svůj charakter, proti tomu v MOBA hrách jde o 20-40minutové týmové bitvy, po kterých je charakter vyresetován.

Autoři Švec a Suchá (2022) přisuzují žánru MOBA her největší potenciál pro rozvoj závislosti (tedy ještě větší, než dříve hojně studované MMORPGs), a to pro možnost intenzivního a rychlého postupu ve hře, vyšší míru prožívané akce i silný sociální aspekt hraní. Jak velká část hráčů je na MOBA hrách závislá, zatím není známo. Jak by ale hraní tohoto žánru mohlo ovlivňovat kvalitu života nejen těm hráčům, kteří se stanou závislými, ale i zbytku hráčům, kteří závislí nejsou?

Well-being, v českém překladu kvalita života, osobní spokojenost, pohoda, štěstí nebo blaho, je zřejmý protektivní faktor vzniku závislosti, současně je zřejmá negativní korelace mezi závislostí a kvalitou života. Některé studie ukazují zvýšenou kvalitu života hráčů videoher, ale sníženou kvalitu u patologických hráčů (Jones, Scholes, Johnson, Katsikitis, & Carras, 2014). Je tomu tedy tak i u hráčů tohoto potenciálně návykového a dnes tak populárního žánru MOBA her? Je kvalita života hráčů MOBA her snížena nebo naopak v porovnání s českou populací, případně v jakých oblastech? Je (případně jak a v jakých oblastech) kvalita života snížena či naopak zvýšena u hráčů, kteří MOBA hry hrají problémově až závislostně?

Tato práce se zaměřuje na zatím příliš neprostudované téma žánru MOBA videoher, na oblast kvality života hráčů onoho specifického videoherního žánru. V teoretické části je popsán fenomén hraní videoher a závislost na nich a vybrané koncepty kvality života. Je představen žánr MOBA videoher, jeho potenciální návykovost, a dosavadní výzkum kvality života hráčů jak obecně, tak u hráčů MOBA her či podobných žánrů.

2 Teoretická část

2.1 Digitální hry, videohry

Wolf v encyklopedii videoher (Wolf, 2012, in Suchá, 2020, s. 16) píše o elektronických hrách či digitálních hrách jako o pojmu zahrnující mnoho her, z nichž některé nemusí využívat zobrazovací zařízení a mohou mít malé či žádné vizuální zobrazení. Wolf považuje pojem „digitální hra“ jako nadřazený pojmu „videohra“. Chomynová a další (2022) považují „digitální hry“ za hry takové, které lze hrát na digitálních zařízeních, ale které nemusí obsahovat „video“ prvky, tedy například i šachy.

V tomto ohledu jsou videohry potom hry takové, které lze hrát na digitálních zařízeních, a které „video“ prvky obsahují. Je však těžké tento pojem ukotvit, jelikož některé žánry, například tahové strategie, mají spíše blíže k deskovým hrám, a video prvky u nich spíše doplňují herní zážitek. V této práci jsou proto pojmy „digitální hry“ a „videohry“ používány souřadně, při čemž pojem „videohra“ je používán stejně, jako je v anglicky psaných studiích pojem „video game“ (Billieux, Flayelle, Rumpf, & Stein, 2019) (Brink, 2017).

2.2 Dělení videoher

Videohry lze klasicky dělit dle připojení k síti na online a offline hry. Offline hry nevyžadují připojení k internetu a hráč je tedy odkázán na hru samotnou. Online hry jsou hrané částečně či úplně přes internet, a hráči je tedy umožněno interagovat s jinými hráči ve virtuálním světě (Rollings & Adams, 2006). Autor zde považuje za důležité podotknout, že tyto kategorie už zdaleka nejsou rigidní – vývojáři často do her, které by mohly být primárně jen offline, inkorporují online prvky – například formou kooperativní hry pro více hráčů, kdy má hráč možnost projít herním příběhem sám, nebo s pár dalšími hráči. Dalším příkladem jsou žebříčky, kde hráč za herní úspěchy v offline světě sbírá za herní úspěchy body, a může pak své skóre porovnávat s hráči z celého světa. Kolem offline her také vznikají silné online sociální komunity, které mohou být stejně sociálně saturující, jako komunity vznikající v rámci online her (Cadet, 2019).

2.2.1 Vybrané žánry videoher

MMORPGs

Massively Multiplayer Online Role Playing Games, MMORPGs, jsou hry s rozsáhlým a neustále probíhajícím virtuálním světem, ve kterém až miliony hráčů působí v rámci svých herních postav, které mohou neustále vylepšovat. MMORPGs jsou designované, aby podporovali sociabilitu, komunikaci a kooperaci mezi hráči plněním herních úkolů v onom rozsáhlém světě (Yu, 2009). Hráč má možnost si vybrat z mnoha herních rolí a postav, při čemž mu je umožněna rozsáhlá úprava této postavy, což umožňuje hráčovi se identifikovat s jeho postavou (Looy, Courtois, & De Vocht, 2010). Příkladem této hry je stále nejpopulárnější World of Warcraft.

Strategické hry

Strategické hry lze rozdělit na tahové strategie, které svým způsobem podobají deskovým hrám, a strategické hry probíhající v reálném čase, Real Time Strategy games (RTS), které z tahových strategií vznikly. RTS jsou „válečné“ strategické hry, kde hráč, typicky z ptáčích perspektivy, buduje budovy, kontroluje skupiny jednotek a hospodaří se zdroji za účelem porazit nepřítele či splnit úkol. Na vrcholové úrovni hraní je u hráčů relevantní pojem „actions per minute“, APM, což znamená počet akcí, který hráč provede ve hře za jednu minutu. U nováčků se počet akcí za minutu pohybuje pod 50, u nejlepších hráčů RTS her může APM přesahovat 400, což naznačuje potřebu intenzivní přípravy, tréninku, znalost hry, ponoření do hry atd. (Adams, 2006). Příklady RTS her jsou StarCraft nebo Warcraft 3. Fanouškovská modifikace Warcraft 3 „Defence of the Ancients“ ze hry vyjmula stavbu

jednotek, a místo kontroly skupin jednotek hra spočívala v kontrole pouze jedné postavy se schopnostmi, dala v roce 2002 za vznik MOBA hrám (Schwartz, 2017).

MOBA hry

V posledních deseti letech se MOBA hry (Multiplayer Online Battle Arena games) dostali na vrchol své popularity. 2 nejoblíbenější hry tohoto žánru, League of Legends (LoL) a Dota 2, patří aktuálně mezi nejhranější hry celosvětově (Newzoo). League of Legends má k roku 2022 průměrně 117 miliónů aktivních hráčů měsíčně, Dota 2 měsíčně přesahuje 7,6 milionu hráčů (ActivePlayer) (Clement, 2022). K roku 2022 patří některé turnaje v těchto 2 hrách mezi největší v historii tzv. esportu, elektronického sportu, což ilustruje kompetitivní podstatu tohoto videoherního žánru. Jelikož jsou MOBA hry celosvětově takto populární, autor této práce považuje za důležité, aby tomuto žánru bylo odborníky porozuměno více do hloubky. Co tedy jsou MOBA hry, a o co v nich jde?

MOBA hry jsou subžánrem Real Time Strategických her (RTS) s prvky MMORPG, ve kterém dva týmy, typicky složené z 5 hráčů, soupeří proti sobě, při čemž každý hráč kontroluje jednu herní postavu.

Samotné hraní klasické MOBA hry vypadá následovně: Hráči se před začátkem každé hry připojí do jakési „předsíně“, kde nejprve vybírají svou roli, kterou budou v týmu zastávat, a postavu, za kterou budou hrát. Samotnou roli a postavu si vybírají dle svých preferencí – typicky mají hráči svou oblíbenou roli a několik hlavních postav, které střídají, a se kterými se jim hraje nejlépe. Se svými postavami se načtou do samotné hry, ve které oba týmy začínají úplně od začátku, bez žádných přenesených výhod z minulých her (kromě samotného umění hru hrát).

Každý hráč kontroluje pouze svou postavu se specifickými schopnostmi, na rozdíl od klasických strategických her nestaví žádné budovy či jednotky. V první fázi hry hráč se svou postavou funguje spíše individuálně na své části mapy, kde proti němu na zrcadlové straně stojí jeho protivník, při čemž se každý hráč i na úkor svého protivníka snaží získat co nejvíce prostředků pro vylepšení své postavy. Hra se ale typicky rychle vyvíjí do další fáze, kdy je vyžadována kooperace s ostatními spoluhráči pro výhru v dynamických týmových bojích napříč celou mapou. Za dílčí úspěchy jsou hráči odměňováni prostředky, za které vylepšují svojí aktuální postavu dle své individuální strategie.

Strategický element hry tedy spočívá v kontrole a specifickém vylepšování postavy, se kterou do hry hráč vstoupil. Yang, Harrison a Roberts (2014) považují za klíč k vítězství v MOBA hře úspěch v boji, ve kterém je náročné excelovat a pro který musí hráč obsáhnout velké množství taktických znalostí, a stejně tak investovat mnoho času a úsilí do tréninku. Trénink, na rozdíl třeba od atletických sportů, spočívá opravdu hlavně jen v opakovaném hraní.

Doba trvání jedné takové hry může být od 10 minut po jednu hodinu, při čemž vývojáři skrz sankce dbají na to, aby hráči tyto hry neopouštěli, a opravdu po celou dobu hráli. Nehrají proti sobě náhodně dobří hráči, pro kompetitivní MOBA hry je typický systém žebříčku, po kterém se hráči snaží šplhat nahoru, a jejich místo na žebříčku je potom přímo úměrná jejich hernímu umu. Hráči pak spolu i proti sobě hrají na základě spojování s „vrstevníky“ ze stejné úrovně z žebříčku. Výsledkem tohoto systému může být férový balanc mezi týmy a adekvátní výzva pro hráče (Mora-Cantalops & Sicilia, 2018).

2.3 Průnik videoher her do světa a České republiky

V roce 1972 vydala americká společnost Atari arkádovou hru *Pong*, která jako první videohra pronikla do veřejného prostoru a stala se první komerčně úspěšnou hrou. (Encyclopedia Britannica, 2020) Osmdesátá léta minulého století umožnila, díky technologickému pokroku, přesun hraní videoher z veřejných arkádových heren ke stále se zlepšujícím osobním počítačům a herním konzolím. V roce 1994 korejská firma Sony přišla s herní konzolí PlayStation, které se jako první herní konzoli prodalo přes 100 milionů kusů. Nicméně to byl až vzestup internetu a mobilních telefonů na počátku nového

milénia, který způsobil růst zisků herního průmyslu z desítek miliard do stovek miliard dolarů ročně (Wallach, 2020).

K roku 2022 se celosvětový roční zisk z herního průmyslu odhaduje na 200 miliard dolarů, a předbíhá tak knižní průmysl, kde se zisky odhadují na 145 miliard dolarů ročně (Guttman, 2022). Dle odhadů hraje videohry až 3 miliardy lidí, z čehož je patrné, že hraní videoher ve světě zaujalo silnou pozici a už dávno ho nelze ignorovat jako „hloupou zábavu“ adolescentů (DFC Intelligence, 2021).

Hraní videoher je samozřejmě populární i v Česku, a i přesto, že je ve srovnání s ostatními zeměmi EU prevalence hraní online her mnohem nižší, stále dle zprávy Českého statistického úřadu hraje online hry 23,7% populace starší 15 let (Chomynová, a další, 2022). Jak ovlivňuje hraní videoher kvalitu života lidí, ať už pozitivně či negativně, a jaké jsou této zábavy rizika, by mělo být předmětem výzkumu, o který se právě tato práce pokouší.

2.4 Závislost na hraní videoher v kontextu nelátkových závislostí

Hraní videoher (společně se sledováním pornografie) je nejstarší, nejrozšířenější a z hlediska možné závislosti nejproblematičtější, ale současně i nejprozkoumanější internetovou aktivitou (Chomynová, a další, 2022).

„Odborníci rozlišují dva základní typy závislosti: A) fyzickou závislost, která se projevuje tím, že lidé jsou závislí na psychoaktivních látkách kvůli určitým fyziologickým procesům, vyvolaným těmito látkami v těle, a B) psychickou nebo behaviorální závislost, kdy lidé vykazují prvky závislostního chování ve vztahu k určitým aktivitám.“ (Hollen 2009, in Vacek & Vondráčková, 2015, s. 514).

Vacek (2011) uvádí jiné používané pojmy pro „psychické“ závislosti, jako behaviorální závislosti, nelátkové závislosti, nedrogové závislosti, závislosti bez substancí nebo závislosti na procesech. Mezi ně lze řadit tzv. digitální závislosti. Digitální závislost je zastřešující termín používaný autory Zprávy o digitálních závislostech v české republice (2022), kteří tímto termínem označují behaviorální závislosti spojené s „kompulsivním, obsesivním, nadměrným či škodlivým užíváním digitálních zařízení (tj. telefonů, tabletů, počítačů či herních konzolí) a digitálních technologií či platforem (internetu, sociálních sítí či digitálních her).

Terminologie závislosti na hraní digitálních her či videoher je i zde nejasná, protože dlouhá léta nebyly jasná její vymezení či diagnostická kritéria. Pro lepší chápání problematiky je třeba uvést zběžnou historii vývoje zkoumání závislosti na videohrách, a s tím související terminologii.

2.5 Závislost na videohrách a problémové hraní v psychiatrických manuálech

I přesto, že videohry započaly svou existenci v 70. letech minulého století, první zmínky o závislosti na videohrách přišly až v 80. letech (Griffiths & Pontes, 2020). První reference pro „video game addiction“ byla v roce 1983 školními poradci Soperem a Millerem, kteří ze své observace školáků řadili závislost na hraní videoher mezi další běžné behaviorální závislosti (Griffiths & Pontes, 2020). Zkoumání v 80. letech se zaměřovalo spíše na hraní arkádových her (které bývaly klasicky umístěné v hernách, barech atd.). V 90. letech se výzkum přesunul na zkoumání hráčů preferujících hraní na domácích konzolích, počítačích atd. V těchto studiích byla závislost na videohrách posuzována podle modifikovaných kritérií patologického hráčství (gamblingu) z DSM-III či DSM-IV. Tyto studie byly později kritizovány pro posuzování spíše zájmu o videohry, než závislosti na nich (Griffiths & Pontes, 2020).

Po roce 2000 došlo k podstatnému nárůstu počtu studií o závislosti na videohrách, a to v souvislosti s tím, jak se hry rozšířily do nového online prostoru, kde například MMORPGs mohly být hrány v rámci herní komunity – a právě MMORPGs byly převážně zkoumány. Do pátého vydání Diagnostického a Statistického Manuálu (DSM-5), který byl vydán v roce 2013, byla na základě těchto výzkumů zařazena

porucha hraní internetových her, „Internet gaming disorder“, ale pouze jako oblast doporučovaná pro další výzkum, ne jako samostatná diagnóza – jeden z hlavních důvodů pro to bylo, že v dosavadních výzkumech poruchy hraní internetových her nebyla použita stejná diagnostická kritéria pro posouzení závislosti na videohrách (Griffiths & Pontes, 2020). Tento problém stále trvá, k roku 2020 existuje 32 různých nástrojů pro diagnostiku závislosti na videohrách, ani jeden se však nejeví jako jasně optimální (King, a další, 2020).

V 11. verzi mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-11), která by měla v Česku nabývat v platnost v přechodném období 2022-2025, je zařazená závislost na hraní videoher pod pojmem „Gaming disorder“, která se dále dělí do „online“ a „offline“ podoby. Navíc je zde zařazen „hazardous gaming“, problémové hraní videoher (ÚZIS, 2022) (WHO, ICD-11, 2022). Oficiální překlady těchto pojmů nejsou v době tvorby této práce k dispozici. V této práci jsou tedy používány různé obměny překladu pojmů „Gaming disorder“ a „Hazardous gaming“. Gaming disorder jako závislost na (video)hrách, hraní, Hazardous gaming jako problémové, excesivní hraní.

2.5.1 Posouzení závislosti na videohrách podle MKN-11 (ICD-11)

Závislost na hraní videoher je charakterizována vzorcem trvalého nebo opakujícího se hraní („digitálního hraní“ nebo „hraní videoher“), která se projevuje:

- 1. Ztrátou kontroly nad hraním (zahrnujíc např. frekvenci, intenzitu a délku hraní),
- 2. Postupným zvyšováním priority hraní nad ostatními činnostmi v životě jedince,
- 3. Pokračováním, či eskalací hraní i přes negativní následky (WHO, ICD-11, 2022).

Vzorci chování v tomto případě musí dosahovat takové závažnosti, která má dopad na fungování v rodinné, osobní, vzdělávací, pracovní či jiné oblasti. Toto chování může být z hlediska času kontinuální, epizodické či rekurentní (tzn. opakující se). Aby bylo možné na základě těchto kritérií diagnostikovat poruchu hraní, herní chování či příznaky s ním související, musí trvat nejméně 12 měsíců. Na základě individuálního klinického posouzení však může být toto období zkráceno, pokud je zjištěno, že zmíněná diagnostická kritéria byla naplněna a dopady hráčského chování jsou pro jedince závažné a potenciálně nebezpečné (WHO, 2021, in Švec, 2021, s. 21).

Pár charakteristik je dle (některých) autorů diagnostických pokynů třeba zdůraznit (Billieux, Stein, Castro-Calvo, Higushi, & King, 2021) – diagnostické pokyny nezahrnují odvykáací stavy a zvyšování tolerance, protože nejsou u hraní her relevantní pro posouzení závislosti (Castro-Calvo, a další, 2021). Dále, důraz na dopad v životním fungování je klíčový pro rozlišování mezi lidmi se závislostí a velkým podílem lidí hrajícím intenzivně nebo trvale (například 20-30 hodin týdně), aniž by zažívaly související negativní dopady v životních oblastech (Billieux, Flayelle, Rumpf, & Stein, 2019).

2.6 Prevalence závislosti na hraní

O přesné prevalenci závislosti na hraní „nemáme tušení“ – studie byly a jsou dělané v různých populacích a s jinými definicemi závislosti na videohrách, jinými posuzovacími nástroji a procedurami (Brink, 2017). Důsledkem jsou výsledky prevalence „problémů spojených s hraním videoher“ od nízkých 0.5 % do vysokých 10 % (Petry, Rehbein, Ko, & O'Brien, 2015). Navíc se technologie rychle mění a je možné, že s tím i prevalence závislosti na nich, včetně hraní videoher.

V Českém prostředí také nejsou přesné informace o prevalenci problémového hraní a závislosti na videohrách, ale jsou alespoň nějaké informace. Podle dat z ČR z roku 2013 ze studie na populaci hráčů s průměrným věkem 21 let vykazovalo symptomy závislosti 9 % hráčů (Blinka, Skařupová, Ševčíková, Licehammerová, & Vondráčková, 2015). Studie však nebyla provedena na reprezentativním souboru, výsledky tak mohou být zkreslené. Z výzkumu Suché a kolektivu (2018) mezi českými adolescenty ve

věku 11-19 let metodou AICA-S byla zjištěna prevalence závislosti 0,9 % a problémového hraní 5,7%. Celosvětově jsou muži častěji závislí na hrách, než ženy (Su, Han, Yu, Wu, & Potenza, 2020).

Dle studie Národního monitorovacího střediska z roku 2020 provedenou na reprezentativním vzorku populace ve věku 15+ let metodologií self-report muži tráví čas na internetu hraním digitálních her dvakrát častěji, než ženy (31.0 % mužů vs. 16.1 % žen). Dle Blinky a kolektivu (2015) hráči online her investují průměrně týdně 31 hodin do hraní (výsledek zdě opět může být zkreslený).

2.7 Možný vliv excesivního hraní na kvalitu života

Existuje relativně velké množství studií, které indikují, že excesivní hraní videoher (nehledě na to, jestli už lze problémové hraní posoudit jako závislost, či ne) může vést k množství psychosociálních důsledků pro zasaženou minoritu (Griffiths & Pontes, 2020). Tyto důsledky zahrnují obětování práce, vzdělání, zálib, koníčků, společenského života, trávení času s blízkými a spánku, zvýšený stres (Batthyány, Muller, Benker, & Wolfing, 2009) (Griffiths, Davies, & Chappell, 2004), absenci vztahů mimo on-line svět (Allison, Wahle, Shockley, & Gabbard, 2006), nižší psychosociální well-being a samotu (Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2011), nižší sociální dovednosti (Griffiths & Hunt, 2010), sníženou akademickou úspěšnost (Rehbein, Kleimann, & Mossle, 2010), sníženou schopnost se soustředit a maladaptivní coping (Batthyány a kol. 2009), hostilní chování (Chiu, Lee, & Huang, 2004), maladaptivní vztahování k sobě a světu (Peng & Liu, 2010) či sebevražedné myšlenky (Rehbein a kol., 2010).

Krom negativních psychosociálních důsledků stojí za zmínku některé přidružené zdravotní důsledky excesivního hraní, jako obezita a spánkové abnormality (Dworak, Schierl, & Bruns, 2007) nebo psychosomatické obtíže (Batthyány a kol., 2009) a poškození z opakovaného namáhání (Mirman & Bonian, 1992).

Dále je zkoumaná role různých osobnostních faktorů, komorbidních poruch a biologických faktorů a jejich asociací se závislostí na videohrách (Griffiths & Pontes, 2020). Co se osobnostních rysů týče, závislost na videohrách má patrně souvislost s neurotizmem, „sensation seeking“, sníženou sebekontrolou, agresí a hostilitou, úzkostlivostí (Mehroof & Griffiths, 2010), vyhýbavým a schizoidním tendencím (Allison a kol., 2006), samotou a introverzí (Caplan, Williams, & Yee, 2009), sociálními zábrany (Porter, Starcevic, Berle, & Fenech, 2010), inklinacím k nudě (Chiu a kol. 2004), sníženou přívětivostí (Peters & Malesky, 2008), narcistickými rysy (Kim, Namkoong, & Kim, 2008), nízkou sebehodnotou (Ko, Yen, Chen, Chen, & Yen, 2005) a nízkou emocionální inteligencí (Parker, Taylor, Eastabrook, Schell, & Wood, 20089). Komorbidní poruchy asociované se závislostí na videohrách zahrnují ADHD (Haan, a další, 2009), symptomy generalizované úzkostné poruchy, panickou poruchu, depresi, sociální fóbie (Allison a kol., 2006) nebo fóbie ze školy (Batthyány a kol., 2009).

2.8 Přitažlivost a návykovost MOBA her

Přitažlivost MOBA her

Hráči identifikovali právě kompozici soutěživosti, mistrovství (z anglického výrazu „mastery“) a týmové hry jako esenci tohoto herního žánru, která motivuje další hraní (Tyack, Wyeth, & Johnson, 2016). Satisfakce z hraní pramení z pocitu zdokonalování ve hře, při čemž hráči zdůrazňují strmou křivku učení se a vysokou úroveň obtížnosti prožívanou během hraní (Johnson, Lennart, & Wyeth, 2015). Sociální aspekt se jeví jako dalším důležitým pilířem pro hraní – více než polovina hráčů začne hrát proto, že jejich přátelé už MOBA hru hrají, hráčům je obecně příjemnější hrát s přáteli, někteří hráči skrz MOBA hry formují nová přátelství, či je tak udržují. (Tyack, Wyeth, & Johnson, 2016).

V neposlední řadě stojí za zmínku herními designéry diskutovaný tzv. „gameplay loop“, někdy nazývaný také „compulsion loop“, trojúhelník cyklu akcí, složený z očekávání (např. zlepšení postavy), výzvy

(např. zničení nepřátelské jednotky), a odměny (např. zdroje na vylepšení své postavy), který je opakován pro výsledné uspokojení při hraní. V MOBA hrách je těchto cyklů mnoho na mikro úrovni (výše popsané) a makro úrovni (zlepšení své pozice v žebříčku) (Entwistel, Blasczynski, & Gainsbury, 2020). Dále MOBA hry obsahují aktuálně velmi diskutované tzv. lootboxy, které hráči umožňují i za reálné peníze hrát o náhodný předmět, vlastně na principu hracího automatu (Li, Mills, & Nower, 2019). Zatím jen v některých zemích (Belgie, Čína) je mechanika lootboxů považována za hazardní hraní, a pro jejich návykovost a vliv na mladistvé jsou pokusy existenci lootboxů ve hrách legislativně regulovat či úplně zakázat (Xiao, 2022).

Návykovost MOBA her

Různí autoři zdůraznili, že rozdílné herní žánry by mohli mít jiný závislostní potenciál (King, a další, 2019). Nejvíce zkoumaným videoherním žánrem v posledních letech jsou Massively Multiplayer Online Role Playing Games (MMORPGs), u kterých studie demonstrují jako důsledek problémového hraní nízké sebevědomí, depresivní symptomy či celkově horší zdraví (Goh, Jones, & Copello, 2019). MOBA hry mají s MMORPGs některé podobné prvky, ale zdaleka ne všechny, a i přes rozsáhlou popularitu MOBA her pouze málo studií zkoumalo jejich potenciálně návykovou povahu, nebo důsledky spojené s jejich excesivním hraním, při čemž by v těchto dimenzích mohl být rozdíl (Nuyens, Deleuze, Maurage, Kuss, & Billieux, 2016).

Těch málo studií ukazuje silnější souvislost mezi problémovým užíváním nebo závislostí a hraním her z žánru MOBA oproti jiným herním žánrům (Nuyens, Deleuze, Maurage, Kuss, & Billieux, 2016) (Blinka, Škařupová, & Mitterova, 2016) (Mládek, 2022). Švec a Suchá (2022) udávají teorii, že MOBA hry mají největší potenciál pro rozvoj závislosti z herních žánrů, a to proto, že v sobě kombinují více aspektů podporující závislost – prvek tvorby postavy a ztotožnění se s ní, možnost intenzivního a rychlého postupu ve hře, vyšší míru prožívané akce a silný sociální aspekt. Nuyens a kol. (2016) navíc podezřívají neustále aktualizovaný herní žebříček z podpory zvýšené pravděpodobnosti závislosti na hře.

Co se faktorů spojených s excesivním hraním MOBA her týče, studie italských vědkyň Casale, Fioravanti, Musicó (2022) odhaluje vyšší míru disociace od těla u hráčů MOBA her v porovnání s ostatními žánry. Vyšší míra disociace podle výsledků studie stejných autorek (2021) koreluje se závislostí na videohrách.

2.9 Kvalita života, well-being, životní štěstí...

2.9.1 Terminologie

Již od roku 1948 definuje WHO (s drobnými úpravami v průběhu času) zdraví jako „stav úplné fyzické, psychické a sociální pohody (v anglickém originále well-being), a nejen nepřítomnosti nemoci nebo slabosti“ (WHO, 2022). I přesto se výzkumy kvality života dostaly do podvědomí širší odborné veřejnosti jako relativně nové téma přibližně až kolem roku 1960 (Potůček, 2002). Studium kvality života nabylo intenzity ale až po 90. letech, kdy se tento koncept snaží různé obory uchopit z různých aspektů, kdy společným jmenovatelem všem přístupům ke zkoumání je hledání faktorů, které přispívají k dobrému a smysluplnému životu a pocitu lidského štěstí. (Hnilicová & Bencko, 2005)

Dnes je pojem kvalita života běžnou součástí laického i politického slovníku. Stále je to však pojem velmi kontroverzní a těžko uchopitelný, u kterého neexistuje všeobecně přijímaná definice, a neexistuje ani jednoznačný koncept tohoto pojmu, teorie je zatím stále součinně vytvářena (Heřmanová, 2012). Výsledkem stále trvajících procesu tvorby panuje značná terminologická roztříštěnost:

„Vedle pojmu „quality of life“ (kvalita života) totiž existuje celá řada souvisejících nebo souřadných pojmů, které jsou velmi často užívány jako synonyma, i když ani jejich přesný význam není dosud zcela

dostatečně definován. Jako příklad lze uvést pojmy „social-well being“ (sociální pohoda), „well-being“ (pocit pohody), „subjective well-being“ (individuální stav pohody), „social welfare“ (sociální blahobyť), ... „standart of living“ (životní úroveň), případně „happiness“ (štěstí), ... či „satisfaciton“ (spokojenost) aj.“. (Heřmanová, 2012, s. 480)

Roztříštěnost pojmu dále pramení z jeho interdisciplinarit – Hnilicová popisuje zkoumání kvality života v různých oborech následovně:

- **Sociologie:** sleduje kvalitu života u různých sociálních skupin a srovnává ji, a hledá sociologické faktory, které jsou pro kvalitu života rozhodující,
- **Psychologie:** zaměřuje se především na subjektivní pohodu jednotlivců a snaží se ji pomocí různých metod měřit,
- **Lékařství:** hodnotí poskytovanou péči, různé léčebné postupy či programy a její výsledky (Hnilicová & Bencko, 2005).

Tato práce kvůli výše nastíněné problematice vnímá pojmy „kvalita života“ a „well-being“ či „štěstí“ jako zástupné, tj. mající stejný či podobný význam. Této práci je nejbližší projmutí kvality života podle WHO, která definuje kvalitu života jako „to, jak jedinec vnímá své postavení ve světě v kontextu kultury a hodnotových systémů, ve kterých žije, a to ve vztahu k jeho osobním cílům, očekáváním, zájmům a životnímu stylu.“. Jinými slovy, kvalita života vyjadřuje, jak člověk sám hodnotí svou životní situaci (Dragomerická, 2006). Právě na této definici stojí zvolená metoda měření kvality života v této práci. V další části jsou popsány vybrané teoretické přístupy ke kvalitě života, na kterých stojí praktická část této práce.

2.9.2 Vybrané teoretické přístupy ke kvalitě života

Dle WHO (2012) je kvalita života koncept se širokým záběrem, který komplexně zahrnuje oblasti somatického zdraví jedince, jeho sociální vztahy, psychický stav, úroveň nezávislosti na okolí, jeho přesvědčení a víru. Tyto oblasti jsou pak vztaženy k hlavním charakteristikám prostředí (např. svoboda, bezpečí, rodinné zázemí) (WHO, 2012).

Další přístup, o který se metoda měření použitá v této práci opírá, je hédonistický model, který chápe kvalitu života jako určitou úroveň štěstí (Dragomerická, 2006). Úroveň štěstí je potom z této perspektivy dána dosahováním potěšení a absencí nepříjemných zážitků. Tato úroveň štěstí je subjektivní, a ovlivňují ji zakoušené libosti proti zakoušené nelibosti, jinými slovy je určena od všech úsudků o dobrých a špatných prvcích života a od dosažených cílů nebo hodnotných výsledků v různých sférách (Kassalová & Dolejš, 2015).

Přístup Beckmana a Detleva, o který se rovněž tato práce opírá, zdůrazňuje jako podstatnou podmínku kvality života svobodu. Autoři se odvolávají na WHO pojetí nemoci jako ztráty autonomie (Dragomerická, 2006). Sheldon, Ryan a Reis (1996) chápou tuto autonomii jako pocit, že prováděné aktivity a dosahované cíle jsou člověkem vybrané samostatně, a jsou v souladu s vlastními, vnitřními zájmy a hodnotami – autonomii pozitivně koreluje s lepší kvalitou života.

Maslowova teorie potřeb

Životní oblasti sledované v této práci vychází i z teorie potřeb A. H. Maslowa (1943). Maslow ve své teorii nepoužíval pojmy „kvalita“ života“ či „well-being“, je však evidentní, že o tom samém hovoří v pojmech jako „dobrý život“, „šťastný, naplněný život“. Na terminologii nehledě, Maslow postavil svou teorii o rozvoji směrem k životnímu štěstí na konceptu lidských potřeb – dle jeho pohledu se „naplňováním“ jednotlivých „potřeb“ člověku zlepšuje jeho kvalita života (Alborz, 2017).

Maslow o potřebách hovoří jako o postupné sérii, kde každou další „vyšší“ potřebu lze realizovat po naplnění potřeb předešlých. Tímto způsobem Maslow stanovil jakýsi systém schodiště, který získal

populární interpretaci několikastupňové pyramidy potřeb. „Ideální život“ Maslow popisoval jako dlouhou cestu skrze identifikovaných osm potřeb, která začíná z konkrétních a věcných postupně k abstraktním a transcendentním potřebám. Opravdu šťastný člověk by měl všechny tyto potřeby naplňovat.

Aby byly všechny potřeby postupně naplněny, jedinec musí rozvinou svou bytost do spontánnosti, autonomie, proaktivity a zodpovědnosti. Jednotlivé potřeby lze sumarizovat následovně:

1. **Fyziologické potřeby**, jako jídlo, spánek atd.,
2. **Bezpečí**, jako bezpečné zázemí, jistota,
3. **Láska, přijetí, spolupatříčnost**,
4. **Uznání, úcta, potřeba respektu**,
5. **Potřeba vhledu, vědění, porozumění, chápání** (sebe sama a okolního světa),
6. **Estetické potřeby, kreativita**,
7. **Potřeba seberealizace, „aktualizace“ svého potenciálu**,
8. **Potřeba transcendence, užitečnosti pro celek, smysl** (Ventegodt, Marrick, Joav, & Andersen, 2003).

2.10 Videohry a Well-Being

Agrese

Obvykle se většina výzkumu videoher zaměřovala na negativní dopady hraní, zejména potom na dopady hraní násilných videoher, a na dopady patologického hraní (které jsou uvedeny v předchozích kapitolách). Dopady videoher s násilím jsou aktuálně předmětem kontroverzního zkoumání (Jones, Scholes, Johnson, Katsikitis, & Carras, 2014). Například v metaanalýze z roku 2018 byl zjištěn signifikantní vztah mezi násilnými videohrami a agresí (Prescott, Sargent, & Hull). V jiných metaanalýzách se však tento signifikantní vztah nezjistil, nebo byl jen s nepatrným efektem (Mathur & VanderWeele, 2019).

Dopad násilných videoher je stále více posuzován z jemnější perspektivy s pochopením, že publikační bias a důraz na použití laboratorních metod měření agrese mohou zveličovat vztah mezi násilím ve videohrách a agresí, která dále nesouvisí s chováním v reálném životě (Jones et. al., 2014). Zajímavé je, že podle studie Przybylski, Ryan a Rigsbny (2009) není násilí důležitým faktorem přispívajícím k požitku ze hry, jelikož hráči hrají násilné hry ze stejných důvodů, jako jiné hry, a to pro radost z výzev a svobodu ve virtuálním světě.

Emoční stabilita

Studie soustředící se na potenciální pozitivní dopady hraní videoher zjistily různorodé pozitivní emoce prožívané hráči při hraní, a byla zjištěna kontribuce hraní k emocionální stabilitě (Wang, Knoo, Liu, & Divaharan, 2008) (Przybylski, Ryan, & Rigsbny, 2009) (Przybylski, Weinstein, & Ryan, 2012). Kutner a Olson (2008) ve své studii prezentují, že chlapci, kteří během typického týdne nehrají videohry, mají vyšší risk emočních potíží oproti těm, kteří hry běžně hrají – chlapci reportovali používání videoher jako způsob regulace emocí, způsob odpočinku a odreagování, či zmírnění pocitu samoty.

Redukce stresu

Hraní her za účelem relaxace a redukce stresu bylo asociováno se zvýšeným well-being (Russoniello, O'Brien, & Parks, 2009) (Snodgrass, Lacy, Dengah, Fagan, & Most, 2010). Depresivní rozpoložení se zdá být nižší v běžných hráčích v porovnání s ne-hráči a excesivními hráči (Durkin & Barber, 2002). Podobné je zjištění ve studii mezi adolescenty, kde ne-hráči a excesivní hráči reportovali celkově horší mentální zdraví v porovnání s hráči, co hráli „přiměřeně“ (Allahverdipour, Bazargan, Farhadinasab, Moeini, &

Babak, 2010). Míra hraní se zdá být moderujícím faktorem ovlivňujícím well-being hráčů i podle studie Wack a Tantleff-Dunn (2009).

Pozitivní prožitek při hraní

Hráči zažívají při hraní „flow“, stav hlubokého a naplňujícího vědomí při ponoření do aktivity, které Csikszentmihalyi považuje za zdroj štěstí, nebo hráči prožívají pocity užitečnosti a „blažené“ produktivity (Csikszentmihalyi, 2008) (Bardzell, Bardzell, Pace, & Reed, 2008).

Vztahy

Kromě toho, že hráči navazují on-line formou vztahy různých forem a hloubek, bylo nalezeno posilování už existujících vztahů z reálného života skrz společné hraní videoher – pozitivní společné herní zážitky jsou přenášeny do reálného života a mohou tak posilovat kvalitu sociálních vazeb. Úspěch ve hře, za který hráč může získat ve skupině přátel uznání, se může přenést do přátelských vazeb v reálném životě (Jones et. al., 2014).

2.11 MOBA hry a Well-being

Zatím není známo, zda hraní MOBA her, které jsou rozdílné od MMORPGs, jsou také asociovány s horšími fyzickými a psychickými dopady. Výzkum videoher se tradičně zaměřoval na jejich negativní dopady, neexistuje tedy komplexní obraz, jak hraní videoher ovlivňuje kvalitu života. Ze studií probraných v teoretické části se jeví, že „zdravá“, „přiměřená“ míra hraní videoher by mohla mít pozitivní vliv na kvalitu života jedince. Důsledky excesivního hraní videoher jsou rozsáhle zdokumentovány, nicméně není jasná velikost části hráčů, která tyto dopady zažívá a v jaké míře, a jak se liší tyto dopady v souvislosti s typy her, které hrají. Stejně tak nejsou známy pozitivní dopady hraní různých žánrů videoher. Dopady hraní MOBA videoher, či alespoň souvislost hraní MOBA her s kvalitou života, nejsou prozkoumány.

3 Praktická část

3.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky.

Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit vztah mezi úrovní kvality života a hraním MOBA videoher. Pro cíl byly zformulovány tyto výzkumné otázky:

VO1: Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k normě české populace?

VO2: Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k jejich potenciálnímu problémovému hraní až závislosti?

VO3: Jak se liší kvalita života hráčů vzhledem ke strávenému času v MOBA videohře?

Jako doplňující informaci bylo zjišťováno, jak se liší kvalita života mezi muži a ženami v souboru (z prevalence je jasné, že muži se stávají závislí na videohrách častěji, než ženy).

3.2 Struktura a obsah dotazníku

Dotazník k výzkumu se skládá z úvodu a 3 částí. Celý použitý dotazník (včetně níže popisovaných SQUALA a AICA-S) je přiložen.

V první části byli respondenti osloveni a dotazování na věk, pokud uvedli možnost „méně než 15 let“, nebylo jim umožněno dotazník vyplnit. Respondentům byla prezentována krátká definice MOBA her. V návaznosti respondenti odpovídali výběrem ze 4 možností, zda MOBA hry hrají nejvíce svého herního času, či alespoň 50 % svého herního času, nebo hrají jinou hru/jiné hry a hraním MOBA her tráví spíše méně času. Pokud MOBA hry respondent nehrál vůbec, nebylo mu umožněno dotazník vyplnit. Dále byly uvedeny otázky na nejhranější MOBA hru a další nejhranější hry, na platformu, na jaké hry nejčastěji respondent hraje, a na počet hodin strávených hraním MOBA a dalších videoher.

Druhá část obsahovala otázky na demografické údaje. Třetí část se zabývala měřením kvality života, na což byl použit dotazník SQUALA (Subjective QUALity of Life Analysis). V poslední části respondenti vyplňovali dotazník AICA-S (The Assessment of Computer and Internet game Addiction-Scale).

3.3 Standardizovaný dotazník SQUALA

Dotazník SQUALA, sebesposuzovací dotazník kvality života, je krátký a jednoduchý dotazník, zaměřen na 21 životních oblastí, jako jsou zdraví, vztahy, láska atd., u nichž respondent určuje, jak je pro něj oblast důležitá a jak je s oblastí spokojen. Dotazník byl vybrán pro jeho snadnou dostupnost, standardizaci na českou populaci 15+ a možnost použití jak u zdravé populace, tak u populace duševně nemocných, včetně drogově i nelátkově závislých (Dragomerická, 2006).

Dle Dragomerické (2006) byl dotazník SQUALA vytvořen roku 1992 ve Francii, původně byl dotazník určen pro zjišťování kvality života u osob s duševními potížemi. Autoři vycházeli z definice pojímající kvalitu života jako „zjišťování rozdílu mezi přáním a očekáváním jedince na jedné straně a jeho reálnou situací na straně druhé“ a stavěli svou metodu na teoretických základech hedonistického pohledu na kvalitu života. Dále vycházeli z přístupu Beckmana a Detleva zdůrazňující jako podstatnou podmínku kvality života svobodu a v neposlední řadě z Maslowovy teorie potřeb. Testování, validizace a standardizace v českém socio-kulturním kontextu proběhla jak na vzorku osob s duševním onemocněním, tak na zdravé populaci. Proces uvádění dotazníku k širšímu použití byl dokončen vydáním Příručky pro uživatele české verze Dotazníku subjektivní kvality života SQUALA v roce 2006.

Dotazník SQUALA byl autorem převeden do elektronické podoby Google Forms tak, aby odpovídal originální verzi. Výsledky dotazníku SQUALA jsou v této práci vyjádřeny formou skóřů v 5ti dimenzích, kterými jsou „abstraktní hodnoty“, „zdraví“, „blízké vztahy“, „volný čas“ a „základní potřeby“. Skóř

každé dimenze je součtem parciálních skóre některých z 3 až 5 oblastí z celkových 19 dotazovaných oblastí života.

„Parciální skóre pro určitou oblast života (např. zdraví) se rovná součinu skóre důležitosti (hodnocena na pětibodové škále od 0 = bezvýznamné po 4 = nezbytné) a skóre spokojenosti (hodnoceno na pětibodové škále od 1 = velmi zklamán po 5 = zcela spokojen) a nebývá tedy hodnot od 0 do 20. Pokud respondent hodnotí nějakou oblast života jako bezvýznamnou, je součin vždy 0, neohledě na to, jak hodnotí spokojenost s touto oblastí. Naopak maximální skóre 20 znamená, že je respondent „zcela spokojen“ s oblastí, kterou ohodnotil jako „nezbytnou“... celkový skóre (QOLSCORE, pozn. autora) je dán součtem všech parciálních skóre.“ (Dragomerická, 2006, str. 11)

Oblasti života „práce“ a „mít a vychovávat děti“ nebyly po vzoru autorů zahrnuty do celkových výsledků, i když na ně bylo v dotazníku tázáno. Dle Dragomerické (2006) bylo důvodem pro vyřazení značný počet chybějících hodnot v případech, kdy respondenti neměli děti nebo práci. Rozdělení zbylých 19 životních oblastí do dimenzí, které jsou v této práci důležité pro interpretaci výsledků, je znázorněno v tabulce 1.

Tabulka 1: Obsah dimenzí

Dimenze		Životní oblasti
squala1	abstraktní hodnoty	pocit bezpečnosti, spravedlnost, svoboda, krása a umění, pravda
squala2	zdraví	zdraví, fyzická soběstačnost, psychická pohoda, péče o sebe sama
squala3	blízké vztahy	rodinné vztahy, láska, sexuální život
squala4	volný čas	spánek, vztahy s ostatními lidmi, odpočinek, koníčky
squala5	základní potřeby	prostředí a bydlení, peníze, jídlo

Skóre jednotlivých dimenzí jsou průměrem parciálních skóre příslušných životních oblastí, násobených 5 pro lepší možnost komparace a interpretace výsledků – rozpětí skóre dimenzí se pohybuje od 0 do 100, při čemž vyšší skóre poukazuje na lepší subjektivní kvalitu života. Je možné skóre dimenze interpretovat jako procentuální podíl (61 bodů v dimenzi blízkých vztahů je rovno 61 % spokojenosti)

Standardizace proběhla v rámci šetření reprezentativního souboru pražské populace 18-59 let, který byl získán vícestupňovým náhodným výběrem. Výběrový soubor byl konstruován tak, aby odpovídal svým složením základnímu souboru z hlediska pohlaví a věku respondentů a obsahoval data od 308 osob. Tento reprezentativní soubor je podkladem pro výpočet dimenzí a populačních norem těchto dimenzí, které jsou zobrazeny v tabulce 2.

Tabulka 2: Intervaly populačních norem pro dimenze SQUALA v české populaci

Dimenze	STD	rozšířený i.	interval normy			rozšířený i.	
		mírně snížená kvalita	spodní hranice	průměr	horní hranice	mírně zvýšená kvalita	
squala1	abstraktní hodnoty	14,3	38,3	45,5	52,6	59,8	66,9
squala2	zdraví	14,8	53,9	61,3	68,7	76,1	83,5
squala3	blízké vztahy	18,2	43,2	52,3	61,4	70,5	79,6
squala4	volný čas	13,8	36,7	43,6	50,5	57,4	64,4
squala5	základní potřeby	14,3	33,9	41	48,2	55,3	62,5

Respondenti, kteří v dotazníku SQUALA nevyplnili více jak 3 položky, byly úplně vyřazeni z výzkumného souboru (N=23). Nejčastěji se jednalo o opomenutí vyplnění celé části dotazníku „Hodnocení spokojenosti“, která krom krátkého popisku a jiných hodnot vypadala stejně, jako předchozí část „Hodnocení důležitosti“.

3.4 AICA-S, Škála pro posouzení závislosti na internetových a počítačových hrách

AICA-S, Assessment of Internet and Computer game Addiction Scale, je krátký sebesposuzovací dotazník zaměřený na detekci problémového užívání až závislosti u hráčů počítačových her. Škála byla původně vytvořena a revidována v Německu pro děti a adolescenty (Wölfling, Müller, & Beutel, 2010). V roce 2014 byla validita škály ověřena i pro dospělou populaci (Müller, Wölfling, & Beutel, 2014). Dotazník byl vybrán pro schopnost rozlišit problémové a závislé hráče, svou jednoduchost a kompletní převod do českého jazyka autory (Suchá, Pipová, Dolejš, Maierová, & Aigelová, 2019).

Metoda nenaplnuje všechny kritéria pro posouzení závislosti podle MKN-11, konkrétně chybí dotazy na zvyšování priority hraní a kontinuitu (případně opakující se epizody) hraní v delší době. Podle staršího DSM-5, který byl aktuální v době tvorby metody, AICA-S naplňuje 7/9 kritérií pro diagnostiku závislosti na hraní internetových her, kterými jsou zaujetí hraním, abstinenční příznaky, tolerance, neúspěšné pokusy přestat s hraním, ztráta jiných zájmů, a hraní jako prostředek k úlevě od nepříjemných pocitů. AICA-S bohužel nezkoumá kontinuitu hraní, ani hraní o míře hraní okolí, naopak navíc jsou do kritérií zahrnuty abstinenční příznaky a zvyšování tolerance, které podle MKN-11 už nejsou pro posouzení závislosti na videohrách relevantní.

Pro Česko sice existuje jeden standardizovaný dotazník na základě kritérií z MKN-11, ale pro potřeby této studie není vyhovující (navíc autor v době tvorby výzkumu o jeho existenci nevěděl kvůli jeho špatné dohledatelnosti a dostupnosti a malému počtu použití) (Švec & Suchá, 2022). Bylo tedy vyhodnoceno, že přestože se metoda AICA-S opírá spíše o starší kritéria z DSM-5, je dostatečně používaná pro kvantitativní studie (18 studií dohromady s 36 tisíci participanty), aby byla použita i v této studii (King, a další, 2020).

Česká verze dotazníku byla převedena do elektronické podoby Google Forms. Jelikož byla česká verze dotazníku přeložena za účelem zkoumat adolescenty, musely proběhnout drobné změny v textu dotazníku za účelem oslovení i starších věkových skupin. Bylo změněno oslovení z tykání na vykání a byla provedena drobná úprava některých položek. Například v otázce „Mělo někdy vaše hraní počítačových her nějaké nepříjemné následky v následujících oblastech?“ byla možnost odpovědi změněna z „Problémy ve škole/ vzdělávání (např. horší známky)“ na „Problémy v práci/ve vzdělávání (horší pracovní výkon, horší známky)“.

Podle vzoru autorů nebyla hodnocena položka ohledně stráveného času hraním o víkendech a úspěchu při pokusech omezení hraní her, které při validizaci prokázali příliš nízkou diskriminační hodnotu (Wölfling et al. 2010). Aby participant mohl dotazník odeslat, byl povinen vyplnit všechny položky v dotazníku AICA-S, z výzkumného souboru tedy nebyl žádný participant vyloučen z důvodu vynechaných položek v dotazníku, na rozdíl od dotazníku SQUALA. Celkem se výsledný počet bodů pohybuje na škále od 0 do 27 bodů. Naplní-li hráč 7 bodů, jedná se o problematické užívání, od 13.5 bodů je možné hovořit o závislosti (Suchá a kol., 2019).

3.5 Metodologie sběru dat

Data byla shromažďována dotazníkovým šetřením metodou samovýběru. Dotazník byl vytvořen v online službě Google Forms a byl distribuován pomocí internetu – na sociálních sítích Facebook a Discord. Dotazník byl nasdílen z osobního profilu autora do nejvýraznějších skupin, které byly vyhledány pomocí sociálních sítích Facebook a Discord po zadání hesel jako „League of Legends CZ“,

„Dota 2 CZ“ atd. Všechny skupiny a místnosti byly přístupné veřejnosti. Příspěvek, který obsahoval odkaz na dotazník, byl vytvořen se záměrem zaujmout co nejvíce potenciálních respondentů (byl použit humor, emotikony atd.). Členové skupin na příspěvky reagovali (příspěvek v největší facebookové skupině nasbíral během 3 dnů 50 „liků“ a desítky komentářů, což bylo v porovnání s ostatními příspěvky ve skupině relativně hodně.), což díky algoritmům sociálních sítí zpětně zvyšovalo popularitu příspěvku s odkazem na dotazník. Dotazník obsahoval také prosbu o šíření dál respondenty, prosba však nebyla důrazná a předpokládá se tedy, že tato možnost byla využita sporadicky, efekt sběru dat pomocí metody sněhové koule tedy nebyl účinný. Sběr dat proběhl během měsíce dubna roku 2022.

3.6 Výzkumný soubor

Data pochází z 9 online „skupin“ na platformách Facebook a Discord, které se především zaměřovali na tematiku MOBA her. Facebook skupiny umožňují sdílení příspěvků členy skupiny a jejich komentování, ale nikoliv přímo chatování. Vstup do Facebook skupiny schvalují administrátoři, jedinou podmínkou pro vstup byl souhlas a dodržování stanovených pravidel. Discord skupiny (které v herním světě aktuálně nahradili funkci online diskuzních fór, pozn. autora) umožňují chatování či hlasovou komunikaci členů v různých chatovacích místnostech. Postup přijetí do skupiny je podobný facebookovým skupinám.

Hráčské skupiny s dohromady přibližně 79 tisíci členy jsou uvedeny v tabulce 3. Dotazník mohl vyplnit kdokoliv, kdo byl členem jedné ze skupin, či pouze sledoval příspěvky v některé ze skupin a uměl česky – předpokládá se, že většina respondentů jsou Češi či česky mluvící lidé, protože se po zběžném prozkoumání skupin na sociálních sítích našlo minimum slovensky mluvících (píšících) respondentů a v odpovědích byla detekována slovenština odhadem v menšině.

Tabulka 3: Přehled skupin hráčů MOBA her

Platforma	Název skupiny	Přibližný počet členů
Facebook	League of Legends CZSK :D	58 100
Facebook	League of Legends [CZ/SK]	10300
Facebook	Dota 2 CZ/SK	8300
Discord	Dota2 czsk	500
Discord	League of legends CZ/SK	600
Discord	Y-Zone community	300
Discord	Grunex.com	500
Discord	SČSEL - Slovenská a Česká stredoškolská eSport Liga	300
Discord	TAW Esport	200
		Celkem cca 79 100

Z celkového počtu 607 sebraných odpovědí tvoří výzkumný soubor 571 respondentů. Byly vyřazeny nereseriózní, urážlivé a neúplně odpovědi. V poměru pohlaví převládali muži, kteří tvoří 80 % vzorku (n=463), 3 jedinci uvedli své pohlaví jako nebinární a jeden jako genderfluidní. Průměrný věk respondentů byl 21,7 let, z toho ženy byly v průměru o 0,6 roku starší než dotazovaní muži, viz. tabulka 4.

Tabulka 4: Počet respondentů a průměrný věk souboru

	Muži	Ženy	Nebinární	Celkem
N	463	104	4	571
Průměrný věk	21,6	21,2	20,5	21,7

50,8 % respondentů v souboru určilo jako svou nejhranější hru některou z žánru MOBA. 38,4 % (n=219) respondentů hrálo alespoň polovinu svého herního času hry z žánru MOBA, a k tomu hrálo další hry. Respondentů v souboru, kteří preferovali jiné hry a MOBA hráli minimálně, bylo 10,9 % (n=62). Viz tabulka 5.

Tabulka 5: Preference hraní MOBA

Nejhranější hra	N	%
Některé z MOBA	290	50,8%
MOBA + Jiné hry	219	38,4%
Jiné hry, MOBA minimálně	62	10,9%

Nejvíce respondentů mělo dokončenou střední školu s maturitou (52 %, n=298), 24 % respondentů mělo hotové základní vzdělání, 13 % (n=72) osob dokončilo vysokou školu, 5 % má střední školu bez maturity, stejný počet respondentů je vyučených. 45,7 % dotazovaných hodnotilo svou finanční situaci ve srovnání s okolím jako průměrnou, 41,6 % jako mírně nebo výrazně nadprůměrnou a zbylých 13 % mírně či výrazně podprůměrnou, přehled v tabulkách 6 a 7.

Tabulka 6: Vzdělání respondentů

Vzdělání	N	Podíl
Základní škola	139	24,3%
Vyučen	31	5,4%
Střední škola bez maturity	31	5,4%
Střední škola s maturitou	298	52,2%
Vysokoškolské	72	12,6%

Tabulka 7: Hmotné zabezpečení respondentů

	N	Podíl
Podprůměrné	74	13,0%
Průměrné	261	45,7%
Nadprůměrné	236	41,6%

55 % (n=314) respondentů uvedla svůj své uplatnění na trhu práce jako student, 8 jedinců navíc uvedlo, že ke studiu pracuje (předpokládá se, že doopravdy ke studiu pracuje větší počet, způsob dotazování však nebyl uzpůsoben k tomu to zjistit). 33,5 % respondentů je v zaměstnaneckém poměru, 6,5 % uvedlo své uplatnění na trhu práce jako OSVČ. 2 respondenti uvedli, že jsou majitelé společnosti. Pouze 9 respondentů uvedlo, že jsou nezaměstnaní, 2 jedinci pobírali invalidní důchod a jeden člověk uvedl, že je na mateřské dovolené. Přehled v tabulce 8.

Tabulka 8: Uplatnění na trhu práce

Uplatnění na trhu práce	N	Podíl
Studnet	314	55,0%
Zaměstnanecký poměr	197	34,5%
OSVČ	37	6,5%
Nezaměstnaní	10	1,8%
Student + práce	8	1,4%
Majitel společnosti	2	0,4%
Invalidní důchod	2	0,4%
Mateřská dovolená	1	0,2%

Celkově bylo 56 % respondentů v době dotazování svobodných, 42 % ve vztahu s partnerem/partnerkou. Ženy byly v 77 % případů (n=80) ve vztahu s partnerem/partnerkou, pouze jedna žena byla vdaná, u mužů tomu bylo téměř naopak – muži byli ve vztahu s partnerem/partnerkou pouze ve 33 % případů, 63 % mužů bylo svobodných. 3 % (n=13) mužů bylo ženatých a jediný muž byl v registrovaném partnerství., přehled v tabulce 9.

Tabulka 9: Rodinný stav

Rodinný stav	Muži N	% Muži	Ženy N	% Ženy	Celkem N	% Celkem
Svobodný	294	63,5%	23	22,1%	319	55,9%
Ve vztahu s partnerem/partnerkou	155	33,5%	80	76,9%	237	41,5%
Ženatý/Vdaná	13	2,8%	1	1,0%	14	2,5%
V registrovaném partnerství	1	0,2%	0	-	1	0,2%

Ve výzkumném souboru uvedlo 80 % dotazovaných (N= 456) League of Legends jako svou nejhranější MOBA hru, 18 % (N=102) hráčů preferovalo Dotu 2, zbylých 13 hráčů preferovalo jiné MOBA hry, jako Heroes of the Storm nebo Smite, přehled v tabulce 10.

Tabulka 10: Nejhranější MOBA hra

Nejhranější MOBA hra	N	%
League of Legends	456	79,9%
Dota 2	102	17,9%
Jiné	13	2,3%

Hráči jasně preferovali hraní MOBA her na PC (98 %), pouze 9 hráčů hraje své MOBA hry na mobilním telefonu či tabletu, a dva hráči preferují k hraní MOBA herní konzoli.

3.7 Etika

Respondenti byli v úvodu dotazníku informováni o tématu výzkumu, k němuž vyplněním dotazníku přispějí. Dotazník obsahoval upozornění o dobrovolnosti účasti na výzkumu, ujištění o zachování anonymity a neschopnosti identifikace dotazovaného podle poskytnutých informací. Jedincům, kteří nedovršili věku 15 let, bylo automaticky zabráněno dotazník vyplnit. Jedinci, co ještě nedovršili plnoletosti, byly vyzváni k upozornění zákonného zástupce o jejich účasti na studii.

Závěr dotazníku obsahoval odkazy na screeningové dotazníky obdobné těm, které respondenti vyplnili-dotazník na kvalitu života a na závislost na počítačových hrách a internetu, které poskytovali možnost okamžitého vyhodnocení. V návaznosti byl pro potřebné poskytnut odkaz na adiktologickou poradnu a také uveden typ, že v případě potřeby je možné využít příspěvku zdravotní pojišťovny na terapii.

3.8 Analýza dat

Všechna data byla přenesena do programu Microsoft Excel, kde proběhlo promazání chybných, neúplných, neseriózních až urážlivých odpovědí (nejčastější neseriózní a urážlivé odpovědi byly v otevřené odpovědi na položku „Gender“). Pomocí funkcí programu byly vyhodnoceny dotazníky SQUALA a AICA-S. Data byla přenesena do statistického programu Jamovi, kde proběhlo porovnávání skóre kvality života mezi gendery pomocí párového T-testu. Hráči byly dále rozděleni do skupin dle výsledků AICA-S, a u skupin proběhlo porovnání míry závislosti se skóre kvality života podle jednofaktorové analýzy rozptylu (ANOVA). Pro porovnání kvality života dle času stráveného hraním MOBA hry byly respondenti rozděleni do kvartilů dle času stráveného hraním hry, v návaznosti byla provedena ANOVA. Hodnocení statistické významnosti rozdílů mezi jednotlivými skupinami bylo provedeno na hladině statistické významnosti 95 %.

4 Výsledky

4.1 Deskriptivní statistiky

4.1.1 Výsledky AICA-S

Z celkového souboru (n=571) kritéria pro problémové hraní (7-13 bodů v dotazníku AICA-s) naplnilo 40,4 % respondentů (n=229). Kritéria pro závislostní chování naplnilo 4,9 % respondentů (n=28), shrnutí v tabulce 11.

Tabulka 11: Míra závislosti na hraní v souboru hráčů

Míra závislosti	N	%	Muži	% Muži	Ženy	% Ženy	Nebinární
Bez závislosti	314	55%	252	54,4%	62	59,6%	0
Problémové užívání	229	40,1%	191	41,3%	35	33,7%	2
Se závislostí	28	4,9%	20	4,3%	7	26,9%	1

4.1.2 Výsledky SQUALA

Celkový soubor (n=571) dosáhl průměrného skóre kvality života QOLSCORE (který je dán součtem všech parciálních skóre) hodnoty 222. Průměr skóre v dimenzi *squala1 abstraktní hodnoty* byl 61,4 (lze možné interpretovat jako 61,4% spokojenost s danou oblastí). Průměr skóre v dimenzi *squala2 zdraví* byl 65,0. Průměr skóre v dimenzi *squala3 blízké vztahy* byl 52,7. Průměr v dimenzi *squala4 volný čas* byl 51,4. Průměr v dimenzi *squala5 základní potřeby* byl 58,8. Přehled v tabulce 12.

Tabulka 12: Kvalita života respondentů celkem

	STD*	Dimenze					QOLSCORE
		squala1 abstraktní hodnoty	squala2 zdraví	squala3 blízké vztahy	squala4 volný čas	squala5 základní potřeby	
Vzorek celkem	22,7	61,4	65,0	52,7	51,4	58,8	222

*STD = standardní odchylka

Poznámka: Rozpětí škály u dimenzí je 0-100, přičemž vyšší skóre znamená lepší subjektivní kvalitu života

4.2 VO1: Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k normě české populace?

Byla posuzována kvalita života hráčů vzhledem k normám pro dimenze SQUALA v české populaci (viz tabulka 2). Byly posuzovány průměry skóre v 5 dimenzích, (abstraktní hodnoty, zdraví, blízké vztahy, volný čas, základní potřeby) vzhledem k intervalům populačních norem pro dimenze SQUALA.

Vzhledem k intervalu populační normy měli hráči v dimenzi *squala1 abstraktní hodnoty* **zvýšenou kvalitu života**. V oblastech *squala2 zdraví*, *squala3 blízké vztahy* a *squala4 volný čas* se hráči nacházeli **v průměru** vzhledem k populačním normám. V dimenzi *squala5 základní potřeby* měli hráči vzhledem k populační normě **kvalitu života zvýšenou**. Přehled v tabulce 13.

Tabulka 13: Kvalita života hráčů vzhledem k populační normě

	Dimenze				
	squala1	squala2	squala3	squala4	squala5
	abstraktní hodnoty	zdraví	blízké vztahy	volný čas	základní potřeby
Vzorek celkem	61,4	65,0	52,7	51,4	58,8
KŽ vzhledem k normě*	zvýšená	průměr	průměr	průměr	zvýšená

*Intervaly populačních norem jsou zobrazeny v tabulce 2

4.3 VO2: Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k jejich potenciálnímu problémovému hraní až závislosti?

Hráči byly rozděleni dle výsledků dotazníku AICA-S do 3 skupin. Skupina „Bez závislosti“ nenaplnila kritéria pro problémové hraní ani závislosti, skupina „Problémové užívání“ naplnila kritéria pro tuto oblast, skupina „Se závislostí“ naplnila kritéria pro závislostní chování. Průměry skóre dimenzí squala1 až squala5 a QOLSCORE těchto 3 skupin je zobrazeno v tabulce 14. Mezi skupinami byla provedena analýza rozptylu (ANOVA) v oblastech squala1 až squala5 a QOLSCORE.

V dimenzi *squala1 abstraktní hodnoty* nebyl signifikantní rozdíl napříč skupinami, $F(2,568) = .19$, $p = .832$, $\eta^2 = .001$.

V dimenzi *squala2 zdraví* **byl naměřen signifikantní rozdíl** mezi skupinami s malým efektem, $F(2,568) = 10.8$, $p < .001$, $\eta^2 = .037$. Nejnížší kvalitu života zde vykazovala skupina „Se závislostí“ se skóre 58,9. Skupina „Problémové užívání“ měla skóre 61,7. Nejvyšší kvalitu života vykazovala skupina „Bez závislosti“ se skóre 68,2. Rozdíl mezi „nejnížší“ a „nejvyšší“ skupinou byl tedy 9,3 bodů, neboli procent spokojenosti s danou dimenzí.

V dimenzi *squala3 blízké vztahy* ANOVA odhalila **signifikantní rozdíl** mezi skupinami, ale také jen s malým efektem, $F(2,268) = 3.22$, $p = .04$, $\eta^2 = .011$. Nejnížší kvalitu života zde vykazovala skupina problémových uživatelů se skóre 50,5. Skupina „Bez závislosti“ měla skóre 53,9. Nejvyšší kvalitu života zde měla skupina „Se závislostí“ se skóre 60,6. Rozdíl mezi „nejnížší“ a „nejvyšší“ skupinou byl 10,1 bodů.

V dimenzi *squala4 volný čas* ANOVA odhalila, že celkový rozdíl mezi skupinami je těsně za hranicí statistické signifikantnosti, $F(2,568) = 2.91$, $p = .055$, $\eta^2 = .010$. V poslední dimenzi *squala5 základní potřeby* nebyl naměřen signifikantní rozdíl mezi skupinami, $F(2,568) = 0.40$, $p = .676$, $\eta^2 = .001$. Analýza rozptylu QOLSCORE neodhalila statisticky signifikantní rozdíl mezi skupinami, $F(2,568) = 2.85$, $p = 0.059$, $\eta^2 = 0.010$.

Dále byla opět posuzována kvalita života daných 3 skupin hráčů vzhledem k normám pro dimenze SQUALA v české populaci. Oproti celkovému vzorku hráčů (před rozdělením do skupin, viz. tabulka 13 ve VO1) spadaly pouze 2 skóry do jiných intervalů, než spadaly skóry celkového souboru – skupina „Problémové užívání“ měla sníženou kvalitu života v dimenzi *squala3 blízké vztahy* a skupina „Se závislostí“ měla sníženou kvalitu života v dimenzi *squala2 zdraví*. Všechny zbylé dimenze všech 3 skupin spadaly do stejných intervalů, jako celkový soubor.

Tabulka 14: Skóry v oblastech squala1-5 u skupin podle míry závislosti

Míra závislosti	Dimenze					QOLSCORE
	squala1 abstraktní hodnoty	squala2 zdraví	squala3 blízké vztahy	squala4 volný čas	squala5 základní potřeby	
Bez závislosti	62,0	68,2*	53,9*	53,0	58,7	227
	zvýšená	průměr	průměr	průměr	zvýšená	
Problémové užívání	61,0	61,7*	50,5*	49,2	58,2	215
	zvýšená	průměr	snížená	průměr	zvýšená	
Se závislostí	61,4	58,9*	60,6*	52,0	61,5	223
	zvýšená	snížená	průměr	průměr	zvýšená	

Poznámka: Rozpětí škály u dimenzí je 0-100, přičemž vyšší skór znamená lepší subjektivní KŽ

*rozdíl mezi skupinami je statisticky sig. ($p < 0.05$)

4.4 VO3: Jak se liší kvalita života hráčů vzhledem ke strávenému času v MOBA videohře?

Byly vytvořeny 4 skupiny podle subjektivně reportovaného počtu hodin týdně strávených hraním MOBA her. Skupiny byly vytvořeny po rozdělení dle kvartilů, $Q1 = 5$, $Q2 (MD) = 10$, $Q3 = 20$. Skóry jsou zobrazené v tabulce 15. Mezi skupinami byla provedena ANOVA v dimenzích squala1-5 a QOLSCORE.

V dimenzi *squala1 abstraktní hodnoty* byl zjištěn signifikantní rozdíl mezi skupinami, však pouze s malým efektem, $F(3, 568) = 2.95$, $p = .032$, $\eta^2 = .015$. V dimenzi *squala2 abstraktní hodnoty* ANOVA neodhalila signifikantní rozdíl mezi skupinami, $F(3, 568) = 0.564$, $p = .639$, $\eta^2 = .003$. V dimenzi *squala3 blízké vztahy* taktéž nebyl signifikantní rozdíl, $F(3, 568) = 0.639$, $p = .590$, $\eta^2 = .003$. V dimenzi *squala4 volný čas* ANOVA také neodhalila signifikantní rozdíl, $F(3, 568) = 1.08$, $p = .356$, $\eta^2 = .006$. V dimenzi *squala5 základní potřeby* byl rozdíl s malým efektem těsně za hranicí statistické sig., $F(3, 568) = 2.51$, $p = .058$, $\eta^2 = .01$. Nakonec ANOVA ani u QOLSCORE neodhalila statisticky signifikantní rozdíl mezi skupinami rozdělených dle počtu hodin hraní, $F(3, 568) = 1.04$, $p = .376$, $\eta^2 = .005$.

Tabulka 15: Kvalita života podle odhadovaného týdenního počtu hodin v MOBA hře

Počet hodin - kvartil	Dimenze					QOLSCORE
	squala1 abstraktní hodnoty	squala2 zdraví	squala3 blízké vztahy	squala4 volný čas	squala5 základní potřeby	
Q1 (<5h)	62,7*	65,9	52,3	53,0	58,9	223
Q2(5h-10h)	58,9*	63,7	53,4	50,9	56,8	216
Q3(10-20h)	60,4*	64,9	51,3	49,6	57,1	221
Q4(>20h)	65,2*	66,3	54,9	52,6	62,6	228

Poznámka: Rozpětí škály u dimenzí je 0-100, přičemž vyšší skór znamená lepší subjektivní KŽ
*rozdíl mezi skupinami je statisticky sig. ($p < 0.05$)

4.5 Rozdíl mezi gendery T-Test

Pro kontrolu rozdílů kvality života dle genderu byly provedeny T-test pro dva nezávislé výběry (muž a žena). Genderfluidní a nebinární (N=4) nebyli do testů pro svůj malý počet zahrnuti. Porovnání mužů a žen sice ukázalo, že v celkové kvalitě životě *QOLSCORE* mají dotazovaní muži v průměru o 11,8 bodů méně než ženy, dle T-Testu však nebyl rozdíl statisticky signifikantním, a pouze s malým efektem, $t(565) = -1.93$, $p = .054$, Cohenovo $d = -.21$.

Rozdíly mezi muži a ženami dle T-testu nebyly signifikantní ani v dimenzích *squala1-5*, kromě dimenze *blízkých vztahů*, kde měli muži v průměru o 8.82 bodů méně než ženy. Rozdíl byl statisticky signifikantní s malým efektem, $t(565) = -3.61$, $p < .001$, Cohenovo $d = 0.39$

5 Diskuse a závěry

Hlavním cílem práce bylo zjistit vztah mezi úrovní kvality života a hraním MOBA videoher, které patří mezi nejpopulárnější videohry. V teoretické části byla zmapována problematika problémového hraní a závislosti na videohrách, jejich důsledky a známá prevalence, problematika zkoumání kvality života a relevantní koncepty kvality života. V poslední části práce jsou popsány možné pozitivní důsledky hraní videoher. V praktické části je popsán zrealizovaný kvantitativní výzkum na 571 hráčích MOBA her.

Z výsledků studie vyplývá, že mezi zkoumanými hráči spadá do kategorie problémového hraní 40 % zkoumaného souboru, 5 % zkoumaných hráčů je potenciálně závislých. Relativně vysoká míra problémového hraní může být v prvé řadě ovlivněna metodou měření dotazníkem AICA-S. Je zcela možné, že tento dotazník přeceňuje problémy spojené s hraním videoher. Konkrétně například na otázku „Mělo někdy Vaše hraní videoher nějaké nepříjemné následky v následujících oblastech“ byla u položek „problémy se zdravím“ a „zanedbávání jiných volnočasových aktivit...“ možnost odpovědět pouze ano/ne. Není ale jasné, jak nepříjemné a závažné tyto důsledky byly, či jak často se děly. Hráče mohly například z dlouhého hraní párkrát bolet záda, nebo mohl několikrát vynechat společnou aktivitu s přáteli, protože mu zrovna bylo příjemnější zůstat doma a hrát hru, což by evidentně nebylo dostatečné pro naplnění kritéria závislosti.

Dotazník AICA-S dále vůbec nezkoumá časovou kontinuitu problémů, ptá se na minulost pouze celkově (mělo někdy Vaše hraní důsledky...) – je možné, že si hráč dříve problémovým užíváním či závislostí prošel, ale nyní hraje „bezproblémově“, to už ale dotazník není schopen detekovat. Od jednoho respondenta dostal autor právě tuto zpětnou vazbu – dříve byl prý respondent na videohrách závislý, zapracoval však na sobě a dnes už hraje pouze tak, aby mu hraní nezasahovalo do života. Dotazník AICA-S ho však přinutil odpovědět na otázky zkoumající projevy spojené se závislostí kladně, dotazník ho tedy zcela určitě určil jako závislého. Je možné, že fázi závislosti si prošla (neznámo jak velká) část hráčů, a to může zkreslovat výsledky.

Naopak relativně nízká míra závislosti souboru (5%) může být dána právě podceňováním projevů závislosti hráči. Například hráč na otázku, zda někdy zanedbával jiné volnočasové aktivity kvůli hraní, mohl odpovědět záporně, protože jiné volnočasové aktivity nepreferuje. Nebo odpověď na otázku, zda jeho hraní mělo někdy důsledky v oblasti zdraví, mohla být negativní, protože mladý hráč (průměrný věk souboru byl 22 let) hrál od útlého věku, a tak nemá srovnání.

Dále, nízká míra závislosti může být dána tím, že intenzivnější hráči MOBA her možná tolik nenavštěvují veřejné online skupiny, kde byly respondenti rekrutováni. Autorem práce bylo vyzorováno, že tyto využití veřejné online skupiny slouží hlavně k propojování hráčů. Dá se předpokládat, že intenzivnější hráči mohou mít svou užší, uzavřenou skupinu lidí na podobné herní úrovni, se kterými hru hrají, a nemají potom potřebu navštěvovat veřejné skupiny „běžných“ hráčů. Kdyby se podařilo zkoumat i tyto intenzivnější hráče, dal by se předpokládat nárůst prevalence závislosti.

Cílem této práce však nebylo zjišťování prevalence závislosti mezi hráči, vzorek hráčů není reprezentativní. Je však zajímavé, že demografie tohoto souboru se shoduje s demografií souboru ve studii „Typology and Sociodemographic Characteristics of Massively Multiplayer Online Game Players“ (Nagygyörgy, a další, 2013) na 4374 maďarských hráčích online her rekrutovaných přes online dotazníky vyvěšené na herních fórech. Průměrný věk byl 21 let, hráči byli z většiny muži (91 %) a svobodní (66 %). V souboru v této práci byl průměrný věk respondentů 21,7 let, tvořili ho z 80 % muži, kteří byli ze 63,5 % svobodní. V tomto ohledu je soubor v této práci podobný, což by mohlo naznačovat alespoň nějakou míru reprezentativnosti hráčů online her. Výsledky každopádně naznačují alarmující prevalenci excesivního, problémového hraní až závislosti mezi hráči MOBA her a je třeba, aby toto téma bylo předmětem dalšího zkoumání.

První výzkumná otázka byla: „Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k normě české populace?“. Vzhledem k populačním normám dotazníku SQUALA měl výzkumný soubor celkově zvýšenou kvalitu života v dimenzích abstraktních hodnot (pocit bezpečí, spravedlnost, svoboda, krása a umění, pravda) a základních potřeb (prostředí a bydlení, peníze, jídlo). Je možné, že zvýšená kvalita života v dimenzi základních potřeb v těchto položkách byla kvůli dobrému hmotnému zabezpečení respondentů v souboru. 41 % hodnotilo svou finanční situaci a hmotné zabezpečení jako nadprůměrné, 45 % jako průměrné a pouze 13 % jako podprůměrné. Není jasné, proč by hráči mohli mít zvýšenou kvalitu života v dimenzích abstraktních hodnot, a jak by tato dimenze mohla souviset s hraním MOBA her. Pohledem Maslowovy teorie potřeb by to mohlo být například úspěšnějším naplňováním potřeb na vyšších úrovních u hráčů v porovnání s běžnou populací. Tento překvapivý výsledek by mohl být předmětem dalšího zkoumání. Dimenze zdraví, blízkých vztahů a volného času se pohybovali v souladu s normou pro českou populaci.

Druhá výzkumná otázka byla: „Jak se liší kvalita života hráčů MOBA her vzhledem k jejich potenciálnímu problémovému hraní až závislosti?“. Signifikantní rozdíl, avšak jen s malým efektem, byl mezi nezávislými, problémovými a závislými hráči jen v dimenzích zdraví (zdraví, fyzická soběstačnost, psychická pohoda, péče o sebe sama) a blízkých vztahů (rodinné vztahy, láska, sexuální život). Ve zbylých dimenzích abstraktních hodnot, volný čas a základní potřeby se hodnoty nelišili signifikantně, stejně tak jako v celkovém skóru života QOLSCORE.

Skupina se závislostí má v dimenzi zdraví nejnižší skór, nejlepšímu zdraví se naopak těší skupina nezávislých, skupina problémových hráčů je mezi nimi. Tento výsledek není překvapivý, z výzkumu (viz. teoretická část) je patrné, že excesivní míra hraní může mít různé psychosociální a zdravotní důsledky. Co ale překvapivé je, že v dimenzi blízkých vztahů měla skupina se závislostí nejvyšší skór. Nejnižší skór zde měla skupina problémových uživatelů, a skupina bez závislosti byla mezi nimi (Dotazník SQUALA vyhodnocuje kvalitu života jako kombinaci důležitosti, kterou jedinec oblasti přikládá, a jeho individuální míru spokojenosti s danou dimenzí. Skupina se závislostí tedy krom spokojenosti pokládla tyto oblasti za důležité).

Proč by mohla skupina se závislostí mít nejlepší kvalitu života v oblastech rodinných vztahů, lásky a sexuálního života, je záhadou. Tento výsledek je v přímém rozporu s chápáním závislosti, kde důsledkem a možná i příčinou závislosti je právě destrukce rodinných vztahů, partnerských vztahů atd. Je pravdou, že velikost souboru byla pouze 28 jedinců, je proto i možné, že několik tzv. „trollů“ výsledky ovlivnila zvláštním směrem.

Je zvláštní, že se signifikantně nelišilo skóre mezi hráči bez závislosti, problémovými hráči a závislými hráči v dimenzích abstraktních hodnot, volného času a základních potřeb. Alespoň u dimenze volného času (spánek, vztahy s ostatními lidmi, odpočinek, koníčky) by se dal předpokládat rozdíl mezi hráči bez závislosti oproti problémovým až závislým hráčům. Vysvětlením by bylo, kdyby hraní oblíbené hry hráčům naplňovalo právě položky „odpočinek“, „vztahy s ostatními lidmi“ a „koníčky“.

Třetí výzkumná otázka byla: „Jak se liší kvalita života vzhledem ke strávenému času v MOBA videohře?“. Signifikantní rozdíl, avšak s malým efektem, byl pouze v dimenzi abstraktních hodnot. Hráči hrající MOBA hry přes 20 hodin týdně zde vykazovali nejvyšší skór. Tyto výsledky podporují náhled, že intenzivní hraní videoher a delší čas strávený hraním nemusí být patologický (Billieux, Flayelle, Rumpf, & Stein, 2019).

Nakonec byl zkoumán rozdíl v kvalitě života mezi muži a ženami. Rozdíl byl pouze v dimenzi blízkých vztahů. Ženy v tomto souboru byly o 8.82 bodu spokojenější v dimenzi blízkých vztahů než muži. Tento signifikantní rozdíl s malým efektem mohl být dán zajímavým faktem, že 78 % žen v souboru bylo „Ve vztahu s partnerem/partnerkou“ (jen jedna žena byla vdaná), tedy jen 22 % bylo svobodných. Oproti

tomu pouze 36 % mužů bylo ve vztahu, tedy 64 % mužů bylo svobodných. Rozdíl v dopadech hraní a vzhledem k možnému rozdílu mezi muži a ženami by mohl být předmětem dalšího zkoumání.

Doporučením pro další výzkum by mohlo být zajištění lepší reprezentativnosti vzorku – vyvěšením dotazníku v herních skupinách bude tázána jen část hráčů – hráči „samotáři“ či ti, co hrají jen s nejbližším okolím nemají tolik důvodů tyto skupiny navštěvovat a dotazník vyplnit. Vhodnější pro výzkum mezi hráči by taky byl jiný způsob získávání dat, například metoda polostrukturovaného rozhovoru. Tato metoda by eliminovala respondenty, kteří odpovídají neseriózně (v online hráčských komunitách se dá těchto odpovědí předpokládat větší množství, než by bylo běžné). Při použití dotazníku při výzkumu by bylo velmi vhodné použít více kontrolních otázek pro detekci neseriózních odpovědí.

Autor práce předpokládal, že kvalita života problémových nebo závislých hráčů MOBA her bude o poznání horší, než kvalita života obecné populace, nebo kvalita života hráčů bez závislosti. Z výsledků však vyplývá, že to není tak jasné. Je možné, že v aktuálním výzkumu hraní videoher jsou negativní dopady celkově přeceňované. Výzkumníci mohou patologizovat intenzivní hraní. Tento výzkum mimo jiné naznačuje, že by odborník mohl na základě nyní dostupných diagnostických kritérií chybně označovat hráče jako závislé a stigmatizovat je tak. V širším měřítku by tak odborná veřejnost mohla vytvářet stigma ohledně hráčů videoher, a přehlížet (v této studii zjištěný) fakt, že i intenzivní hráči i takto potenciálně návykových MOBA her mohou mít celkově kvalitnější život než průměrný člověk. Oblast pozitivního přínosu videoher v celkovém životě hráče není proti negativním dopadům vůbec prozkoumaná, což může masivně zkreslovat celkový obraz o vlivu videoher na člověka. Odborníci (adiktologové...) by měli mít možnost dát veřejnosti doporučení ohledně nyní populární a potenciálně návykové aktivity hraní nejen MOBA videoher, která budou založena na důkazech, a je nadějí, že tato studie pomůže stimulovat další výzkum pro tento záměr.

6 Citovaná literatura

- ActivePlayer. (nedatováno). *League of Legends Live Player Count and Statistics*. Získáno 2022. Říjen 18, z activeplayer: <https://activeplayer.io/league-of-legends/>
- Adams, D. (Duben 2006). *The State of the RTS*. Načteno z IGN: <https://web.archive.org/web/20060409154749/http://pc.ign.com/articles/700/700747p1.html>
- Alborz, A. (Březen 2017). The Nature of Quality of Life: A Conceptual Model to Inform Assessment. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 14(1), str. 2017. doi:10.1111/jppi.12225
- Allahverdipour, H., Bazargan, M., Farhadinasab, A., Moeini, & Babak. (Květen 2010). Correlates of video games playing among adolescents in an Islamic country. *BMC Public Health*. doi:10.1186/1471-2458-10-286
- Allison, S. E., Wahlede, L., Shockley, T., & Gabbard, G. (2006). The development of the self in the era of the Internet and role-playing fantasy games. *American Journal of Psychiatry*, 163, stránky 381-385. doi:10.1176/appi.ajp.163.3.381
- Bardzell, S., Bardzell, J., Pace, T., & Reed, K. (2008). Blissfully productive: grouping and cooperation in world of warcraft instance runs. *Proceedings of the 2008 ACM Conference on Computer Supported Cooperative Work* (stránky 357-360). New York: ACM. doi:10.1145/1460563.1460621
- Batthyány, D., Muller, K., Benker, F., & Wolfling, K. (2009). Computer game playing: Clinical characteristics of dependence and abuse among adolescents. *Wiener Klinische Wochenschrift*, stránky 502-509. doi:10.1007/s00508-009-1198-3
- Billieux, J., Flayelle, M., Rumpf, H.-J., & Stein, D. J. (23. Květen 2019). High Involvement Versus Pathological Involvement in Video Games: a Crucial Distinction for Ensuring the Validity and Utility of Gaming Disorder. *Current Addiction Reports*, stránky 323-330. doi:10.1007/s40429-019-00259-x
- Billieux, J., Stein, D., Castro-Calvo, J., Higushi, S., & King, D. L. (Červen 2021). Rationale for and usefulness of the inclusion of gaming disorder in the ICD-11. *World Psychiatry*, stránky 198-199. doi: <https://doi.org/10.1002/wps.20848>
- Blinka, L., Skařupová, K., Ševčíková, A., Licehammerová, Š., & Vondráčková, P. (2015). *Online Závislostí*. Grada Publishing .
- Blinka, L., Škařupová, K., & Mitterova, K. (Listopad 2016). Dysfunctional impulsivity in online gaming addiction and engagement. *Cyberpsychology*. doi:10.5817/CP2016-3-5
- Brink, W. V. (7. Leden 2017). ICD-11 Gaming Disorder: Needed and just in time or dangerous and much too early? *Journal of Behavioral Addictions*(6(3)), stránky 290–292. doi:10.1556/2006.6.2017.040
- Cadet, L. (9. Květen 2019). *VIDEO GAMES ARE EFFECTIVE AT CREATING COMMUNITIES ONLINE*. Získáno 21. Listopad 2022, z Debating Communities and Networks X:

<https://networkconference.netstudies.org/2019Curtin/2019/05/09/video-games-are-effective-at-creating-communities-online/>

- Caplan, S., Williams, D., & Yee, N. (2009). Problematic internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, stránky 1312-1319. doi:10.1016/j.chb.2009.06.006
- Casale, S., Fioravanti, G., & Alessia, M. (29. Březen 2022). Investigating how internet gaming disorder and bodily dissociation. *Cognitive Processing*. doi:<https://doi.org/10.1007/s10339-022-01087-0>
- Casale, S., Fioravanti, G., & Alessia, M. (29. Březen 2022). Investigating how internet gaming disorder and bodily dissociation. *Cognitive Processing*. doi:10.1007/s10339-022-01087-0
- Casale, S., Musico, A., & Schimmenti, A. (Prosinec 2021). Beyond internalizing and externalizing symptoms: The association between body disconnection and the symptoms of Internet gaming disorder. *Addictive Behaviors*. doi:doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107043
- Castro-Calvo, J., King, D. L., Stein, D. J., Matthias, B., Carmi, L., Chamberlain, S. R., . . . Blaszczynski, A. (Září 2021). Expert appraisal of criteria for assessing gaming disorder: an international Delphi study. *Addiction*, 116(9), stránky 2463-2475. doi:<https://doi.org/10.1111/add.15411>
- Clement, J. (5. Zář 2022). *Monthly number of peak concurrent players of DOTA 2 on Steam worldwide as of August 2022*. Získáno 2022. Říjen 18, z [statista: https://www.statista.com/statistics/807457/dota-2-number-players-steam/](https://www.statista.com/statistics/807457/dota-2-number-players-steam/)
- Csikszentmihalyi, M. (2008). *low: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row.
- DFC Intelligence. (22. Zář 2021). Získáno 2. 9 2022, z <https://www.dfcint.com/global-gamers-by-region/>
- Dragomerická, E. (2006). *SQUALA : Subjective quality of life analysis : příručka pro uživatele české verze Dotazníku subjektivní kvality života SQUALA*. Praha: Psychiatrické centrum.
- Durkin, K., & Barber, B. (December 2002). Not so doomed: computer game play and positive adolescent development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, stránky 373-392. doi:10.1016/S0193-3973(02)00124-7
- Dworak, M., Schierl, T., & Bruns, T. S. (2007). Impact of singular excessive computer game and television exposure on sleep patterns and memory performance of school-aged children. *Pediatrics*, stránky 978-985. doi:10.1542/peds.2007-0476
- Encyclopedia Britannica*. (5. Květen 2020). Načteno z Pong: Encyclopedia Britannica
- Entwistel, G. J., Blaszczynski, A., & Gainsbury, S. M. (2020). Are video games intrinsically addictive? An international online survey. *Computers in Human Behavior*, 112. doi:10.1016/j.chb.2020.106464
- Goh, C., Jones, C., & Copello, A. (5. 7 2019). A Further Test of the Impact of Online Gaming on Psychological Wellbeing and the Role of Play Motivations and Problematic Use. *Psychiatric Quarterly*, stránky 747–760. doi:<https://doi.org/10.1007/s11126-019-09656-x>
- Griffiths, M. D., & Hunt, N. (2010). Computer game playing and social skills: a pilot study. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*,(27), stránky 189-193.

- Griffiths, M. D., & Pontes, H. M. (2020). A History and Overview of Video Game Addiction. V Potenza, M. N, K. A. Faust, & D. Faus, *The Oxford Handbook of Digital Technologies and Mental Health* (stránky 18-32). Oxford University Press. doi:<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190218058.013.2>
- Griffiths, M., Davies, M., & Chappell, D. (2004). Demographic factors and playing. *CyberPsychology and Behavior*, stránky 479-487. doi:10.1089/cpb.2004.7.479
- Guttman, A. (17. Leden 2022). *Estimated media revenue worldwide in 2020, by category*. Získáno 9. říjen 2022, z statista: <https://www.statista.com/statistics/1132706/media-revenue-worldwide/>
- Haan, D. L., Na, C., Ahn, J., Chung, U., Daniels, M., & Renshaw, P. (2009). The effect of methylphenidate on Internet video game play in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Comprehensive Psychiatry*. doi:10.1016/j.comppsy.2008.08.011
- Heřmanová, E. (Leden 2012). CEEOL copyright 2022CEEOL copyright 2022478Sociológia 44, 2012, č. 4Kvalita života a její modely vsoučasném sociálním výzkumu. *Sociológia*(407-425). Načteno z https://www.researchgate.net/publication/263303947_Kvalita_zivota_a_jeji_modely_v_soucasnem_socialnim_vyzkumu
- Hnilicová, H., & Bencko, V. (2005). Kvalita života – vymezení pojmu a jeho význam pro medicínu a zdravotnictví. *Praktický lékař*, 85(11), stránky 656-660.
- Hraní digitálních her českými adolescenty*. (2018). Olomouc.
- Chiu, S.-I., Lee, J.-Z., & Huang, D.-H. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *CyberPsychology and Behavior*. doi:10.1089/cpb.2004.7.571
- Chomynová, P., Dvořáková, Z., Černíková, T., Rous, Z., Grohmannová, K., Cibulka, J., & Franková, E. (2022). *Zpráva o digitálních závislostech v České republice 2022*. Praha, Česko: Úřad vlády České republiky - národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti.
- Johnson, D., Lennart, N., & Wyeth, P. (2015). All about that Base: Differing Player Experiences in Video Game Genres and the Unique Case of MOBA Games. *Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '15)* (stránky 2265-2274). New York, USA: Association for Computing Machinery. doi:<https://doi.org/10.1145/2702123.2702447>
- Jones, C., Scholes, L., Johnson, D., Katsikitis, M., & Carras, M. (31. Březen 2014). Gaming well: links between videogames and flourishing mental health. *Frontiers in Psychology*(5). doi:doi:10.3389/fpsyg.2014.00260
- Kassalová, V., & Dolejš, M. (2015). *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*. doi:10.13140/RG.2.1.1592.4646
- Kim, E., Namkoong, K., & Kim, S. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control, and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, stránky 212-218. doi:10.1016/j.eurpsy.2007.10.010
- King, D. L., Chamberlain, S., Carrangher, N., Billieux, J., Stein, D., Mueller, K., . . . Rumpf, H. J. (Duben 2020). Screening and assessment tools for gaming disorder: A comprehensive systematic review. *Clinical Psychology Review*(77). doi:10.1016/j.cpr.2020.101831

- King, D., DSelfabbro, P., Perales, J., Deleuze, J., Király, O., Krossbakken, E., & Billieux, J. (Listopad 2019). Maladaptive player-game relationships in problematic gaming and gaming disorder: a systematic. *Clinical Psychology Review*(73). doi:<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101777>
- Ko, C., Yen, J., Chen, C., Chen, S., & Yen, C. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *Journal of Nervous and Mental Disease*. doi:10.1097/01.nmd.0000158373.85150.57
- Kutner, L., & Olson, C. (2008). *Grand Theft Childhood: The Surprising Truth About Violent Video Games and What Parents Can Do*. New York: Simon & Schuster.
- Lemmens, J., Valkenburg, P., & Peter, J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, stránky 144-152.
- Li, W., Mills, D., & Nower, L. (říjen 2019). The relationship of loot box purchases to problem video gaming and problem gambling. *Addictive Behaviors*(97), stránky 27-34. doi:10.1016/j.addbeh.2019.05.016.
- Looy, j. V., Courtois, C., & De Vocht, M. (2010). Player identification in online games: validation of a scale for measuring identification in MMORPGs. *Fun and Games '10: Proceedings of the 3rd International Conference on Fun and Games*, (stránky 126-134). doi:10.1145/1823818.1823832
- Maslow, A. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50, stránky 370-396. doi:10.1037/h0054346
- Mathur, M. B., & VanderWeele, T. J. (2019). Finding Common Ground in Meta-Analysis "wars" on Violent Video Games. *Perspectives on Psychological Science* ;, 14(4), stránky 705-708. doi:10.1177/1745691619850104
- Mehroof, M., & Griffiths, M. (2010). Online gaming addiction: The role of sensatino seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety and trait anxiety. *Cyberpsychology and Behavior*, stránky 313-316. doi:10.1089/cyber.2009.0229
- Mirman, M., & Bonian, V. (1992). "Mouse elbow": a new repetitive stress injury. *Journal of the American Osteopath Association* , str. 701.
- Mládek, R. (2022). *Vybrané osobnostní charakteristiky hráčů digitálních her a jejich souvislosti s herními žánry*. Diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci, Filisofická Fakulta, Katedra psychologie, Olomouc.
- Mora-Cantalops, M., & Sicilia, M.-Á. (Květen 2018). MOBA games: A literature review. *Entertainment Computing*, 26, stránky 128-138. doi:10.1016/j.entcom.2018.02.005
- Müller, K. W., Wölfling, K., & Beutel, M. (Květen 2014). A contribution to the clinical characterization of Internet addiction in a sample of treatment seekers: Validity of assessment, severity of psychopathology and type of co-morbidity. *Compr Psychiatry*(55(4)). doi:10.1016/j.comppsy.2014.01.010
- Nagygyörgy, K., Urbán, R., Farkas, J., Griffiths, M., Zilahy, D., Kökönyei, G., . . . Demetrovics, Z. (2013). Typology and Sociodemographic Characteristics of Massively Multiplayer Online Game Players. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 29, stránky 192-200. doi:10.1080/10447318.2012.702636

- Newzoo. (2022). Získáno 2022. Říjen 18, z Most Popular PC Games – Global: <https://newzoo.com/insights/rankings/top-20-pc-games>
- Nuyens, F., Deleuze, J., Maurage, P. G., Kuss, D., & Billieux, J. (5. červen 2016). Impulsivity in Multiplayer Online Battle Arena Gamers: Preliminary Results on Experimental and Self-Report Measures. *Journal of Behavioral Addictions*, stránky 351-356. doi:doi: 10.1556/2006.5.2016.028.
- Parker, J., Taylor, R., Eastabrook, J., Schell, S., & Wood, L. (20089). Problem gambling in adolescence: Relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*. doi:10.1016/j.paid.2013.02.025
- Peng, W., & Liu, M. (2010). Online gaming dependency: a preliminary study in China. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, stránky 329-333. doi:10.1089/cyber.2009.0082
- Peters, C., & Malesky, A. (2008). Problematic usage among highly-engaged players of massively multiplayer online role playing games. *Cyberpsychology and Behavior* . doi:10.1089/cpb.2007.0140
- Petry, N. M., Rehbein, F., Ko, C.-H., & O'Brien, C. P. (29. Červenec 2015). Internet Gaming Disorder in the DSM-5. *Current Psychiatry Reports*(17). doi:10.1007/s11920-015-0610-0
- Porter, G., Starcevic, V., Berle, D., & Fenech, P. (2010). Recognizing problem video game use. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, stránky 120-128. doi:10.3109/00048670903279812
- Potůček, M. (2002). *Průvodce krajinou priorit pro Českou republiku*. Praha, Česko: Guttenberg.
- Prescott, A. T., Sargent, J. D., & Hull, J. G. (2. Zář 2018). Metaanalysis of the relationship between violent videogame play and physical aggression over time. *PNAS*, 115(40), stránky 9882-9888. doi:10.1073/pnas.1611617114
- Przybylski, A. K., Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2012). The Ideal Self at Play: The Appeal of Video Games That Let You Be All You Can Be. *Psychological Science*, stránky 69-76. doi:10.1177/0956797611418676
- Przybylski, A., Ryan, R., & Rigsbny, C. (1. Únor 2009). The motivating role of violence in video games. *Society for Personality and Social Psychology*, 35(2). doi:10.1177/014616720832721
- Rehbein, F., Kleimann, M., & Mossle, T. (2010). Prevalence and risk factors of video game dependency in adolescence: results of a German nationwide survey. *CyberPsychology, Behavior and Social Networking*, stránky 269-277. doi:10.1089/cyber.2009.0227
- Rollings, A., & Adams, E. (2006). *Fundamentals of Game Design*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Russoniello, C., O'Brien, K., & Parks, J. (Leden 2009). The effectiveness of casual video games in improving mood and decreasing stress. *Journal of Cyber Therapy and Rehabilitation*, stránky 53-66. Načteno z https://www.researchgate.net/publication/289131468_The_effectiveness_of_casual_video_games_in_improving_mood_and_decreasing_stress
- Sheldon, K. M., Ryan, R., & Reis, H. T. (Prosinec 1996). What Makes for a Good Day? Competence and Autonomy in the Day and in the Person. *Personality and Social Psychology Bulletin*(22), stránky 1270-1279. doi:10.1177/01461672962212007
- Schwartz, D. G. (Říjen 2017). RESEARCH (IN)COMPLETE: AN EXPLORATORY HISTORY OF COMPETITIVE VIDEO GAMING. *Gaming Law Review*, 21, stránky 542-556. doi:10.1089/glr2.2017.2185

- Snodgrass, J. G., Lacy, M. G., Dengah, F. H., Fagan, J., & Most, D. E. (17. Prosinec 2010). Magical Flight and Monstrous Stress: Technologies of Absorption and Mental Wellness in Azeroth. *Culture, Medicine, and Psychiatry*, stránky 26-62. doi:10.1007/s11013-010-9197-4
- Su, W., Han, X., Yu, H., Wu, Y., & Potenza, M. N. (Prosinec 2020). Do men become addicted to internet gaming and women to social media? A meta-analysis examining gender-related differences in specific internet addiction. *Computers in Human Behavior*(113). doi:10.1016/j.chb.2020.106480
- Suchá, J., Pipová, H., Dolejš, M., Maierová, E., & Aigelová, E. (2019). *Playing digital games in czech adolescents*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého v Olomouci. doi:10.5507/ff.18.24454245
- Švec, J. (2022). *Souvislost preference žánrů některých digitálních her a vybraných psychologických fenoménů*. Diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie, Olomouc. Načteno z <https://library.upol.cz/arl-upol/cs/csg/?repo=upolrepo&key=82228469219>
- Švec, J., & Suchá, J. (2022). *Souvislost preference žánrů některých digitálních her a vybraných psychologických fenoménů*. Diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie, Olomouc. Načteno z <https://library.upol.cz/arl-upol/cs/csg/?repo=upolrepo&key=82228469219>
- Tyack, A., Wyeth, P., & Johnson, D. (2016). The Appeal of MOBA Games: What Makes. *Proceedings of the 2016 Annual Symposium on Computer-Human Interaction in Play* (stránky 313-325). USA: Association for Computing Machinery. doi:10.1145/2967934.2968098
- ÚZIS. (2022). Získáno 29. říjen 22, z 11. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-11): <https://www.uzis.cz/index.php?pg=registry-sber-dat--klasifikace--mezinarodni-klasifikace-nemoci-mkn-11>
- Vacek, J. (2011). *Nelátkové závislosti - Behaviorální závislosti*. Načteno z <https://www.adiktologie.cz/file/407/behavioralni-zavislosti.pdf>
- Vacek, J., & Vondráčková, P. (2015). Závislosti na procesech. V K. Kalina, *Klinická adiktologie* (stránky 513-527). Praha: Grada.
- Ventegodt, S., Marrick, Joav, & Andersen, N. J. (3 2003). Quality of Life Theory III. Maslow Revisited. *The scientific World Journal*, stránky 1050-1057. doi:10.1100/tsw.2003.84
- Wack, E., & Tantleff-Dunn. (Duben 2009). Relationships between Electronic Game Play, Obesity, and Psychosocial Functioning in Young Men. *CyberPsychology & Behavior*, stránky 241-244. doi:10.1089/cpb.2008.0151
- Wallach, O. (23. Listopad 2020). *50 Years of Gaming History, by Revenue Stream (1970-2020)*. Získáno 9. Říjen 2022, z Visual Capitalist: <https://www.visualcapitalist.com/50-years-gaming-history-revenue-stream/>
- Wang, C., Knoo, A., Liu, W. C., & Divaharan, S. (Únor 2008). Passion and intrinsic motivation in digital gaming. *Cyberpsychology & Behavior*, stránky 39-45. doi:10.1089/cpb.2007.0004
- WHO. (1. Březen 2012). *WHOQOL User Manual*. Načteno z WHOQOL: Measuring Quality of Life: <https://www.who.int/tools/whoqol>

WHO. (Únor 2022). *ICD-11*. Získáno 2022. říjen 29, z WHO: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>

WHO. (2022). *World Health Organisation*. Načteno z Constitution: <https://www.who.int/about/governance/constitution>

Wölfling, K., Müller, K. W., & Beutel, M. (Září 2010). Reliability and Validity of the Scale for the Assessment of Pathological (AICA-S). *Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*(61(5)), stránky 216-224. doi:10.1055/s-0030-1263145

Xiao, Y. L. (Červen 2022). *Breaking Ban: Belgium's ineffective gambling law regulation of video game loot boxes*. doi:10.31219/osf.io/hnd7w

Yu, T. (2009). Learning in the Virtual World: the Pedagogical Potentials of Massively Multiplayer Online Role Playing Games. *Internation Education Studies*. doi:10.5539/ies.v2n1p32

7 Seznam Tabulek

Tabulka 1: Obsah dimenzí	14
Tabulka 2: Intervaly populačních norem pro dimenze SQUALA v české populaci	14
Tabulka 3: Přehled skupin hráčů MOBA her	16
Tabulka 4: Počet respondentů a průměrný věk souboru	16
Tabulka 5: Preference hraní MOBA.....	17
Tabulka 6: Vzdělání respondentů.....	17
Tabulka 7: Hmotné zabezpečení respondentů	17
Tabulka 8: Uplatnění na trhu práce	18
Tabulka 9: Rodinný stav	18
Tabulka 10: Nejhranější MOBA hra.....	18
Tabulka 11: Míra závislosti na hraní v souboru hráčů	19
Tabulka 12: Kvalita života respondentů celkem.....	19
Tabulka 13: Kvalita života hráčů vzhledem k populační normě.....	20
Tabulka 14: Skóry v oblastech squala1-5 u skupin podle míry závislosti	21
Tabulka 15: Kvalita života podle odhadovaného týdenního počtu hodin v MOBA hře.....	22

8 Přílohy

8.1 Dotazník

Pozn.: Dotazník z platformy Google Forms byl pro účely bakalářské práce převeden do textové formy.

Dobrý den,

jmenuji se Jonáš-Jan Bártek a jsem student bakalářského oboru na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. V rámci bakalářské práce dělám studii o hráčích MOBA her (hry jako League of Legends, Dota 2 atd.).

Chtěl bych Vás požádat o vyplnění dotazníku, který poslouží k účelům mé bakalářské práce na téma "well-being (kvalita života) hráčů MOBA her". Otázky v dotazníku se zaměřují na demografické údaje, dotazník na kvalitu života a dotazník pro měření chování souvisejícího s hraním počítačových her. Vyplnění zabere do 15 minut;

Dotazník je zcela ANONYMNÍ - nebude obsahovat Vaše jméno ani informace, podle kterých by se Vás dalo identifikovat.

Účastí na studii potvrzujete, že se účastníte dobrovolně, z vlastního rozhodnutí, a jestli to Váš věk vyžaduje, tak s vědomím zákonného zástupce.

Pokud byste měl/a jakýkoliv dotaz, nebo byste měl/a zájem o výsledky studie, neváhejte mě kontaktovat na emailu jonasjanbartek2@gmail.com.

Věk

Jaký je Váš věk?

- Méně než 15 let
- 15+

Pozn.: pokud respondent zvolil možnost „Méně než 15 let“, dotazník mu byl ukončen

Pro ujasnění: co je to MOBA hra

MOBA, Multiplayer Online Battle Arena, je populární subžánr videoher, ve kterém proti sobě soupeří v aréně 2 týmy. Každý hráč ovládá jednu postavu se sadou charakteristických schopností, které se v průběhu hry zlepšují. Typickým cílem MOBA hry je zničit nepřátelskou hlavní strukturu, která se nachází v opačném rohu arény.

Nejvýraznějšími zástupci tohoto žánru jsou hry: League of Legends, Dota 2, dále Heroes of the Storm či Smite.

Nejčastější hrou, kterou nejvíce hrajete, kterou se nejvíce zabýváte, je:

- 1) některé z MOBA (LoL, Dota 2, HotS, Smite nebo jiné MOBA)
- 2) Hraji alespoň 50% herního času MOBA hry a k tomu další hru/hry
- 3) Nejvíce hraji jinou hru/jiné hry, hraním MOBA her trávím spíše méně času
- 4) MOBA hry vůbec nehraji

Pozn.: Respondenti podle zvolené odpovědi odpovídali na jiné vlákno otázek (Možnost 1-4). Respondenti, kteří odpověděli volnou Možností 4, nemohli dotazník dále vyplnit.

(Možnost 1) Hráč MOBA her

Prosím vyberte, kterou z her nejčastěji hrajete.

Pokud MOBA her hrajete více, vyberte jen tu, kolem které trávíte nejvíce času:

- League of Legends
- Dota 2
- Heroes of the Storm
- Smite
- Vainglory
- Arena of Valor
- Mobile Legends
- Brawl Stars
- Otevřená odpověď*

Na jaké platformě hry nejčastěji hrajete?

- PC
- Herní konzole (Xbox, PS, atd.)
- Mobilní telefon/tablet
- Otevřená odpověď*

Kolik byste řekl/a, že průměrně hodin za týden strávíte hraním MOBA hry?

- Otevřená odpověď*

(Možnost 2) **Hráč MOBA + dalších her**

Prosím vyberte, kterou z MOBA her nejčastěji hrajete. Pokud MOBA her hrajete více, uveďte prosím pouze tu, kolem které trávíte nejvíce času:

- League of Legends
- Dota 2
- Heroes of the Storm
- Smite
- Vainglory
- Arena of Valor
- Mobile Legends
- Brawl Stars
- Otevřená odpověď*

Na jaké platformě hry nejčastěji hrajete?

- PC
- Herní konzole (Xbox, PS, atd.)
- Mobilní telefon/tablet
- Otevřená odpověď*

Kolik byste řekl/a, že průměrně hodin za týden strávíte hraním MOBA hry?

- Otevřená odpověď*

(Možnost 3) **Hráč jiných her**

Prosím vyberte, kterou z MOBA her nejčastěji hrajete. Pokud MOBA her hrajete více, uveďte prosím pouze tu, kolem které trávíte nejvíce času:

- League of Legends
- Dota 2
- Heroes of the Storm
- Smite
- Vainglory
- Arena of Valor
- Mobile Legends
- Brawl Stars
- Otevřená odpověď*

Na jaké platformě hry nejčastěji hrajete?

- PC
- Herní konzole (Xbox, PS, atd.)
- Mobilní telefon/tablet
- Otevřená odpověď*

Kolik byste řekl/a, že průměrně hodin za týden strávíte hraním MOBA hry?

- Otevřená odpověď*

Demografické údaje

Váš věk: *otevřená odpověď*

Ukončené vzdělání:

- Základní
- Vyučen
- Střední bez maturity
- Střední s maturitou
- Vysokoškolské

Gender

- Muž
- Žena
- Nebinární
- Otevřená odpověď*

Jak byste v porovnání s ostatními rodinami (popř. jednotlivci v případě, že žijete sám/sama) hodnotil/a svou finanční situaci a hmotné zabezpečení:

- Výrazně podprůměrné
- Mírně podprůměrné
- Průměrné

- Mírně nadprůměrné
- Výrazně nadprůměrné

Rodinný stav

- Svobodný
- Ve vztahu s partnerem/partnerkou
- Ženatý/vdaná
- V registrovaném partnerství
- Vdova/vdovec

Současný stav uplatnění na trhu práce

- Student
- V zaměstnaneckém poměru
- Nezaměstnaný
- OSVČ
- Otevřená odpověď

Dotazník SQUALA 1 Hodnocení důležitosti

V první části dotazníku se Vás ptám, jak jsou pro Vás DŮLEŽITÉ zde uvedené oblasti života. K tvrzení v řádcích (být zdravý, být fyzicky soběstačný atd.) vyberte ve sloupcích odpověď, která vystihuje, nakolik je pro Vás tato oblast DŮLEŽITÁ.

Pokud výraz v řádku představuje oblast, která je pro Vás nevyšší hodnotou, zvolíte "nezbytné". Pokud výraz v řádku popisuje oblast, která pro Vás není vůbec důležitá, zvolíte "bezvýznamné". Na každém řádku zaznačíte jednu odpověď.

V druhé části dotazníku zjišťuji, jak jste s uvedenými oblastmi života SPOKOJEN/A. Oblasti jsou popsány v řádcích a Vy k nim vyberete odpověď, která vystihuje, nakolik jste s touto oblastí SPOKOJEN/A. Odpověď "zcela spokojen" znamená nejvyšší možnou spokojenost s touto oblastí a odpověď "zcela nespokojen" znamená nejvyšší možnou nespokojenost s touto oblastí. Na každém řádku opět zakřížkujete jednu odpověď.

Pokud si například nejste jistý/á, co se rozumí oblastí "spravedlnost", vyplňujte podle toho, co si pod tím představíte.

Dotazník SQUALA 1 Hodnocení důležitosti

V první části dotazníku se Vás ptám, jak jsou pro Vás DŮLEŽITÉ zde uvedené oblasti života. K tvrzení v řádcích (být zdravý, být fyzicky soběstačný atd.) vyberte ve sloupcích odpověď, která vystihuje, nakolik je pro Vás tato oblast DŮLEŽITÁ.

Pokud výraz v řádku představuje oblast, která je pro Vás nevyšší hodnotou, zvolíte "nezbytné". Pokud výraz v řádku popisuje oblast, která pro Vás není vůbec důležitá, zvolíte "bezvýznamné". Na každém řádku zaznačíte jednu odpověď.

V druhé části dotazníku zjišťuji, jak jste s uvedenými oblastmi života SPOKOJEN/A. Oblasti jsou popsány v řádcích a Vy k nim vyberete odpověď, která vystihuje, nakolik jste s touto oblastí SPOKOJEN/A. Odpověď "zcela spokojen" znamená nejvyšší možnou spokojenost s touto oblastí a odpověď "zcela nespokojen" znamená nejvyšší možnou nespokojenost s touto oblastí. Na každém řádku opět zakřížkujete jednu odpověď.

Pokud si například nejste jistý/á, co se rozumí oblastí "spravedlnost", vyplňujte podle toho, co si pod tím představíte.

	nezbytné	velmi důležité	středně důležité	málo důležité	bezvýznamné
být zdravý					
být fyzicky soběstačný					
cítit se psychicky dobře					
příjemné prostředí a bydlení					
dobře spát					
rodinné vztahy					
vztahy s ostatními lidmi					
mít a vychovávat děti					
postarat se o sebe					
milovat a být milován					
mít sexuální život					
odpočívat ve volném čase					
mít koníčky ve volném čase					
být v bezpečí					
práce					
spravedlnost					
svoboda					
krása a umění					
pravda					
peníze					
dobré jídlo					

Hodnocení spokojenosti

V druhé části dotazníku zjišťuji, jak jste s uvedenými oblastmi života SPOKOJEN/A. Oblasti jsou popsány v řádcích a Vy k nim vyberete odpověď, která vystihuje, nakolik jste s touto oblastí SPOKOJEN/A. Odpověď "zcela spokojen" znamená nejvyšší možnou spokojenost s touto oblastí a odpověď "zcela nespokojen" znamená nejvyšší možnou nespokojenost s touto oblastí. Na každém řádku opět zakřížkujete jednu odpověď.

	zcela spokojen/a	velmi spokojen/a	spíše spokojen/a	nespokojen/a	velmi zklamán/a
být zdravý					
být fyzicky soběstačný					
cítit se psychicky dobře					
příjemné prostředí a bydlení					
dobře spát					
rodinné vztahy					
vztahy s ostatními lidmi					
mít a vychovávat děti					
postarat se o sebe					
milovat a být milován					
mít sexuální život					
odpočívat ve volném čase					
mít koníčky ve volném čase					
být v bezpečí					
práce					
spravedlnost					
svoboda					
krása a umění					
pravda					
peníze					
dobré jídlo					

Dotazník AICA-S

Kolik hodin průměrně hraje počítačové hry (= videohry, hry na konzoli a mobilu) v běžném pracovním dni

- Otevřená odpověď

Kolik hodin průměrně hraje počítačové hry o volných dnech (víkendy, dovolená, prázdniny)?

- Otevřená odpověď

Jak často hraje počítačové hry?

- Méně než jednou za měsíc
- Jednou za měsíc
- Jednou za týden
- 2-3krát za týden
- Každý den

Zaznačte příslušné políčko

	Vůbec ne	Trochu	Dost	Silně	Velice silně
Jak moc během dne myslíte na počítačové hry ?					
Jak silná bývá vaše chuť zahrát si počítačové hry					

	nikdy	zřídka	občas	často	velice často
Jak často se vám stalo, že jste si zahrál/a, přestože jste si řekl/a, že hrát nebudete?					
Míváte špatnou náladu, když si nemůžete hru zahrát?					
Všiml/a jste si, že musíte hrát delší dobu, aby jste se znovu cítil/a dobře?					
Zažíváte, že vaše touha zahrát si je tak velká, že ji nemůžete ovládnout?					
Jak často utíkáte před nepříjemnými pocity tím, že si zahrajete?					
Jak často jste zapomněl/a na něco důležitého, protože jste zrovna hrál videohry?					
Jak často jste měl/a pocit, že jste hrál/a příliš dlouho nebo příliš často?					
Jak často jste se pokusil/a s hraním počítačových her přestat?					

Pokud jste se pokusil/a své chování k počítačovým hrám změnit, zvládl/a jste to? (Pokud jste se o to nikdy nepokusil/a, otázku nechte nevyplněnou)

- Ano
- Ne

Mělo někdy vaše hraní počítačových her nějaké nepříjemné následky v následujících oblastech?

Problémy v práci/ve vzdělávání (např. horší pracovní výkon, horší známky)	ano	ne
Problémy s rodinou / s partnerem, případně s přáteli (např. hádky)	ano	ne
Problémy s penězi (např. dluhy, nedostatek peněz na jiné aktivity, než je hraní)	ano	ne
Zanedbávání jiných volnočasových aktivit	ano	ne
Zanedbávání přátel, partnera/partnerky	ano	ne
Problémy se zdravím (např. méně spánku, bolesti zad...)	ano	ne

Závěr

Děkuji, to je vše!

Pokud by Vás cokoli zajímalo, nebo byste chtěl/a zaslat výsledky výzkumu, neváhejte mi napsat na email jonasjanabartek2@gmail.com

Bohužel vám nemohu obratem poslat výsledky testů, které jste teď vyplnil/a. Pokud máte zájem si obdobné testy vyplnit za sebe, zde jsou odkazy:

test na kvalitu života: <https://www.opatruj.se/otestujte-se/well-being-test-who-5>

test na závislost na pc hrách a internetu: <https://www.cips.cvut.cz/projekty/prevence-zavislosti-na-pocitaci/test-zavislosti-na-pocitaci/>

Pokud se potýkáte s psychickými obtížemi, nebo jen prožíváte těžší období spojené s momentální situací, doporučuji například využít příspěvku vaší pojišťovny (VZP i jiné) na terapie: <https://dusevnizdravi.vzp.cz/>.

Pokud máte pocit, že se potýkáte se závislostí na videohrách/internetu, základní informace můžete získat zde: <https://poradna.adiktologie.cz/>

Budu vděčný za sdílení dotazníku dál!

Kliknutím na tlačítko "Odeslat" mi své odpovědi odešlete.

Univerzita Karlova, 1. lékařská fakulta

Kateřinská 32, Praha 2

Prohlášení zájemce o nahlédnutí do závěrečné práce absolventa studijního programu

uskutečňovaného na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy.

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zpřístupněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo kopie závěrečné práce, jsem však povinen/a s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci.

Příjmení, jméno (hůlkovým písmem)	číslo dokladu totožnosti vypůjčitele (např. OP, cestovní pas)	Signatura závěrečné práce	Datum	Podpis