

Prežívanie osamelosti ako prediktor rizikového správania adolescentov¹



Vladimír Lichner²

ABSTRAKT

Príspevok je zameraný na objasnenie konštruktov osamelosti a rôznych foriem rizikového správania v ich vzájomných súvislostiach a predikciách. Empiricky sa zameriava na prezentovanie dvoch realizovaných výskumných štúdií s cieľom identifikovať rôzne typy rizikového správania, osamelosť a ich vzájomné predikcie vo výskumných súboroch adolescentov. Prostredníctvom metódik UCLA (Russel, Peplau, Cutrona 1980), IAT (Young 1998) v kombinácii s autorskou metódikou boli interpretované zistenia za použitia jednoduchých lineárnych regresíí. Výsledky preukazujú, že prevalencia skúmaných foriem rizikového správania vo výskumných súboroch je relatívne vysoká. Zvýšená úroveň osamelosti tu sčasti predpokladá rôzne formy rizikového správania. U jednotlivcov, ktorí sú zasiahnutí osamelosťou alebo rizikovým správaním je častokrát nutná rekonštrukcia sociálneho prostredia, kde sú sociálni pracovníci najerudovanejšími odborníkmi v kontexte teoretických základov vlastných tejto profesii.

KLÚČOVÉ SLOVÁ

Osamelosť, rizikové správanie, nadmerné používanie internetu, užívanie marihuany, fajčenie, užívanie alkoholu

ABSTRACT

The article is aimed at clarifying the constructs of a loneliness and the different forms of risk behavior in their contexts and predictions. Empirically, it focuses on presenting of two researches to identify different types of risk behavior, the loneliness and their mutual prediction among adolescent's research groups. Using methodics UCLA (Russel, Peplau, Cutrona 1980), IAT (Young 1998) in combination with the author's methodology, the findings were interpreted using simple linear regressions. The results show that the prevalence of the underlying forms of the risk behavior in the research files is relatively high. The increased level of loneliness of adolescents in part presupposes the investigated forms of risk behavior. It is often necessary to reconstruct the social environment for individuals who are either affected by loneliness or risk behavior. Either, for this area of practice are social workers the most experienced specialists in the context of the theoretical foundations of their own profession.

KEY WORDS

Loneliness, risk behavior, internet abuse, marijuana use, smoking, alcohol use.

ÚVOD

V súčasnosti sa osamelosť opätovne dostáva do povedomia laickej i odbornej verejnosti. Stáva sa obligátnym javom, ktorý sa môže vyskytnúť u kohokoľvek. Jednot-

1 Príspevok je súčasťou riešenia grantovej úlohy VEGA č. 1/0285/18 Rizikové správanie adolescentov ako klientov sociálnej práce v dôsledku ich osamelosti

2 Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Filozofická fakulta, Katedra sociálnej práce



livci môžu prežívať pocity osamelosti aj napriek tomu, že sú súčasťou sociálnych sietí, čoho sme v posledných dekádach svedkami v rôznych klientskych i vekových skupinách. Dôvodov pre takýto stav môže byť viacero, okrem iných i odlišné postoje, myšlienky, záujmy, či exklúzia z prirodzených sociálnych skupín.

Konkrétnych prejavov osamelosti môže byť viacero, napr. i rizikové správanie v akejkol'vek podobe. Niektorí jednotlivci na seba upozorňujú výstredným oblečením, iní agresívnym alebo kriminálnym správaním a ďalší užívaním návykových látok. V posledných dekádach sme taktiež svedkami rozširovania fenoménu osamelosti klientskych skupín dospievajúcich a adolescentov. Práve túto skupinu považujeme z hľadiska preventívnych aktivít sociálnej práce za veľmi dôležitú a vznik rizikového správania v dôsledku osamelosti za mimoriadne závažný.

OSAMELOSŤ V OBDOBÍ ADOLESCENCIE

V literatúre, ako i širokou verejnosťou býva význam pojmov osamelosť a samota často stotožňovaný, no tieto pojmy je potrebné z vedeckého hľadiska jednoznačne rozlišovať. Samota môže byť jednou z línii chápania osamelosti, no nie je možné ich považovať za synonymá. Samota je objektívny stav, ktorý je možné pozorovať aj zvonku, teda je viditeľný a môže byť zapríčinený z rôznych dôvodov a okolností. Môže ísť o **dobrovoľnú** — vlastné rozhodnutie, človek potrebuje byť sám a vyrovnáť sa s niektorými udalosťami, považuje sa za prospešnú a jedinec sa spravidla vráti do spoločnosti iných ľudí (Pokorná 2010). **Nedobrovoľná** samota vzniká zavinením druhej osoby, kedy človek prežíva nepríjemné pocity prázdnoty; a samota **z vlastnej vôle, ale pod tlakom** — ak sa jedinec obáva straty priateľov z dôvodu odhalenia určitej jeho charakteristiky, zrieka sa svojej osobnosti a prezentuje sa pod maskou, vďaka ktorej má okolo seba náklonnosť priateľov, táto je častokrát charakteristická pre virtuálne sociálne prostredia (Pokorná 2010), ktoré sú charakteristické virtuálnou prezentáciou osobností užívateľov.

Osamelosť ako taká je však javom komplexnejším, týkajúcim sa najmä prežívania jednotlivca, ku ktorému je možné pristupovať z viacerých uhlov. V prvom rade ide o osamelosť ako stav jednotlivca. Definične je to rozpor medzi ideálnymi a vnímanými sociálnymi vzťahmi (Molčanová et al. 2007). Ide o subjektívne vnímanie nedostatočného zapojenia do sociálnych vzťahov, i keď z objektívneho hľadiska to tak nemusí byť (Žiaková et al. 2008). Pocity osamelosti nastáva v dôsledku nedostatku sociálnych kontaktov, je najčastejšie sprevádzaný izoláciou, následkom čoho neskôr nastáva strata priateľov, sociálna exklúzia a beznádej (Bruno 2002). Nárast osamelosti je príčinou vyššej zraniteľnosti jednotlivca, náchylnosti k zhoršenej regenerácii, má vplyv na reguláciu emócií a ich prežívanie (Cacciopo, Patrick 2008). Pre osamelosť ako stav je charakteristická časová ohraničenosť spojená s výraznými zmenami v živote jednotlivca (Výrost, Slaměnik 2008).

Na druhej strane, osamelosť môže byť chápaná ako črta osobnosti. V tomto prípade ide o relatívne stabilný vzorec prežívania, ktorý sa s ohľadom na situáciu mení iba v malej miere (Žiaková et al. 2008).

Najčastejšie sa osamelosť klasifikuje na **emocionálnu**, a **sociálnu**. Nedostatočné naplnenie jednotlivca z pohľadu sociálnych kontaktov a sociálnych vzťahov úzko



súvisí i so stratou zmyslu života, čím sa výrazne prejavuje emocionálna aj sociálna osamelosť (Žiaková et al. 2008). Okrem uvedeného rozoznávame i **interpersonálnu**, týkajúcu sa izolácie od iných, či rôznych iných okolností. **Intrapersonálna** osamelosť nastáva vtedy, ak jednotlivец dlhodobo potláča individuálne pocity a túžby, nedôveruje vlastnému úsudku, stráca dôveru v samého seba. Napokon, **existenciálna** osamelosť je pretrvávajúci stav i napriek existujúcim vzťahom s inými, najmä v dôsledku konfrontácie so smrťou (Kupka, Malúš 2011). Yalom (2006) dáva do súvislosti osamelosť a schopnosť vytvárať interpersonálne vzťahy. Ten, kto unesie vlastnú osamelosť, je schopný vytvárať vzťahy s inými. Z psychologického hľadiska delíme osamelosť na **kognitívnu**, **behaviorálnu**, a **emocionálnu** (citovú deprivácia, nedostatok lásky). Emocionálna osamelosť je najzávažnejší druh osamelosti a má najzávažnejšie dôsledky (Žiaková et al. 2008). Napokon, z časového hľadiska klasifikujeme **krátkodobú**, a **dlhodobú** (Bruno 2002).

Pri ďalšom diskurze o problematike osamelosti sa zameriavame na jej najvýznamnejšie príčiny. Všeobecne je možné identifikovať tri hlavné okruhy príčin. Sú nimi **interné** (hanblivosť, nízke sebadôverie a sebadôvera, sociálna fóbia), **situčné** (urbanizácia, rozpad rodiny, nesprávna, rozdielna výchova detí) a **vývinové** (jedinec sa môže cítiť osamelý v ktoromkoľvek období svojho života) (Výrost, Fedáková 2011). Žiaková et al. (2008) k uvedeným pridávajú **osobnostné premenné**, ktoré zapríčiňujú dlhodobé prežívanie osamelosti (anxieta, depresia, introverzia, submisivita). K činiteľom, ktoré spôsobujú osamelosť radíme aj **nedostatočné sociálne spôsobilosti** (Yalom 2006).

Viacere výskumy zisťujúce ďalšie premenné spôsobujúce osamelosť naznačujú, že neexistujú rozdiely v prežívaní osamelosti medzi rodmi (Výrost, Baumgartner 2001; Výrost, Fedáková 2011), ani ďalšími premennými ako telesný výzor, váha, výška, či vzdelanie (Výrost, Fedáková 2011).

Ako vyplýva z výskumných zistení (napr. Hill 2004; Dulmen-Goossens 2013; a iní), najčastejšie sa osamelosť objavuje v období adolescencie. Je to preto, že mladý človek hľadá svoju identitu, prechádza rôznymi zmenami v somatickej, psychickej, ale aj sociálnej oblasti. Autori v tejto súvislosti uvádzajú, že adolescent bez priateľstva sa môže stať obeťou zúfalej samoty, ktorá je horšia ako anxiety a môže tak byť vážne handicapovaný pri riešení úloh adolescencie. Z hľadiska rizikovosti je adolescencia vnímaná ako najrizikovejšie vývinové obdobie, kedy osobnosť adolescenta iba postupne dozrieva, pričom zrenie jednotlivých častí osobnosti neprebíha rovnako rýchlo. Pre nedostatočne zrelú osobnosť je osamelosť ako stav i ako črta pre adolescenciu značne riziková. Z tohto hľadiska je možné identifikovať niekoľko konkrétnych faktorov, ktoré môžu zapríčiňovať osamelosť v skupine adolescentov: **stresujúce udalosti** v živote adolescenta (zmena bydliska, školy, úmrtie blízkej osoby, osobná kríza); **nedostatok medziľudských vzťahov** (vzdialenosť, izolácia od známeho prostredia, nedostatočná sociálna opora); **šikanovanie**; **zdravotné problémy**; „**coldhome**“ (nedostatok lásky a „tepla“ v rodine, čo môže byť spôsobené rozpadom rodiny alebo rozvodom rodičov, či citovým „chladom“) (Dumm 2008).

Konkrétne príznaky osamelosti u adolescentov môžeme identifikovať prostredníctvom súhrnu faktorov, ako plachosť, neistota, nízka sebadôvera, sociálna izolovanosť, úzkosť, depresívne nálady. Okrem toho sa osamelosť často prejavuje aj riziko-



vým niekedy až deviantným správaním (napr. krádeže, vandalizmus, užívanie drog, záškoláctvo, šikanovanie — zjavné, skryté). Najmä u dievčat môže dôjsť k poruchám príjmu potravy, ale aj sebapoškodzovaniu. Tieto prejavy demonštrujú potrebu sociálneho kontaktu s okolím (Verešová, Hušvétyová 2008).

Osamelosť môže spôsobiť absenciu širších sociálnych sietí (Výrost, Slaměník 2008). Výskumy týchto autorov dokazujú, že študenti bývajúci doma, majú vyššiu mieru osamelosti než študenti, ktorí bývajú mimo domova (majú viac možností na nadväzovanie kontaktov). Pocity osamelosti majú jednotlivci vo zvyku skrývať a utajovať. O profesionálnej pomoci takémuto človeku je potrebné uvažovať, ak sa adolescenti uzatvárajú do seba, vyhýbajú sa priateľom, členom rodiny alebo celkovo svojmu okoliu; správajú sa agresívne voči sebe alebo svojmu okoliu; často sa zmieňujú o smrti, pocitoch bezzmyselnosti; často striedajú sexuálnych partnerov; majú sklony k návykovým látkam (Verešová, Hušvétyová 2008).

RIZIKOVÉ SPRÁVANIE V OBDOBÍ ADOLESCENCIE

Pod pojmom rizikové správanie v adolescencii rozumieme akékoľvek správanie dospievajúceho, ktoré môže ohroziť jeho vývin, má vonkajšie prejavy a negatívne dôsledky (Dolejš 2010). Ide o správanie, ktoré ohrozuje zdravie alebo život adolescenta, sťažuje, alebo znemožňuje mu osamostatnenie sa bežným spôsobom, komplikuje ukončenie profesijnej kvalifikácie, negatívne ovplyvňuje jeho identifikáciu so sexuálnou rolou, či poškodzuje jeho sebahodnotenie v budúcnosti s prítomnosťou reálnych rizík (sociálne, zdravotné, výchovné) u jedinca či spoločnosti (Kocourková, Koutek 2003; Miovský 2015).

Vznik takéhoto správania je u adolescentov závislý od **individuálnych a environmentálnych** faktorov (Orosová et. al 2012; Punová 2012). Osamelosť, ktorá môže signalizovať rizikové správanie stojí na pomedzí týchto faktorov. Je individuálnym faktorom, stavom, alebo črtou osobnosti, ktoré môžu byť dôsledkom podnetov pochádzajúcich z enviromentálnej oblasti.

V súvislosti s príčinami, významnú úlohu môže zohrávať i **zmysel života adolescentov**. Jediniec hľadá odpovede na existencionálne otázky, na základe ktorých si plánuje budúcnosť a stanovuje svoje ciele. Aby adolescent považoval svoj život za zmysluplný, je potrebné aby mal pozitívny postoj k svojej osobe, ktorý najviac podporuje počas celého života jeho rodina (sebaobraz sa tvorí v detstve, preto je to prvá fáza budovania zmyslu života). Druhou fázou je stanovenie životných cieľov a ich napĺňanie, s ktorým je spojená aj úzkosť, neistota a strach zo zlyhania. V tejto fáze sú dôležité interpersonálne vzťahy, pretože s ich pomocou jediniec dokáže zvládnuť strach z neúspechu. Na druhej strane účasť v nesprávnej referenčnej skupine, v ktorej sa adolescent nachádza, môže viesť k osvojeniu si nesprávnych vzorcov správania a vzniku rizikového správania (Halama 2007).

V súčasnosti sa najmä v prípade dnešných adolescentov stretávame s pojmom **riziková mládež**, kde je zvýšená pravdepodobnosť zlyhania v sociálnej a psychologickkej oblasti následkom viacerých faktorov. Je charakteristická agresívnymi prejavmi a patologickými javmi (Labáth 2001). U tejto mládeže sa v literatúre stretávame i s pojmom **syndróm rizikového správania** (angl. risk behavior syndrom — RBS)



(Kabíček, Csémy, Hamanová 2014). K výskytu negatívnych javov môže dôjsť, ak sa vo vývinovom štádiu jedinec nesprávne zaradi do spoločnosti a vytvorí si vlastný hodnotový systém, ktorý je postavený na základe jeho roly v spoločnosti. K **exogénnym faktorom**, ktoré ovplyvňujú vznik tohto syndrómu, patrí najmä oslabenie funkcie rodiny, urbanizácia, nedostatok osobného prostredia, neistota z budúcnosti, s ktorou súvisí zlý prospech v škole a teda nedostatočné uplatnenie v pracovnom živote. K **protektívnym faktorom** patrí vzor spoločnosti, v ktorej jedinec žije, legislatíva alebo kvalita školstva (Kabíček, Sulek, Mizerová 2010). Rôzne štúdie (napr. Plaňava, Pilát 2002; Bechyňová 2008; Hajný 2001) preukazujú, že na rozvoj takéhoto správania má najväčší vplyv rodina, škola a rovesnícke vzťahy.

Podstatou rizikového správania je predpoklad, že adolescent, ktorý sa prejaví v jednej oblasti, bude mať tendenciu takéto správanie rozširovať aj do iných oblastí (Jessor 2014). Rozlišujeme 3 hlavné oblasti prejavov rizikového správania, a to: **zneužívanie (abúzus) návykových látok** (motiváciou je začlenenie sa k rovesníckej skupine, pokiaľ je užívanie takýchto látok dlhodobejšie, dospievajúci sa môže stať závislým) (Jessor, Turbin 2010; Marešová 2010), v niektorých prípadoch i zneužívanie látok nevyvolávajúcich závislosť (hormóny, steroidy, nadmerné množstvo vitamínov a pod.) (Čerešník, Gatíal 2014); **prejavy v psychosociálnej oblasti** (patrí tu protispoločenské správanie často označované i ako poruchy správania) (Jessor, Turbin 2010; Čerešník, Gatíal 2014); **prejavy v reprodukčnej oblasti** (najmä predčasný sexuálny život a s tým spojené časté striedanie partnerov, rizikové sexuálne správanie, predčasné tehotenstvá, fetišizmus, exhibicionizmus a iné) (Jessor, Turbin 2010; Novotný, Okrajek 2012; Čerešník, Gatíal 2014).

Mnohé z uvedených druhov rizikového správania sú signalizované **zjavnými prejavmi** (zhoršenie školského prospechu, zmena záujmov, nová skupina priateľov, ktorí preferujú rovnaké správanie) (Jessor, Turbin 2010). Aktuálne spoločenské trendy prinášajú novú klasifikáciu rizikového správania, podľa toho, akými prostriedkami sa realizuje. **Tradičné formy** rizikového správania sa opierajú o všetky prejavy rizikového správania, ktoré súvisia so zneužívaním reálnych návykových látok, či prejavov v reálnom sociálnom prostredí. **Novodobé formy** rizikového správania naproti tomu môžu označovať také prejavy rizikového správania, ktoré súvisia so zneužívaním internetu, počítačov, závislosť na hrách, sociálnych sieťach, či rôzne formy protispoločenského správania odohrávajúce sa s využívaním iracionálneho prostredia internetu (Lichner, Šlosár 2013).

OSAMELOSŤ AKO PREDIKTOR RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA – METODOLÓGIA A VÝSLEDKY REALIZOVANÝCH EMPIRICKÝCH ŠTÚDIÍ

V prácach domácich i zahraničných autorov (napr. Kraut, Kiesler 2002; Morahan-Martin, Schumacher 2003; Žiaková et. al. 2008; Ayas, Baris 2013; Stickley et al. 2014) sa stretávame s rôznymi teoretickými i empirickými štúdiami problematiky osamelosti a jej súvislostí.

Cieľom prezentovaných empirických štúdií je identifikovať, ako vplýva osamelosť na vznik rizikového správania v tradičnej, i novodobej forme so zameraním na predikcie medzi osamelosťou a rizikovým správaním v cieľovej skupine adolescentov.



Prvá štúdia bola realizovaná v roku 2016 a orientuje sa na identifikáciu osamelosti a jej predikcií novodobej formy rizikového správania — nadužívania internetu ako reprezentanta moderných technológií. Zameriava sa na cieľovú skupinu tzv. prvej online generácie, teda súčasnej generácie, od detstva sa stretávajúcej s internetom a modernými technológiami.

Druhá štúdia bola realizovaná v roku 2017 a zameriava sa na identifikáciu osamelosti a jej predikcií v podobe tradičných foriem rizikového správania, teda užívania návykových látok (alkohol, cigarety, marihuana) u adolescentov.

METODOLÓGIA

Pre realizáciu výskumných oboch zámernov bola zvolená kvantitatívna metodológia. Pre obe štúdie bol zostavený samostatný dotazník, pozostávajúci z batérie otázok viacerých validizovaných metodík v kombinácii s autorskými otázkami. Základom pre obe štúdie bola identifikácia úrovne osamelosti výskumného súboru. Táto bola skombinovaná so zisťovaním konkrétneho rizikového správania. Takto zostavená batéria otázok bola doplnená o autorské otázky demografického charakteru.

UCLA Loneliness Scale (Russel, Peplau, Cutrona 1980) je škála na identifikáciu úrovne osamelosti. Tvorí ju 20 výrokov, na ktoré respondenti odpovedajú prostredníctvom 4-bodovej škály Likertovho typu. Škála je jednodimenzionálna, úroveň osamelosti sa identifikuje prostredníctvom hrubého skóre všetkých položiek. Dotazník v pôvodnej verzii nadobúdala dobré hodnoty reliability, ktoré v rôznych štúdiách variovali v rozmedzí $\alpha = 0,89-0,94$. V našich výskumoch sme taktiež zaznamenali uspokojivé hodnoty reliability. V prvej štúdií dosiahla $\alpha = 0,94$, v druhej realizovanej štúdií $\alpha = 0,89$. Dotazník bol použitý v oboch realizovaných štúdiách.

IAT — Internet Addiction Test (Young 1998; Widiyanto, McMurrans 2004) je dotazník identifikujúci nadmerné používanie internetu u respondentov, orientuje sa na meranie rozsahu problémov jednotlivcov v dôsledku používania internetu v každodennom živote, v spoločenskom živote, v režime spánku a pocitoch respondentov. Dotazník tvorí celkom 20 položiek, ktoré sú orientované na zistenie frekvencie danej činnosti. Odpoveď si respondent volí prostredníctvom 5-bodovej Likertovej škály, kde 0 = nikdy, 5 = vždy. Metodika je jednodimenzionálna, pre ďalšie spracovanie sa používa hrubé skóre všetkých položiek. Autorka výsledné skóre delí do troch kategórií, bežné užívanie internetu, občasné alebo pravidelné problémy s používaním, závažné problémy s používaním internetu. Pôvodný dotazník dosiahol dobrú vnútornú konzistenciu $\alpha = 0,91$. V našom výskume dosiahol uspokojivú hodnotu na úrovni $\alpha = 0,89$. Uvedený dotazník sme použili v prvej realizovanej štúdií, na zistenie novodobej formy rizikového správania (nadmerného používania internetu).

Meranie tradičných látkových foriem rizikového správania. Na tieto účely bol zostavený autorský dotazník orientujúci sa na zistenie troch foriem rizikového správania u adolescentov, a to užívanie alkoholu, cigariet a marihuany. Táto časť pozostávala z 15 položiek, na ktoré respondenti odpovedali prostredníctvom 4-bodovej škály Likertovho typu. Prostredníctvom odpovedí označovali skúsenosť (i jednorazovú), a v nasledujúcej otázke frekvenciu vykonávania správania a prejavov týkajúcich sa užívania týchto látok za referenčné obdobie posledných 30 dní. Dotazník bol zоста-

vený s ohľadom na definície jednotlivých typov vymedzeného správania, ako i na existujúce zahraničné škály pre meranie rizikového správania (napr. SAHA, ARBS, HBICA), ktoré však boli pre realizáciu výskumného zámeru nepostačujúce. Každý typ rizikového správania sa hodnotil prostredníctvom hrubého skóre samostatne. Vnútna konzistencia dotazníka bola uspokojivá, $\alpha = 0,90$. Tento dotazník bol použitý v druhej štúdiu, orientujúcej sa na identifikáciu tradičných foriem rizikového správania adolescentov.

VÝSKUMNÝ SÚBOR

Výskum predikcií osamelosti a novodobej formy rizikového správania — nadmerného používania internetu

Výskumný súbor tejto štúdie tvorilo 221 respondentov vo veku 16–25 rokov ($M=23,3$). Kritériom pre zámerný výber bolo obdobie adolescencie a postadolescencie a zároveň navštevovanie niektorého typu školy (strednej, alebo vysokej). Z hľadiska rodu bolo vo výskumnom súbore 163 žien (74 %) a 58 mužov (26 %). Z celkového počtu respondentov popri štúdiu vykonávalo zárobkovú činnosť 51.

Výskum predikcií osamelosti a látkových foriem rizikového správania — užívania alkoholu, cigariet a marihuany

Výskumný súbor tejto štúdie pozostával zo 130 respondentov vo vekovej skupine 15–18 rokov ($M=16,6$). Kritériom zámerného výberu tu bolo navštevovanie strednej školy. Z hľadiska rodového rozdelenia tvorilo výskumný súbor 66 mužov (51 %) a 64 žien (49 %). Z hľadiska miesta ich pobytu počas školy, 86 bývajú doma a 44 na internáte. Zaujímali sme sa i o pôvod respondentov, 74 (57 %) pochádza z vidieka a 56 (43 %) pochádza z mesta. Tieto doplnkové premenné sme použili na interpretáciu najmä rizikového správania podľa rôznych kategórií.

VÝSLEDKY VÝSKUMU

Výskum predikcií osamelosti a novodobej formy rizikového správania — nadmerného používania internetu

V prvom rade sme sa orientovali na zistenie nadmerného používania internetu. Máme za to, že táto premenná jasne indikuje rizikové správanie, konkrétne jeho novodobú formu. Z hľadiska závažnosti tohto rizikového správania boli identifikované 3 kategórie na základe dosiahnutého skóre. V prvej kategórii, ktorú charakterizuje bežné užívanie internetu bolo 129 respondentov (58 %). V druhej kategórii, charakteristickej občasnými alebo už pravidelnými problémami v dôsledku užívania internetu bolo 83 respondentov (38 %). Do tretej, ktorá vyjadruje už závažné problémy v dôsledku užívania internetu sa z celkového počtu respondentov dostalo 9 respondentov (4 %).

Ďalšou zisťovanou premennou v kontexte témy príspevku bola osamelosť. Tá bola identifikovaná prostredníctvom deskriptívnej štatistiky a výsledky uvádzame v Tabuľke 1.



	n	Min	Max	M	SD
Osamelosť	221	20	75	37,41	12,09

TABUĽKA 1 — Deskriptívne charakteristiky osamelosti

Podľa identifikovaného priemerného skóre osamelosti v cieľovej skupine môžeme konštatovať, že respondenti globálne nepocitujú výrazne zvýšenú osamelosť. Zmyslom príspevku je však identifikácia osamelosti v kontextoch rizikového správania, preto sa zameriavame na identifikáciu osamelosti podľa jednotlivých kategórií nadmerného používania internetu. Výsledky reprezentuje Tabuľka 2.

Kategória nadmerného používania internetu	n	Min	Max	M	SD
Bežné užívanie internetu	129	20	75	34,57	10,83
Občasné, alebo pravidelné problémy s užívaním internetu	83	20	72	40,67	12,55
Závažné problémy v dôsledku užívania internetu	9	24	64	47,89	12,72

TABUĽKA 2 — Deskriptívne charakteristiky osamelosti podľa kategórií nadmerného používania internetu

Ako prezentuje predchádzajúce rozdelenie, úroveň prežívanej osamelosti narastá spoločne s kategóriou nadmerného používania internetu. Uvedený fakt je možné pripísať charakteristikám tohto rizikového správania, kedy je jednotlivец vtiahnutý do prostredia internetu, a častokrát je dôvodom tohto javu práve pociťovanie osamelosti v bežných sociálnych situáciách. Internet sa tak stáva náhradným zdrojom sociálnych kontaktov, no osamelosť v reálnom živote napriek tomu pretrváva. V súvislosti s uvedeným rozdelením sme sa zamerali na identifikáciu súvislostí prostredníctvom Pearsonovho korelačného koeficientu. Výsledky indikujú štatisticky významnú súvislosť medzi prežívaním osamelosti a nadmerným používaním internetu ($r=0,345$; $p(\alpha)<0,001$), čím potvrdzujú naznačenú i predpokladanú súvislosť.

Napokon sme overovali uvažované predikcie medzi osamelosťou a týmto typom rizikového správania. Za nezávislú premennú bola zvolená úroveň osamelosti a za nezávislú nadmerné používanie internetu. Na výpočet bola použitá jednoduchá lineárna regresia, pričom podmienky pre jej výpočet boli splnené. Výsledky reprezentujú Tabuľka 3 a Tabuľka 4.

Závislá premenná	R	R²	F	p(α)
Nadmerné používanie internetu	0,345	0,196	29,6	<0,001

TABUĽKA 3 — Sumárne výsledky jednoduchej lineárnej regresie nadmerného používania internetu na osamelosti

	B	SD	Beta	t	p(α)
Osamelosť	0,381	0,07	0,345	5,441	<0,001

TABUĽKA 4 — Regresný model pre nadmerné používanie internetu — regresný koeficient a hodnota t

Ako je možné identifikovať z uvedeného, použitý regresný model vysvetľuje asi 20 % variability skúmanej závislej premennej. Nadmerné používanie internetu ako rizikové správanie môže je teda sčasti predikované práve osamelosťou, do úvahy však samozrejme pripadajú i ďalšie, v našom prípade latentné premenné (napr. osobnostná výbava jednotlivca, sociálne spôsobilosti, spôsob používania internetu a ďalšie). Hodnota realizovaného t-testu však potvrdzuje predpokladanú súvislosť, a to že rastúca úroveň osamelosti môže ovplyvňovať úroveň nadmerného používania internetu ako rizikového správania.

Výskum predikcií osamelosti a látkových foriem rizikového správania — užívania alkoholu, cigariet a marihuany

Tento výskum sa zaoberal osamelosťou v kontexte niektorých látkových foriem rizikového správania. Konkrétne sa orientoval na užívanie alkoholu, fajčenie a užívanie marihuany u stredoškolskej mládeže, vo vekovom rozpätí 15–18 rokov. Deskriptívne charakteristiky premenných týkajúcich sa celkovej úrovne rizikového správania vo výskumnom súbore preukazujú relatívne vysokú incidenciu. V prípade celkovej úrovne rizikového správania, až 72 % respondentov má minimálne jednorazovú skúsenosť s niektorým zo skúmaných druhov rizikového správania. Samozrejme, tu môže ísť o jednorazové, testovacie užívanie, preto sme sa orientovali i na opakované epizódy užívania týchto látok. Výsledky tu preukazujú, že 64 % výskumnej vzorky má opakované skúsenosti s užívaním niektorej z uvedených látok, či ich kombinácie. Časté užívanie udáva 36 % respondentov. Čo sa týka užívania alkoholu, takmer 70 % respondentov má skúsenosť s užívaním alkoholu, a takmer 62 % ho užívalo viackrát za posledných 30 dní. Pri užívaní tabakových výrobkov sme zaznamenali minimálne jednorazovú skúsenosť u 72 % respondentov, pravidelné fajčenie u 48 % respondentov, z čoho bolo 17 % dievčat. V tomto prípade boli zaznamenané i výraznejšie rodové rozdiely. S užívaním marihuany malo skúsenosť celkovo 16 % respondentov, pričom 12 % z nich užilo marihuanu i v referenčnom období posledných 30 dní.

Premennou, ktorá bola zisťovaná ako ďalšia bola osamelosť. Súhrnné výsledky tejto premennej uvádzame v Tabuľke 5.

	n	Min	Max	M	SD
Osamelosť	130	20	68	32,5	10,15

TABUĽKA 5 — Deskriptívne charakteristiky osamelosti vo výskumnej vzorke

Podľa prezentovaných deskriptívnych ukazovateľov môžeme konštatovať, že z globálneho pohľadu na celú výskumnú vzorku, respondenti nepocitujú osamelosť vo zvýšenej miere. Na druhej strane i v tejto vekovej kategórii sa stretávame s pocitom osamelosti, čo preukazuje hlbšia analýza premennej. Pri orientácii na prípadné roz-





dielnosti podľa viacerých kritérií môžeme konštatovať, že osamelosť pociťujú skôr adolescenti bývajúci doma než adolescenti bývajúci na internáte. Zároveň boli preukázané rozdielnosti v pociťovanej osamelosti podľa miesta pôvodu. Respondenti z miest dosahovali vyššie skóre osamelosti než respondenti z dedín. Rodové rozdiely v miere osamelosti neboli dokázané. Poslednou časťou v rámci identifikácie osamelosti je kategorizácia osamelosti podľa veku. Z tohto hľadiska môžeme konštatovať, že najvyššiu úroveň osamelosti dosiahli respondenti vo veku 16 rokov, po nich sú respondenti vo veku 15 rokov. Po tomto období však miera osamelosti klesá, najnižšiu sme zaznamenali u 18 ročných respondentov. Tento fakt môže byť pripísaný situácnému charakteru osamelosti, kedy je osamelosť spojená napríklad so zmenou školy, prestupom zo základnej na strednú školu, odpútavanie sa od rodičov, následné budovanie si vlastných sociálnych väzieb a podobne. Osamelosť v tomto veku je však veľmi riziková, preto je potrebné uvažovať o možnosti prevencie a intervencie zo strany pomáhajúcich profesionálov.

V kontexte skúmanej problematiky, a to osamelosti ako prediktora rizikového správania nás zaujímali i vzájomné súvislosti medzi týmito premennými. Tieto sme hodnotili prostredníctvom Pearsonovho korelačného koeficientu. Výsledky reprezentuje Tabuľka 6.

	r	p(α)
Rizikové správanie celkom	0,365	<0,001
Užívanie alkoholu	0,376	0,021
Fajčenie	0,428	0,041
Užívanie marihuany	0,450	0,079

TABUĽKA 6 — Korelácie medzi osamelosťou a jednotlivými kategóriami rizikového správania

Ako bolo prezentované v predchádzajúcej tabuľke, identifikovali sme štatisticky významné súvislosti medzi osamelosťou a rizikovým správaním, konkrétne užívaním návykových látok, alkoholu a cigariet u respondentov. V prípade marihuany bola korelácia na strednej úrovni, no nebola štatisticky významná. Ostatné korelácie boli štatisticky významné. Na základe uvedeného teda konštatujeme, že osamelosť a rizikové správanie v podobe užívania návykových (i keď legálnych) látok spoločne súvisia. V kontexte témy príspevku sme sa zamerali i na identifikáciu predikcií medzi týmito premennými prostredníctvom jednoduchej lineárnej regresie, pričom konštatujeme, že podmienky pre výpočet boli vo všetkých prípadoch naplnené. Výsledky súhrnne reprezentujú nasledujúce tabuľky.

Závislá premenná	R	R²	F	p(α)
Rizikové správanie — užívanie návykových látok	0,365	0,268	1,994	0,028

TABUĽKA 7 — Sumárne výsledky jednoduchej lineárnej regresie rizikového správania a osamelosti

	B	SD	Beta	t	p(α)
Osamelosť	0,396	0,05	0,365	4,822	0,011

TABULKA 8 — Regresný model pre rizikové správanie — regresný koeficient a hodnota t



Interpretujúc prezentované výsledky jednoduchkej lineárnej regresie konštatujeme, že použitý model interpretuje takmer 27 % variability skúmanej závislej premennej, teda užívania návykových látok ako rizikového správania vo výskumnom súbore adolescentov. Rizikové správanie, konkrétne užívanie návykových látok je tak čiastočne spôsobované práve osamelosťou, samozrejme uvedomujeme si existenciu ďalších premenných, ktoré toto správanie môžu taktiež ovplyvňovať (napr. rodičovská výchova, sociálna skupina, iné zlyhávanie v sociálnych vzťahoch a ďalšie). Zároveň môžeme konštatovať, že predpokladaný smer predikcie potvrdzuje i hodnota realizovaného t-testu.

Okrem prezentovaného sumárneho testovania predikcií sme prostredníctvom jednoduchých lineárnych regresí testovali i každé zo skúmaných typov rizikového správania samostatne. Tu sa taktiež potvrdili uvažované vzťahy. Najvýraznejšie sme zaznamenali hodnotu predikcie u užívania alkoholu, kedy testovaný model vysvetľoval až takmer 49 % variability testovanej závislej premennej ($R = 0,376$; $R^2 = 0,468$; $p(\alpha) = 0,036$). V prípade ďalších látok, fajčenie je osamelosťou vysvetľované v takmer 20 % ($R = 0,428$; $R^2 = 0,197$; $p(\alpha) = 0,041$) a užívanie marihuany v 11,4 % ($R = 0,450$; $R^2 = 0,114$; $p(\alpha) = 0,048$).

DISKUSIA

Rizikové správanie je multifaktoriálny jav, môže byť predikované množstvom premenných. Za jeden z dôvodov je považovaná i osamelosť. Zámerom príspevku bolo prezentovať osamelosť a rizikové správanie ako samostatné, no spolu súvisiace konštrukty s jasne vymedzeným smerom vplyvu. Predpokladali sme, že rizikové správanie môže byť u adolescentov vyvolávané pocitmi osamelosti, ktoré sú v interakcii jednotlivca so sociálnym okolím častokrát podceňované, až zľahčované.

V oboch štúdiách sme identifikovali mieru prežívanej osamelosti a vzájomné predikcie medzi osamelosťou a rizikovým správaním. V prvej štúdii sme preukázali, že takmer 42 % oslovených respondentov vykazuje minimálne občasnú problémy s užívaním internetu, z toho 4 % patria do kategórie závažné problémy s používaním. Na toto rizikové správanie v období adolescencie sa orientovali i rôzni zahraniční autori. Podľa Jonesa (2002), študenti majú závažnejšie problémy v dôsledku užívania internetu v porovnaní s inými skupinami populácie. Výskum Scherera (1997) preukázal, že 13 % z 531 študentov vykazovalo známky problematickeho používania internetu. Morahan-Martin a Schumacher (1999) zistili, že 14 % študentov, študujúcich Bryant College spĺňalo kritéria rizikového správania. Taktiež Yang (2001) uvádza, že 10 % študentov Taiwanskej Univerzity má závažné problémy v dôsledku užívania internetu. Z hľadiska prevalencie boli teda rozdielnosti medzi zahraničnými výskumami a našim výskumom, kedy zahraničné štúdie preukazujú vyššiu prevalenciu ako to bolo v našom výskumnom súbore. V prípade látkových foriem rizikového správania



sme sa zaujímalí o užívanie alkoholu, cigariet a marihuany, či už vo forme jednorazovej skúsenosti, alebo vo forme opakovaného užívania, či nedávneho užívania v referenčnom období posledných 30 dní. Na základe výsledkov môžeme konštatovať, že oslovení adolescenti uvádzali relatívne bohaté skúsenosti s užívaním týchto látok. V prípade alkoholu, až 70 % výskumného súboru, má s alkoholom skúsenosti, pričom častejší konzumenti sú muži. Young, Sweeting, West (2008) v prípade alkoholu na výskumnej vzorke 120 adolescentov vo veku 15 až 19 rokov zistili, že 44 % chlapcov užíva alkohol približne každý tretí deň, a 27 % sú pod vplyvom alkoholu každý víkend. V prípade fajčenia sme identifikovali prevalenciu na úrovni 72 % v prípade jednorazovej skúsenosti. 48 % výskumného súboru však fajčí pravidelne, z čoho je 17 % žien. Podobné výsledky ukázal aj výskum Bačíkovej, Berinšterovej a Orosovej (2013), ktoré uviedli, že z výskumnej vzorky 600 študentov vo veku 14–19 rokov, má 63 % skúsenosti s fajčením a pravidelne fajčí 39 %. Pri užívaní marihuany, napriek jej ilegálnosti ako i nízkemu priemernému veku výskumného súboru sme zaznamenali skúsenosti s užívaním u 16 %, pričom v referenčnom období 30 dní bola prevalencia 12 %. O užívanie marihuany u adolescentov sa zaujímajú i Sticklely et al. (2014), ktorí realizovali výskum u mladších dospievajúcich (veková kategória 13–15 rokov) v USA a rovnako i v Ruskej federácii. Podľa získaných výsledkov v Ruskej federácii, s marihuanou má skúsenosť približne 7 % výskumného súboru. Pokiaľ však ide o USA, tam má s marihuanou skúsenosť takmer 18 % respondentov. Ďalší výskum na podobnú tému bol uskutočnený v Kanade, tu sa o problematiku zaujímalí opakovane, v roku 2002 a 2004. Podľa výsledkov v roku 2002 malo skúsenosti s marihuanou 18 % respondentov a v roku 2004 takmer 17 % (Leatherdale, Hammond, Ahmed 2008).

Prostredníctvom jednoduchej lineárnej regresie sme identifikovali, že osamelosť môže čiastočne spoločne s ďalšími premennými viesť k vzniku rizikového správania. Aj v prípade iných štúdií sa práve osamelosť v kontexte rizikového správania stala predmetom skúmania viacerých autorov. Kraut a Kiesler (2002) zistili, že osamelosť vedie k problematickému užívaniu internetu. Taktiež ďalšie výskumy zistili, že osamelosť pozitívne koreluje s rizikovým správaním (Morahan-Martin, Schumacher 2003; Ayas, Baris 2013; Bozoglan, Demirer, Sahin 2013). Okrem preukázania vplyvu osamelosti na novodobé formy rizikového správania sme sa orientovali i na preukázanie vplyvu osamelosti na rizikové správanie v podobe užívania návykových látok. Tu sme taktiež preukázali predpokladané výsledky prostredníctvom metódy jednoduchej lineárnej regresie. Obdobne orientované výskumy boli realizované najmä v zahraničí, kde boli zhodne preukázané obdobné výsledky. Osamelosť tak môžeme považovať za jednu z príčin rizikového správania látkovej povahy, teda užívania návykových látok — alkoholu, cigariet a marihuany (Sticklely et al. 2014; Nikmanesh, Kazemi, Khosarvi 2015).

ZÁVER

Problematika osamelosti je v súčasnosti často spomínanou v témach rôznych autorov. Je multifaktoriálnou problematikou a nie je možné identifikovať jednu primárnu príčinu. Rovnako, problematika rizikového správania je v súčasnosti čoraz viac prezentovanou pre vážne následky, ktoré spôsobuje v rôznych cieľových skupinách ako z krát-



kodobého tak i z dlhodobého hľadiska. Rovnako ako osamelosť, je možné uvažovať o multifaktoriálnosti v príčinách i súvislostiach, ktoré rizikové správanie v sebe zahŕňa. Prostredníctvom dvoch empirických štúdií sme v príspevku preukázali, že osamelosť môže predikovať rizikové správanie v podobe nadmerného používania internetu ako i v užívaní návykových látok u adolescentov. Zároveň sme preukázali pomerne vysokú prevalenciu rizikového správania vo výskumnom súbore. Samozrejme, nesmieme opomenúť i ďalšie predpokladané príčiny v podobe napríklad rodinného prostredia, sociálnych vzťahov, školských, či iných problémov, ako i osobnostných premenných.

Osamelosť ako i rizikové správanie sú aktuálne naprieč viacerým vekovým skupinám. Obzvlášť závažné môžu byť ich prejavy v skupine adolescentov. Riešenie týchto problémov musí byť nutne témou viacerých pomáhajúcich profesií. Sociálna práca tu musí zastávať jednu z kľúčových úloh, pretože v riešení, či už vo forme preventívnej, alebo intervenčnej pracujeme so sociálnym svetom adolescenta. Mnohokrát je nutná rekonštrukcia sociálneho prostredia, na čo sú v duchu napríklad systémových, či ekologických teórií sociálni pracovníci spomedzi pomáhajúcich profesionálov najerudovanejší. Je preto dôležité poznať zákonitosti problematiky osamelosti, i problematiky rizikového správania pre dôslednú prácu s takýmto typom klientov v sociálnej práci.

LITERATÚRA

- AYAS, T. & M.B. HORZUM. Relationship between depression, loneliness, self-esteem and internet addiction. *Education*. Alabama: Project Innovation, 2013, 133(3), 283–290. ISSN 0013-1172.
- BAČÍKOVÁ, M., M. BERINŠTEROVÁ a O. OROSOVÁ. 2013. Skúsenosť s fajčením v skorej adolescencii a fajčenie rodičov; moderačná rola vzdelania rodičov. *Človek a spoločnosť*. Košice: SvÚ SAV, 2013, 19(1), 77–81. ISSN 1335-3608.
- BECHYŇOVÁ, V. *Sanace rodiny*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-392-5.
- BRUNO, F. J. *Nebuďte sami aneb jak získat přítele*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2002. ISBN 80-71-06436-X.
- BOZOGLAN, B., V. DEMIRER & I. SAHIN. Loneliness, self-esteem, and Life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*. Medford: Wiley, 2013, 54(4), 313-319. ISSN 1467-9450.
- CACIOPPO, J. & W. PATRICK. *Loneliness. Human Nature and the Need for Social Connection*. New York: W.W.Norton Company, 2008. ISBN 978-0-393-06170-3.
- ČEREŠŇNÍK, M. a V. GATIAL. *Rizikové správanie a vybrané osobnostné premenné dospievajúcich v systéme nižšieho sekundárneho vzdelávania*. Nitra: Univerzita Konštantína Filozofa, 2014. ISBN 978-80-558-0658-7.
- DOLEJŠ, M. *Efektivní včasná diagnostika rizikového chování u adolescentů*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2642-6.
- DULMEN-GOOSSENS, L. Loneliness trajectories. *Journal of adolescence*. New York: Elsevier, 2013, 36(6), 1247-1249. ISSN 0140-1971.
- DUMM, T. *Loneliness as a Way of Life*. London: Harvard University Press, 2008. ISBN 978-0-674-03113-5.
- HAJNÝ, M. *O rodičích, dětech a drogách*. Praha: Grada, 2001. ISBN 80-247-0135-9.
- HALAMA, P. *Zmysel života z pohľadu psychológie*. Bratislava: SAP, 2007. ISBN 9978-80-8095-023-1.
- HILL, G. *Moderní psychologie: hlavní oblasti současného studia lidské psychiky*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-641-1.
- JESSOR, R. Problem Behavior Theory: A half century of research on adolescent behavior and development. LERNER, R.M., A.C.



- PETERSEN, R.K. SILBERSEIN & J. BROOKS-GUNN (eds.). *The developmental science of adolescence: History through autobiography*. New York: Psychology Press, 2014. pp. 239–256. ISBN 978-18-4872-931-5
- JESSOR, R. & M.S. TURBIN. Problem Behavior and Psychosocial Development: The Role of Psychosocial and Behavior Protection Risk. *Journal of Research on Adolescence*. Medford: Wiley, 2010, 20(3), 707–725. ISSN 1532-7795.
- JONES, S. The Internet Goes to College. How students are living in the future with today's technology. Washington, D.C.: PEW INTERNET & AMERICAN LIFE PROJECT, Pew Internet Project Survey Analysis, 2002.
- KABÍČEK, J., L. CSÉMY a J. HAMANOVÁ. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Praha: Triton, 2014. ISBN 978-80-7387-793-4.
- KABÍČEK, P., Š. SULEK a L. MIZEROVÁ. 2010. Syndrom rizikového chování v dospívání. *Pediatric pro praxi*. Olomouc: Solen, 2010, 11(1), 46–48. ISSN 1213-0494.
- KOCOURKOVÁ, J. a J. KOUTEK. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci*. Praha: Grada, 2003. ISBN 978-80-247-6901-01.
- KRAUT, K & S. KIESLER. The Social Impact of Internet Use [online]. *Psychological Science Agenda*. 2003. [cit. 2017-07-03]. Dostupné na: <<http://kraut.hciresearch.org/sites/kraut.hciresearch.org/files/articles/kraut03-SocialImpactOfInternetUse.pdf>>
- KUPKA, M. a M. MALUŠ. Netradiční možnosti psychohygieny. MACELA, M. (ed.). *Současnost a perspektiva sociální péče ve společnosti 21. století. Sborník příspěvků z mezinárodního semináře*. Litomyšl: Město Litomyšl, 2011, 41–50.
- LABÁTH, V. *Riziková mládež*. Praha: Grada, 2001. ISBN 978-80-858-5066-4.
- LEATHERDALE, S.T., D. HAMMOND & R. AHMED. Alcohol, marijuana, and tobacco use patterns among youth in Canada. In: *Cancer Causes & Control*. London: Springer, 2008, 19(4), 361–369. ISSN 0957-5243.
- LICHNER, V. a D. ŠLOSÁR. Zmysel života v kontexte novodobých závislostí adolescentov ako rizikovej skupiny sociálnej práce. ŽIAKOVÁ, E. (ed.). *Ako náš zmysel života v sociálnej práci s rizikovými skupinami 2. ročník Košických dní sociálnej práce*. Košice: Katedra sociálnej práce Filozofickej fakulty UPJŠ v Košiciach, 2013. s. 243–249. ISBN 978-80-8152-140-9.
- MAREŠOVÁ, A. Sociálně patologické projevy. *Trestně právní revue*. Praha: BeckOnline, 2010, 9(2), 52–58. ISSN 1213-5313.
- MIOVSKÝ, M., et al. *Prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2015. ISBN 78-80-7422-392-1.
- MIOVSKÝ, M. et al. (eds.). *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN a Centrum adiktologie, Psychiatrická klinika 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze, 2010. ISBN 978-80-87258-47-7.
- MOLČANOVÁ, Z., F. BAUMGARTNER a A. KAŇUKOVÁ. Sociální inteligencia vo vzťahu k osamelosti. *Sociálne a politické analýzy*. Košice: FVS Katedra sociálnych vied, 2007, 2(1), 63–76. ISSN 1337-55.
- MORAHAN-MARTIN, J. & P. SCHUMACHER. The Relationship Between Loneliness and Internet Use and Abuse. *CyberPsychology & Behavior*. New Rochelle: MaryAnn Liebert, 1999, 2(5), pp. 431–439. ISSN 2152-2715.
- MORAHAN-MARTIN, J. & P. SCHUMACHER. Loneliness and social uses of the Internet. In: *Computers in Human Behaviour*. New York: Elsevier, 2003, 19(6), 659–671. ISSN 0747-5632.
- NIKMANESH, Z., Y. KAZEMI & M. KHOSARVI. Role of Feeling of Loneliness and Emotion Regulation Difficulty on Drug Abuse. *Journal of Community Health Research*. Yazd: Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, 2015, 4(1), 55–64. ISSN 2322-5688.
- NOVOTNÝ, P. S. a P. OKRAJEK. Vliv vybraných charakteristik rodinného prostředí na rizikové chování 15letých adolescent [online]. In: *Psychologie. Elektronický časopis ČMPS*. 2012 [cit. 2017-07-12]. Dostupné na internete: <http://www.vyzkummladez.cz/zprava/1347014675.pdf>. ISSN 1802-8853.
- OROSOVÁ, O. et al. *Základy prevencie užívania drog a problematickeho užívania internetu v školskej praxi*. Košice: Filozofická fakulta UPJŠ v Košiciach, 2012. ISBN 978-80-7097-946-8.

- PLAŇAVA, I. a M. PILÁT. *Děti, mládež a rodiny v období transformace*. Brno: Barrister & Principal, 2002. ISBN 978-80-86598-36-5.
- POKORNÁ, A. *Komunikace se seniory*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3271-8.
- PUNOVÁ, M. Resilience v sociální práci s rizikovou mládeží. *Sociální práce/Sociální práce*. Brno: ASVSP, 2012, 4(2), 12–13. ISSN 1213-6204.
- RUSSELL, D., L.A. PEPLAU & C.E. CUTRONA. The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*. Washington, DC: APA, 1980, 39(3), 472–480, ISSN 0022-3514.
- SCHERER, K. College life online: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Development*. Baltimore: JHU Press, 1997, 38(6), 655–665. ISSN-0897-5264.
- STICKLEY, A. et al. Loneliness and health risk behaviours among Russian and U.S. adolescents: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. London: BioMed Central, 2014, 14(386), 1–12. ISSN 1471-2458.
- VEREŠOVÁ, M. a J. HUŠVÉTYOVÁ. Štýly rodinnej výchovy a rizikové správanie dievčat a chlapcov v období puberty. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*. Bratislava: VÚDPaP, 2008, 40(1), 17–29. ISSN 0555-5574.
- VÝROST, J. a F. BAUMGARTNER. Sociální opora a osamelosť. VÝROST, J. a I. SLAMĚNÍK (eds.). *Aplikovaná sociální psychologie II*. Praha: Grada, 2001, s. 113–128. ISBN 978-80-2470-042-5.
- VÝROST, J. a D. FEDÁKOVÁ. *Emocionálne a sociálne súvislosti vnímanej sebaregulácie. Psychologické aspekty a kontexty sebaregulácie*. Košice: Filozofická fakulta UPJŠ v Košiciach, 2011. ISBN 978-80-7097-922-8.
- VÝROST, J. a I. SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-24714-28-8.
- WIDYANTO, L., McMURRAN, M. The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test. *CyberPsychology & Behavior*. New Rochelle: MaryAnn Liebert, 2004, 7(4), 443–450. ISSN 2152-2715.
- YALOM, I. D. *Existenciální psychoterapie*. Praha: Portál, 2006. ISBN 978-0-73-6714-76.
- YANG, C.K. Sociopsychiatric characteristics of adolescents who use computers to excess. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. Medford: Wiley, 2001, 104(3), 217–222. ISSN 1600-0447.
- YOUNG, K.S. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*. New Rochelle: MaryAnn Liebert, 1998, 1(3), 237–244. ISSN 2152-2715.
- YOUNG, R., H. SWEETING & P. WEST. A longitudinal study of alcohol use and antisocial behavior in young people. *Alcohol and Alcoholism*. London: MCA, 2008, 43(2), 204–214. ISSN 0735-0414.
- ŽIAKOVÁ, E. et al. *Osamelosť ako sociálny a psychologický jav*. Prešov: FF PU, 2008. ISBN 978-80-8068-731-1.