Vysoká škola ekonomická v Praze

Fakulta informatiky a statistiky

Závislost na multiplayerových online počítačových hrách

Bakalářská práce

ve studijním programu Aplikovaná informatika

Autor: Daria Glushakova

Vedoucí práce: Mgr. Ing. Tomáš Sigmund, Ph.D.

Praha, květen 2018

Čestné prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci „Závislost na multiplayerových online počítačových hrách“ vypracovala samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury.

V Praze dne 2. května 2018 Podpis: .....

Poděkování:

Ráda bych poděkovala mému vedoucímu práce Mgr. Ing. Tomášovi Sigmundovi, Ph.D., za odborné vedení mé bakalářské práce, za poskytnuté rady a připomínky. Dále děkuji všem, kteří mně po celou dobu mého studia podporovali a vytvořili mi vhodné a klidné prostředí ke studiu, zejména pak mým rodičům.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá problematikou závislosti na počítačových hrách. Pozornost je věnována především online hrám pro více hráčů - MMORPG (Massive(ly)-Multiplayer Online Role Playing Games) a závislosti na MMORPG. Hlavním cílem práce je prozkoumat příznaky závislostního chování. Dalším cílem práce je analyzovat údaje o vlivu počítačových her na psychické a fyzické zdraví člověka.

Bakalářská práce je rozdělená na dva velké oddíly, na teoretickou a praktickou část. V teoretické části jsem se zaměřila na definování a popsání základních pojmů spojených s online hrami, popisuji možnosti diagnostikování závislosti na online hrách a rozebírám různé úhly pohledu na ovlivňování člověka MMORPG hrou, a to jak z hlediska kladného, tak i záporného. V teoretické části docházím k závěru, že hraní MMORPG je jednou z nejnávykovějších aktivit na internetu a je hlavní příčinou závislostí ve virtuálním prostředí.

V praktické části ověřuji popsané v teoretické části údaje o vlivu počítačových her na zdraví člověka pomoci výzkumného šetření a stanovení výzkumných otázek. Cílem výzkumu je zjistit a popsat jednotlivé typy důsledků hraní MMORPG u hráčů a analyzovat jejich možné vztahy k herní závislosti, a určíme také jejich vztah k těmto hrám. Zpracované výsledky formulujeme v souhrnu výsledků. V závěru práce hodnotíme vztah k mmorpg za velice kladný, až mírně patologický.

Klíčová slova: počítačové hry, závislost, internet, agresivita, MMORPG

Abstract

The bachelor thesis deals with the problem of computer game addiction. Attention is given especially to online games for more players – MMORPG (Massively Multiplayer Online Role Playing Games) and to MMORPG addiction. The main objective of the thesis is to examine the symptoms of addictive behaviour. A secondary objective of the thesis is to analyse the data of the impact of computer games on the psychical and physical health of people.

The bachelor thesis is divided into two large sections; the theoretical and practical part. In the theoretical part, I focus on defining and describing the basic concepts related to online games, I describe the possibilities of diagnosing addiction on online games and discuss different angles of view in terms of how a player can be influenced when playing a MMORPG game, both positively and negatively. I conclude the theoretical part with a statement, that playing MMORPG is one of the most addictive activities on the Internet and generally the main cause of addictions in the virtual environment.

In the practical part, I verify the data on the impact of computer games on human health, outlined in the theoretical part of the thesis, using research investigation and set research questions. The objective of the research is to specify and describe individual types of impacts of MMORPG on players, to analyse what the players themselves think of the risk of game addiction, as well as to determine their attitudes to these games. The processed outcomes are formulated in the summary of the results. In the conclusion of the thesis, the attitude to MMORPG is evaluated as very positive, even slightly pathological.

Keywords: computer games, addiction, Internet, aggression, MMORPG

Obsah

ÚVOD **1**

1 TEORETICKÁ ČÁST **2**

1.1 POČÍTAČOVÉ HRY 3

KLASIFIKACE POČÍTAČOVÝCH HER 6

1.2 6

CHARAKTER POČÍTAČOVÝCH HER 8

1.3 8

1.4 MMORPG 9

1.4.1 Charakteristické znaky MMORPG *10*

1.5 PŘEDSTAVENÍ MMORPG HRY WORLD OF WARCRAFT 12

MMORPG A WOW A JEJICH VLIV NA ČLOVĚKA A ZÁVISLOST 15

1.6 15

1.6.1 Vliv MMORPG na psychické zdraví člověka *15*

1.6.1.1 Kladné vlivy 16

Záporné vlivy 17

1.6.1.2 17

1.6.2 Vliv MMORPG na fyzické zdraví člověka *20*

1.6.2.1 Kladné vlivy 20

1.6.2.2 Záporné vlivy 21

ZÁVISLOST 23

1.7 23

1.7.1 Závislost jako problematika a její příznaky *23*

1.7.2 Závislost na počítači a internetu *24*

1.7.3 Závislost a MMORPG *28*

2 PRAKTICKÁ ČÁST **34**

2.1 CÍL VÝZKUMU 34

METODOLOGIE 35

2.2 35

VÝZKUMNÉ OTÁZKY 35

2.3 35

2.4 DOTAZNÍK A JEHO VÝSLEDKY 36

VYHODNOCENÍ VÝZKUMNÝCH OTÁZEK 55

2.5 55

2.6 SHRNUTÍ VYSLEDKŮ 55

ZÁVĚR **57**

CITOVANÁ LITERATURA **58**

PŘÍLOHY **64**

DOTAZNÍK «HRÁČI MMORPG»: 64

Úvod

V dnešní době takový jev, jako je počítač a internet, pevně vstoupil do našeho života a pro mnoho lidí se stal nezbytnou součástí jejich existence. S objevením internetu se výrazně změnily nejen způsoby práce, ale také způsoby trávení volného času. Lidé stahují soubory ze sítě, komunikují, navštěvují zajímavé stránky, prohlíží obrázky a hrají online hry. Podíváme se tedy na poslední způsob trávení volného času – hrání počítačových online her.

Spolu s tím, že online hry přitahovaly spoustu lidí a každý den přitahují stále více uživatelů do svých sítí, ve vědeckých kruzích se nezastavují debaty o tom, zda se mají přiřadit on-line hry k druhu nebezpečných závislostí, jako jsou například drogy, či ne[1].

Mnoho vědců se jednoznačně shoduje na tom, že on-line hry patří mezi nebezpečné závislosti, a není to překvapující, jelikož počet uživatelů síťových her je dnes po celém světě obrovský a pořád roste. Ale nejnebezpečnějším v této situaci je to, že u mnohých hráčů začínají online hry nahrazovat realitu. Stačí jen vstoupit do hry – a ihned jste super hrdina ve válce mezi vlivnými klany, máte neomezené možnosti a nejsou žádné problémy. Problémy v reálném světě se však stupňují a někdy může tato vášeň dokonce vést i k smrti.

Je správné, když on-line hrám děti věnují veškerý svůj volný čas? Jak může moderní technologie ovlivnit jejich celkový vývoj? Na tyto otázky navazuji svou bakalářkou prací. Jejím hlavním cílem je analyzovat údaje o vlivu počítačových her na psychické a fyzické zdraví člověka, a to zejména na děti a mládež. Zmapovat kladné a záporné stránky her a podat podrobnější informace o závislosti na počítačových hrách.

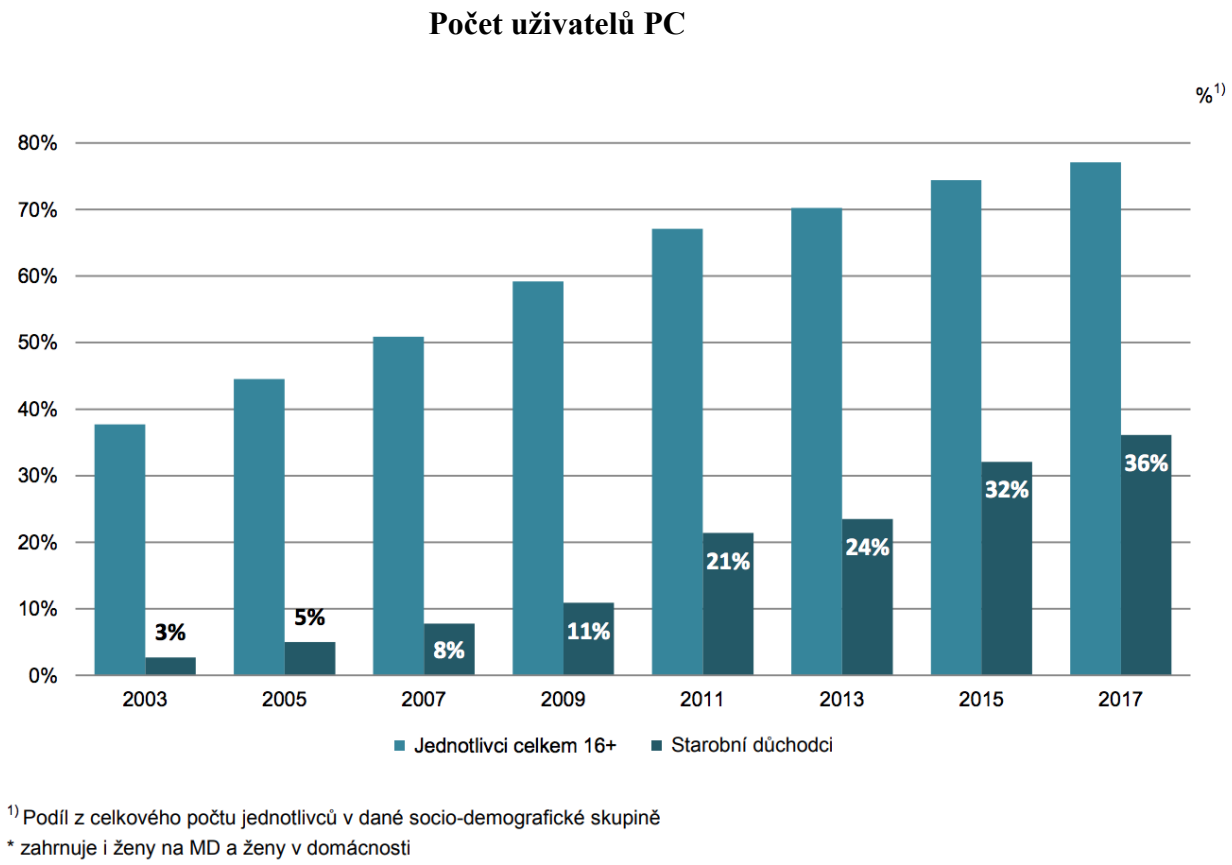
---

[1] GROHOL, John. Video Games No Addiction For Now. [Online] Psych Central, 2007.

1 Teoretická část

Dnešní tempo vývoje počítačových technologií přesahuje tempo vývoje všech ostatních průmyslových odvětví. Moderní lidé jsou v dnešní době ve styku s počítačem (popřípadě s telefony, které jsou v dnešní době tak výkonné, že je můžeme brát za počítač) skoro nepřetržitě – v práci, doma, v autě. Spolu s nástupem počítačů se objevily počítačové hry, které okamžitě našly spoustu obdivovatelů. S vylepšením počítačů se zlepšovaly i hry, které přitahovaly stále více a více lidí.

Dosavadní počítačová technologie dosáhla takové vývojové úrovně, která umožňuje programátorům vyvíjet velmi realistické hry s velice kvalitním grafickým a zvukovým designem, který umožňuje dosáhnout plného ponoření do virtuální atmosféry hry. S každým rozvojovým skokem v oblasti výpočetní techniky roste i počet lidí, kteří jsou nazýváni "počítačovými fanoušky" (graf č. 1):



Graf 1: Jednotlivci v ČR používající počítač (stolní, notebook nebo tablet), 2003 až 2017. Zdroj: Český statistický úřad, 2017

Psychologové již pro tento druh chování vytvořili termín– netolismus[i]. Hlavní činností netoliků je hraní na počítači. Okruh sociálních kontaktů u nich je velmi úzký, všechny ostatní aktivity jsou směřované pouze k přežití – fyziologickým potřebám, a hlavně k uspokojení potřeby hry na počítači.

Hraní videoher patří mezi nejpopulárnější způsoby trávení volného času, a to nejen u dětí a adolescentů, ale stále častější i u starších věkových kategorií. Lze hovořit o globálním fenoménu, který ovlivňuje život lidí po celém světě. V odborné psychologické komunitě panuje dlouhodobě živá debata o pozitivních i negativních aspektech hraní videoher[2]. Po nahlédnutí do této debaty (Květon, Jelínek, 2016) můžeme konstatovat, že videohry nepředstavují jednoznačně pozitivní nebo negativní a ohrožující jev. Nicméně část odborné komunity se přiklání k názoru, že nadužívání počítačových a jiných technických platforem pro hraní her může vést mj. k projevům chování, které splňují kritéria pro identifikaci závislosti[3].

1.1 Počítačové hry

Existuje velké množství definic her. Jako první můžeme zmínit Johana Huizingu, autora knihy Homo Ludens. Huizinga hru definuje jako: *„… dobrovolná činnost vykonaná v určitém limitu času a místa, podle dobrovolně akceptovaných pravidel, avšak absolutně*

---

[2] ANDERSON, C. A., IHORI, N., BUSHMAN, B. J., ROTHSTEIN, H. R., SHIBUYA, A., SWING, E. L., ... SALEEM, M. (2010). Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: a meta-analytic review. Psychological Bulletin, 136(2), 151–173. doi: 10.1037/a0018251

Ferguson, C. J. (2015). Do Angry Birds make for angry children? A meta-analysis of video game influences on children's and adolescents' aggression, mental health, prosocial behavior, and academic performance. Perspectives on Psychological Science, 10(5), 646–666.

Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. M. E. (2014). The benefits of playing video games. The American Psychologist, 69(1), 66–78.

[3] King, D. L., Delfabbro, P. H., & Griffiths, M. D. (2013). Video game addiction. In P. Miller (Ed.), Principles of Addiction (First edit, Vol. 1, pp. 819–825). London: Academic Press

Kuss, D. J. (2013). Internet gaming addiction: Current perspectives. Psychology Research and Behavior Management, 6, 125-137.

závazných, která má cíl a je doprovázena pocity napětí, radosti a vědomí, že je to jiné než běžný život."[4]

Na Huizingu navazoval filozof a spisovatel Roger Callois, který Huizingovo vidění hry jakožto aktivity pohlcující hráče rozšířil o kulturní rozměr a vytvořil seznam různých forem her, jak jsou hry vnímány napříč světovými kulturami. Podle jeho definice hra splňuje celkem šest základních podmínek:

1. Dobrovolnost – hra není povinná; pokud by byla, ztratila by svou atraktivitu a kvalitu coby rozptýlení.
2. Oddělenost – hra je oddělena časem a prostorem, a je předem definována a fixována
3. Nejistota – během hraní není možné determinovat směr, kterým se hra bude ubírat, hráči je poskytnut prostor pro inovace v kurzu hry
4. Neproduktivnost – hrou se nevytváří zboží, bohatství či cokoliv jiného. Výjimkou je výměna vlastnictví mezi hráči.
5. Svázanost pravidly – hry fungují v rámci konvencí, které nahrazují klasické zákony a na dobu hraní tvoří vlastní legislativu
6. Uvěřitelnost – hra je doprovázena uvědomováním si oddělené fiktivní reality v rozporu s reálným světem. [5]

Na velmi podobné aspekty hry jako Callois a Huizinga se zaměřil i Bernard Suits. Salen a Zimmerman citují jeho definici, kterou Suits definoval hry jakožto: *„… aktivitu směřovanou k vyvolání určitého stavu věcí za využití pouze těch postupů, které jsou povoleny pravidly, kdy pravidla zakazují efektivnější způsoby ve prospěch těch méně efektivních, a kdy jsou taková pravidla přijímána proto, že jen ona danou aktivitu činí proveditelnou... (...) ...hraní hry je dobrovolná činnost prováděná za účelem překonání nedůležitých překážek."*[6]

Vidíme zde tedy shodu s Calloisem a Huizingou. I Suits se domnívá, že hra je dobrovolná a svázána pravidly, ve svém konceptu ale detailněji rozvádí roli pravidel, která kromě vymezení cíle hry rovněž kladou hráči překážky tak, aby byl nucen k cíli hry postupovat méně efektivní cestou, což na druhou stranu generuje patřičnou výzvu pro hráče.

---

[4] Huiziga J., Homo Ludens: A Study of the Play Element in Culture, London, Peacon Press, 1955, v knize Game Cultures, Computer Games as New Media, Jon Dovey and Helen W. Kennedy

[5] CALLOIS, Roger. The Definition of Play: The Classification of Games. In:The Game DesignReader: A Rules of Play Anthology[online]. London: The MIT Press, 2006, s. 122-154. ISBN 0-262-19536-4. Dostupné z WWW: http://nideffer.net/classes/270-08/week_01_intro/Caillois.pdf

[6] SALEN, Katie a Eric ZIMMERMAN.Rules of play: game design fundamentals. London: MIT, c2004. ISBN 02-622-4045-9.

S problematikou počítačových her spojil problém definice hry herní designér Chris Crawford, který kromě taxonomie her přišel s analýzou různých druhů her – od deskových a karetních her až po hry počítačové. Na základě své analýzy pak zjistil, že všechny jím zkoumané hry mají čtyři společné vlastnosti – reprezentace, interakce, konflikt a bezpečí.[7]

Hra je podle něj *„… uzavřeným formálním systémem, který subjektivně reprezentuje určitý výsek reality.“*, neboli systém explicitně danými pravidly, jež je tvořen množinou navzájem interagujících částí. Crawford se zde rovněž zaměřuje na vztah konfliktu a bezpečí ve hře. Konflikt podle něj *„… přirozeně vzniká z interakce se hrou. Hráč sleduje určitý cíl. Překážky mu v dosažení tohoto cíle brání.“*[8], zatímco aspekt bezpečí ve hře znamená, že obsah hry nemůže hráči způsobit žádnou reálnou újmu a že všechna rizika ve hře zůstanou pouze na virtuální rovině – příkladem zde mohou být válečné hry, kde hráči nehrozí zranění či smrt, ačkoliv se jeho virtuální postava nachází v situaci, která by byla životu nebezpečná.

Existuje definice počítačové hry, která obsahuje minimálně jednu vylučovací frázi – uvedeno na příkladu, *„X je hrou, pokud disponuje vlastností Y nebo vlastností Z.“* Tavinorova vylučovací definice zní následovně: *„X je počítačová hra, pokud jde o artefakt obsažený v digitálním vizuálním médiu, je zamýšlen primárně jako předmět zábavy a je navržen pro poskytnutí zábavy skrze realizaci jednoho ze dvou způsobů zaujetí hráče – hry založené na pravidlech či interaktivní fikce.“*[9]

V této definici vidíme několik důležitých aspektů, které hra musí splňovat, aby byla dle této definice považována za hru. Předně je třeba zmínit, že zatímco předchozí definice, ať už souhrnné definice Salen a Zimmermana, se zabývaly hrami obecně (tj. explicitně nerozlišovaly mezi hrami počítačovými a hrami jinými), Tavinorova definice se zaměřuje čistě na počítačové hry. S tím souvisí i první část definice, X je počítačová hra, pokud jde o artefakt obsažený v digitálním vizuálním médiu. Tato část definice uvádí samozřejmý fakt – bez počítače by počítačové hry nemohly existovat. Tavinor zde rovněž upozorňuje na vizuální médium, neboli na vizuální vyjádření hry; bez této podmínky by pod tuto definici

---

[7] CRAWFORD, Chris.The art of computer game design: [reflections of a master game designer]. Berkeley: Osborne McGraw-Hill, c1984. ISBN 08-813-4117-7

[8] CRAWFORD, Chris.The art of computer game design: [reflections of a master game designer]. Berkeley: Osborne McGraw-Hill, c1984. ISBN 08-813-4117-7

[9] TAVINOR, Grant. Definition of Videogames.Contemporary Aesthetics[online]. Castine, 2008,2008(6) [cit. 2016-04-19]. Dostupné z WWW: http://www.contempaesthetics.org/newvolume/pages/article.php?articleID=492

bylo možno zařadit prakticky jakoukoliv elektronickou hračku. Takto jsou sem zařazovány pouze hry, jejichž expresivita je založena primárně na vizuálním vyjádření.

Uvedené definice jsou jen malým vzorkem z celého možného souboru různých herních definic, nicméně nabízejí náhled do toho, jaké aspekty her považovali daní teoretici za důležité.

Na základě řečeného můžeme vyvodit, že jednou z nejdůležitějších vlastností hry je svobodný projev vůle k herní činnosti. V tomto směru se počítačová hra projevuje jako zvláštní způsob osvobození člověka od svojí přirozené determinace a omezenosti v sociální praktice. Herní prostor rozšiřuje hranice možnosti hráče a je to zřejmě jeden z důvodů zapojení hráčů do herního procesu. Také se domnívám, že tato specifičnost PC hry vytváří větší riziko závislosti. Významný projev svobodné vůle v počítačových hrách se dosahuje s pomocí řady poskytovaných možností. K těmto možnostem patří například:

- Individuální postava (existuje velký počet počítačových her, ve kterých hráč má možnost vytvořit herní postavu dle vlastního přání – pohlaví, barva kůže, účes apod.)
- Dynamika herního procesu neomezuje, ba naopak nabízí výběr tempa nebo úrovně složitosti hry
- Počítačové hry se liší informativností – připojení ke světu těchto her nejen nabízí obdržení dodatečné informace, která způsobuje zlepšení intuice a vnímavosti hráče, ale i schopnost vytvoření nové virtuální reality.
- Cílové hodnoty her mohou mít jak individuální (moc, bohatství, sláva), tak i sociálně-kolektivistický směr (svoboda, blahobyt, vlastenectví).

1.2 Klasifikace počítačových her

V současnosti se můžeme setkat s velkým množstvím různých počítačových her. Orientaci ve světě počítačových her napomáhá jejich rozlišení například podle herního stylu, nebo hardware potřebného pro jejich provozování, dále také podle způsobu zpracování, námětu či žánru, podle toho, jakým způsobem je prezentována hráči jeho „postava“ apod.

Obecně je možné dělit hry na ty, které lidé hrají na internetu:

- **Webové hry** (hra ovládaná pomocí běžného webového prohlížeče. Obvykle jsou takové hry poměrně jednoduché, herní žánry mohou být různé – questy, hádanky, křížovky a tak dále.)

- **MMOG**[10] (síťové online hry, modernější obdoba s grafickým rozhraním).

Žánrově je potom lze dále dělit na:

- **MMORPG** (Massively multiplayer online role-playing game) – "hry na hrdiny". Jeden z nejoblíbenějších typů online her. Hráč vytvoří svou postavu a dostane téměř úplnou kontrolu nad ní (World of Warcraft, Guild Wars, Everquest).

- **MMOFPS** (Massively multiplayer online first-person shooter) – tento druh online her kombinuje dvě složky: střílečka z pohledu první osoby a velký počet hráčů připojených ke hře přes internet (Counter-Strike).

Další hlavní charakteristikou online her je přítomnost, nebo absence klientského programu. Podle této charakteristiky jsou online hry rozděleny do dvou velkých skupin:

- **Klientské online hry** – zahrnují instalaci samostatného programu na vašem počítači – klienta. Výhodou tohoto typu her je širší spektrum možností poskytovaných hráči a také vylepšené grafické rozhrání. Nevýhodou je nutnost instalace speciálního softwaru a zpoplatnění – většina klientských online her vyžaduje měsíční poplatek.

- **Browser online hry** – vyžadují abyste měli pouze dostupnost internetu a softwaru pro prohlížení. Browser hry jsou vytvářeny pomocí různých technologií: HTML, JavaScripts, Java, Flash, Shockwave. Výhodou takových her je jednoduchá dosažitelnost (lze hrát na prakticky libovolném počítači připojeném na internet, bez potřeby instalace nějakého dodatečného software), nevýhodou bývá horší grafické zpracování a omezenější funkcionalita.

Existuje také klasifikace online her navrhovaná Zámečníkem:

- Adventure hry, ve kterých jde o dobrodružné příběhy a hráč je stavěn před plnění různorodých úkolů
- Akční hry, ve kterých jde zejména o zabíjení nepřátel, simulaci bojových situací, příběh je obvykle méně důležitý
- Budovací hry, ve kterých hráč vytváří města, infrastrukturu, impéria apod.
- Logické hry, ve kterých jde o řešení logických problémů, hádanek, hledání správného postupu řešení atd.
- Simulátory, které představují různé druhy závodů (automobilové, motocyklové), pilotování letadla aj.

---

[10] Massively-Multiplayer OnlineGame

- Sportovní hry, ve kterých hráč buď ovládá postavu sportovce nebo celý tým
- Strategické hry simulující obvykle vojenské tažení, snahu jedné civilizace ovládnout svět apod.[11]

Jiným, aktualizovaným, dělením počítačových her může být:

- adventury (dle zpracování dále dělitelné na textové a grafické, dle
- obsahu na akční nebo logické)
- FPS (first person shooter – střílečka z pohledu první osoby)
- TPS (third person shooter – střílečka z pohledu třetí osoby)
- arkády (logické, sportovní, závodní, bojové, „plošinovky")
- strategie tahové a real-timové
- simulátory (letecké, závodní)
- deskové hry (desktop games)
- sportovní hry (akční, manažerské)
- RPG (textové MUDy, grafické)

1.3 Charakter počítačových her

Všichni teoretici definují hru jako určitý soubor pravidel. Soubor pravidel bychom nalezli samozřejmě i u počítačových her, ačkoliv u nich je ve srovnání s nedigitálními hrami (deskové hry, sportovní hry aj.) soubor pravidel realizován v podobě vysoce komplexního systému algoritmů.

Počítačová hra je stejně jako i ostatní hry volnou činností, ke které se člověk obrací z vlastní vůle. Hra probíhá jen v případě osobního zájmů hráče – v případě nezájmů člověk může hru kdykoli přerušit. Hra je omezena místem konání, prostorem a časem. V tomto pojmu se počítačová hra liší od tradiční hry tím, že široké vizuální možnosti hry dělají její prostor produktem rozumové činnosti ne hráče, ale vývojáře, který pravidla hry vytváří. Podmínkou počítačové hry je dodržení jejích pravidel, což je součástí jejího algoritmu.

Počítačové hry lze obecně popsat jako alternativní modely reálného světa, jako simulace jeho pravidel a vztahů. Přes veškerou snahu autorů se však vždy jedná o jakýsi výčet, zobecnění, zjednodušení, resp. oproštění od složitějších vazeb.

---

[11] ZÁMEČNÍK, Petr. RPG hry v kontextu vývojové psychologie. 2005

Pro počítačové hry je tedy charakteristické:

- Mají cíl, který informuje o jejich konečnosti.
- Pochopitelnost a jasnost pravidel.
- Většina her umožňuje „nekonečné“ opakování.
- Zjednodušení světa.
- Nabídka různých životních situací.
- Umožnění, resp. vyžadování vnoření, které vede k odpoutání se od reality a zprostředkovává pocit ve smyslu přesunutí se jedince do jiného „světa“. Pro některé jedince mohou být jedním z klíčových prostředků „poznávání“, modelem možné komunikace apod.
- Poskytnutí možnosti hrát různé role, umožňují do jisté míry, ale i zcela, ztotožnit se s postavou. V této souvislosti je hráči poskytnuta ochrana v podobě anonymity a z toho zážitek pocitu moci.
- Umožnění činností, které jsou v reálném životě nemožné.

Získání nové zkušenosti ve hrou vytvořeném světě s sebou nese i riziko vzniku závislosti – integrace hráče s počítačem, až po ztrátu individuality a ztotožnění s postavou. Počítačová hra je aktivitou formovací, ve které probíhá zakotvení získané virtuální zkušenosti do reálné struktury osobnosti. Tím se stává důležitým faktorem při budování představy o sociální realitě, a proto má významný vliv na interakci jedince a měnící se sociální prostředí.

Nejlepší herní zážitky dostávají hráče do stavu, kdy nevnímá realitu. Ztratí pojem o tom kde sedí, jestli má hlad nebo co má za problémy. Je součástí hry a hra je součástí něj. Proniknutí do hry doprovází pocit radosti, soustředěnosti, tvořivosti a zaujetí.

1.4 MMORPG

V této kapitole se zaměřím na MMORPG podrobněji, jelikož řada expertů uvádí, že MMORPG hry mají mezi ostatními hrami specifické postavení a jsou nejrizikovější. Důvodem je skutečnost, že hráč, který není online a na určitou dobu ze hry „vypadne“, po návratu zpět zjistí, o kolik přišel, jak moc za ostatními zaostává, či dokonce, že je vyloučen z určitého společenství. Oproti jiným hrám se totiž svět online her vyvíjí, i když dotyčný hráč připojen není[12].

[12] Závislost na počítačových hromadných online hrách. In: Doktorka.cz [online] © 1999-2014, 30.1.2008. [cit. 2018-4-9]. Dostupné z http://psychologie.doktorka.cz/zavislost-na-pocitacovych-hromadnychonline-hrach-/.

MMORPG neboli Massively multiplayer online role-playing game je žánr on-line počítačových rolových her (ORPG), ve kterých vzájemně propojuje velké množství hráčů ve virtuálním světě (většinou v žánru fantasy).

Stejně jako u většiny RPG, hráči je nabídnuta role fiktivní postavy se schopností ovládat její chování. MMORPG se liší od síťových rolových her s jedním hráčem, množstvím hráčů a také virtuálním světem, který i nadále existuje i při absenci hráče. Virtuální svět[ii] je podporován vydavatelem hry i po jejím opuštění hráčem.

V MMORPG hráči mohou provádět různé činnosti společně s ostatními hráči. Ale ve hře také existují počítačem řízené postavy, které jsou součástí systému (NPC – Non-Player Character), včetně nepřátelských (monstra). Primárním cílem MMORPG je rozvoj postavy. Ty většinou získávají zkušenosti a dosahují vyšších úrovní (levelů) při likvidaci monster a plněním úkolů pro NPC samostatné nebo ve skupinách. Hráč využívá získané zkušenosti ke zlepšení dovedností a schopností hrdiny. Odměna (hrací měna nebo cennosti) tvoří základ ekonomických vztahů mezi účastníky hry.

V MMORPG mají hráči možnost vytvářet interní asociace (gildy nebo klany[iii]), jejichž členové mohou vytvářet a dodržovat určitou politiku ve vztahu k ostatním hráčům a sdružením. Podle děje hry jsou v některých případech hrdinové při prvním vstoupení do hry neutrální a v jiných jsou zpočátku nepřátelští k určitým postavám.

Tyto hry přinášejí velice slušný výdělek vývojářům, takže je pro ně důležité získat a udržet si nové uživatele hry. Pro splnění tohoto cílu je potřeba vyvolat závislost na hře pomocí spousty poměrně účinných technik, které umožňují udržet lidi různých psychologických typů. Zejména dát hráči možnost vzájemně soutěžit, získat sociální uznání za jejich úspěchy. Kromě toho vývojáři používají komplexní systém odměn – účastníci je obdrží za malé i velké úspěchy. Ve srovnání s reálným světem systém odměn funguje mnohem rychleji, takže hry jsou další formou psychologického útočiště.

1.4.1 Charakteristické znaky MMORPG

Hlavní faktory, které odlišují MMORPG od ostatních síťových her:

- Mnohem větší počet hráčů než v ostatních online hrách.
- Hry jsou dostupné jen během připojení k internetu a serveru.
- Her se vždy účastní moderátoři neboli takzvaní mistři hry, kteří mají za úkol sledovat herní děj.
- Quest jako tradiční průběh hry.

Herní svět se představuje jako velký fantastický vesmír, ve kterém se hráč řídí existujícími zákony. Tento vesmír může existovat a vyvíjet i bez přítomností hráče. Proto, i když jeden hráč opouští hru, herní děj pokračuje dále. Toto je jedna ze specifik těchto her.

Nejpopulárnější tematika tohoto žánru je Fantasy. Občas k tomu přidávají elementy vědecké fantastiky, kriminálního žánru nebo komiksů apod. V tomto světě hráč dostává roli hlavního hrdiny a jeho zkušenosti a možnosti. Cílem hry je nasbírat co nejvíce bodů zkušenosti, často způsobem zabití monster nebo sbíráním pokladů. Daný virtuální svět má taktéž svojí vlastní ekonomiku a herní menu, se kterou se obchoduje například se zbraněmi a brněním.

V klasické variantě MMORPG se hry dělí na tři typy:

PvE – Hráč proti okolí (Player versus Environment). Hra je podaná ve vztahu «Hráč – Okolní svět». V působení ve virtuálním světě hráč zlepšuje herní charakteristiky své počítačové postavy a postupuje v řešení tematických úkolů v námětové linii (v případě její přítomnosti ve hře). Hlavním cílem hráčů je získávání herní zkušenosti. Mají analyzovat procesy, které probíhají ve virtuálním světě, a prozkoumat virtuální svět kvůli nalezení tajemství. Hlavním rysem tohoto typu hry je neschopnost nepřítele zabít vaši postavu ve hře, což hráčům dává pocit bezpečí.

PvP – Hráč proti Hráči (Player versus Player). Hra je založená na vztahu «Hráč-Hráč», kde hlavní roli má faktor komunikace, protilehlého postavení a výměny herních předmětů mezi hráči. Charakteristické pro tento typ hry je soutěžení. Motivem je možnost hráče bojovat. Takoví hráči nachází zalíbení v dominanci, častěji atakují jiné postavy za účelem vraždy. Čím více škody přinášejí do virtuální společnosti, tím více si užívají.

PvE / PvP - tento typ zahrnuje vlastnosti obou předchozích stylů a je momentálně nejpoužívanější platformou současných MMORPG.

RvR – Království proti Království (Realm versus Realm). Organizace hráčů (například kmenů) proti jiné skupině hráčů (občas náhodné) bojuje za zdroje hry a/nebo města nepřítele. Pro hráče tohoto typu hry je hlavním motivem nalezení ve virtuálním světě přítomnost dalších hráčů. Práce v týmu je pro ně nezbytná, aby cítili podporu, péči a pozornost.

PvPvE – Hráč proti Hráči proti Okolí (*Player versus Player versus Environment*). Hra je založená na vztahu «Hráč-Hráč» se zapojením třetí nezávislé strany kvůli udržení rovnováhy mezi hráči.

V dnešní době existuje obrovský počet platných a bezplatných populárních MMORPG her, ve kterých se potkávají na fantastických bitevních polích absolutně různí lidé, aby strávili několik hodin života v roli hrdiny jakékoliv rasové příslušnosti nebo pohlaví. Mezi nejpopulárnějšími tituly jsou Everquest, World of Warcraft, Lineage, Warhammer online.

V současnosti je nepochybným králem nejpopulárnějších MMORPG her World of Warcraft. Oblíbená strategická franšíza se dostala na vedoucí pozici velice rychle, když získala srdce milionu fanoušku po celém světě svým osobitým kresleným grafickým designem a docela

zajímavým herním námětem. V současnosti WOW (World of Warcraft) má více než 8 milionů aktivních hráčů po celém světě.[13]

Popularita síťových her nepřetržitě roste. Igcritic[14] zveřejnil deset nejpopulárnějších MMORPG za rok 2016, dle počtu aktivních účtů:

1) World of Warcraft
2) Final Fantasy XIV
3) The Elder Scrolls Online
4) Guild Wars 2
5) Blade & Soul
6) Black Desert Online
7) RuneScape
8) EVE Online
9) Final Fantasy XI
10) Star Wars: The Old Republic

1.5 Představení MMORPG hry World of Warcraft

Pro ilustraci a lepší představu, jak taková MMORPG hra funguje, krátce představím hru World of Warcraft (zkráceně WoW), která se pyšní největším počtem hráčů na světě.

Princip hraní World of Warcraft je podobný jako u dalších MMORPG her. Po zakoupení hry, založení a nastavení herního účtu se dostává hráč k vytváření svého avatara. Na začátku hry si hráč vytvoří svoji postavu, které vybere pohlaví, poté si volí frakci, ke které se přidá. Existují různé frakce, mezi kterými na pozadí hry probíhá konflikt (dobro vs. zlo). Po zvolení strany hráč má možnost výběru z několika ras (lidé, trpaslíci, elfové, orkové apod.). Každá rasa se mimo svého unikátního vzhledu liší také v odlišnosti počátečních atributů (např. orkové mají větší sílu, oproti tomu elfové jsou obdařeni vyšší inteligencí). Ještě, než dojde k vytvoření samotného avatara, kterému dá hráč jméno, vybere si některé z nabízených povolání (válečník, mág, šaman apod.) a postavě vdechne osobitý vzhled v rámci nastavených možností dané hry.

---

[13]Dostupné z WWW: https://www.statista.com/statistics/276601/number-of-world-of-warcraft-subscribers-by-quarter/

[14]Dostupné z WWW: http://igcritic.com/blog/2016/03/17/most-played-mmorpg-games-of-2016/

Obrázek 1 Tvorba postavy

Ve hře se postava pohybuje v rozlehlém virtuálním světě, setkává se, baví se a bojuje s jinými hráči, ale také s tzv. NPC66 postavami. Některé z nich jsou určeny k zabíjení, jiné zadávají takzvané questy67 – úkoly typu *zabij 10 těch, dones to.., doprovoď toho…* Pomocí těchto úkolů je hráč postupně prováděn po celém světě. Za splnění těchto questů (úkolů) získávají hráči zkušenostní body (tzv. XP, zkratka z angl. Experience Points). Za určitý počet XP postupuje hráč na vyšší level (úroveň). Odměnou za splnění zadaného úkolu (questu) je obvykle zkušenost (XP), která umožňuje získání další úrovně hry, ale často i peníze. Za tyto peníze si můžete pořídit novou, lepší zbroj, hodnotné zbraně, ale i reputaci u daného města či frakce. Zakoupením reputace má hráč výhody např. nižších poplatků za služby, nákup unikátních předmětů. Reputace může být kladná, neutrální, u nepřátelských frakcí nepřátelská, až po nenáviděná.[15]

Hráč se ve virtuálním světě nepohybuje sám, ale dochází k vzájemné interakci s ostatními takto hrajícími lidmi. Socializace je u World of Warcraft nedílnou součástí. Hráči během hraní navazují komunikaci a zakládají různá společenství. Ve WoW se těmto společenstvím říká guildy[iv].

Guildy neboli sdružení, jsou velké skupiny lidí, které se dály dohromady za účelem hledání dobrodružství. Při vstupu do guildy hráč získává přístup k bankovnímu účtu guildy, kam

[15] World of Warcraft [online], Dostupné z WWW: http://world-of-warcraft.cz/world-of-warcraft/

ukládají svoje zdroje všichni zúčastnění. K tomu hráč získává také přístup k chatu. Každý hráč muže vytvořit vlastní sdružení za podmínky, že má dostatečný počet kamarádů, kteří hrají World of Warcraft.

Ve hře World of Warcraft můžete bojovat dvěma základními způsoby. Prvním je tzv. PvP (player vs. player). Tohoto souboje se účastní pouze reální hráči. Mohou proti sobě bojovat jednotliví uživatelé. K hromadným PvP bitvám jsou ve World of Warcraft (WoW) určeny tzv. battlegroundy (bojiště), některé exteriéry a arény. V těchto arénách proti sobě bojují vždy dva týmy, které se skládají ze dvou, tří nebo pěti hráčů. WoW obsahuje zatím 8 battlegroundů a 5 arén. Za zabití nepřítele jsou hráčům udělovány tzv. honor points, za které si lze kupovat odměny. Vyhrává tým, který porazí soupeře. Tyto boje jsou velice populární a pořádají se různé turnaje v celosvětovém měřítku o hmotné ceny a finanční odměny. Pro hráče je motivem vidina slávy, tedy být nejlepšími hráči světa. Druhým způsobem je boj PvE (player vs. environment). Jedná se o zabíjení mobů, což jsou postavy (např. banditi, vlci, kostlivci, kentauři atd.) naprogramované vývojáři a řízené počítačem. Za zabití mobů pak hráč získává kořist a zkušenosti. Nejatraktivnější a nejlepší vybavení se dá získat v uzavřených instancích, tzv. dungeony a raidy, do kterých hráči vstupují ve skupině, která čítá od 5 (dungeony) až 10 nebo 25 (raidy) hráčů.

Jak již bylo řečeno, herní svět WOW a většiny MMORPG her je tvořen tak, aby spolu hráči byli ve vzájemné interakci. Cole a Griffiths[16] vyzdvihují v MMORPG hře sociální prostředí a na základě svého výzkumu tvrdí, že jedním z důležitých aspektů zábavnosti hraní je možnost vytváření vztahů (i dlouhodobých), které mohou následně přejít i do světa mimo hru. Dalším principem této hry je proces získávání posledních úrovní. Tvůrci WoW totiž průběžně tento limit zvyšují či do hry přidávají nové, mocnější nepřátele – MMORPG tím pádem nemají takový konec, jaký by si člověk představil třeba u knihy či u klasické počítačové hry, nýbrž jsou svým způsobem nekonečné[17]. Nakonec je to samotná konstrukce hry, která, jak hráči samotní uvádí, je navržena takovým způsobem, že pokud se chce někdo stát ve virtuálním světě úspěšným, musí do toho investovat velkou část svého volného času. Nejde příliš o hráčovy schopnosti, ale především o to, jak dlouho se hře věnuje. V tomto smyslu se World of Warcraft liší od ostatních her, kde o budoucím postavení mladých lidí

---

[16] COLE, Helena a Mark D. GRIFFITHS. Social Interactions in Massively Multiplayer Online Role-Playing Gamers. CyberPsychology & Behavior[online]. 2007, 10(4), 575-583 [cit. 2018-04-09]. DOI: 10.1089/cpb.2007.9988. ISSN 1094-9313. Dostupné z: http://www.liebertonline.com/doi/abs/10.1089/cpb.2007.9988

[17] Ng, B., & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the Internet and online gaming. CyberPsychology & Behavior, 8(2), 110-113. Retrieved from EBSCOhost.

rozhodují především jejich schopnosti. Neschopnost dodržovat časový limit určený pro hraní je dle Ng & Wiemer-Hastings hlavním důvodem na utvoření závislosti[18].

World of Warcraft je záměrně vyplněná obtížemi s jasně vyznačenou odměnou a zdá se, že je navržena speciálně, aby donutila dopaminergické cesty (slouží jako mediátory zájmu, koncentrace a odměny) v mozku hráče k aktivování a rezonování.

1.6 MMORPG a WoW a jejich vliv na člověka a závislost

Závislost může být vyvolána na základě psychických problémů, jinde převažují biologické, vrozené dispozice nebo sociokulturní faktory. Nejčastěji jde o kombinaci více faktorů – fyziologické faktory se při vzniku závislosti kombinují s psychologickými nebo sociokulturními faktory.

U fyzických a biologických faktorů můžeme na závislost pohlížet jako na nemoc systému odměny v mozku, který za normálních okolností reaguje na přirozené zdroje odměny, jakými jsou potrava, sex, partner, a slouží k přežití organizmu. Jak užití psychoaktivní látky, tak provedení závislostního chování aktivují stejný systém odměn, který se pak podílí na rozvoji závislosti. Největší roli na regulaci odměňujícího chování má dopaminergní a endogenní opiátový systém. Při dlouhodobém sezení u monitoru je organismus přetěžován, člověk si však nepřipouští, že dlouhé hraní online her je namáhavé a stresující. Při stresu se však v mozku vyplavují tzv. excitační aminokyseliny, které způsobují zvýšené odumírání neuronů, tj. nervových buněk. To má následky v psychické oblasti.

U psychologických faktorů závislosti se zkoumá jejich vliv na vznik závislosti – podpora v době dospívání a v krizi hledané identity, duševní choroby (deprese, úzkost, psychotické onemocnění), sklon k agresi, potřeba uspokojení.

Jelikož psychické a fyzické faktory působí závislosti, v další kapitole rozebereme jak MMORPG ovlivňuje zdraví člověka v těchto oblastech.

1.6.1 Vliv MMORPG na psychické zdraví člověka

K rizikům hraní MMORPG a zejména hry World of Warcraft byla napsána celá řada odborných i populárně naučných textů, často je zmiňována jeho rizikovost ve vztahu k závislosti a závislostnímu chování, cituje se též vliv na psychiku a lidskou agresi. Aby však bylo možné na fenomén WoW nahlížet komplexně, je nutné zmínit i některá pozitivna, která zjevně hraní WoW má. Proto se v této části bakalářské práce pokusím shrnout pozitivní

[18] Ng, B., & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the Internet and online gaming. CyberPsychology & Behavior, 8(2), 110-113. Retrieved from EBSCOhost.

vlivy WoW na jeho hráče. Cílem tohoto textu však také není ignorovat negativa, která s sebou hraní WoW přináší.

1.6.1.1 Kladné vlivy

Zkoumání psychologických odlišností hráčů v současnosti je obzvlášť aktuální v souvislosti s velkou popularitou této zábavy nejen u mládeže, ale i mezi dospělými.

Současně s možnými negativními dopady byl zaznamenán také i pozitivní vliv počítačových her. Mezi možné pozitivní důsledky hraní her patří zvýšení sebekontroly, zlepšení vůle a schopnosti dosahování cílů. Hraní zejména strategických a logických her představuje podle odborníků trénink pro mozek, procvičuje se paměť a orientace v neznámém prostoru. Videohry podporují rozhodnost a schopnost rychle vyhodnotit situaci. Počítačové hry též mohou zvyšovat trpělivost a vytrvalost, podporovat logické uvažování. Vzhledem k tomu, že WoW je v angličtině (v českých podmínkách zejména na tzv. privátních serverech existují také verze s českými překlady), hráči se aktivně či pasivně angličtině učí. Otázkou však zůstává, nakolik užitečná budou slova, která se například v akčních hrách a střílečkách dítě naučí. Provedené výzkumy dokázaly, že počítačové hry mohou dokonce tlumit bolest.[19]

Mezi pozitiva WoW je třeba zařadit také způsob zobrazování jednotlivých herních postav – avatarů, mobů, NPC a jejich smrti. WoW je hra ze světa fantazie, ve které existují imaginární orkové, elfové, trpaslíci, obři, draci, druidové, šamani atd. WoW nezobrazuje realistické postavy. Nesnaží se, aby jeho světy byly co nejvíce blízké reálnému prostředí. Proto je rovněž smrt postav znázorněna jednoduše, ve WoW nelétají střeva, nestříká krev, ani nelétají vzduchem oči… Tato hra není orientována na podporu či vybití agrese hráčů. Bohužel v očích laické veřejnosti se často WoW míchá s tituly, které jsou orientovány výhradně na násilné souboje hráčů.

R. Kowert, E. Domahidi a T. Quandt ve svém průzkumu ukázali, že MMORPG mohou napomáhat citlivým, emocionálním lidem navazovat nové známosti. Kvůli absenci vizuálního kontaktu se stydlivé a plaché osobnosti seznamují s ostatními mnohem snadněji. Takže výsledky německého vědeckého týmu můžeme označit za kladné.[20]

---

[19] Děti a online rizika, sborník studií, vydalo Sdružení Linka bezpečí 2012, Barbora Krčmářová, Kristýna Vacková, Mgr. Jana Hýbnerová, PhDr. Lenka Veličková Hulanová, Mgr. Aneta Langrová, Mgr. et Mgr. Barbora Malíková, Mgr. Peter Porubský

[20] Kowert Rachel, Domahidi Emese, Quandt Thorsten.The relationship between online video game involvement and gaming-related friendships among emotionally sensitive individuals // Department of communication studies, university of Münster. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2014 Jul 1. № 17 (7). P. 447–453. Published in Volume 17. № 7. July 3, 2014.

Současně je s problematikou psychologické závislosti na počítačových hrách a jejich souvislosti s násilím také ve vysoké míře zkoumána specifika sféry zájmů počítačových hráčů. Součinnost s virtuálními obrazy během hry zapojuje široké spektrum poznávacích procesů a může mít vliv na takové kognitivní charakteristiky hráčů, jako například pozornost, paměť, prostorové vnímání, myšlení, sebekontrolu nebo plánování. V psychologických průzkumech se podobný vliv označuje za pozitivní.[21]

B. Reeves, T. Malone a T. O'Driscoll zkoumají otázku adaptace a aplikace herních zkušeností v podnikatelské sféře. Dokázali totiž, že hráči, které mají zkušenosti s MMORPG, jsou úspěšní na vedoucích pozicích díky vyvinutým vůdčím schopnostem, praktické znalosti vedení týmu, schopnosti řízení lidí, komunikační schopnosti a schopnosti rychle reagovat na případné změny.[22]

Herní počítačová závislost se hodně rozšířila v posledních letech a v zahraniční literatuře již byla zveřejněna řada empirických průzkumů zaměřených na toto téma. Největší důraz je kladen na otázky negativního vlivu v následku zaujatosti herními hrami a následného nadměrného trávení času v této činnosti, obzvlášť u dětí a mládeže.

1.6.1.2 Záporné vlivy

Jedním z nejzajímavějších průzkumu věnovaným otázkám vlivu zaujatosti MMORPG na sociální zvyky mládeže je bezpochybně práce M. Griffits.[23] Na rozdíl od dalších průzkumů se jeho práce soustředí na dlouhodobé následky návyku hrání počítačových her. Autor se snaží odpovědět na otázku, jaký vliv má vášeň k počítačovým hrám na socializaci (social development) mládeže. Na změření návykovosti k počítačovým hrám Griffits použil kritérium frekvence zapojení k počítačové hře s použitím pětibodové Likertovy škály[24]. Sociální zkušenosti se měřily za pomoci průzkumu sociálních situací (Social Situations Questionnaire), navrženého Bryantem a Trowerem pro zaměření sociální neadekvátnosti.

---

[21] Beck, J. C., & Wade, M. (2006). The kids are alright: How the gamer generation is changing the workplace. Boston, Mass: Harvard Business School. ISBN:1422104354

[22] Reeves, B., Malone. T., & O'Driscoll. T. (2007). Wirual Worlds, Real Leaders: Online Games put the Future of Business Leadership on Display. Palo Alto, CA: IBM and Seriosity

[23] Griffiths M. Computer game playing and social skills: a pilot study // Aloma: Revista de Psicologia, Ciencies de l'Educacio i de l'Esport. 2010. Nr 27. P. 302.

[24] Likertova škála složena z výroků, na které respondent může odpovědět na škále reprezentující míru souhlasu. Příkladem může být škála „souhlasím", „spíše souhlasím", „tak napůl", „spíše nesouhlasím", „nesouhlasím".

Dle výsledků průzkumu Griffitse se ve skupině notorických hráčů neboli těch, kdo stráví denně hraním více než 2 hodiny, ocitlo jen 8 % ze všech zkoumaných, navíc jen mužů. U 6 % dotázaných byly zjištěné vážné psychologické problémy. Nicméně 12 % dotázaných oznámilo, že vůbec nehraje počítačové hry, přičemž většinou to byly ženy. Střední stupeň dle Dotazníků sociálních situací u vášnivých hráčů činil 59,7 a u obyčejných – 47,1. Jelikož rozdíl ve výsledcích se ukázal být poměrně velký, bylo zjištěno, že mezi časem stráveném hrou a úrovní sociální neadekvátnosti existuje kladná korelace.

Novodobé průzkumy psychologických odlišností hráčů se provádí nejčastěji v jednom z následujících směrů: průzkumy spojitosti herního násilí s agresivním chováním v reálnem životě;[25] průzkumy kognitivních funkcí hráčů: pozornosti [26], paměti[27], prostorového a strategického myšlení[28]. Velký počet průzkumů ukazuje na vysoké rozptylování a nepozornost počítačových hráčů a na jejích impulsivní chování [29]. Za impulsivní chování se bere náchylnost člověka k rychlým a často nepromyšleným rozhodnutím pod vlivem okamžiku. Nicméně, jak i ve vztahu kognitivní specifiky hráčů, tak i v některých průzkumech se potvrzují předpoklady o zvýšené impulzivitě hráčů [30]. Jiné průzkumy naopak

---

[25] Anderson, C. A., Ihori, N., Bushman, B. J., Rothstein, H. R., Shibuya, A., Swing, E. L., ... Saleem, M. (2010). Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: a meta-analytic review. Psychological Bulletin, 136(2), 151–173. doi: 10.1037/a0018251

[26] Green, S., & Bavelier, D. (2003). Action computer game modifies visual selective attention. Nature, 423(6939), 534–537.

[27] Colzato, L. S., Van den Wildenberg, W. P. M., Zmigrod, Sh., & Hommel, B. (2013). Action video gaming and cognitive control: Playing first person shooter games is associated with improvement in working memory but not action inhibition. Psychological Research, 77(2), 234239. doi: 10.1007/s00426-012-0415-2

[28] Green, S., & Bavelier, D. (2007). Action-Video-Game experience alters the spatial resolution of vision. Psychological Science, 18(1), 88–94. doi:10.1111/j.1467-9280. 2007.01853.x

[29],[62] Gentile, D. A., Swing, E. L., Lim, Ch. G., & Khoo, A. (2012). Video game playing, attention problems, and impulsiveness: Evidence of bidirectional causality. Psychology of Popular Media Culture, 1, 62–70. doi:10.1037/a0026969

nejen neprokazují žádný markantní rozdíl v chování mezi hráči a nehrajícími jedinci, ale i dokazují snížení impulzivity u zúčastněných v průzkumu hráčů[31].

Dalším zaměřením vědců je průzkum agresivity – spojení úrovně agrese a frekvence hrání videoher, typy preferovaných her apod. Existuje již rozšířené obecné mínění, podle kterého počítačové hry zvyšují úroveň agresivity.

C. Anderson se pokusil prokázat existenci spojení mezi vášní k brutálním MMORPG a aktivními hráči s odchylným chováním. Podařilo se mu objevit kladnou korelaci mezi hráním brutálních MMORPG plných násilí a existencí jak agresivního, tak i neagresivního odchylného chování.[32]

Na druhé straně lze samozřejmě najít názory, které popírají účinky zobrazovaného násilí na psychiku člověka. Je zastávána teze, že násilné obsahy her tak, kromě patologických ojedinělých případů, nevedou k reálnému násilí. Odbornice Monika Otmarová na toto pojetí agresivních her uvádí:*« Lze zajít ovšem ještě dále a někdy se dokonce argumentuje ve prospěch prezentace agresivních prvků. Hovoří se o katarzních účincích vyvolaných sledováním násilí v médiích. V našem případě by to podle uvedené hypotézy vypadalo následovně: dítě hraje počítačovou hru, jejíž děj je veskrze tvořen agresivním jednáním postav hry. Dítě spoluprožívá násilné činy, pozorované u fiktivních modelů, následkem čehož u dítěte ubývá odhodlání projevit své vlastní agresivní chování. Došlo ke katarzi, agresivní pud byl takto společensky přijatelným způsobem uspokojen. »*[33]

Jack H. a Tobias G. hovoří také o přítomnosti vlivu násilných videoher na agresivní chování mládeže. Výsledky průzkumu ukazují, že všechny násilné videohry způsobují zvýšení agrese, obzvlášť verbální, avšak násilné hry, obsahující režim hry multiplayer mají největší schopnost stimulaci agrese.[34]

---

[31] Collins, E., Freeman, J., & Chamarro-Premuzic, T. (2012). Personality traits associated with problem- atic and non-problematic massively multiplayer online role playing game use. Personality and Individual Differences, 52, 133–138. doi: 10.1016/j.paid.2011.09.015

[32] Anderson C. A., Dill K. E. Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life // Journal of personality and social psychology. 2000. Vol. 78. Nr 4. P. 772-790.

[33] OTMAROVÁ, Monika. Mají hry vliv na dětskou kriminalitu? [online]. c2001, Publikováno: 1.2. 2001, v rubrice: Vliv her.

[34] Jack H., Tobias G. The effect of online violent video games on levels of aggression, 2014. Dostupné z WWW: http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0111790

Velký tým badatelů Anderson C.A., Shibuya A., Ihori N., Swing E.L., Bushman B.J. a dalších zjistil, že zvýšení agresivity a snížení empatie ve výsledku hrání násilných her nijak nesouvisí s nacionálními, kulturními nebo religiózními příznaky lidi. Hráči z Japonska a z USA vykázali podobné výsledky co se týče zvýšení agresivity a snížení empatie jako výsledek častého hrání násilných počítačových her. Nicméně hry měly větší dopad na sociální sféru mládeže západních zemí.[35]

HullJay G., Brunelle Timothy J., Prescott Anna T. a ostatní projednávají problém vlivu násilných videoher na stimulaci agrese u mládeže z uhlu pohledu veřejného schválení a odsouzení této zábavy. Průzkumníci konstatují velice nízkou mechanickou úroveň vlivu videoher na vznik agrese (tj. vlivu přímého naučení). Do popředí vědci staví sociální faktor: právě sociální situace a potřeba nezávislosti spolu s hraním násilných her vedou ke zvýšení agrese u mládeže. Tím pádem sociální situace schválení hry dorostenci v násilné videohry podmiňuje a definuje sílu vlivu videoher.[36]

Takovým způsobem analýza práce o vlivu MMORPG na formování agresivity u dětí a dorostu dovoluje konstatovat silnou polarizaci názorů: jedni autoři dokazuji, že MMORPG, obsahující násilí, zvyšují agresivitu uživatelů, ostatní odmítají tuto spojitost.

1.6.2 Vliv MMORPG na fyzické zdraví člověka

Ač to na první pohled není zřejmé, s hraním MMORPG jsou spojena i zdravotní rizika fyzické povahy. Ta jsou tím větší, čím silněji se u hráče projevuje závislost. Lidé a zejména děti jsou méně aktivní, více času tráví sedavým způsobem, a to s sebou přináší zdravotní rizika spojená se vznikem nadváhy nebo obezity, onemocněními pohybového systému a kardiovaskulární nemoci.

1.6.2.1 Kladné vlivy

Kladných vlivů na fyzickou stránku člověka je velmi málo. Některé se dají přičítat přímo MMORPG, jiné vychází obecně z práce s počítačem.

---

[35] Anderson C. A., Shibuya A., Ihori N., Swing E. L., Bushman B. J. Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: a meta-analytic review // Psychological Bulletin journal. V. 136 (2), Mar. 2010. P. 151–173. Dostupné z WWW: http://www.apa.org/pubs/journals/releases/bul-136-2-151.pdf

[36] HullJay G., Brunelle Timothy J., Prescott Anna T., and Sargent James D. A longitudinal study of risk-glorifying video games and behavioral deviance // J Pers. Soc. Psychol. Author manuscript //Journal of personality and social psychology. V. 107 (2). Aug 2014. P. 300–325. URL: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4151190/

Nutno podotknout, že Griffiths uvádí i řadu pozitivních účinků počítačových her. Jako zajímavost prezentuje případ osmiletého chlapce trpícího svědivým zánětem kůže na obličeji. Poté, co doktoři začínali být bezradní, jelikož si chlapec zánět stále rozdíral rukama, což mělo za následek nemožnost zhojení a zjizvení kůže, předepsali mu v rámci léčby hraní počítačové hry. To mu ruce více než dostatečně zaměstnalo a po 14 dnech zánět zcela zmizel. Řada studií také prokázala, že děti s rakovinou, které během léčby hrály počítačové hry, méně často trpěly nevolností, měly nižší krevní tlak a potřebovaly méně analgetik. Počítačové hry však nemají v medicíně využití pouze v případě dětí. S pozitivními účinky se odborníci setkali i u dospělých trpících svalovou dystrofií, popáleninami, u handicapovaných a obecně v případech, kdy bylo zapotřebí odpoutat pacientovu pozornost od bolesti jak fyzické, tak psychické[37].

Za zmínku stojí například i to, že práce s počítačem u dítěte napomáhá rozvoji drobné motoriky prstů, rukou a zrakově-motorné koordinaci. Dítě se učí spojovat pohyby svých rukou s výsledky, které vidí na obrazovce. Zrakově-motorná koordinace slouží jako základ k ovládaní psaní a malování. Ale rizik, které se týkají počítačových her, samotných počítačů a jejich vlivu na fyzickou stránku, je mnohem více.

1.6.2.2 Záporné vlivy

Hráči MMORPG v porovnání s těmi, kteří se věnují jiným typům her, prokazují zhoršení zdraví, horší kvalitu spánku, sníženou úroveň well-being38. Hráči také vědomě zanedbávají spánek, stravování, koníčky, cvičení a vztahy[39].

S častým hraním videoher souvisí zrakové zdravotní potíže, které se označují jako “zrakový počítačový syndrom“ (angl. Computer Vision Syndrome neboli CVS). Existuje několik příčin vzniku tohoto syndromu, ale jako hlavní je již zformovaný zrakový systém člověka, který je přizpůsoben k vnímaní objektů (přírody, obrazů, textů apod.) v odraženém světle, ne k práci s obrazovkou. Snímek na obrazovce se principiálně liší od objektů zvyklých lidskému oku – svítí, skládá se ze samostatných teček – pixelů, bliká (tečky se periodicky rozsvěcují a zhasínají), neodpovídá přirozeným barvám. Při dlouhé nepřetržité práci s počítačem oči nedopřávají potřebného odpočinků, jsou napjaté a jejích práceschopnost se snižuje. Příznaky CVS jsou snížení zrakové ostrosti, zpomalené zaostření z blízkých

---

[37] Griffiths, Mark. 2005.Video games and health. [Online] BMJ Publishing Group Ltd., 2005. [Citace: 10-4-2018.] Dostupné z WWW: http://www.bmj.com/content/331/7509/122.full

[38] Smyth, J. M. (2007). Beyond Self-Selection in Video Game Play: An Experimental Examination of the Consequences of Massively Multiplayer Online Role-Playing Game Play. Cyberpsychology & Behavior, 10 (5), 717-721

[39] Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. The American Journal of Family Therapy, 37 (5), 355-372

předmětů na daleké a zpět, zdvojení předmětů, rychlá únava při čtení, pocit pálení v očích a jejích rudnutí.

Nejvíc citlivými k vlivu počítače jsou centrální nervový systém a cévní systémy. Jsou zjištěné poruchy reflektivní činnosti, snížení bioelektrické aktivity mozku, změny přenosu mezi neurony. Možné odchylky v práci endokrinního systému. Prvním příznakem churavosti může být zvýšená vzrušivost, pak přichází fyzické a nervové oslabení. Obecný klinický obraz chronického působení elektromagnetického pole charakterizuje: bolesti hlavy, únava, zhoršení nálady, hypertonie, bradykardie, změna vodivosti srdečného svalu. Přidružené potíže mohou být slabost, přiměřeně nebo zjevně prokazatelné. Občas jsou zjištěné nepatrné i nestabilní krevní změny.

Dalším problémem, který provází některé hráče, je nedostatek pohybu. Dlouhodobé sezení je zátěží pro páteř a následkem toho je časté špatné zakřivení páteře, ztenčení kostní tkáně, artritida kloubů a velký počet dalších zdravotních problémů, navazujících na tyto nemoci. Ještě jedna rozšířená nemoc, spojená s počítačem, je syndrom karpálního tunelu, který se projevuje poškozením prostředního nervu, který vede mezi šlachami. Ten je velmi častým problémem. Primář pražské Psychiatrické léčebny v Bohnicích K. Nešpor o něm zmiňuje toto: „*Zápěstí lze přirovnat ke skutečnému tunelu, kde se mezi kostí a vazem tísní cévy a nerv. Jestliže zanícené šlachy zduří, může být v tomto průchodu – v karpálním tunelu těsno. Zvýšeným tlakem pak trpí především nerv. K příznakům patří brnění, snížená citlivost palce, ukazováku a vnitřní strany prostředníku, někdy bolest vystřelující až do ramene. Klesá svalová síla při stisku. Bolest se nemusí vůbec objevit nebo se objevuje až mnoho hodin po té, co práce s klávesnicí skončila. Nejedná se o zanedbatelný problém. V roce 1994 bylo v USA zaznamenáno 300 000 případů RSI, z nichž 43 % připadalo na syndrom karpálního tunelu.*“[40]

Základními nemocemi páteře, rozvíjejícími se v důsledku dlouhotrvajícího sezení za počítačem, jsou: osteochondróza a zakřivení páteře. Jestliže je riziko vývoje zakřivení páteře větší v raném věku, pak osteochondróza je nebezpečná pro všechny věkové kategorie. Jednou z příčin vývoje zakřivení páteře je špatné držení těla během sezení za stolem. Tím pádem dítě, které během učení ve škole a doma za počítačem nesedí vzpřímeně a špatně drží tělo, nejspíš vyroste se zakřivenou páteří. Je nutné podotknout, že zakřivení páteře může mít negativní vliv na správnou funkci vnitřních orgánů.

To je výčet několika zdravotních problémů, jež mohou být způsobeny vysedáváním u počítačových her. Spolu se zdravotními a psychickými problémy se u hráče objevuje i riziko závislosti. Dané téma rozeberu podrobněji v následující kapitole.

---

[40] NEŠPOR, Karel. Počítače, Internet a ochrana zdraví uživatele [online]. c2000. Praha: Prague Internet World, 18.4.2000, 9 s.

1.7 Závislost

1.7.1 Závislost jako problematika a její příznaky

Abychom se mohli zabývat otázkou, existuje-li fenomén závislosti na internetu, musíme vyjít z definování obecné závislosti, ze které pak závislost na internetu vychází a je odvozena.

Pro pojem závislost se využívá ve většině případů definice podle 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí, tedy: „Syndrom závislosti: Je to skupina fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky (které mohou, avšak nemusí být lékařsky předepsány), alkohol nebo tabák. Návrat k užívání látky po období abstinence často vede k rychlejšímu znovuobjevení jiných rysů syndromu, než je tomu u jedinců, u nichž se závislost nevyskytuje."[41]

Definitivní diagnóza závislosti by se obvykle měla stanovit pouze tehdy, jestliže během jednoho roku došlo ke třem nebo více z následujících jevů:[42]

1. silná touha nebo pocit nutkání po dané látce,
2. potíže sebeovládání během užívání látky,
3. fyziologické příznaky při odvykání, kdy se zmenšuje dávka či se zcela přestává s příjmem látky, aby se předešlo příznakům, které daná látka vyvolává,
4. přesvědčení o toleranci vytvořené příjmem nižších dávek, následuje potřeba příjmu většího množství látky,
5. zanedbávání jiných zájmů nebo potěšení z důvodu užívání dané látky, díky níž se zvýší množství času, které potřebuje daný jedinec k získání či příjmu látky, nebo k regeneraci po jejím účinku,
6. pokračování užívání dané látky i přes to, že jedinec zná následky dané škodlivostí látky, která má dopad na jeho zdraví.

---

[41] Management of substance abuse: Dependence syndrome. World Health Organization [online]. [cit. 2018-03-19]. Dostupné z WWW: http://www.who.int/substance_abuse/terminology/definition1/en/

[42] Management of substance abuse: Dependence syndrome. World Health Organization [online]. [cit. 2018-03-20]. Dostupné z WWW: http://www.who.int/substance_abuse/terminology/definition1/en/

Po přečtení takového seznamu bychom zjistili, že závislost na internetu, komunikačních médiích nebo hráčství není závislostí v pravém slova smyslu. Vzhledem k tomu, že toto návykové chování má některé společné rysy se závislostí jako takovou, lze ji takto označit.

Výzkumem závislostí se zabývají nejen medicinské disciplíny, jako jsou psychiatrie, psychoterapie nebo psychologie, ale taky sociologie nebo filosofie. Existuje také zvláštní věda – adiktologie. Výsledkem průzkumu této vědy za poslední deset let je změna chápání mechanizmu a podstaty závislosti. Pod termínem "Závislost" se teď považuje libovolná forma existence, při které se člověk snaží uniknout realitě v okamžiku, kdy se mu realita zdá být diskomfortní a nepřátelská, místo toho, aby to začal řešit. Přitom nejčastějším řešením úniků se stává stav uměle změněného vědomí.

1.7.2 Závislost na počítači a internetu

Jak již bylo zmíněno, to, zda o závislosti na internetu a počítačích lze mluvit přímo jako o patologické závislosti, je otázka k diskuzi. Blinka[43] upozorňuje stejně jako Nešpor[44], že za tímto pojmem jsou skryty spíše symptomy širších problémů. Vzhledem k tomu, že i online závislosti mají v sobě skryty komponenty, které přinášejí do reálného života problémy, můžeme problém nadměrného užívání počítače a internetu označit za „závislost".

Počítač se stává nejen pracovním nástrojem, ale začíná mít vliv i na chování člověka a na jeho sociální styky a vztahy. Mění se postoj člověka k okolnímu světu, vzniká tzv. „Homo informaticus" – člověk informační, protože systém „člověk-člověk" se zaměňuje systémem „člověk-počítač", což vede k mnoha negativním následkům: emotivnímu odcizení, desocializaci, transformaci vědomí, racionalizaci psychické aktivity a destruktivním změnám psychiky. Některé průzkumy ukazují vznik nového typu osobnosti –„virtuální osobnosti" [45]. Nejvíc citlivou k těmto změnám je psychika dětí, dorostenců a mladých lidí. Z tohoto důvodu se problém počítačové závislosti stává víc a víc aktuální, jelikož se víc a víc podepisuje na zdraví člověka a začíná mít globální rozměry. Počítačová závislost je jednou z forem adiktivního chování.

---

[43] BLINKA, Lukas a kolektiv. Online závislosti: jednání jako droga? : online hry, sex a sociální sítě: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba. Vyd.1. Praha: Grada Publishing a.s., 2015. 200 s. ISBN 978-80-247-5311-9.

[44] NEŠPOR, Karel. Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. 150 s. ISBN 80-7178-432-X.

[45] Sherbina, VI Online communities from the perspective of sociological analysis. Experience reflection of becoming "cyber - communicative continuum " / VI Nick. - Zaporozhye: Prosvita, 2001.

Psychický stav, při kterém je charakteristická silná, neodbytná touha použít internet a neschopnost přestat ho používat – Internet Addiction Disorder neboli porucha závislosti na internetu (IAD). Pojem IAD poprvé použil v roce 1995 newyorský psychiatr Ivan Goldberg, který označil následující hlavní symptomy této psychické poruchy: používání počítačových her vyvolává negativní stresový stav nebo distres; hrání her uděluje újmu fyzickému, psychickému, meziosobnímu, ekonomickému či sociálnímu statusu.[46]

Griffiths považuje závislost na internetu za formu technologické závislosti.[47] Technologickou závislostí rozumíme ne-chemickou (behaviorální) závislost, která zahrnuje přehnanou interakci člověk – počítač. Ty mohou být buď pasivní (např. televize) nebo aktivní (počítačové hry, chaty) které obvykle obsahují posilující, zpevňující prvky, které mohou přispívat k vytváření závislosti. Také zahrnují ústřední komponenty závislosti, jako jsou salience, změna nálady, tolerance, abstinenční příznaky, konflikt a rekurence. Podle Griffithse může být libovolná aktivita naplňující tyto kritéria operativně definována jako závislost:

1. Salience – pokud se internet stane nejdůležitější aktivitou v jedincově životě a dominuje myšlení (zaobírání se internetem), pocitům (bažení) a chování (deteriorizace sociálního jednání).
2. Změna nálad – subjektivní zážitky, které jsou popisovány jako důsledek vystavení se internetu (pocity vzrušení, flow stav nebo paradoxně uklidňující pocity úniku a znecitlivění).
3. Tolerance – proces, kdy dochází ke zvýšení potřeby časové a obsahové expozice k dosažení původního efektu.
4. Abstinenční příznaky – nepříjemné pocity a/nebo fyzické důsledky náhlého snížení nebo přerušení expozice internetu (podrážděnost, náladovost).
5. Konflikt – konflikty mezi uživatelem internetu a blízkými osobami (interpersonální konflikty), konflikty s jinými aktivitami (zaměstnání, společenský život, koníčky a zájmy) nebo intrapsychické konflikty v samotném uživateli (ztráta kontroly) plynoucí z užívání internetu.
6. Rekurence – relapsy, kdy se mohou původní vzorce jednání navrátit i po mnohaleté abstinenci na stejné nebo dokonce vyšší úrovni. (podle Griffiths, 2006)

Youngová rozdělila široký pojem „internetové závislosti" do pěti specifických oblastí následovně:

1. Kyber-sexuální závislost: kompulzivní využívání internetových stránek s pornografickým materiálem.

---

[46] Dostupné z WWW: http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html

[47] Griffiths, M.D., Grusser, S. & Thalemann, R. (2006). One in nine gamers possibly addicted. Tisková zpráva.

2. Kyber-vztahová závislost: abnormální zaujetí online vztahy.
3. Kompulzivní jednání na síti: obsese online sázením, nakupováním.
4. Informační přetížení: Kompulzivní "surfování" nebo prohledávání databází.
5. Závislost na počítačových hrách: Obsesivní hraní počítačových her.[48]

Ke dnešnímu dní existují dvě základní definice poruchy, spojené s počítačem. První definici internetové závislosti nabízel Ivan Goldberg, který pod pojmem internetové závislosti bral poruchu chování v důsledku využívání internetové sítě a počítače.

Psycholožka Kimberly Youngová uvedla druhý pojem – patologické užívání internetu (Pathological internet use – PIU)(1998), a zdůraznila následující charakterní příznaky: člověk závislý na internetu se stále více internetem zabývá, více, než původně pro tu chvíli zamýšlel, je neschopný se v tomto směru kontrolovat a je podrážděný či depresivní při snaze toto jednání omezit; lže v tomto ohledu svým blízkým, riskuje ztrátu významných vztahů či profesních příležitostí a utrácí na internetu příliš mnoho času či peněz.[49]

Dalším uznávaným odborníkem přes internetovou závislost je čínský doktor Tao Ran. Ten zveřejnil ve spolupráci se svými kolegy vlastní kritéria stanovující diagnózu. Je přesvědčen, že jeho kritéria lépe oddělí závislé na internetu od běžných uživatelů, než jak tomu je u metod jeho kolegů. Pro diagnostikování závislosti musí uživatelé alespoň po dobu 3 měsíců na internetu trávit 6 hodin denně a více. Dále pak musí uživatel internetu splňovat první dvě z následujících kritérií a alespoň jedno ze zbývajících šesti[50]

1. Posedlost: silná touha po internetu. Často přemýšlí o předchozí činnosti na internetu nebo o tom, co na internetu později bude provozovat.
2. Vysazení: po několika dnech bez internetu se začíná měnit nálada – podrážděnost, úzkost.
3. Tolerance: pro dosažení potřebného uspokojení má potřebu trávit na internetu čím dále více času.
4. Problémy s kontrolou: touha omezit/přestat užívat internet nebo neúspěšné pokusy o omezení/ukončení užívat internet.

---

[48] Widyanto, L. & Griffiths, M. (2006). „Internet addiction: A Critical Review". International Journal of Mental Health and Addiction, vol. 4, number 1.

[49] KALINA, Kamil a kol. Základy klinické adiktologie. Praha: Grada Publishing a.s., 29. 9. 2008; s. 245; ISBN 978-80-247-1411-0.

[50] Ran, Tao. 2010. *Proposed diagnostic criteria for internet addiction.* Dostupné z WWW: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1360-0443.2009.02828.x/pdf>.

5. Nebere v potaz negativní dopady: nadměrné užívání internetu i přes očividná negativa, která mu internet s sebou přináší.
6. Ztráta sociální komunikace a koníčků v důsledku nadměrného užívání internetu.
7. Zmírnění negativních emocí: využívá internet k zmírnění pocitu bezmocnosti, viny, či úzkosti.
8. Lhaní přátelům a příbuzným: snaží se zatajit, kolik času využíváním internetu skutečně tráví.

Internet, stejně jako online hry, nabízí člověku bezpečnou virtuální realitu, bezpečný svět, ve kterém se může volně pohybovat, nabízí také poměrně vysoký stupeň anonymity. Současně je mu umožněno do této virtuální reality zakomponovat i fantazijní produkce. Příčinou té závislosti je nespokojenost s reálným životem, problematické osobní reálné vztahy a s tím spojené pocity frustrace.

Díky těmto a jiným výzkumům můžeme říci, že závislost na internetu má v mnohém podobné jak příznaky, tak i důsledky jako jiné závislosti. Kromě závislosti na užívání určité látky můžeme být závislí na konkrétní činnosti. Mluvím o chronické poruše, která se rozvíjí na pozadí přirozené touhy člověka po změně vědomí, myšlení, vnímání nebo prožívání. Vzniká nekontrolovatelné nutkání opakovat své chování bez ohledu na dlouhodobé následky. Dochází ke ztrátě kontroly nad svým chováním a prohlubuje se stav nelibosti při přerušení. Mechanismus vzniku závislostí je podobný jako u látkových závislostí, i když zpravidla přímo nepoškozují tělo člověka, jak se děje v důsledku intoxikace. Závislost na procesu, nelátková závislost a drogová závislost mají společné charakteristiky, zejména pozvolný, plíživý a neuvědomělý vznik, neostrou hranici mezi využíváním, používáním, problémovým užíváním a závislostí. Z těchto důvodů můžeme přirovnat závislost na internetu k drogám.

Jak již bylo zmíněno, závislost na online hrách se řadí do skupiny závislostí na internetu nebo počítači. A protože internet poskytuje mnoho možností, závislost se může projevit jako hraní her, především pak online her. Jeden z prvních badatelů internetu profesor John Suler navrhuje termín „závislost na kyberprostoru" („Cyberspace Addiction"), která by jednoduše zahrnovala jak závislost na počítačích, tak na internetu, počítačových hrách, chatu, nakupování a všech dalších jevech spojených s virtuálním prostorem.[51] Kyberprostor je významnou základnou pro moderní systémy *virtuální reality*[v], které poskytují interaktivitu. Virtuální realitu tvoří virtuální světy. Virtuální svět je druh *online komunity*[vi], která má často formu počítačově simulovaného prostředí, pomocí kterého můžou uživatelé vzájemně

[51] Suler J. Computer and Cyberspace Addiction// 1996. Dostupné z WWW: http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/cybaddict.html

interagovat, vytvářet a užívat objekty[52]. Tím si vytváří sociální síť, která opět může být jedním z důvodů směřujících k patologickému nadužívání. Výzkumníci souhlasí, že nadužívání počítačových her může vést k závislostnímu chování[53]. Virtuální světy jsou různorodé a jsou vytvořeny pro různé účely. Nejpopulárnější a nejvíce rozšířený svět je MMORGP[54].

1.7.3 Závislost a MMORPG

Pro tuto práci je nejvýznamnějším segmentem počítačových her tzv. MMORPG. Tento žánr her svými specifiky vysoce převyšuje ostatní hry v potenciální hrozbě závislosti. Jako konkrétní příklad si uveďme doktora Mohameda K. Khana, předsedu Rady pro Vědu a Veřejné Zdraví[55]. Ve své desetistránkové zprávě se snaží tuto myšlenku ospravedlnit a říká, že závislost se může projevit u všech online počítačových her. Zdůrazňuje ale, že největší hrozbou jsou právě MMORPG, kde hráči sociálně zaostávají a dávají přednost virtuálním vztahům a zážitkům před reálnou sociální interakcí[56]. Při porovnávání kvality MMORPG přátelství s reálnými vztahy 39,4% mužů a 53,3% žen uvedlo, že jejich MMORPG přátelé jsou srovnatelní nebo lepší, než jejich reální přátelé[57]. Hráči by raději trávili čas ve hře než s reálnými přáteli, mají více zábavy s herními přáteli, zjistili, že je snazší hovořit s lidmi ve hře a cítili se zde i šťastnější než kdekoliv jinde. Kimberly Youngová se domnívá, že lidé hrající MMORPG hry se stanou závislými na hře, ponoření, komunikaci i online komunitě a dávají jí přednost před skutečnými přáteli a rodinou.

U osoby, kterou ovládla online hra, probíhají negativní psychické změny. Taková osoba si začíná plést realitu s virtuálním světem, přitom realita u ní vyvolává negativní emoce, jelikož v reálnem světě hráč nemá takové nadlidské možnosti, které má v herním světě. Z tohoto

---

[52] Bishop, J. (2009). Enhancing the understanding of genres of web-based communities: The role of the ecological cognition framework. International Journal of Web-Based Communities, 5(1), 4-17.

[53] Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. Media Psychology, 12, 77-95

[54]Dostupné z WWW: https://journals.muni.cz/revue/article/viewFile/3969/pdf

55 The Council on Science and Public Health

[56] Khan, Mohamed. 2007. REPORT OF THE COUNCIL ON SCIENCE AND PUBLIC HEALTH. [Online] Psych Central, 2007. Dostupné z WWW: https://psychcentral.com/blog/images/csaph12a07.pdf

[57] Kimberyl Young, Addiction to MMORPGs: Symptoms and Treatment. [Citace: 11-4-2018] Dostupné z WWW: http://www.netaddiction.com/articles/addiction_to_mmorpgs.pdf

důvodu se pro hráče realita stává nežádoucí a krátké přestávky v herním procesu vyvolávají ještě větší touhu po ponoření se do světa virtuálních fantazií.

Podle studie britského institutu International Gaming Research Unit[58], které se zúčastnilo zhruba 7.000 hráčů online her, až 12 procent z nich jeví známky závislosti, jako jsou například problémy se sebeovládáním nebo podrážděností.

Závislost na on-line hrách se řadí do skupiny závislostí na internetu nebo počítači. Zde uvádím hlavní znaky závislosti na on-line hrách:

1) Hra baví hráče dlouhodobě stále stejně, zatímco u jiných po čase nadšení a zájem o novou hru opadá.
2) Hráč zanedbává hygienu a jídlo, práci či učení; naopak využívá stimulační drogy, aby udržel svoji pozornost.
3) Přednost je dávána mezilidským vztahům vytvořeným přes internet před reálnými.
4) Hráč má nutkavé myšlenky na hraní.
5) U hráče se projevuje nervozita, když někde není přístup k internetu. Hráč ztrácí zájem o okolní dění a reálný svět.
6) Poruchy spánku[59]

Výzkum rozdílů mezi hráči offline her a MMORPG provedl Ng & Wiemer-Hastings. Autoři považují za jeden z hlavních rozdílů fakt, že online hry nikdy nekončí, stále se vyvíjí, obsahují sociální a kompetitivní aspekty, které v důsledku znamenají to, že pokud chce online hráč dosáhnout úspěchu, musí hře věnovat mnohem více času.[60] Uvádí se průměrně okolo 25 hodin hraní za týden, což je oproti offline hrám mnohem více. Časté je hraní bez pauz, 50 % hráčů hrálo někdy i 10 hodin vkuse a 80 % hrálo 8 hodin vkuse.[61]

Mechanizmus vytváření herní závislosti je založen na ambicích a potřebách, které si hráč částečně ani neuvědomuje: útěk z reality a ztotožnění s rolí hlavního hrdiny v herním světě.

---

[58] Jiří Macich, Závislost a online hry. Dostupné z WWW: http://www.lupa.cz/zpravicky/zavislost- a-online-hry/

[59] Projevy závislosti na on-line hrách, Dostupné z WWW http://www.konechry.cz/info/o- zavislosti/projevy-zavislosti-na-online-hrach.html

[60] Ng, B., Wiemer-Hastings, P. (2005). „Addiction to internet and online gaming “. Cyberpsychology and Behavoir, vol. 8, nr. 2, p. 110-113.

[61] WILLIAMS, Dmitri, Nick YEE a Scott E. CAPLAN. Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. Journal of Computer-Mediated Communication. 2008, 13(4), 993-1018. ISSN 10836101.

Tyto mechanizmy pracují nezávisle na vědomí člověka a charakteru motivace herní činnosti a aktivují se ihned po seznámení člověka s počítačovými RPG hrami a začátkem více či méně regulárním hráním. Tím pádem nezávisí na tom, čím se člověk řídí a co ho motivuje, když poprvé zkusí herní proces, aktivuje se systém formování závislosti a v následujících stádiích touha, na které je založen převládající mechanizmus, začíná mít nejdůležitější význam v motivaci herní činnosti.

Nyní prozkoumáme každý z těchto mechanizmů:

Útěk z reality

Základem tohoto mechanizmu je touha člověka po distancování se od každodenních problémů. Jenže uniknout realitě lze jen jedním způsobem, a to ponořením se do jiného světa – virtuálního. Počítačová RPG hra je jednoduchý a dostupný způsob modelování jiné dimenze nebo takových životních situaci, které člověk nikdy nezažil, ani nezažije. Realita se začíná zdát cizí a nebezpečnou, protože hráč nemůže dělat to, co je mu dovoleno ve virtuálním světě.

Přijetí virtuální role

Základem tohoto pojmu je touha po hře jako takové, která žije v každém z nás. A taky snaha o přijetí role počítačového hrdiny, která dovoluje hráči uspokojovat ty potřeby, které nemůže uspokojit z různých důvodů v reálném světě. Poté, co si člověk několikrát online hru zahraje, pochopí, že toto je způsob, jak dosáhnout jistého uspokojení ve věcech, které nejsou dostupné v reálném světe – hra vám dává více či méně neomezené možnosti, svobodu a varianty rozvoje děje. Ve hře si počítačového hrdiny všichni váží, jeho rozhodnutí jsou respektovaná, je silný, může zabít stovky nepřátel, jednoduše je superhrdina. To je pro hráče velice příjemný pocit – vžít se do jeho role, protože v reálném světe jen málokdo může mít takové možnosti.

Pokud chceme lépe porozumět podstatě závislostního chování, můžeme použít Maslowovou pyramidu (hierarchie lidských potřeb), protože všechny tyto potřeby lze uspokojit i v online světě.

Obrázek 2 Maslowova pyramida potřeb

Při zamyšlení se nad oblastí MMORPG her přijdeme na to, že kombinace MMORPG her a dalších možností, co nám nabízí internet, nám tyto potřeby umí taktéž uspokojit.[62] Fyziologické potřeby nelze jednoduše uspokojit za pomoci internetu, proto dochází k potlačování těchto potřeb. Uspokojování dalších potřeb je v prostředí internetu jednodušší, neboť na rozdíl od reálného světa je v online světě snazší řešit neúspěch, ten lze v úspěch proměnit pouhým opakováním.[63]

Hráči MMORPG se dají podle míry závislosti na hře a intenzity hraní rozdělit do následujících sedmi kategorií:

- **Příležitostný hráč.** Pokud se nudí a nemá co dělat, zapne si online hru a stráví u ní pár hodin času.
- **Občasný hráč.** Jednou za čas se střídavou pravidelností hraje obline hry nebo MMO. Baví ho to a užívá si to, jen na to nemá tolik času. Hraje cca 4–6 hodin týdně, jak mu to vyjde. Většinou večer doma, když zrovna nikam nejde, nebo o volných víkendech. Občasný hráč má ještě stále výrazný společenský život, ale hry se mu už občas promítají i do reálného života.

---

[62] KOPECKÝ, Kamil. Úvod do problematiky netolismu [online]. 2011. Dostupné z: https://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/331-uvod-do-problematiky-netolismu

[63] KOPECKÝ, Kamil a kol. Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. s. 103. Monografie. ISBN 978-80-244-4861-9.

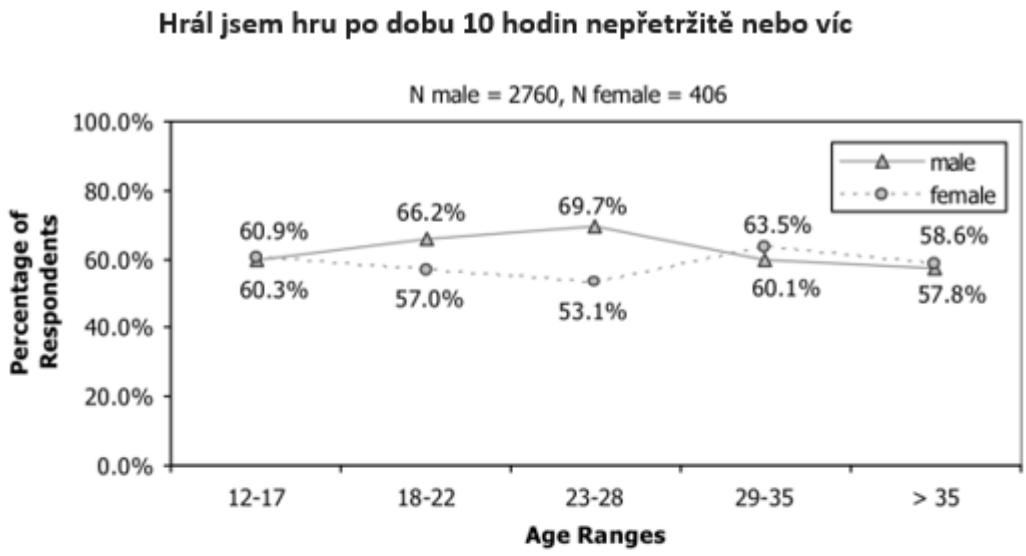
- **Střídmý hráč.** Hraje téměř pravidelně, baví ho to, a na hry si udělá čas poměrně často. Takové dvě hodiny obden je normální dávka, má však tendenci ji přesahovat. Jeho zkušenosti na poli her jsou už poměrně slušné, což se promítá do jeho osobního reálného života. Vzhledem k tomu, že několik z jeho přátel jsou také hráči, často padá řeč právě na téma her.
- **Ortodoxní hráč.** Milovník her, který s nimi tráví poměrně velkou část svého volného času. Ortodoxní hráč má stále ještě společenský život. Chodí ven, na koncerty, do klubů, jen často hraje hry. Dívá se na to s nadhledem, hraje pro pobavení a odreagování. Ortodoxní hráče udržuje od další kategorie většinou práce a silný charakter.
- **Pařan**. Znalec her. Hry tvoří jeho volný čas, jsou jeho zálibou a koníčkem. Pařani jsou většinou lidé pohybující se v IT oboru, kteří mají s výpočetní technikou tak úzký vztah, že s ní tráví i svůj volný čas. Denní dávka hraní je pro pařana samozřejmostí.
- **Závislák**. Pařan, co hrám zaprodal celou svou duši. Kudy chodí, tam myslí na to, jak dnes dodělá další level. Co se času stráveného u her týče, od pařana se příliš neliší. Rozdíl je jen v tom, jak na celou situaci nahlíží. Těžko se soustředí na jiné věci, než na hru. Jeho pracovní/studijní výkony prudce klesají a je stále unaven z celonočního hraní.
- **Shluk bílkovin**. Duchem nepřítomný, kofeinem nadopovaný shrbený shluk bílkovin připomínající člověka. Tuto skupinu můžeme považovat spíše jako extrémní výkyv u závisláka, či pařana. Veškerý svůj čas a energii věnuje hraní. Tento jev můžeme nejčastěji pozorovat u studentů v době prázdnin.[64]

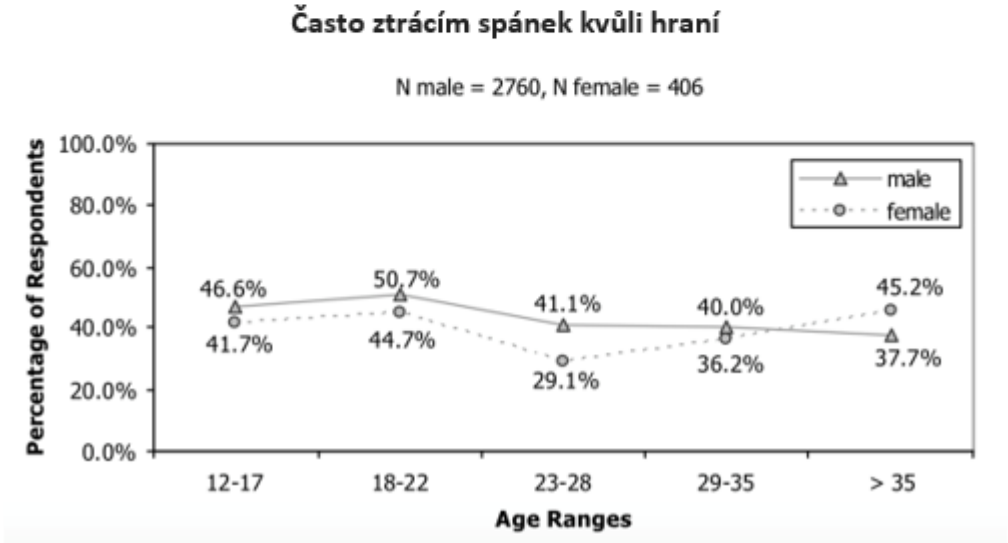
Dle Nicky Yee je hraní MMOG jako Skinnerova skříňka, což je nástroj k podmiňování. Do skříňky je umístěné zvíře, které získává odměnu či trest podle provedeného úkonu. Opakováním se docílí upevnění, tedy naučeného chování.[65]Yee se zabývá patologickým hraním MMORPG ve svém výzkumu Ariadne – understanding MMORPG addiction. Dotazník byl prováděn na hráčích Everquestu (největšího MMORPG v roce 2002).

---

[64] David Kopecký, Co vlastně chceme od MMORPG. Dostupné z WWW: http://mmogames.cz/kategorie/clanky/co-vlastne-chceme-od-mmorpg-2-cast-hra-realita-zavislost- chovani-105/

[65] YEE, Nicky. Ariadne. Understanding MMORPG Addiction [online]. [cit. 2018-03-30]. Dostupné z: http://www.nickyee.com/hub/addiction/addiction.pdf





Obrázek 3 Závislost na MMORPG dle Yee

Z grafiky je vidět, že více než 60 % respondentů hráli Everquest někdy déle než 10 hodin. Takže MMORPG vyžadují obrovské časové investice. A kolem 40 % udávalo, že kvůli Everquestu často přicházelo o spánek.

Aby se jednalo o závislostní chování na online hrách, musí být splněny všechny z těchto faktorů (shrnuto dle Blinka, Šmahel, 2011; Király a kol., 2014):

1) Význačnost – hraní se dostává na první úroveň, kolem níž se točí většina myšlenek (plánování hraní, plánování strategií), taktéž kvůli hraní dochází k odkládání dalších činností, dokonce i k odkládání základní hygieny a stravování.
2) Změny nálady – pozitivní změny nálady vyvolané při hraní. Schopnost snižovat stres (mood management) je hlavním motivačním faktorem, je tedy možné, že ve stresovém období dochází k větší tužbě hrát online hry.

3) Tolerance – hraní zabývá stále více času, protože dosažení původních pocitů trvá stále více času.
4) Syndrom odnětí (abstinenční příznaky) – při nemožnosti hraní se objevují negativní pocity: nervozita, výbuchy vzteku, úzkost nebo depresivita.
5) Konflikt – nadměrný čas u online her způsobuje interpersonální konflikty (s rodinou, ve škole, v práci, v kolektivu přátel).
6) Relaps – i přes vědomí, že hraní způsobuje velké problémy v životě jedince, i v období své kontroly nad hraním, se vrací jedinec následně opět k hraní. Není schopný situaci sám řešit.[66]

Jednoznačně tedy můžeme konstatovat, že počítačové online hry jsou riskantnější než běžná práce s počítačem. Pro hráče je stresujícím faktorem to, že hra běží i ve chvíli, kdy on sám není připojen k počítači. Chce-li vědět, co je s jeho postavou, případně jak se děj hry vyvíjí, nezbývá mu než běžet k nejbližšímu počítači. A proto můžeme řadit patologický vztah k videohrám mezi návykové a impulzivní poruchy. Domnívám se, že videohry se budou stávat stále více pohodlným, levným a dostupným koníčkem, který představuje rychlé odreagování, možnost utéct z reálného světa a alespoň na chvíli se stát někým jiným. Doporučila bych však pamatovat, že ať už děláte cokoli, musí se to dělat s mírou.

2 Praktická část

V teto části bakalářské práce bude prezentován výzkum, který proběhl s hráči MMORPG, metodologie sběru dat a vyhodnocování výzkumu na základě zodpovězených otázek. Bude mě zajímat, jak je to se závislostí na počítačových hrách u mladistvých. Jak bylo uvedeno v teoretické části, časté a opakované hraní počítačových her, potažmo závislost na nich, může mít podle řady autorů značný dopad na osobnost těchto hráčů a já se to pokusím ověřit. Toto bude také cílem mého výzkumu – tedy zjistit, jaký vliv má četné hraní počítačových her na osobní život hráčů.

2.1 Cíl výzkumu

Cílem mého výzkumu je zjistit a popsat jednotlivé typy důsledků hraní MMORPG u hráčů a analyzovat jejich možné vztahy k herní závislosti. Zaměřím se zejména na prozkoumání vlivu závislosti na videohrách na společenský život respondenta. Zajímá mě mimo jiné

[66] BLINKA, Lukáš a kol. Online závislosti: jednání jako droga?: online hry, sex a sociální sítě: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba. Vydání 1. Praha: Grada, 2015. s. 115. Psyché. ISBN 978-80-210-7975-5.

konkrétní počty – kolik hodin respondenty u počítače hraním her stráví, kolik mají kamarádů, kolik času s nimi tráví apod. Prozkoumám také, jakým způsobem ovlivňuje závislost na hrách plnění školních a domácích povinností respondentů. Také budu se dotazovat, jak hraní počítačových her ovlivňuje jejich chování a prožívání, to znamená, zdali jsou respondenty např. agresivnější, nebo se naopak vlivem hraní cítí lépe, schopněji apod. Blíže je výzkum rozepsán v následující kapitole.

2.2 Metodologie

Výzkum byl proveden za pomoci dotazníkového šetření. Konstrukci dotazníku je možné prohlédnout si v příloze této bakalářské práce. Pokládané otázky jsou členěny věcně, logicky a systematicky. Dotazník byl anonymní a účelově vytvořen tak, aby korespondoval s mentalitou co největší části dotazovaných (nebyl omezen věkem, pohlavím, ani žádným jiným kritériem) a také, aby vyhovoval co nejvíce skupinám (nehráčům, malým hráčům, hráčům, velkým hráčům).

Výzkum byl realizován v období od 25.01.2018 do 30.02.2018 elektronickou formou, tedy konkrétně prostřednictvím webových stránek Survio.com. Seznamování veřejnosti s výzkumem probíhalo přes internet zasíláním upoutávek na veřejné stránky.

Získané odpovědi se automaticky shromažďovaly na webové stránce Survio.com, a to konkrétně v sekci “Analýza dotazníku”. Všechny otázky se postupně vyhodnocovaly prostřednictvím jednotlivých grafů, které znázorňovaly nashromážděné výsledky určité otázky.

2.3 Výzkumné otázky

V rámci výzkumu jsem stanovila následujících otázky:

VO1: Většina dotazovaných respondentů nevykazuje závislostní chování na online hrách.

K této výzkumné otázce se v dotazníku vázaly zejména otázky č. 5, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22

VO2: V důsledku trávení častého volného času hraním online her může být ohrožen vývoj u hráčů v oblasti zdraví, rodinného života a v oblasti psychosociální.

K této výzkumné otázce se v dotazníku vázaly zejména otázky č. 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 19, 22, 23

2.4 Dotazník a jeho výsledky

Otázka	Možnosti odpovědí	Odpovědí	
		Responzí	Podíl
1. Jaký je váš věk?	18-22	59	59
	23-29	28	28
	30-40	3	3
	Do 18	7	7
	Nad 40	3	3
2. Jste	žena	22	22
	muž	78	78
3. V současné době jsi	žák	1	1
	student	77	78,6
	zaměstnáný/á	15	15,3
	nezaměstnáný/á	5	5,1
4. V jaké mmo hrajete? *vyberte nejoblíbenější	Lineage 2	13	13
	RF Online	0	0
	Silkroad	0	0
	Rappelz	0	0
	World of Warcraft	55	55
	Aion	21	21
	PW Online	0	0
	Ultima Online	1	1

	Lord of The Rings	6	6
	Requiem Online	1	1
	Warhammer	3	3
	Ragnarok	0	0
5. Jak dlouho již hrajete v mmorpg?	méně než 3 měsice	8	8
	od 3 měsíců do 1 roku	3	3
	1-3 roky	10	10
	více než 3 roky	79	79
6. Kolik hodin týdně strávíte hraním her?	Do 5 hodin	37	37
	5-10 hodin	29	29
	11-19 hodin	19	19
	20-40 hodin	10	10
	Nad 40 hodin	5	5
7. Jak často jsi s kamarády během týdne v osobním kontaktu?	Každý den	6	6
	Obden	5	5
	Dvakrát do týdne	70	70
	Jednou do týdne	18	18
	Méně	1	1
8. Kamarádství na netu oproti kamarádství ve „skutečném“ životě (vyber jednu z možností)	je méně konfliktní	34	34
	můžu tam být lepším člověkem	30	30
	nikdy se s tím druhým nemusím potkat	30	30
	je to stejné, nevidím rozdíl	6	6

9. Navazování vztahu s druhým je na netu oproti tomu ve „skutečném“ světě	rychlejší	4	4
	snazší	7	7
	nestydím se	50	50
	je to stejné, nevidím rozdíl	39	39
10. Raději hraješ MMORPG, než abys šel s kamarády ven?	ano	11	11
	ne	89	89
11. Cítíš se lépe při hraní her, než ve společnosti kamarádů?	ano	16	16
	ne	84	84
12.Kvůli hraní trávím méně času s rodinou	Nikdy	44	44
	Téměř nikdy	36	36
	Často	15	15
	Skoro vždy	5	5
13. S rodiči mám dobrý vztah	Ano	74	74
	Ne	26	26
14. Zahraješ si ještě předtím, než jdeš do školy?	ano	48	48
	ne	52	52
15. Myslíš na hraní, pokud zrovna nehraješ?	ano	33	33
	ne	67	67
16. Jak byste popsal svoje postavení ve hře?	jeden z nejlepších hráčů (maximální úroveň a výbava)	18	18
	nadprůměrný (vysoká úroveň, dobré vybavení)	51	51

	střední (nízká úroveň, normální vybavení)	24	24
	podprůměrný (střední roveň, normální vybavení)	3	3
	začátečník (nízká úroveň, normální vybavení)	4	4
17. Jsem nervózní, naštvaný a agresivní, pokud nemůžu hrát, když chci	Ano	37	37
	Ne	63	63
18. Když hraji, cítím se být lepší, schopnější atd.	Ano	58	58
	Ne	42	42
19. Projevilo se hrání mmorpg někdy ve Vašem životě negativně?	Ne	54	54
	Ano, zhoršila se mi fyzická aktivita a zdraví	21	21
	Ano, zanedbával/a jsem školu	15	15
	Ano, účast způsobovala hádky ve vztazích	10	10
20. Už vám někdy někdo řekl, že hrajete příliš často?	Ano	53	53
	Ne	47	47
21. V případě, že začnete během hraní pociťovat fyzické potíže (bolest kloubů, zad), přestanete hrát?	Ano	84	84
	Ne	16	16
22. Často kvůli hře zanedbáváte práci/školu/povinnosti?	Ano	20	20
	Někdy	47	47
	Ne	33	33

23.Přináší vám hraní méně spánku a zhoršenou fyzickou aktivitu?	Ano	17	17
	Ne	62	62
	Někdy ano	21	21

Tabulka 1 Výsledky dotazovani

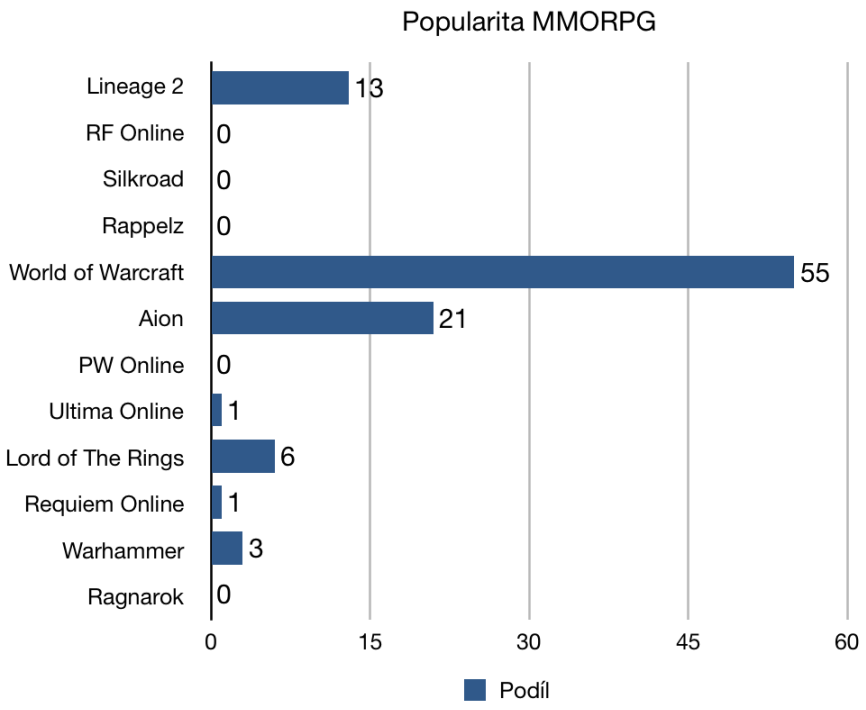
Dotazníkového výzkumu se zúčastnilo celkem 100 respondentů různých věkových skupin a různého pohlaví. Na otázky odpovídali zaměstnaní, nezaměstnaní, studenti a žáci. Věkový průměr všech zúčastněných osob je 18–25 let.

• 78 % tvořila mužská část populace

• 22 % tvořila ženská část populace

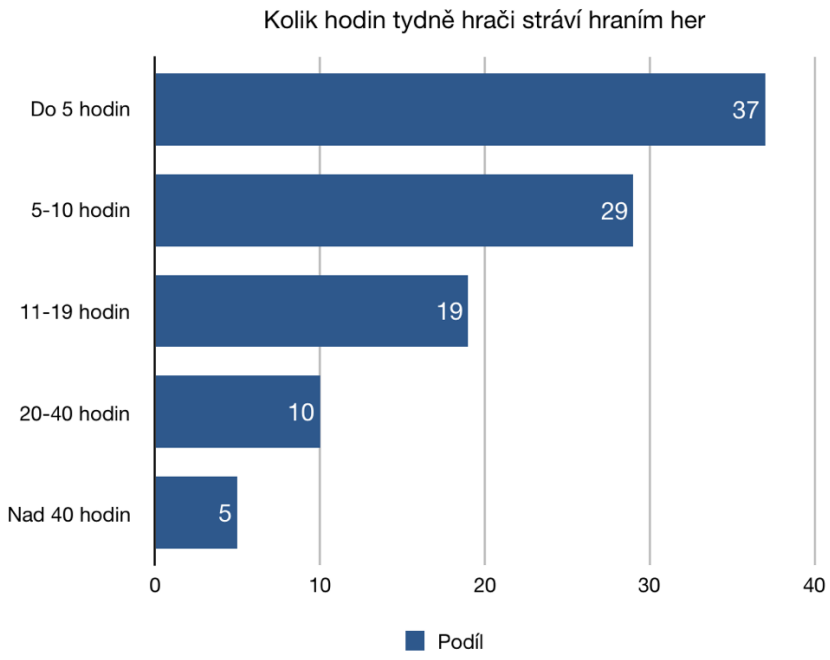
Z tohoto odpovídalo na otázky 15,3 % zaměstnaných, 5,1 % nezaměstnaných, a 78,6 % studentů. Děti ze všech zúčastněných mělo 1 % respondentů.

Více než polovina jsou hráči MMORPG her, kteří mají toto hobby déle, než tři roky. Během tohoto období průměrný hráč má vyzkoušeno více než 4 hry a nejpopulárnější z nich jsou uvedeny v grafu č.2:



Graf 2: Popularita MMORPG podle množstvi hračů

Podíl nejméně populárních her muže být snížen kvůli metodologii provedení průzkumu. Z níže uvedeného grafu vyplívá, že nejčastěji přiznaný čas, kteří dotazovaní tráví hráním online her, se pohybuje okolo 5 hodin týdně. Takto odpovědělo 37 % respondentů. Hned za nimi se objevovala často odpověď v rozmezí 5-10 hodin. 5 % dotazovaných uvádí, že tráví hraním maximum svého času, tedy více než 40 hodin (graf č.3):



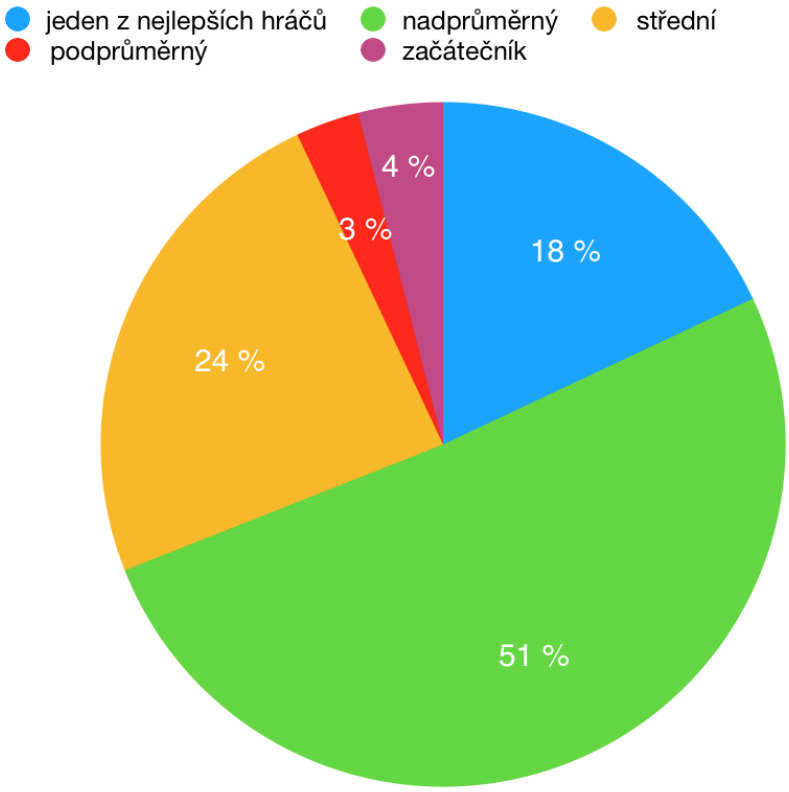
Graf 3: Množství času stráveného lidmi na MMORPG

V tabulce č. 2 je naznačen počet respondentů u sledovaných věkových kategorií. Ve věku 18–22 let hrají nejvíce respondentů v průměru 5 až 10 hodin, oproti tomu ve věkové kategorii 23–29 let označilo 12 respondentů nejčastěji časové rozmezí do 5 hodin jako průměrný čas strávený u MMORPG.

	Čas strávený na MMORPG (hodiny)				
Věk	**<5**	**5-10**	**11-19**	**20-40**	**>40**
18-22	19	23	10	4	3
23-29	12	3	5	6	2
30-40	1	1	1		
Do 18	4		3		
Nad 40	1	2			

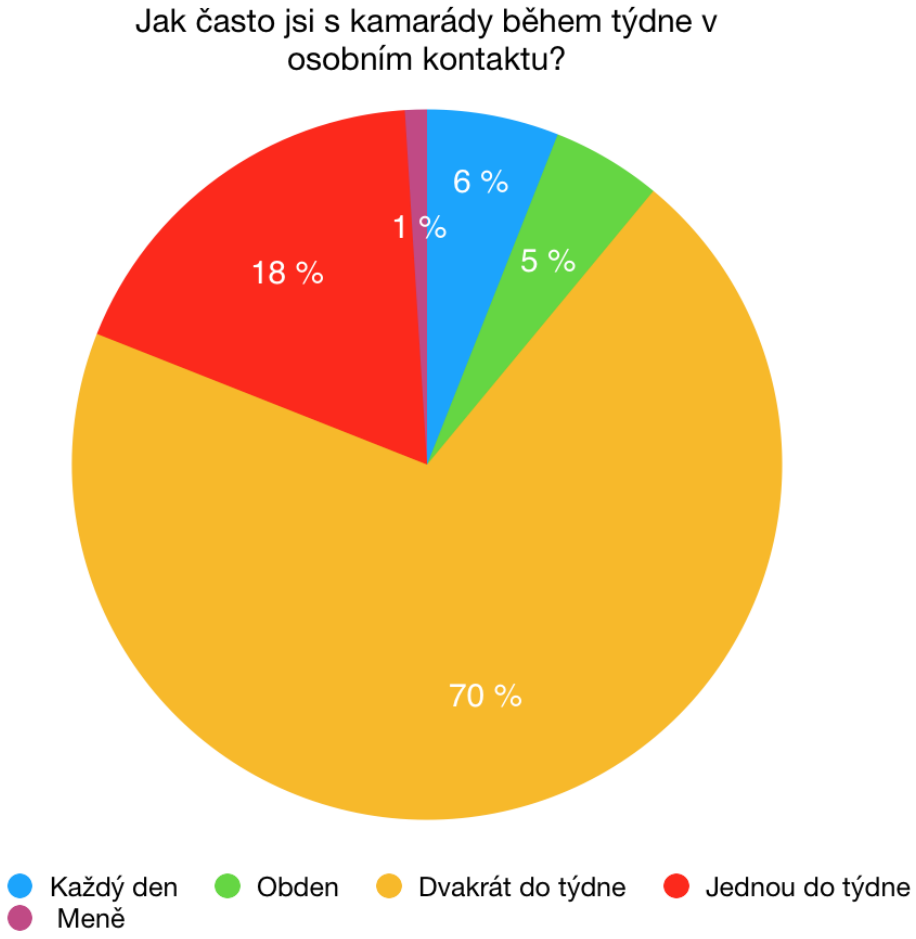
Tabulka 2

Přibližně polovina hráčů hodnotí svoje postavení ve hře jako ‚více než průměrné', což ukazuje na to, že se nadhodnocují. Okolo 18 % respondentů se řadí mezi top hráče (graf č. 4):



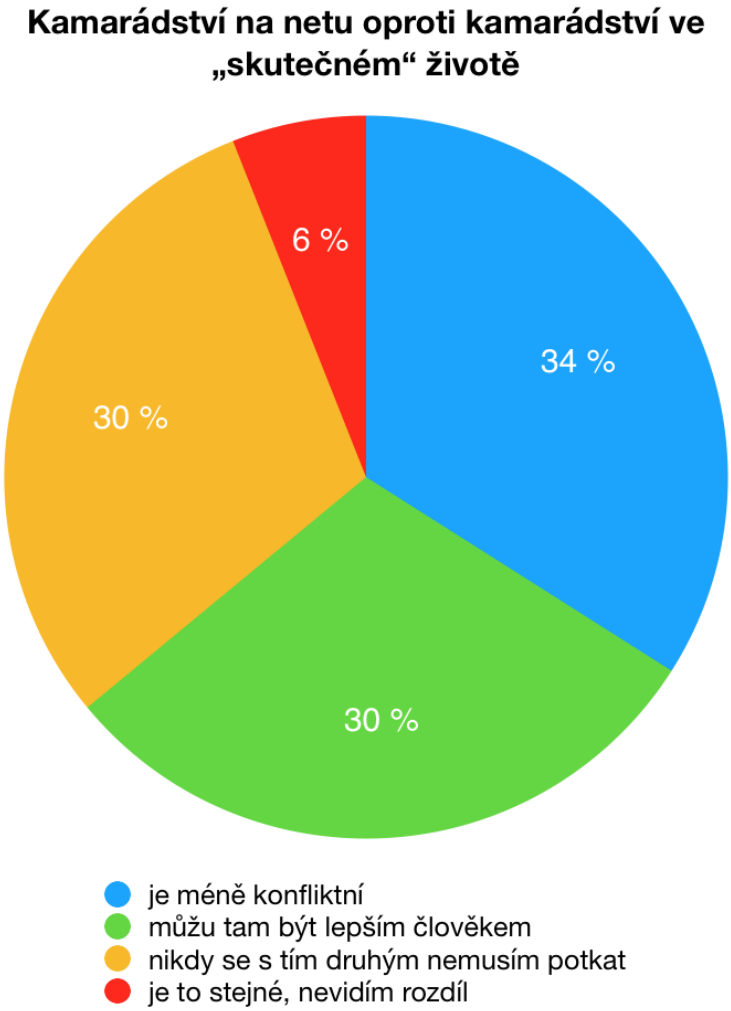
Graf 4: Hodnocení hráčů o jejich postaveni ve světě her

Více než polovina (70 %) respondentů uvedla, že se setkává se „skutečnými“ kamarády dvakrát do týdne. Rozmezí počtu respondentů, kteří se jednou do týdne potkali s kamarády, se pohybovalo kolem 18 %. Pravidelné osobní komunikace s přáteli potvrzuje necelých 6 % dotázaných a pouhých 5 % uvádí, že nejčastěji se setkali pouze obden. Přesné rozložení je zachyceno v grafu č. 5:



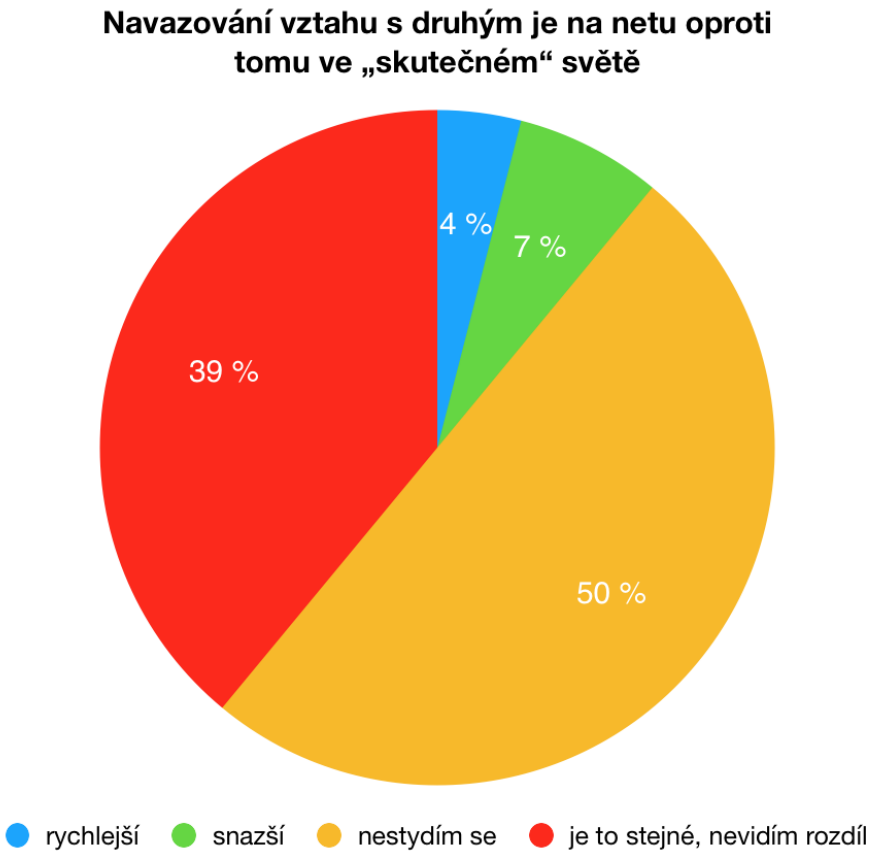
Graf 5: Množství času stráveného s kamarady

Na otázku “Kamarádství na netu oproti kamarádství ve „skutečném“ životě“ respondenti nejčastěji vybírali odpověď první, tedy že toto kamarádství je méně konfliktní, a to ve 34 %. Druhou nejčastější odpovědí byla možnost být tam lepším člověkem a nikdy se s tím druhým nemusím potkat, a to rovným dílem, nejméně děti vybíraly druhou možnost, tedy že “nevidí rozdíl”. Přesné rozložení odpovědí je zaznamenáno v grafu č. 6.



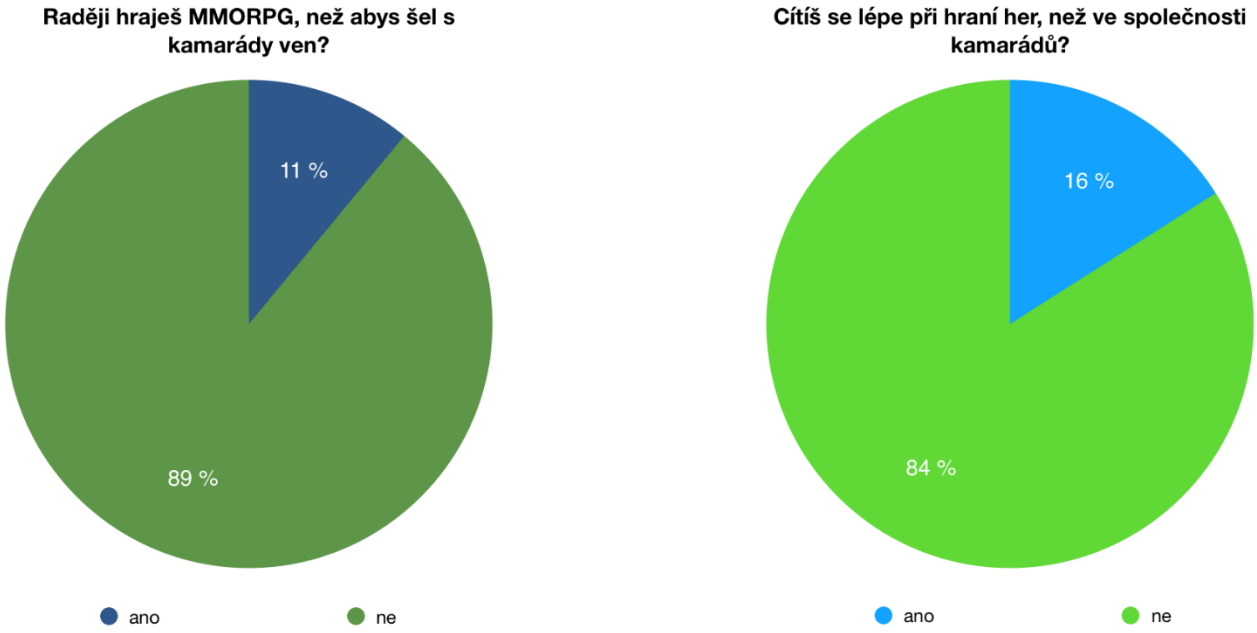
Graf 6: Kamarádství na netu

Nejčastější odpovědí byla třetí možnost, tedy že se tolik nestydí, druhou nejčastější odpovědí měli respondenti za to, že v tom žádný rozdíl není. Rozložení odpovědí je zaznamenáno v grafu č. 7



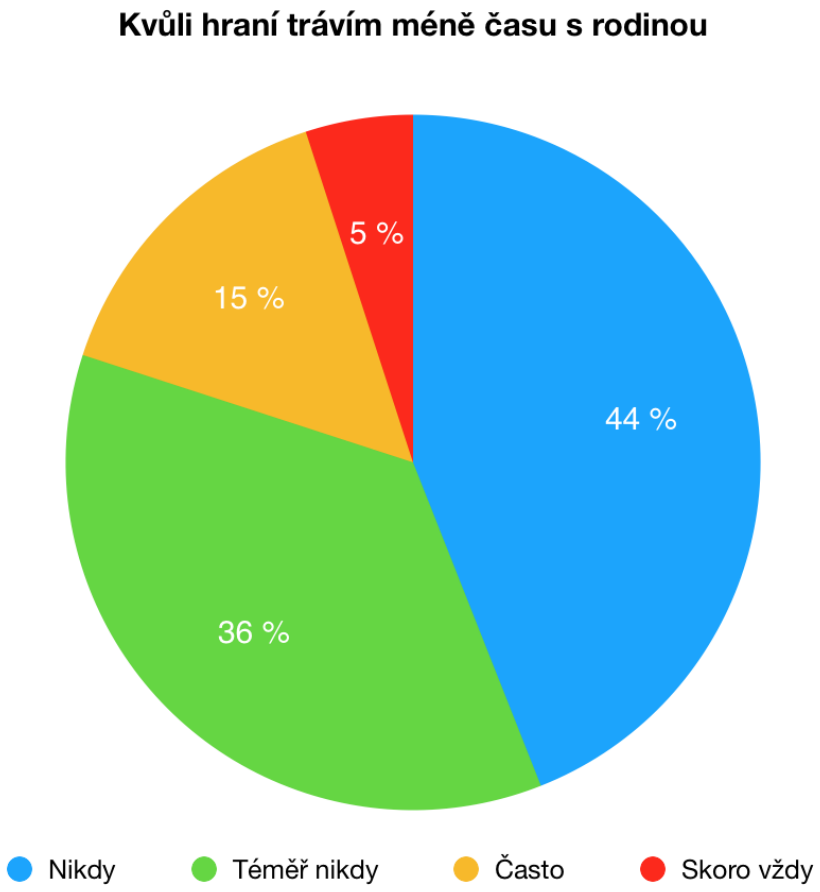
Graf 7: Vztah

Na otázky: „Raději hraješ MMORPG, než abys šel s kamarády ven?“ a „Cítíš se lépe při hraní her, než ve společnosti kamarádů?“ odpovídali respondenti podobně. Většinou respondenti dávají přednost času strávenému s kamarády před hraním her.



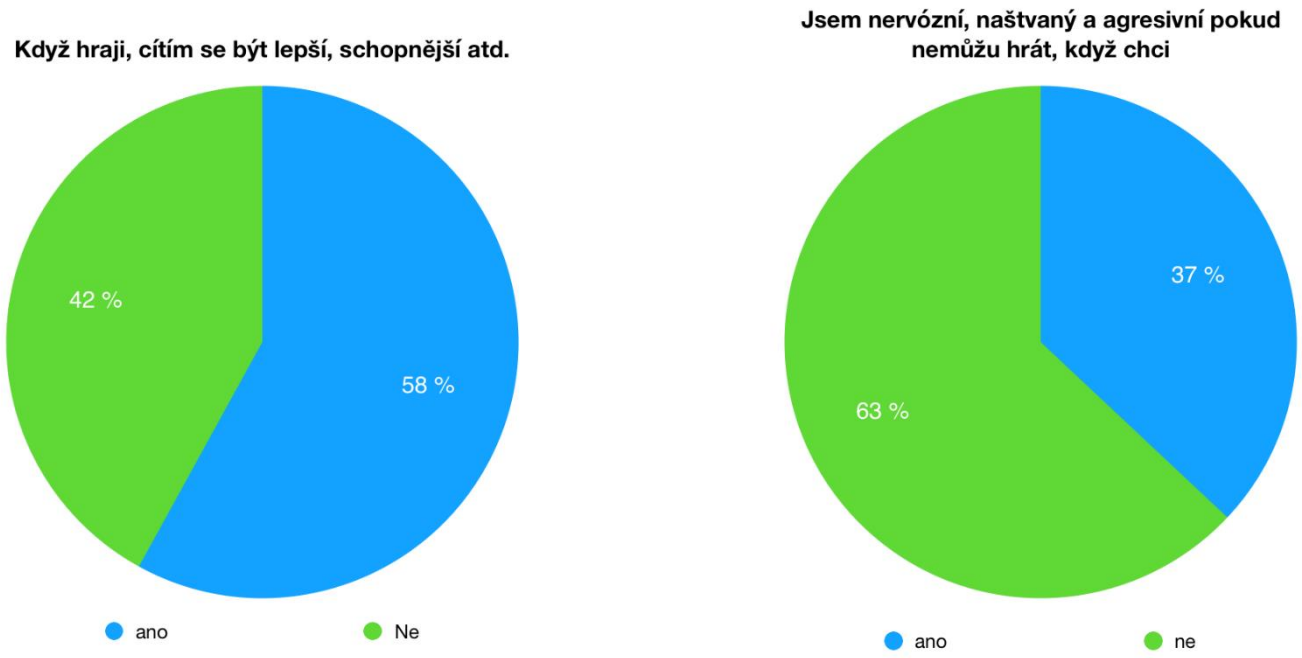
Graf 8: přednost kamaradů

Většina respondentů, tedy 44 %, uvádí, že hry nikterak neovlivnily jejich čas strávený s rodinou. Někteří z nich ale přiznávají, že kvůli hraní tráví meně času s rodinou (graf č. 9):



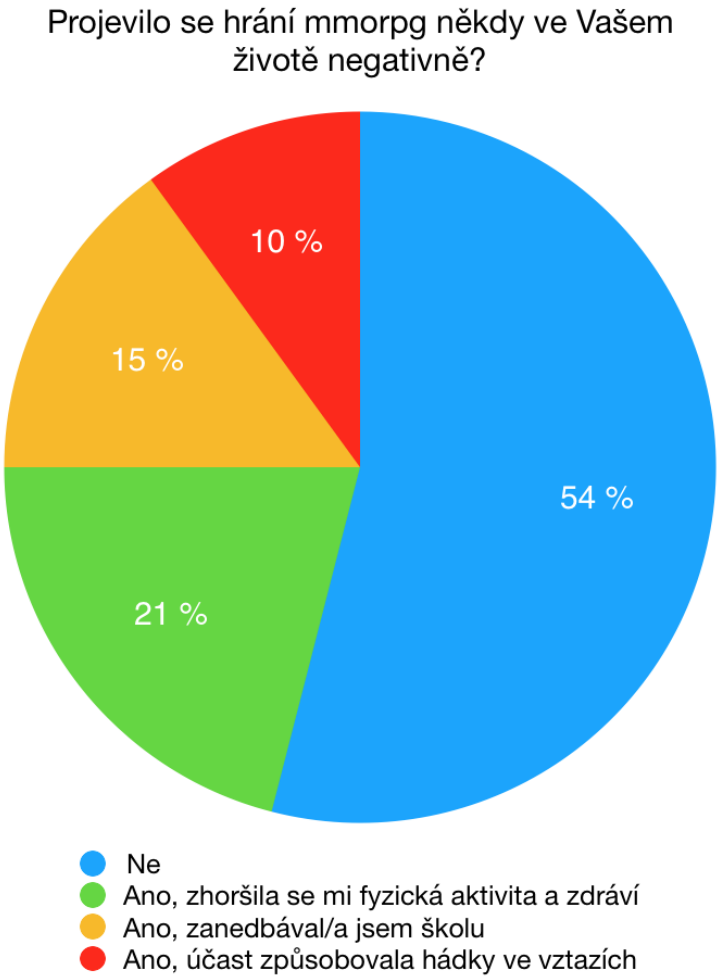
Graf 9: Čas s rodinou

U otázky „Jsem nervózní, naštvaný a agresivní, pokud nemůžu hrát, když chci“ respondenti většinou odpovídali, že nesouhlasí s tvrzením, že jsou nervózní a naštvaní, když nemohou dlouho hrát. S tímto tvrzením souhlasilo pouze 37 %. Avšak hrači se cítí lépe, silnější apod., když hrají.



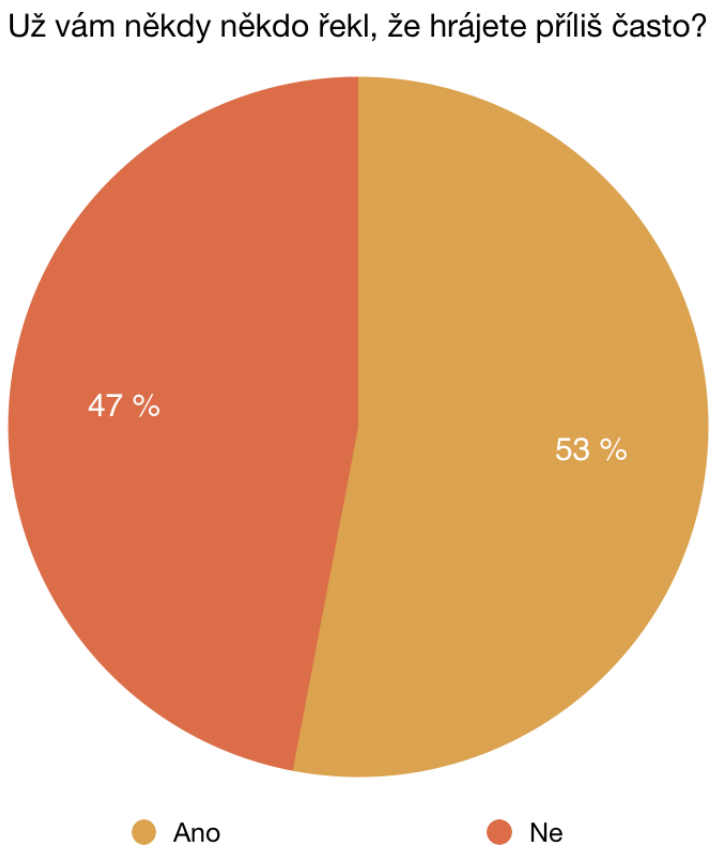
Graf 10: Agrese

Většina respondentů, tedy 54 %, uvádí, že hry nikterak negativně neovlivnily jejich život. Někteří z nich ale přiznávají, že účast na hrách má negativní vliv na pracovní a školní povinnosti. 10 % dotazovaných dokonce přiznává, že mmorpg hry v jejich životě už ovlivnily nějakým způsobem vztahy s okolím (např. účast na nich způsobovala hádky). 21 % respondentů se zhoršila fyzická aktivita a celkové zdraví (graf č. 11):



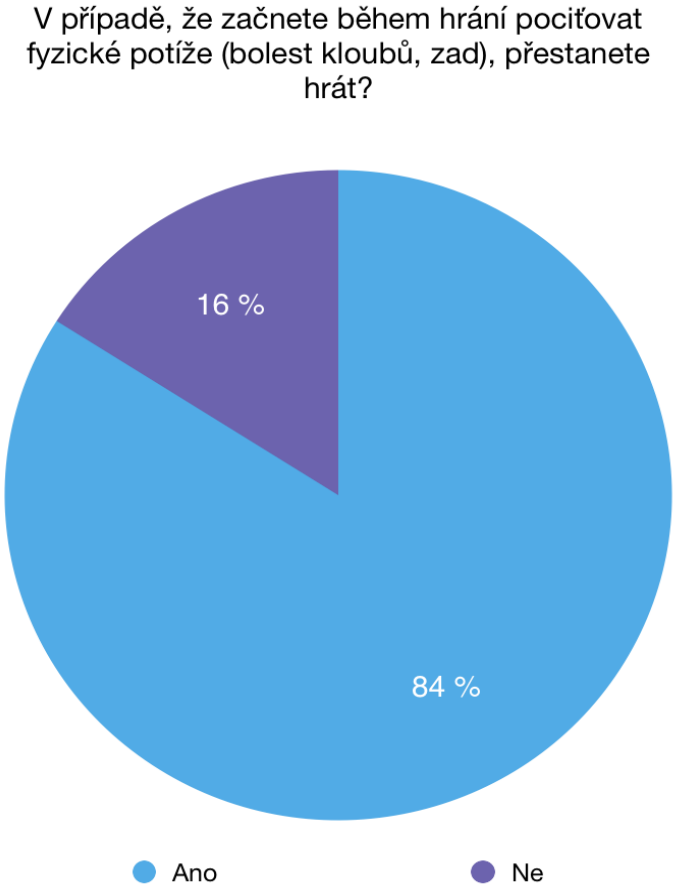
Graf 11: Negativní projev her

Z grafu lze vyčíst, že trochu menší než většině, konkrétně 47 % dotazovaných, už někdy někdo v minulosti řekl, že tráví hraním příliš mnoho času. Jak jsme zmiňovali v teoretické části, časté účasti na hrách, nadměrného hrání a závislosti si především všímá nejdříve okolí. I v tomto případě lze říct, že aniž by si člověk tuto situaci uvědomil sám, musí dojít k tomu, že se to dozví od svého okolí (graf č. 12):



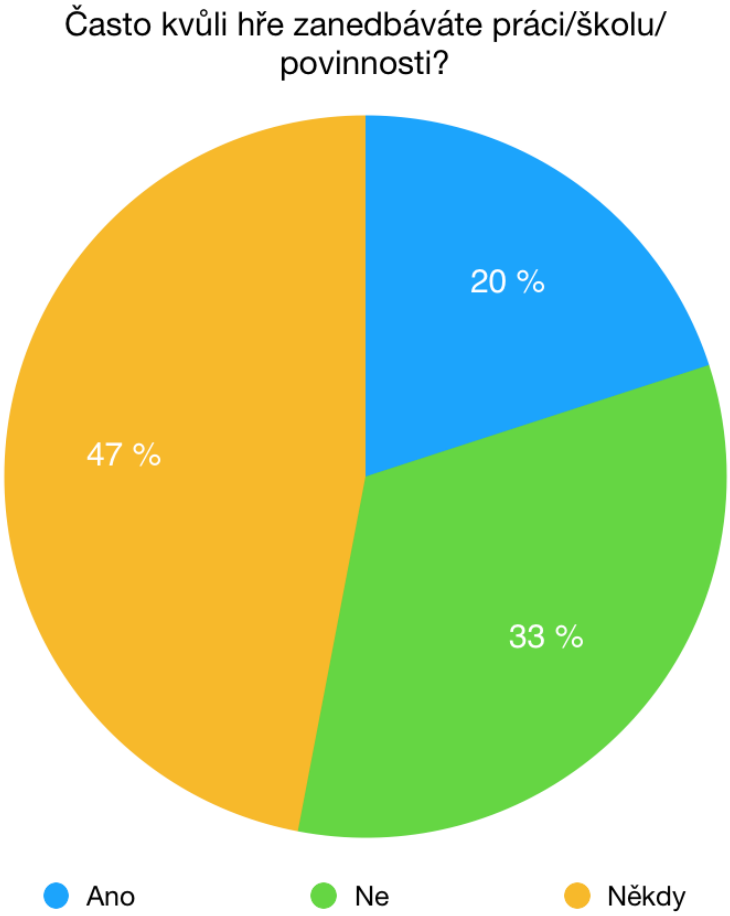
Graf 12: Nadměrné hrání

Respondenti z 84 % odpovídají kladně, že v případě, začnou-li během hrání pociťovat nepříjemné fyzické potíže, přestanou alespoň na nějakou chvilku hrát. Jen malé procento přiznává, že toto není důvod k omezení činnosti (graf č. 13):



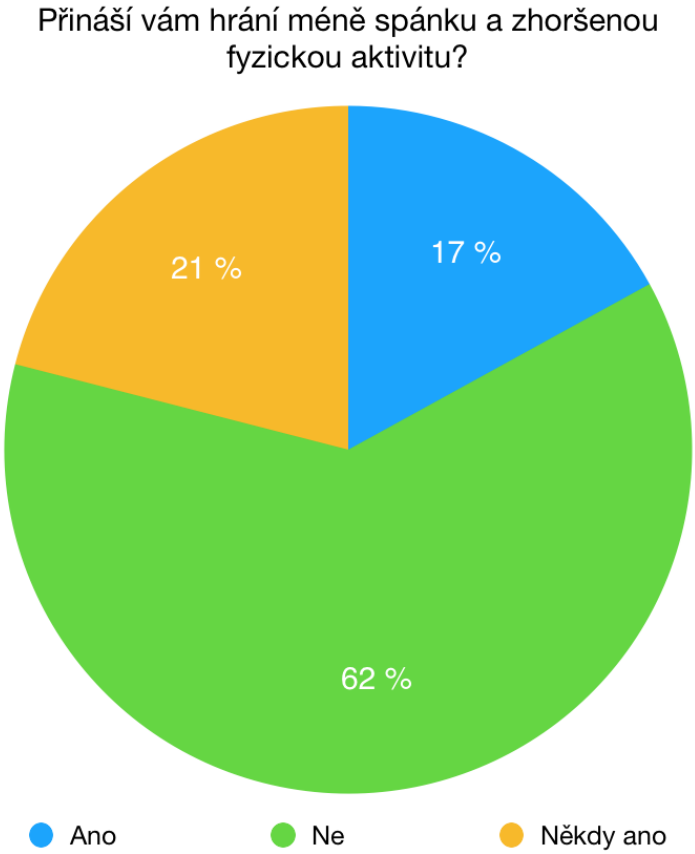
Graf 13: Výskyt fyzických potíží u respondentů

Grafické znázornění poukazuje na to, že 20 % dotazovaných respondentů se již setkalo s tím, že někdy v důsledku hrání zanedbávali své povinnosti. A to ať už školní, pracovní, či jakékoliv jiné. Poměrně překvapivě odpověděla třetina, tedy 33 % dotázaných, kteří tvrdí, že hrání mmorpg nikterak nevede k omezování povinností, nebo se jim to alespoň nikdy nestalo. Polovina (47 %) souhlasí s tím, že pracovní, školní a jiné povinnosti už v minulosti díky hraní zanedbávala (graf č. 14):



Graf 14: Zanedbávání povinností u dotazovaných respondentů

Nadměrné hraní a závislost na nich může do života přinést celou řadu negativních jevů. Jedním z těchto jevů je zhoršená fyzická aktivita včetně celé řady fyzických potíží, jako je nedostatečný spánek apod. Respondenti z 62 % uvádějí, že jim hrání online her tyto obtíže do života nepřináší. 21 % se s tím už někdy setkalo (graf č. 15):



Graf 15: Zhoršení fyzické aktivity a spánku

2.5 Vyhodnocení výzkumných otázek

VO č. 1: Vykazuje většina dotazovaných hráčů, respondentů, závislostní chování na online hrách?

Odpověď na tuto otázku je záporná, jelikož respondenti nesouhlasí s tvrzením, že jsou nervózní a naštvaní, když nemohou dlouho hrát. S tímto tvrzením souhlasila pouze jedna třetina dotazovaných. Osoby z výzkumného vzorku nejsou ani agresivní, pokud nemohou hrát. Ale výsledky, které byly zjištěny u otázky č. 18, tedy "hráči se cítí lepší, silnější, když hrají", ukázaly rovný podíl. Shodný výsledek se ukázal i u jiné otázky („Zahraješ si ještě předtím, než jdeš do školy?"). Z průzkumu také vyplývá, že průměrný respondent tráví během týdne u her pět až deset hodin, což nám nedovoluje o respondentech jednoznačně říci, že trpí závislostí, ale dost možná je hraní mnohdy nadměrné.

VO č. 2: Může být v důsledku trávení častého volného času hraním online her ohrožen vývoj u hráčů v oblasti zdraví, rodinného života a v oblasti psychosociální?

U této otázky nemohu s jistotou potvrdit její pravdivost. Z dotazníkového průzkumu je však patrné, že většina respondentů tráví svůj volný čas hraním her více než 3 roky. Také lze z výsledků průzkumu vyvodit, že u respondentů má účast na hrách negativní vliv na pracovní a školní povinnosti. Někteří z nich přiznávají, že se jim zhoršila fyzická aktivita a celkové zdraví. Z průzkumu také vyplývá, že respondenti kvůli hraní tráví méně času s rodinou. Co se týče sociální interakce, tak u respondentů je upřednostňováno virtuálních kamarádství před reálným a to z důvodu, že je méně konfliktní a mohou tam být lepším člověkem. Mezi příčiny navazování vztahů na internetu také respondenti uvedli možnost nestydět se. Nicméně z otázky č. 10 můžeme jednoznačně konstatovat, že dotazovaní by raději šli s kamarády ven, než hráli MMORPG.

2.6 Shrnutí vysledků

Jak už jsme zmínili na začátku praktické části této bakalářské práce, hlavním cílem našeho dotazníkového šetření, které bylo prováděno elektronickou formou, bylo zjistit, jaký mají lidé vztah k mmorpg hrám. Zda je čistě kladný, negativní, nebo může vykazovat známky patologického chování. Druhotně nás také zajímalo, zda závislost na hrách má vliv na společenský život respondenta.

Jak už bylo zmíněno, prvotní otázky z hlediska věku a pohlaví pro nás sice nebyly klíčové, ale chtěli jsme si potvrdit některé teorie, které říkají, že muži mají tendence propadnout

závislosti a nadměrnému užívání internetu a sociálních sítí mnohem více, než ženy [67]. A protože víme, že nejohroženější skupinou (lidí, kteří nejčastěji a nejsnadněji této závislosti propadají) jsou puberťáci a dospívající mládež[68], protože dospívání je jedna z nejtěžších a nejdůležitějších částí života, zajímala nás i věková skupina respondentů. Vzhledem k tomu, že počet respondentů se pohybuje řádově v jedné stovce, nelze přinést obrovské výsledky, ale i tak můžeme říci, že na základě výsledků jsou mladí lidé skutečně nejnáchylnější k nadměrnému hrání. V našem šetření nejvíce odpovídali lidé ve věkové hranici 18–25 let.

Z našeho elektronického šetření vyplývá, že respondenti mají k mmorpg hrám obecně velice kladný vztah. Většina z nich je začlenila do svého běžného života. Toto můžeme říci na základě výsledků doby hraní. Respondenti hrají online hry více než 3 roky. Průměrný respondent tráví během týdne u her pět až deset hodin a jedna desetina z nich straví svůj čas hraním do 40 hodin týdně, přičemž jak už řekl Blinka ve své knize, za patologické, tedy nezdravé lze považovat rozmezí online aktivit 40–80 hodin týdně, čemuž odpovídá 5 % respondentů.

O respondentech samozřejmě nemůžeme jednoznačně říci, že trpí závislostí, ale dost možná je hraní mnohdy nadměrné. A i přesto, že většina z nich uvádí, že hry nikterak negativně neovlivňují jejich život, mnozí z nich přiznávají, že MMORPG už negativně jejich život ovlivnily, a to ať už ve formě zanedbávání školních či pracovních povinností. Tuto skutečnost nám také potvrdila více než polovina respondentů. Řada z nich také potvrzuje negativní dopad ve formě hádek ve vztazích. Většina z respondentů totiž při prvním výskytu hrát přestane, a možná proto nezaznamenala zhoršení fyzické kondice.

Nedá se říci, že by hrači netrávili vůbec žádný čas s kamarády z reálného světa. Z celkového počtu 100 respondentů, 6 z nich se svými kamarády setkávají každý den a 5 obden. Většina respondentů uvádí, že je dvakrát do týdne v osobním kontaktu s kamarády. Lze tvrdit, že hraní počítačových her není na úkor času stráveného s kamarády z reálného světa.

---

[67] Wang, W. (2001). Internet dependency and psychosocial maturity among college students. International Journal of Human Computer. Staženo 12.4.2018. Dostupné z databáze ScienceDirect.

[68] Dostupné z: http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/jak-je-zavislostni-chovani-na-internetu-caste/

Závěr

Problematika počítačové závislosti je dle mého názoru velmi málo probádaná, resp. v této oblasti bylo doposud provedeno jen malé množství výzkumů. Obecně i téma počítačové závislosti se jeví, že je pro odborníky novou kategorií, která nemá odpovídající zařazení v mezinárodních klasifikacích. Tento typ závislosti je řazen mezi návykové a impulzivní poruchy, má blízko ke gamblerství, které je hlavním reprezentantem této diagnostické kategorie, ale mnohé společné body i s klasickými závislostmi na návykových látkách.

Tato bakalářská práce si kladla za cíl seznámit čtenáře s problematikou závislosti na mmorpg. Lze jednoznačně konstatovat, že naše společnost má k online hrám velmi kladný až mírně patologický vztah vzhledem k dosaženým výsledkům. V teoretické části jsem se zaměřila na oblast počítačových her, formování závislosti na online hrách a jejich vliv na osobnost jedinců, kteří jsou na hrách závislí. Můj zájem se soustředil především na dospívající, protože nejrizikovější skupinou jsou děti a dospívající, kteří nemají zabudovány silné obranné mechanismy a mohou tak častěji podléhat všem formám závislosti. V průběhu práce jsem probrala význam počítačových her a jejich typů, prozkoumala teoretické zdroje týkající se problematiky počítačové závislosti v psychologii. V teoretické části docházím k závěru, že MMORPG je hra, ve které hráč přebírá roli počítačové postavy, což má největší vliv na psychiku hráče, stejně jako hloubka "vstupu" do hry. Všechna MMORPG jsou specifická tím, že na rozdíl od ostatních druhů online her, herní svět existuje a vyvíjí se, i když hráč není ve hře. V praktické části jsme analyzovali vztah respondentů k počítačovým online hrám prostřednictvím elektronického dotazníkového šetření. Analýza prostřednictvím dotazníkového šetření přinesla poměrně očekávaný výsledek. Respondenti mají k počítačovým online hrám velmi kladný vztah, možná až mírně patologický, a to proto, že jsou bezprostředně součástí jejich běžného života a na základě výsledků není pro ně možné hry ze svého života úplně či výrazně vymazat a začlenit tak více reálný život. Za největší problém považujeme čas, který na hrách tráví, protože díky MMORPG hrám se da uniknout z nepříjemné reality.

Z teoretické i praktické části práce plyne, že závislosti na hrách a dopadům hraní se věnuje zbytečně vysoká pozornost. Nejen kvůli tomu, že většina negativních vlivů hraní byla již zpochybněna či zcela vyvrácena, ale především proto, že ani nejrizikovější herní titul v oblasti závislosti se neukázal jako dramaticky návykový.

Citovaná literatura

ANDERSON, C. A., IHORI, N., BUSHMAN, B. J., ROTHSTEIN, H. R., SHIBUYA, A., SWING, E. L., ... SALEEM, M. (2010). Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: a meta-analytic review. Psychological Bulletin, 136(2), 151–173. doi: 10.1037/a0018251

Ferguson, C. J. (2015). Do Angry Birds make for angry children? A meta-analysis of video game influences on children's and adolescents' aggression, mental health, prosocial behavior, and academic performance. Perspectives on Psychological Science, 10(5), 646–666.

Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. M. E. (2014). The benefits of playing video games. The American Psychologist, 69(1), 66–78.

King, D. L., Delfabbro, P. H., & Griffiths, M. D. (2013). Video game addiction. In P. Miller (Ed.), Principles of Addiction (First edit, Vol. 1, pp. 819–825). London: Academic Press

Kuss, D. J. (2013). Internet gaming addiction: Current perspectives. Psychology Research and Behavior Management, 6, 125-137.

Huiziga J., Homo Ludens: A Study of the Play Element in Culture, London, Peacon Press, 1955, v knize Game Cultures, Computer Games as New Media, Jon Dovey and Helen W. Kennedy

CALLOIS, Roger. The Definition of Play: The Classification of Games. In:The Game DesignReader: A Rules of Play Anthology[online]. London: The MIT Press, 2006, s. 122-154. ISBN 0-262-19536-4.[Cit. 2018-15-03] Dostupné z WWW: http://nideffer.net/classes/270-08/week_01_intro/Caillois.pdf

SALEN, Katie a Eric ZIMMERMAN.Rules of play: game design fundamentals. London: MIT, c2004. ISBN 02-622-4045-9.

CRAWFORD, Chris.The art of computer game design: [reflections of a master game designer]. Berkeley: Osborne McGraw-Hill, c1984. ISBN 08-813-4117-7

TAVINOR, Grant. Definition of Videogames.Contemporary Aesthetics[online]. Castine, 2008,2008(6) [cit. 2016-04-19]. Dostupné z WWW: http://www.contempaesthetics.org/newvolume/pages/article.php?articleID=492

ZÁMEČNÍK, Petr. RPG hry v kontextu vývojové psychologie. 2005

Závislost na počítačových hromadných online hrách. In: Doktorka.cz [online] © 1999-2014, [cit. 2018-4-9]. Dostupné z http://psychologie.doktorka.cz/zavislost-na-pocitacovych-hromadnychonline-hrach-/.

COLE, Helena a Mark D. GRIFFITHS. Social Interactions in Massively Multiplayer Online Role-Playing Gamers. CyberPsychology & Behavior[online]. 2007, 10(4), 575-583 [cit. 2018-04-09]. DOI: 10.1089/cpb.2007.9988. ISSN 1094-9313. Dostupné z: http://www.liebertonline.com/doi/abs/10.1089/cpb.2007.9988

Ng, B., & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the Internet and online gaming. CyberPsychology & Behavior, 8(2), 110-113. Retrieved from EBSCOhost.

Děti a online rizika, sborník studií, vydalo Sdružení Linka bezpečí 2012, Barbora Krčmářová, Kristýna Vacková, Mgr. Jana Hýbnerová, PhDr. Lenka Veličková Hulanová, Mgr. Aneta Langrová, Mgr. et Mgr. Barbora Malíková, Mgr. Peter Porubský

Kowert Rachel, Domahidi Emese, Quandt Thorsten.The relationship between online video game involvement and gaming-related friendships among emotionally sensitive individuals // Department of communication studies, university of Münster. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2014 Jul 1. № 17 (7). P. 447–453. Published in Volume 17. № 7. July 3, 2014.

Beck, J. C., & Wade, M. (2006). The kids are alright: How the gamer generation is changing the workplace. Boston, Mass: Harvard Business School. ISBN:1422104354

Reeves, B., Malone. T., & O'Driscoll. T. (2007). Wirual Worlds, Real Leaders: Online Games put the Future of Business Leadership on Display. Palo Alto, CA: IBM and Seriosity

Griffiths M. Computer game playing and social skills: a pilot study // Aloma: Revista de Psicologia, Ciencies de l'Educacio i de l'Esport. 2010. Nr 27. P. 302.

Green, S., & Bavelier, D. (2003). Action computer game modifies visual selective attention. *Nature, 423*(6939), 534–537.

Colzato, L. S., Van den Wildenberg, W. P. M., Zmigrod, Sh., & Hommel, B. (2013). Action video gaming and cognitive control: Playing first person shooter games is associated with improvement in working memory but not action inhibition. *Psychological Research, 77*(2), 234239. doi: 10.1007/s00426-012-0415-2

Green, S., & Bavelier, D. (2007). Action-Video-Game experience alters the spatial resolution of vision. *Psychological Science, 18*(1), 88–94. doi:10.1111/j.1467-9280. 2007.01853.x

Gentile, D. A., Swing, E. L., Lim, Ch. G., & Khoo, A. (2012). Video game playing, attention problems, and impulsiveness: Evidence of bidirectional causality. *Psychology of Popular Media Culture, 1*, 62–70. doi:10.1037/a0026969

Collins, E., Freeman, J., & Chamarro-Premuzic, T. (2012). Personality traits associated with problem- atic and non-problematic massively multiplayer online role playing game use. *Personality and Individual Differences, 52*, 133–138. doi: 10.1016/j.paid.2011.09.015

Anderson C. A., Dill K. E. Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life // Journal of personality and social psychology. 2000. Vol. 78. Nr 4. P. 772-790.

OTMAROVÁ, Monika. Mají hry vliv na dětskou kriminalitu? [online]. c2001, Publikováno: 1.2. 2001, v rubrice: Vliv her.

Jack H., Tobias G. The effect of online violent video games on levels of aggression, 2014. [Cit. 2018-10-03]Dostupné z WWW: http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0111790

HullJay G., Brunelle Timothy J., Prescott Anna T., and Sargent James D. A longitudinal study of risk-glorifying video games and behavioral deviance // J Pers. Soc. Psychol. Author manuscript //Journal of personality and social psychology. V. 107 (2). Aug 2014. P. 300–325. [Cit.2018-24-03] Dostupné z WWW: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4151190/

Griffiths, Mark. 2005.Video games and health. [Online] BMJ Publishing Group Ltd., 2005. [Citace: 10-4-2018.] Dostupné z WWW: http://www.bmj.com/content/331/7509/122.full

Smyth, J. M. (2007). Beyond Self-Selection in Video Game Play: An Experimental Examination of the Consequences of Massively Multiplayer Online Role-Playing Game Play. Cyberpsychology & Behavior, 10 (5), 717-721

Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. The American Journal of Family Therapy, 37 (5), 355-372

NEŠPOR, Karel. Počítače, Internet a ochrana zdraví uživatele [online]. c2000. Praha: Prague Internet World, 18.3.2018, 9 s.

Management of substance abuse: Dependence syndrome. World Health Organization [online]. [cit. 2018-03-20]. Dostupné z WWW: http://www.who.int/substance_abuse/terminology/definition1/en/

BLINKA, Lukas a kolektiv. Online závislosti: jednání jako droga? : online hry, sex a sociální sítě: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba. Vyd.1. Praha: Grada Publishing a.s., 2015. 200 s. ISBN 978-80-247-5311-9.

NEŠPOR, Karel. Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000. 150 s. ISBN 80-7178-432-X.

Sherbina, VI Online communities from the perspective of sociological analysis. Experience reflection of becoming "cyber - communicative continuum " / VI Nick. - Zaporozhye: Prosvita, 2001.

Griffiths, M.D., Grusser, S. & Thalemann, R. (2006). One in nine gamers possibly addicted. Tisková zpráva.

Widyanto, L. & Griffiths, M. (2006). „Internet addiction: A Critical Review“. International Journal of Mental Health and Addiction, vol. 4, number 1.

KALINA, Kamil a kol. Základy klinické adiktologie. Praha: Grada Publishing a.s., 29. 9. 2008; s. 245; ISBN 978-80-247-1411-0.

Ran, Tao. 2010. Proposed diagnostic criteria for internet addiction. [Cit. 2018-02-04]Dostupné z WWW: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1360-0443.2009.02828.x/pdf>.

Suler J. Computer and Cyberspace Addiction// 1996. [Cit. 2018-05-04]Dostupné z WWW: http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/cybaddict.html

Bishop, J. (2009). Enhancing the understanding of genres of web-based communities: The role of the ecological cognition framework. International Journal of Web-Based Communities, 5(1), 4-17.

Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. Media Psychology, 12, 77-95

Khan, Mohamed. 2007. REPORT OF THE COUNCIL ON SCIENCE AND PUBLIC HEALTH. [Online] Psych Central, 2007. [Citace: 11-4-2018] Dostupné z WWW: https://psychcentral.com/blog/images/csaph12a07.pdf

Kimberyl Young, Addiction to MMORPGs: Symptoms and Treatment. [Citace: 11-4-2018] Dostupné z WWW: http://www.netaddiction.com/articles/addiction_to_mmorpgs.pdf

Jiří Macich, Závislost a online hry. [Citace: 11-4-2018] Dostupné z WWW: http://www.lupa.cz/zpravicky/zavislost- a-online-hry/

Ng, B., Wiemer-Hastings, P. (2005). „Addiction to internet and online gaming “. Cyberpsychology and Behavoir, vol. 8, nr. 2, p. 110-113.

WILLIAMS, Dmitri, Nick YEE a Scott E. CAPLAN. Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. Journal of Computer-Mediated Communication. 2008, 13(4), 993-1018. ISSN 10836101.

KOPECKÝ, Kamil. Úvod do problematiky netolismu [online]. 2011. [Citace: 11-4-2018] Dostupné z: https://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/331-uvod-do-problematiky-netolismu

KOPECKÝ, Kamil a kol. Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. s. 103. Monografie. ISBN 978-80-244-4861-9.

YEE, Nicky. Ariadne. Understanding MMORPG Addiction [online]. [cit. 2018-03-30]. Dostupné z: http://www.nickyee.com/hub/addiction/addiction.pdf

BLINKA, Lukáš a kol. Online závislosti: jednání jako droga?: online hry, sex a sociální sítě: diagnostika závislosti na internetu: prevence a léčba. Vydání 1. Praha: Grada, 2015. s. 115. Psyché. ISBN 978-80-210-7975-5.

Wang, W. (2001). Internet dependency and psychosocial maturity among college students. International Journal of Human Computer. Staženo 12.4.2018. Dostupné z databáze ScienceDirect.

Elektronické zdroje:

http://poradna.adiktologie.cz/article/zavislost-na-internetu/jak-je-zavislostni-chovani-na-internetu-caste/

http://www.konechry.cz/info/o- zavislosti/projevy-zavislosti-na-online-hrach.html

http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html

https://www.statista.com/statistics/276601/number-of-world-of-warcraft-subscribers-by-quarter/

http://igcritic.com/blog/2016/03/17/most-played-mmorpg-games-of-2016/

https://www.theguardian.com/technology/2014/nov/17/richard-bartle-multiplayer-games-political-gesture

https://mmohuts.com/news/the-first-mmorpg-the-early-history-of-the-genre/

http://bvcorp.erc.cz/navody/2-uncategorised/16-eve-online

https://en.wikipedia.org/wiki/World_of_Warcraft

https://journals.muni.cz/revue/article/viewFile/3969/pdf

Přílohy

Dotazník «hráči MMORPG»:

1.Jaký je vaš věk?

- do 18
- 18-22
- 23-29
- 30-40
- nad 40

2. Jste

- žena
- muž

3.V současné době jsi:

- žák
- student
- zaměstnaný/á
- nezaměstnaný/á

4. V jaké mmo hrajete? Nápověda k otázce: vyberte nejoblíbenější

- Lineage 2
- World of Warcraft
- Aion
- PW Online
- Ultima Online
- Lord Of The Rings
- Requiem Online
- Warhammer
- Ragnarok
- RF Online
- Silkroad
- Rappelz

5. Jak dlouho již hrajete v mmorpg?

- meně než 3 měsici

- od 3 měsici do 1 roku
- 1 - 3 roků
- více než 3 roky

6.Kolik hodin tydně strávíte hraním her?

- do 5 hodin
- 5 -10 hodin
- 11 - 19 hodin
- 20 - 40 hodin
- nad 40 hodin

7.Jak často jsi s kamarády během týdne v osobním kontaktu?

- Každý den
- Obden
- Dvakrát do týdne
- Jednou do týdne
- Méně

8.Kamarádství na netu oproti kamarádství ve „skutečném“ životě (vyber jednu z možností)

- je méně konfliktní
- můžu tam být lepším člověkem
- nikdy se s tím druhým nemusím potkat
- je to stejné, nevidím rozdíl

9. Navazování vztahu s druhým je na netu oproti tomu ve „skutečném“ světě

- rychlejší
- snazší
- nestydím se
- je to stejné, nevidím rozdíl

10. Raději hraješ MMORPG, než abys šel s kamarády ven?

- ano
- ne

11. Cítíš se lépe při hraní her, než ve společnosti kamarádů?

- ano
- ne

12.Kvůli hraní trávím méně času s rodinou

- Nikdy
- Téměř nikdy
- Často
- Skoro vždy

13. S rodiči mám dobrý vztah

- Ano
- Ne

14. Zahraješ si ještě předtím, než jdeš do školy?

- ano
- ne

15. Myslíš na hraní, pokud zrovna nehraješ?

- ano
- ne

16. Jak byste popsal svoje postavenive hře?

- jeden z nejlepších hráčů (maximální úroveň a výbava)
- nadprůměrný (vysoká úroveň, dobré vybavení)
- střední (nízká úroveň, normální vybavení)
- podprůměrný (střední roveň, normální vybavení)
- začátečník (nízká úroveň, normální vybavení)

17. Jsem nervózní, naštvaný a agresivní, pokud nemůžu hrát, když chci

- Ano
- ne

18. Když hraji, cítím se být lepší, schopnější atd.

- Ano
- ne

19.Projevilo se hrání mmorpg někdy ve Vašem životě negativně?

- Ne
- Ano, zhoršila se mi fyzická aktivita a zdráví
- Ano, zanedbával/a jsem školu
- Ano, účast způsobovala hádky ve vztazích

20.Už vám někdy někdo řekl, že hrájete příliš často?

- Ano
- Ne

21.V případě, že začnete během hrání pociťovat fyzické potíže (bolest kloubů, zad), přestanete hrát?

- Ano
- Ne

22.Často kvůli hře zanedbáváte práci/školu/povinnosti?

- Ano
- Někdy
- Ne

23.Přináší vám hrání méně spánku a zhoršenou fyzickou aktivitu?

- Ano
- Ne
- Někdy ano

Terminologický slovník

---

[i] **Netolismus** - závislost na tzv. virtuálních drogách. Mezi ně patří zejména počítačové hry, sociální sítě, internetové služby (různé formy chatu), virální videa, televize aj.

[ii] Termín **virtuální svět** se dnes stává synonymem interaktivních 3D virtuálních prostředí, kde uživatelé nabírají formu avatárů viditelnou pro ostatní uživatele. Ke dnešnímu dni existuje mnoho různých virtuálních světů, z nichž všechny mají 6 atributů, které jsou obsazené ve všech světech:

1) Společný prostor: zúčastnit se života virtuálního světa se mohou najednou mnoho hráčů.
2) Grafické uživatelské rozhraní
3) Komunikace probíhá v reálném čase.
4) Interaktivita: Svět umožňuje účastníkům měnit, rozvíjet, vytvářet nebo přijímat obsah, který je pro ně přizpůsoben.
5) Stálost: existence světa pokračuje bez ohledu na to, zda se v systému nacházejí jednotliví uživatelé nebo ne.

Komunikace / Společenstvi: svět poskytuje příležitost k vytváření sociálních skupin uvnitř světa, jako jsou týmy, kluby, sousedství, komunity a tak dále.

[iii] ***Klan*** – Virtuální společenství hráčů všech online her

[iv] **Guilda** – Virtuální společenství hráčů MMORPG

[v] **Virtuální realita** je technologie, která poskytuje počítačem generované reality, které jsou alternativou k fyzické realitě.

V roce 1984 William Gibson zveřejnil science-fiction román Neuromancer, ve které použil termín Cyberspace, kde jej definoval takto: *Konsenzuální halucinace prožívaná denně miliardami legitimních operátorů, v každém národě, dětmi, které se učí matematickým pojmům… grafické zobrazení dat abstrahovaných z pamětí každého počítače v lidské společnosti. Nepředstavitelná komplexita. Linie světla rozprostírající se v neprostoru mysli, klastry a konstelace dat. Jako světla velkoměsta, vzdalující se...* Systém virtuální reality má následující vlastnosti: reaguje na pokyny uživatele a v reálném čase představuje virtuální svět ve formě trojrozměrné grafiky, a poskytuje efekt ponoření.

[vi] **Komunita** může být definována jako uzavřené společenství individuí, které kolem sebe vytvořilo polopropustné hranice. Do komunity vstupuje a stává se její součástí každý, kdo se chce aktivně účastnit její činnosti a mít užitek ze společné práce či aktivity. Dále komunitu lze definovat jako síť mezilidských vztahů, která zúčastněným poskytuje určité zázemí, podporu, informace, skupinovou identitu a pocit, že někam patří. Komunita se obvykle

formovala na základě fyzické blízkosti členů, roli hrály společné zájmy, setkávání se ve školním či pracovním kolektivu atd. Termín virtuální komunity poprvé užil Howard Rheingold v roce 1993 ve své knize „The Virtual Community“, lidé ve virtuálních komunitách užívají slova na obrazovce k výměně zdvořilostí, hádkám, angažují se v intelektuálních diskuzích, vedou obchody, vyměňují si znalosti, sdílejí emocionální podporu, dělají plány, diskutují, pomlouvají, mají spory, zamilovávají se, nacházejí přátele a ztrácejí je, hrají hry, flirtují, vytvářejí umění a prázdně tlachají. Takže virtuální komunitou je souhrn sociálních vztahů a spojení, založených v internetě, cílem kterých je navázaní mezilidské komunikaci, vytvaření přatelských síti pro realizaci různorodých sociálních potřebnosti. Virtuální komunity však mají mnoho podob a povaha vazeb v nich může být značně rozdílná. Část virtuálních komunit je pokračováním reálných skupin a online komunikace zde pomáhá překlenout prostor a čas mezi osobními setkáními lidí. Jiné komunity mohly vzniknout jako setkání cizinců se společným zájmem, přičemž část vztahů se mohla přenést i do reality.