



vzorec chování se vyskytuje nejméně po dobu 12 měsíců, ale může být i kratší dobu, pokud jsou splněna všechna diagnostická kritéria a příznaky jsou závažné. MKN-11 vyžaduje pro dg. 6C51 Gaming disorder („porucha hraní her“) naplnění tři kritérií:

- narušení kontroly nad hraním (začátek, frekvence, intenzita, trvání, ukončení, kontext)
- hraní her se stává prioritou před jinými zájmy a denními činnostmi
- pokračování v hraní i přes výskyt negativních důsledků.

Dochází k rozvoji kognitivních a behaviorálních příznaků, které vedou k zanedbávání jiných aktivit, běžných povinností doma, ve škole či v zaměstnání a častému opomíjení jídla a spánku. Mezi rizikové faktory jednoznačně patří dostupnost počítače s připojením k internetu, období adolescence a mužské pohlaví. Nutkavé hraní postupně vede k omezení sociálních, studijních a rodinných aktivit. Funkčním důsledkem může tedy být nedokončení školy, ztráta zaměstnání či ztráta partnerského vztahu.

A co když jsou to rodiče, kdo užívají moderní technologie nadměrně...

Rodičovské chování vede k nápodobě. V rodinách, kde rodiče nadměrně užívají internet a chytré telefony, tyto technologie nadužívají i jejich děti. Navíc dochází k častému narušení vztahu mezi rodičem a dítětem. Dochází ke snížení rodičovské citlivosti na podněty ze strany jejich dětí (16) a omezuje se reciproční interakce (17), kdy je rodič pro dítě „odpojený“ a dítě tak má možnost se buď pasivně podřídit, nebo se pokusit upoutat pozornost rodiče zlobením (18).

Phubbing

Phubbing je takové chování, kdy při setkání s jinou osobou ji jedinec částečně nebo zcela ignoruje a upřednostňuje svůj mobilní telefon, na kterém hraje hry nebo brouzdá po sociálních sítích. (Slovo bylo vytvořeno spojením anglických slov phone – telefon a snubbing – ignorování.) Phubbing lze považovat za alternativu k poruše hraní internetových her (Internet Gaming Disorder) a je tedy projevem závislosti na chytrém telefonu a internetu (19). Nebezpečnou vlastností tohoto chování je jeho určitá míra nakažlivosti. Tolerováním se totiž phubbing stává sociální normou a osoba zpočátku takto ignorovaná začne taktéž při kontaktu s druhými telefon nadměrně užívat. Navíc vede k nižšímu pocitu sociální pohody, zvyšuje prožívání závidi, snižuje pocit blízkosti s druhou osobou, dochází k morálnímu narušení vhodné etikety týkající se používání telefonů.

Doporučení Americké akademie pediatriů (AAP) aktualizované roku 2016

Americká akademie pediatriů doporučuje pediatriům, o čem a kdy s rodinami hovořit, a také jaká jsou doporučení pro jednotlivé věkové kategorie dětí (20).

Doporučení pro pediatriy:

- Začněte s dětmi a jejich rodiči mluvit o užívání moderních technologií včas.
- Edukujte rodiče o vývoji mozku v raném věku a o tom, že je pro dítě důležitá hra praktická a zážitková („hands-on“), nestrukturovaná, sociální. Ta dítěti pomáhá s vytvářením jazyka, rozvojem kognitivních a sociálně-emočních dovedností.