

Abstrakt

Cílem této dizertační práce bylo, s pomocí realizovaného explorativního kvalitativního výzkumu, porozumět individuálním změnám podob užívání technologie sebměření pro sledování fyzické aktivity (počtu ušlých kroků) v praxi uživatelů. Byl proveden na 11 univerzitních studujících (zúčastnilo se jich 6 mužů a 5 žen) ve věku od 20 do 28 let s využitím kvaziexperimentu (účastníci nebyli do skupiny podrobené intervenci přiřazeni náhodně, design výzkumu neobsahoval kontrolní skupinu) a sebměřicího zařízení Fitbit Zip. Osobnostní rysy účastníků byly měřeny s pomocí dotazníku NEO PI-3.

Výsledky poskytují prvotní kvalitativní pohled na téma a naznačují oblasti vhodné ke zkoumání. Naše intervence neměla na fyzickou aktivitu účastníků jednotný dopad, u některých došlo ke zvýšení aktivity, u jiných naopak ke snížení. Závěry jsme mohli vyslovit pouze u 5 účastníků, avšak u každého z nich byla na základě porovnání odchylek identifikována odlišná povaha změny fyzické aktivity (je pravděpodobné, že ve větším vzorku bude variabilita ještě výraznější). Většina účastníků přisuzuje zařízení alespoň dočasný vliv na svoje chování; 8 z 11 účastníků bylo ovlivněno v důsledku zpřístupnění informací o svojí aktivitě zařízením, podoba jejich informačního chování byla určena technologií, kterou měli k dispozici, tito účastníci nehledali řešení mimo jí vymezenou oblast. Individuální faktory hrají roli v tom, jak uživatelé na intervenci reagují, z osobnostních rysů tzv. velké pětky hrají největší roli neuroticismus a svědomitost. U všech našich výsledků je zapotřebí mít na paměti, že jsou spíše popisem situace ve vzorku, ne zobecnitelnými závěry, přispívají však k porozumění průběhu informačního chování uživatelů v této oblasti.

Klíčová slova

quantified self, self-tracking, Fitbit, informační chování, osobnostní rysy