

The Role of Resilience in the Emergence and Development of Internet Gaming Disorder in Adolescents

FILIPOVIČ, V.¹, DĚDOVÁ, M.²

1 | AMBIS University, a. s., Department of Psychology and Social Sciences, Prague, Czech Republic

2 | Trnava University, Faculty of Philosophy and Art, Department of Psychology, Trnava, Slovak Republic

Citation | FILIPOVIČ, V., DĚDOVÁ, M. Úloha reziliencie pri vzniku a vývoji poruchy internetového hrania u adolescentov. *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi*. 2024, **7**(3-4), 184–190; <https://doi.org/10.35198/APLP/2024-003-4-0006>

Summary | The paper deals with the issue of Internet gaming disorder (IGD) in adolescents. Internet gaming has become a commonplace that changes our daily lives, it can lead to a number of negative consequences including poor academic performance, damaged real-life relationships, family difficulties and physical problems. The aim of the theoretical framework is to analyse the level of resilience in the context of IGD in adolescents. Based on a detailed analysis of studies, we found that an adequate level of resilience is an important protective factor in the development of IGD in the adolescent.

Keywords | IGD – Resilience – Adolescents – Digital video games

Submitted | 25. October 2024

Accepted | 25. November 2024

Correspondence address | Vladimír Filipovič, PhD., AMBIS University, a. s., Department of Psychology and Social Sciences, Lindnerova 575/1, 180 00 Prague 8-Libeň, Czech Republic

vfilipovic209@gmail.com

Úloha reziliencie pri vzniku a vývoji poruchy internetového hrania u adolescentov

FILIPOVIČ, V.¹, DĚDOVÁ, M.²

1 | AMBIS vysoká škola, a. s., Katedra psychologie a sociálních věd
2 | Trnavská univerzita v Trnave, Filozofická fakulta, Katedra psychologie

Citace | FILIPOVIČ, V., DĚDOVÁ, M. Úloha reziliencie pri vzniku a vývoji poruchy internetového hrania u adolescentov. *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi*. 2024, **7**(3-4), 184–190; <https://doi.org/10.35198/APLP/2024-003-4-0006>

Súhrn | Príspevok sa zaoberá problematikou poruchy internetového hrania (internet gaming disorder, ďalej IGD) u adolescentov. Internetové hranie sa stalo samozrejmosťou, ktoré mení náš každodenný život, môže viesť k množstvu negatívnych následkov vrátane zlého akademického výkonu, narušených vzťahov v reálnom živote, rodinných ťažkostí a fyzických problémov. Cieľom teoretického rámca je analyzovanie úrovne reziliencie v kontexte IGD u adolescentov. Na základe podrobného rozboru štúdií sme zistili, že adekvátna úroveň reziliencie je dôležitým protektívnym faktorom pri vzniku IGD u adolescentov.

Kľúčové slová | IGD – Reziliencia – Adolescenti – Digitálne videohry

1 ÚVOD

Videohry sú všadeprítomnou súčasťou života takmer všetkých detí a dospelých, pričom 97 % populácie sa hrá najmenej jednu hodinu denne (Wang et al., 2021). Negatívny vplyv problematického hrania digitálnych hier spôsobuje poruchu internetového hrania (internet gaming disorder, ďalej IGD), ktorá je definovaná ako problematické, kompulzívne, pretrvávajúce a opakujúce sa zapájanie do hrania videohier, čo vedie k významnému narušeniu každodenných, pracovných a vzdelávacích aktivít. Začína ako copingová stratégia na zvládnutie denných stresorov a negatívnych pocitov, preferencia online vzťahov, kompenzácia nedostatku úspechu v reálnom živote a hľadanie rozptýlenia a odosobnenia (APA, 2013; Milani et al., 2017). Problematika IGD sa stala významným spoločenským problémom, nakoľko celosvetová prevencia v rokoch 2009 až 2019 sa pohybovala v rozmedzí 1,4 % až 6,9 % (Stevens et al., 2020), v súčasnosti je v rozsahu od 0,2 % do 9,9 % (Gao et al., 2022) a na území Slovenskej republiky je na úrovni 8,8 % (Filipovič, 2024).

Hranie videohier môže mať aj pozitívne psychologické aspekty (Choi et al., 2020). Videohry prispievajú k zlepšeniu kognitívnych funkcií, sú zdrojom zábavy pre širokú populáciu a majú rôzny vplyv na pohodu. Môžu ľuďom poskytnúť spôsob vzájomnej interakcie prostredníctvom virtuálnej komunity pri plnení spoločnej práce i spoločných úloh. Zistilo sa, že videohry, ktorých účelom je zábava hráčov, sú pozitívne spojené s kognitívnymi funkciami (napr. pozornosťou, schopnosťou riešiť problémy) (Choi et al., 2020; Tobias et al., 2011). Videohry slúžia ako kompenzačný prostriedok na uvoľnenie sa a odpútanie od ťažkostí, ktorým sú adolescenti vystavení (Boyle et al., 2016; Pallavicini et al., 2018).

Reziliencia je primárnym protektívnym prostriedkom, ktorý pomáha k homeostatickému udržiavaniu integrity jednotlivca (Canale et al., 2019). Úroveň reziliencie je daná podporou zo strany rodičov a sociálnou oporou vrstovníkov (Afek et al., 2020). Pri deficite oboch významných psychosociálnych atribútov v živote adolescentov dochádza k poklesu úrovne reziliencie. Pre osoby s nízkou úrovňou reziliencie predstavuje hranie videohier spôsob vyrovnania so životnými problémami, čo môže vyústiť do vzniku IGD (Borualogo a Jefferies, 2019; Jefferies et al., 2019; Tsui a Cheng, 2021; Yen et al., 2019).

2 PSYCHOLOGICKÉ VYMEDZENIE REZILIENCIE

Reziliencia je definovaná ako proces dobrej adaptácie tvárou v tvár nepriazni, traume, tragédii, hrozbám alebo iným významným zdrojom stresu, ako sú rodinné a vzťahové problémy, vážne zdravotné problémy alebo finančné problémy (APA, 2020).

Psychická odolnosť je konštrukt, ktorý odráža schopnosť človeka vydržať a vyrovnáť sa s nepriaznivými psychologickými

výsledkami pri stresujúcich stretnutiach a prispôbiť sa a prekonať neúspechy (Coleman a Hagell, 2007). Z pohľadu pozitívnej psychológie je sila jednotlivca podobná jeho psychickej odolnosti; nielenže pomáha jednotlivcovi prekvitať, ale tiež ho chráni pred rozvojom návykového správania (Krentzman, 2013). Reziliencia zahŕňa tri hlavné ochranné mechanizmy týkajúce sa individuálnych schopností (napr. osobné zručnosti, sociálne zručnosti), medziľudských vzťahov (napr. podpora rovesníkov, fyzická a psychologická starostlivosť) a dostupnosti zdrojov a príležitostí komunity (napr. spiritualita, kultúra, vzdelanie) (Ungar a Liebenberg, 2011). Tieto ochranné mechanizmy posilňujú schopnosť človeka zvládnuť celý rad environmentálnych a osobných problémov, ako sú každodenné stresory a medziľudské konflikty. Psychická odolnosť sa vzťahuje na pozitívnu adaptáciu alebo schopnosť udržať si duševné i fyzické zdravie napriek účasti v stresových situáciách (Afek et al., 2020; Lin et al., 2021).

Duševné zdravie je významnou zložkou každého človeka. Hoci sa odolnosť v psychológii považuje za „vlastnosť“, môže sa prejavovať v rôznej miere v rôznych oblastiach života, v rôznych obdobiach a prostrediach (Aburn et al., 2016). Modely psychickej odolnosti zdôrazňujú kombináciu fyziologických, neurobehaviorálnych a psychologických faktorov ako významných prispievateľov k ochrane odolnosti (Cai et al., 2017; Ong et al., 2006). Psychologické faktory, ako je optimizmus, sebaúčinnosť, vysoká inteligencia a používanie adaptívnych stratégií emocionálnej regulácie prispievajú pozitívne k odolnosti (Isaacs et al., 2017; Prout et al., 2019). Muži vo všeobecnosti vykazujú väčšiu psychickú odolnosť ako ženy a ženy sú náchylnejšie na psychickú tieseň ako muži (Cohen a Netzer, 2023).

Inhibičná kontrola, exekutívna funkčná zložka, ktorá je základom schopnosti človeka regulovať správanie a zároveň ignorovať irelevantné informácie, pôsobí ako kľúčový komponent, ktorý je základom psychickej odolnosti (Miyake a Friedman, 2012; Sapienza a Masten, 2011). Inhibičná kontrola súvisí so vzorcom správania človeka a je rozhodujúca pre efektívne fungovanie v rôznych situáciách každodenného života. Vyšší dopyt po inhibičnej kontrole je spojený s lepšou odolnosťou (Artuch-Garde et al., 2017; Dias, 2017). Ak psychická odolnosť nie je dostatočne účinná tvárou v tvár nepriazni osudu, môže to viesť k rozvoju duševných chorôb (Campbell-Sills et al., 2006). Deficity v inhibičnej kontrole sú tiež spojené s tým, že zníženie inhibičnej kontroly v porovnaní s negatívnymi informáciami môže zvýšiť emocionálnu reaktivitu a zvýšiť náchylnosť na depresiu (Cai et al., 2017; De Lissnyder et al., 2012).

Byť odolný znamená čeliť ťažkostiam priamo, namiesto toho, aby ste upadli do zúfalstva alebo používali nezdravé stratégie zvládania, preto chápeme rezilienciu ako proces relatívne stabilných trajektórií blahobytu, ale je tiež za premenlivú, škálovateľnú, dynamickú a plynulú charakteristiku (Chen, 2016). Reziliencia predstavuje mentálny rezervoár sily, ktorý pomáha ľuďom zvládať stres a ťažkosti (Chen et al., 2019). Odolní ľudia sú schopní zvládať výzvy a zotavovať sa z nich. Keď čelia významným traumám,

ako je strata zamestnania, finančné problémy, vážna choroba, problémy vo vzťahoch alebo smrť milovanej osoby sú odolní ľudia voči daným situáciám imúnnejší. Odolní ľudia si uvedomujú situácie, svoje emocionálne reakcie a správanie svojho okolia. Tým, že zostanú vedomí, môžu si udržať kontrolu nad situáciou a vymýšľať nové spôsoby riešenia problémov (Chen et al., 2018). V mnohých prípadoch po takýchto ťažkostiach vychádzajú odolní ľudia silnejší (Denckla et al., 2020). Štýl zvládania je spojený s psychickým zdravím a pocitom pohody, predstavuje dôležitú zložku reziliencie a je výsledkom zvládania vonkajších i vnútorných stresových situácií jednotlivca (Chen, 2016; Wu et al., 2020). Výskumníci navrhli tri odlišné typy štýlov zvládania: zvládanie zamerané na problém, zvládanie zamerané na emócie a zvládanie vyhýbania sa (Folkman a Lazarus, 1985; Folkman a Moskowitz, 2004). Zvládanie zamerané na problém je štýl zvládania zameraný na úlohy, ktorý sa pokúša zmeniť stresové situácie aktívnym úsilím vyriešiť problém alebo znížiť jeho negatívny vplyv (Cheng, 2003). Zvládanie zamerané na emócie má za cieľ znížiť stresové udalosti prostredníctvom emocionálnych reakcií, ako je sebaobviňovanie, hnev alebo zaujatosť. Pokusy vyhnúť sa stresovým situáciám prostredníctvom sociálneho rozptýlenia alebo úniku zo situácie, namiesto toho, aby sme jej aktívne čelili a riešili ju zahŕňa vyhýbavé zvládanie (Lam a McBride-Chang, 2007). Pozitívne štýly zvládania súvisia s vyššou úrovňou pozitívnych kognitívnych a behaviorálnych úprav tvárou v tvár stresovým udalostiam a so zníženým rizikom úzkosti a depresie (Zong et al., 2010).

3 REZILIENCIA U ADOLESCENTOV

Reziliencia je životne dôležitým faktorom, ktorý chráni adolescentov pred ublížením pri zapájaní sa do online aktivít, najmä medzi ľuďmi so závislosťou od internetu. Psychická odolnosť je definovaná ako schopnosť prispôbiť sa stresovým životným udalostiam a vyrovnáť sa s nepriazňou osudu (Wisniewski et al., 2015). Adolescenti s vyššou úrovňou psychickej odolnosti s väčšou pravdepodobnosťou rozoznávajú online riziká a majú primeranú dôveru pri ochrane a informovaní ostatných, keď je to potrebné (Nam et al., 2018; Tsui a Cheng, 2021). Návykové správanie je definované ako maladaptívny mechanizmus na zvládanie stresu. Stres je rizikovým faktorom pre závislosť a spúšťa recidívy. Psychosociálna odolnosť, ako sú pozitívne emócie, optimizmus, humor a kognitívna flexibilita môžu zmierniť stresom indukovanú psychopatológiu (Valentino et al., 2010; Yen et al., 2019).

Rozlišujeme dva hlavné vnútorné faktory, ktoré riadia koncepciu reziliencie u adolescentov ako vlastnosti a to jej spojenie s osobnosťou a predpokladané odvodenie od genetických faktorov. Osobnosť adolescentov je komplexný fenomén, ktorý je ovplyvňovaný rôznymi faktormi. Ak dominuje extravertzia a otvorenosť u mladých dospelých, potom sú schopní lepšie zvládať záťažové situácie (Di Fabio et al., 2015; Oshio et al., 2018). Druhým zdrojom vnútornej odolnosti je genetická výbava jednotlivca. Genetické polymorfizmy spojené so zraniteľnosťou voči nepriazni-

vému prostrediu sú spojené s odolnosťou alebo citlivosťou (Malhi et al., 2019; Rutter, 2013). Koncept odolnosti zahŕňa kompenzačné a ochranné modely, ktoré vysvetľujú, ako fungujú pozitívne faktory, ktoré pomáhajú dospelujúcim prekonať riziká (Zimmerman et al., 2013). Teória odolnosti poskytuje rámec na pochopenie toho, prečo sa u niektorých adolescentov, ktorí sú vystavení množstvu rizík, nevyvíjajú negatívne zdravotné alebo sociálne výsledky a v rozpore s očakávaniami úspešne vyrastajú (Fergus a Zimmerman, 2005). Konštruktívne využívanie voľného času v adolescencii ako zapájanie sa do mimoškolských aktivít, mimoškolských programov, venovania sa rôznym záľubám i podpora zo strany rodičov prispieva k ich reziliencii voči negatívnym faktorom každodenného života (Feldman a Matjasko, 2012). Je to dôležité najmä v prípadoch, keď sa vývoj mladého človeka ubera nesprávnym smerom. Rozvoj mládeže nie je lineárny proces a je veľmi závislý od kontextu. Využitie rozvojového potenciálu však závisí od dostupnosti prorozvojových zdrojov v prostredí mladého človeka (Ostaszewski, 2020).

4 REZILIENCIA A IGD

Väčšia psychická odolnosť zmiernuje psychologické dopady spojené so závislosťou od internetu a IGD (Hu et al., 2015). Jednotlivci s nižšou psychickou odolnosťou sa s väčšou pravdepodobnosťou ponoria do virtuálnej siete. Takéto zistenia zdôrazňujú možnú úlohu psychickej odolnosti pri prevencii rozvoja IGD a zmiernovaní problémov duševného zdravia, ktoré sú v dnešnej spoločnosti rozšírené (Hou et al., 2017). Osoby s IGD majú vo všeobecnosti nižšiu úroveň psychickej odolnosti v porovnaní s jedincami bez IGD (Wu et al., 2018). IGD spolu s nízkou psychickou odolnosťou vyvolávajú symptómy depresie a úzkosti. Adolescenti s nízkou úrovňou psychickej odolnosti majú tendenciu zažiť aspoň jedno psychické narušenie potom, čo boli vystavení jednému alebo viacerým online rizikám (Canale et al., 2019). Osoby s vyššou úrovňou psychickej odolnosti sú menej náchylní do zapájania sa hrania videohier. Odolní jednotlivci môžu mať niektoré pozitívne vlastnosti (napr. vysokú toleranciu voči negatívnym pocitom, zodpovednú povahu alebo silnú schopnosť sebareflexie) (Hu et al., 2015). Reziliencia umožňuje byť jednotlivcom v náročných situáciách aktívnejšími a znižuje negatívne správanie (napr. problematické hranie videohier). Psychická odolnosť zmiernuje vzťah medzi vnímaným stresom a hraním videohier (Hou et al., 2017). Faktory psychickej odolnosti ako sú pozitívne emócie, optimizmus, humor, kognitívna flexibilita a prehodnotenie zmiernujú stresom indukovanú psychopatológiu (Cadet, 2016). Reziliencia je vyrovnávacím faktorom proti IGD, odolnosť zahŕňa rôzne osobné charakteristiky ako je akceptácia, schopnosti riešiť problémy, schopnosť zotaviť sa, sebaregulácia, osobná kompetencia a sebaúčinnosť. Tieto charakteristiky odolnosti zohrávajú dôležitú úlohu pri obmedzovaní rozvoja poruchy internetového hrania (Yen et al., 2019). Jednotlivci s IGD a nízkou odolnosťou majú vyššiu pravdepodobnosť výskytu depresie. Stres a depresia môžu byť nielen vyvolávacími faktormi poruchy internetového hrania, ale aj dô-

sledkami poruchy internetového hrania (Wu et al., 2018). Adolescenti s primeranou odolnosťou majú nižší stres a depresiu, reziliencia pôsobí ako tlmiaci účinok na stres a depresiu u jednotlivcov s IGD (Lin et al., 2021).

5 DISKUSIA

Výsledky výskumov ukazujú, že hranie videohier slúži ako kompenzačný prostriedok voči stresu a frustrácii u osôb s nízkou úrovňou reziliencie, tento stav sa prenáša do psychopatologickej roviny v podobe IGD a ďalších duševných porúch (Lin et al., 2021; Ungar, 2018). Tsui a Cheng (2021) vo svojej výskumnej štúdií zdôraznili protektívny účinok reziliencie na IGD u adolescentov. Úroveň reziliencie u adolescentov je daná schopnosťou riešiť problémy, sebareguláciou, osobnou kompetenciou a sebaúčinnosťou (Borualogo a Jefferies, 2019; Valentino et al., 2010). Canale et al. (2019) naznačujú negatívny vzťah medzi úrovňou reziliencie a IGD, nakoľko reziliencia zmierňuje intenzitu hrania videohier. Adolescenti s neadekvátnou úrovňou reziliencie viac podliehajú k aplikovaniu dysfunkčných copingových stratégií, vďaka ktorým využívajú hranie videohier na elimináciu problémových situácií i rôznych záťaží (Brand et al., 2016). Reziliencia slabo koreluje s IGD (Wu et al., 2018), možným vysvetlením je, že odolní adolescenti môžu mať určité pozitívne vlastnosti ako je vysoká tolerancia voči negatívnym pocitom a silnú schopnosť sebareflexie, ktoré umožňujú jednotlivcom byť aktívnejšími v náročných záťažových situáciách a preto je menej pravdepodobné, že sa u nich prejaví IGD (Hou et al., 2017). Yen et al. (2019) preukázali súvislosť medzi nízkou úrovňou reziliencie a poruchou internetového hrania, pretože adolescenti so slabšou odolnosťou mali horšie copingové stratégie zamerané na riešenie problémov v porovnaní s osobami, ktoré mali primeranú úroveň odolnosti, nakoľko využívali zrelé obranné mechanizmy ako je humor. Reziliencia je konštrukt, ktorý odráža schopnosť človeka vyrovnávať sa s nepriaznivými psychologickými výsledkami pri stresujúcich stretnutiach i prekonávať neúspechy a zároveň je životne dôležitým faktorom, ktorý chráni adolescentov pred rizikovým zapájaním sa do online aktivít s ďalšími jednotlivcami (Afek et al., 2020; Nam et al., 2018).

6 ZÁVER

Zistili sme na základe dôkladnej analýzy rôznych relevantných výskumných štúdií, že súčasní adolescenti považujú videohry ako dôležitú súčasť ich životného štýlu. Osoby s IGD využívajú online priestor ako sociálno-komunikačný nástroj na potlačanie stresu i na zvýšenie úrovne uspokojenia, obdivu i úcty. Poukázali sme, že reziliencia je protektívnym faktorom IGD u adolescentov. Kľúčovou úlohou psychológov vo vzťahu k adolescentom je zvýšiť úroveň zdravotnej gramotnosti, ktorá prispeje pochopeniu, že hranie videohier nie je efektívnou a vhodnou copingovou stratégiou na prekonávanie rôznych životných záťaží a problémov, ktorým sú dnešní mladí ľudia vystavení.

Role autorov | VF autor navrhol a spracoval základnú štruktúru textu a MD autor spolupracoval na vybraných kapitolách článku.

Konflikt záujmov | Bez konfliktu záujmov

LITERATURA / REFERENCES

- ABURN, Gemma, GOTT, Meryn a HOARE, Karen. What is resilience? An integrative review of the empirical literature. *Journal of advanced nursing* [online]. 2016, **72**(5), 980–1000. Dostupné z: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jan.12888>.
- AFEK, Anat, AVRAHAM, Rina-Ben, DAVIDOV, Alexander, COHEN, Noa Berezin, BEN YEHUDA, Ariel, GILBOA, Yafit a NAHUM, Mor. Psychological Resilience, Mental Health, and Inhibitory Control Among Youth and Young Adults Under Stress. *Frontiers in Psychiatry* [online]. 2021, vol. **11**, 1–11. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.608588>.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION [APA]. *Building your resilience* [online]. Arlington, VA: American Psychiatric Association Publishing, 2020. Dostupné z: <https://www.apa.org/topics/resilience>.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION [APA]. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* [online]. 5th Ed. Arlington, VA: American Psychiatric Association Publishing, 2020. Dostupné z: <https://www.psychiatry.org/patients-families/internet-gaming>.
- ARTUCH-GARDE, Raquel, GONZALEZ-TORRES, Maria del Carmen, DE LA FUENTE JÉSUS, VERA, Mariano, FERNANDEZ-CABEZAS, Maria a LOPEZ-GARCIA, Mireia. Relationship between resilience and self-regulation: a study of Spanish youth at risk of social exclusion. *Frontiers in Psychology* [online]. 2017, **8**(4), 1–9. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00612>.
- BORUALOGO, Ihsana Sabriani a JEFFERIES, Philip. Adapting the Child and Youth Resilience Measure Revised for Indonesian Contexts. *Journal of Educational Health and Community Psychology* [online]. 2019, **8**(4), 480–498. Dostupné z: <https://doi.org/10.12928/jehcp.v8i4.12962>.
- BOYLE, Elizabeth A., CONNOLLY, Thomas M., HAINEY, Thomas a BOYLE, James M. Engagement in digital entertainment games: A systematic review. *Computers in human behavior* [online]. 2012, **28**(3), 771–780. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.11.020>.
- CAI, Wen-Peng, PAN, Yu, ZHANG, Shui-Miao, WEI, Cun, DONG, Wei a DENG, Guang-Hui. Relationship between cognitive emotion regulation, social support, resilience and acute stress responses in Chinese soldiers: Exploring multiple mediation model. *Psychiatry research* [online]. 2017, **256**, 71–78. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.018>.
- CAMPBELL-SILLS, Laura, COHAN, Sharon a STEIN, Murray. Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy* [online]. 2006, **44**(4), 585–599. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.05.001>.
- CANALE, Natale, MARINO, Claudia, GRIFFITHS, Mark, SCACCHI, Luca, MONACI, Maria Grazia a VIENO, Alessio. The association between problematic online gaming and perceived stress: the moderating effect of psychological resilience. *Journal of Behavioral Addictions* [online]. 2019, **8**(1), 174–180. Dostupné z: <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.01>.
- COHEN, Noa Berezin a NETZER, I. Women in combat roles: themes characterising adjustment in the Israel Defense Force—a pilot study. *BMJ Military Health* [online]. 2023, **169**(1), 32–36. Dostupné z: <https://doi.org/10.1136/jramc-2019-001216>.
- COLEMAN, John a HAGELL, Ann (Eds.). *Adolescence, risk and resilience: Against the odds* (vol. 3). USA: Wiley, 2007. ISBN 978-0470025031.
- DE LISSNYDER, Evi, KOSTER, Ernst, EVERAERT, Jonas, SCHACHT, Rik, VAN DEN ABEELE, Dirk a DE RAEDT, Rudi. Internal cognitive control in clinical depression: general but no emotion-specific impairments. *Psychiatry Research* [online]. 2012, **199**(2), 124–130. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.04.019>.
- DENCKLA, Christy, CICCHETTI, Dante, KUBZANSKY, Laura, SEEDAT, Soraya, TEICHER, Martin, WILLIAMS, David, KOENEN, Karestan. Psychological resilience: an update on definitions, a critical appraisal, and research recommendations. *European Journal of Psychotraumatology* [online]. 2020, **11**(1), 2–16. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1822064>.
- DIAS, Paulo César. Protective factors and resilience in adolescents: the mediating role of self-regulation. *Psicologia Educativa* [online]. 2017, **23**(1), 37–43. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.pse.2016.09.003>.
- FILIPOVIČ, Vladimír. *Vybrané psychosociálne faktory v kontexte poruchy internetového hrania u adolescentov*. Dizertačná práca, vedúca Mária Dėdová. Trnava: Trnavská univerzita, Filozofická fakulta, Katedra psychológie, 2024.
- FOLKMAN, Susan a LAZARUS, Richard S. If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology* [online]. 1985, **48**(1), 150–170. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>.
- FOLKMAN, Susan a MOSKOWITZ, Judit Tedlie. Coping: pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology* [online]. 2004, **55**, 745–774. Dostupné z: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>.
- GAO, Yuan-Xia, WANG, Jiang-Yang a DONG, Guang-Heng. The prevalence and possible risk factors of internet gaming disorder among adolescents and young adults: Systematic reviews and meta-analyses. *Journal of Psychiatric Research* [online]. 2022, **154**, 35–43. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.06.049>.
- CHEN, Chen. The role of resilience and coping styles in subjective well-being among Chinese University students. *The Asia-Pacific Education Researcher* [online]. 2016, **25**, 1–11. Dostupné z: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40299-016-0274-5>.
- CHEN, Haotian, Xu, Jianfeng, MAO, Yue, SUN, Lili, SUN, Yujing a ZHOU, Yuqiu. Positive coping and resilience as mediators between negative symptoms and disability among patients with schizophrenia. *Frontiers in Psychiatry* [online]. 2019, **10**, 1–9. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00641>.
- CHEN, Kuan-Jung, YANG, Chia-Chen a CHIANG, Hui-Hsun. Model of coping strategies, resilience, psychological well-being, and perceived health among military personnel. *Journal of Medical Sciences* [online]. 2018, **38**(2), 73–80. Dostupné z: https://doi.org/10.4103/jmedsci.jmedsci_60_17.
- CHENG, Cecilia. Cognitive and motivational processes underlying coping flexibility: a dual process model. *Journal of Personality and Social Psychology* [online]. 2003, **84**(2), 425–438. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.425>.
- CHOI, Eunhye, SHIN, Suk-Ho, RYU, Jeh-Kwang, JUNG, Kyu-In, KIM, Shin-Young a PARK, Min-Hyeon. Commercial video games and cognitive functions: Video game genres and modulating factors of cognitive enhancement. *Behavioral and Brain Functions* [online]. 2020, **16**(1), 1–12. Dostupné z: <https://behavioralandbrainfunctions.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12993-020-0165-z>.
- ISAACS, Kayla, MOTA, Natalie P., TSAI, Jack, HARPAZ-ROTEM, Ilan, COOK, Joan M., KIRWIN, Paul D., KRYSTAL, John H., SOUTHWICK, Steven M. a PIETRZAK, Robert H. Psychological resilience in U.S. military veterans: a 2-year, nationally representative prospective cohort study. *Journal of Psychiatric Research* [online]. 2017, **84**, 301–309. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2016.10.017>.
- JEFFERIES, Philip, MCGARRIGLE, Lisa a UNGAR, Michael. The CYRM-R: A Rasch-Validated Revision of the Child and Youth Resilience Measure. *Journal of Evidence-Informed Social Work* [online]. 2019, **16**(1), 70–92. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/23761407.2018.1548403>.
- KRENTZMAN, Amy R. Review of the application of positive psychology to substance use, addiction, and recovery research. *Psychology of addictive behaviors* [online]. 2013, **27**(1), 151–165. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/a0029897>.
- LAM, Chun Bun, MCBRIDE-CHANG, Catherine A. Resilience in young adulthood: The moderating influences of gender-related personality traits and coping flexibility. *Sex Roles: A Journal of Research* [online]. 2007, **56**(3-4), 159–172. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9159-z>.
- LIN, Pai-Cheng, YEN, Ju-Yu, LIN, Huang-Chi, CHOU, Wei-Po, LIU, Tai-Ling a KO, Chih-Hung. Coping, resilience and perceived stress in individuals with internet gaming disorder in Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [online]. 2021, **18**(4), 1–12. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph18041771>.
- MILANI, Luca, LA TORRE, Giuseppe, FIORE, Maria, GRUMI, Serena, GENTILE, Douglas A., FERRANTE, Margherita, MICCOLI, Silvia a DI BLASIO, Paola. Internet Gaming Addiction in Adolescence: Risk Factors and Maladjustment Correlates.

- International Journal of Mental Health and Addiction* [online]. 2017, **16**(4), 888–904. Dostupné z: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-017-9750-2>.
- MIYAKE, Akira a FRIEDMAN, Naomi P. The nature and organization of individual differences in executive functions: four general conclusions. *Current Directions in Psychological Science* [online]. 2012, **21**(1), 8–14. Dostupné z: <https://doi.org/10.1177/0963721411429458>.
- NAM, Cho Rong, LEE, Da Heen, LEE, Ji Yoon, CHOI, Ruem A., CHUNG, Sun Ju, KIM, Dai-Jin, BHANG, Soo-Young, KWON, Jun-Gun, KWEON, Yong-Sil a CHOI, Jung-Seok. The role of resilience in internet addiction among adolescents between sexes: a moderated mediation model. *Journal of Clinical Medicine* [online]. 2018, **7**(8), 1–12. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/jcm7080222>.
- ONG, Anthony D., BERGEMAN, Cindy, BISCONTI, Toni a WALLACE, Kimberly A. Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology* [online]. 2006, **91**(4), 730–749. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.730>.
- PALLAVICINI, Federica, FERRARI, Ambra a MANTOVANI, Fabrizia. Video games for well-being: A systematic review on the application of computer games for cognitive and emotional training in the adult population. *Frontiers in Psychology* [online]. 2018, **9**(11), 2–15. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02127>.
- PROUT, Tracy A., MALONE, Anthea, RICE, Timothy a HOFFMAN, Leon. Resilience, defense mechanisms, and implicit emotion regulation in psychodynamic child psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy* [online]. 2019, **49**, 235–244. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s10879-019-09423-w>.
- SAPIENZA, Julianna K. a MASTEN, Ann S. Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion in Psychiatry* [online]. 2011, **24**(4), 267–273. Dostupné z: <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e32834776a8>.
- STEVENS, Matthew W., DORSTYN, Diana, DELFABBRO, Paul H., a KING, Daniel L. Global prevalence of gaming disorder: A systematic review and meta-analysis. *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* [online]. 2020, **55**(6), 553–568. Dostupné z: <https://doi.org/10.1177/0004867420962851>.
- TOBIAS, Sigmund, FLETCHER, Dexter. J., DAI, David. Y., WIND, Alexander. P. *Review of research on computer games*. In S. Tobias, J.D. Fletcher (Eds.). Computer games and instruction, 127–221. IAP Information Age Publishing, 2011.
- TSUI, Yvonne-Yin, CHENG, Cecilia. Internet Gaming Disorder, Risky Online Behaviour, and Mental Health in Hong Kong Adolescents: The Beneficial Role of Psychological Resilience. *Frontiers in Psychiatry* [online]. 2021, **12**, 1–10. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.722353>.
- UNGAR, Michael. Systemic resilience: Principles and processes for a science of change in contexts of adversity. *Ecology & Society* [online]. 2018, **23**(4), 34. Dostupné z: <https://doi.org/10.5751/ES-10385-230434>.
- UNGAR, Michael a LIEBENBERG, Linda. Assessing resilience across cultures using mixed methods: Construction of the child and youth resilience measure. *Journal of Mixed Methods Research* [online]. 2011, **5**(2), 126–149. Dostupné z: <https://doi.org/10.1177/1558689811400607>.
- WANG, Peng, WANG, Jun, YAN, Yun, SI, Yingdong, ZHAN, Xiangping a TIAN, Yu. Relationship Between Loneliness and Depression Among Chinese Junior High School Students: The Serial Mediating Roles of Internet Gaming Disorder, Social Network Use, and Generalized Pathological Internet Use. *Frontiers in Psychology* [online]. 2021, **11**, 1–9. Dostupné z: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.529665>.
- WISNIEWSKI, Pamela, JIA, Haiyan, WANG, Na, ZHENG, Saijing, XU, Heng, ROSSON, Mary Betha a CARROLL, John M. Resilience Mitigates the Negative Effects of Adolescent Internet Addiction and Online Risk Exposure. In Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '15) [online]. *Association for Computing Machinery*, New York, NY, USA, 2015, 4029–4038. Dostupné z: <https://doi.org/10.1145/2702123.2702240>.
- WU, Yu, YU, Wenzhou, WU, Xiuyun, WAN, Huihui, WANG, Ying a LU, Guohua. Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: A cross-sectional study. *BMC Psychology* [online]. 2020, **8**(1), 1–9. Dostupné z: <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00444-y>.
- YEN, Ju-Yu, LIN, Huang-Chi, CHOU, Wei-Po, LIU, Tai-Ling a KO, Chih-Hung. Associations among resilience, stress, depression, and internet gaming disorder in young adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [online]. 2019, **16**(17), 1–11. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph16173181>.
- ZONG, Ji-Gang, CAO, Xiao-Yan, CAO, Yuan, SHI, Yan-Fang, WANG, Yu-Na, YAN, Chao, ABELA, John R. Z., GAN, Yi-Qun, GONG, Qi-Yong a CHAN, Raymond C. K. Coping flexibility in college students with depressive symptoms. Health and Quality of Life Outcomes [online]. 2010, **8**, 1–6. Dostupné z: <https://hql.o.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1477-7525-8-66.pdf>.