

# Počítačové hry, dôsledky na život a fungovanie mladého jedinca

MUDr. Jozef Benkovič<sup>1</sup>, Mgr. Zuzana Hilovská<sup>1</sup>, Mgr. Zuzana Dubovcová<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Odborný liečebný ústav psychiatrický, n. o., Predná Hora

<sup>2</sup>Psychologická ambulancia, Liptovský Mikuláš

Autori v práci zistili pomerne veľký počet a frekvenciu počítačového hráčstva v populácii stredoškolskej mládeže SR. V súbore respondentov prevládajú viaceré kombinácie preferovaných počítačových hier. Analýzy niektorých negatívnych dôsledkov hrávania počítačových hier na Slovensku sú podobné ako v zahraničných prácach. Zistili, že excesívne hrávajúci hráči počítačových hier, ktorí hrávajú viac ako 3 hodiny denne, trpia už niektorými symptómami návykového správania.

**Kľúčové slová:** počítačové hry, negatívne dôsledky, excesívne hrávajúci hráči počítačových hier.

## Computer games, consequences to life of young person

In the work, authors found out relatively big amount and frequency of computer gambling in the population of secondary school youth in Slovak republic. There are prevailing several combinations of preferred computer games in the list of respondents. Analyses of some negative consequences of playing computer games in Slovakia are similar to analyses in foreign works. They found out, that excessive computer-games players which are playing more than 3 hours a day are suffering by some symptoms of addicting behaviour.

**Key words:** computer games, negative consequences, excessive computer-games players.

Psychiatr. prax; 2011; 12 (2): 76–80

## Úvod

Hru ako priaznivo hodnotenú formu využívania voľného času pozná ľudstvo od nepamäti. Najmä pre obdobie raného detstva sú zábava a hry dôležitou súčasťou života. V období juvenilonom sa jediniec učí kooperovať a súťažiť s inými, ale aj vyrovnávať sa s autoritami, ide o obdobie veľkého skoku v socializácii, kooperácii, ale aj súťaživosti (3).

Napriek stáročiam dejín hry nestratili pre ľudstvo na svojom čare a príťažlivosti. Technický pokrok smeruje rýchlými krokmi dopredu. Ešte koncom 80. rokov minulého storočia prvé primitívne počítače poskytovali len veľmi jednoduché počítačové hry s textovým režimom a primitívnou grafikou. V súčasnom období už vo veľkom rozbehnutý priemysel počítačových hier a zábavy poskytuje pre novovytvorený virtuálny svet animáciu, zvuk, umelú inteligenciu, ako aj stále nové a novšie technické možnosti, ktoré sa v krátkom období stávajú pre populáciu ich užívateľov bežným štandardom.

## Rozdelenie a stručná charakteristika počítačových hier

Hry podľa žánru (obsahu, náplne):

- a) **akčné:** obsahom býva násilie, napríklad hráč hráva za postavu, ktorá má plniť nejakú misiu (napríklad Call of Duty, vojaci 2. svetovej vojny).
- b) **strategické:** sú viac taktické ako akčné. Ich cieľom je dosiahnutie ekonomickej prevahy, alebo porazenie súpera vojensky.

c) **športové:** sú zamerané na rôzne typy športov, ako je hokej, baseball, kriket a podobne.

d) **dungeony** (z angl.: dungeon – väzenie, žalár): typická a najčastejšia je MMORPG – Massively multiplayer online role playing game, tzv. hromadná hra na hrdinov. Tieto hry hráva hráč sám, plní úlohy, ktoré sú dané, a svoju postavu si vylepšuje tým, že požadovanú úlohu splní (napríklad zlikviduje nepriateľov), za čo dostáva body, alebo plnením questov (úloh) nachádzajúcich sa na serveri.

e) **dobrodružné** (adventury): v hre sa rieši nejaký príbeh, záhada, napríklad detektívna záhada.

f) **simulátory:** sú hry, ktoré realisticky napodobňujú – simulujú skutočnosť, známe sú napríklad letecké, či vlakové simulácie. Častým býva simulátor v autoškole.

## Virtuálny svet počítačových hier a internetu

E. Bern uvádza, že v samotnej hre je sústredených množstvo transakcií, čo vedie k tomu, aby sa to hráčovi oplátilo (19). Jediniec sa môže stretávať v hre s rôznymi aspektmi, ako je aspekt poznávací, pohybový, emocionálny, cvičiaci, motivačný, fantazijný, sociálny rekreačný, tvorivý, ale aj diagnostický, či terapeutický. Väčšina hier má podobu sociálnej interakcie s explicitne formulovanými pravidlami a v priebehu hry sa spolupracuje, či súťaží.

Počítačové hry sú produktom nových technických postupov, so snahou o dosahovanie stále vyšších výkonov oproti spoluhráčom. Stretáva sa v nich hravosť, tvorivosť a fantázia s technickou dokonalosťou.

Vo virtuálnom svete počítačových hier či internetu majú ľudia menej zábran ako v reálnom živote. Pri komunikácii sa strácajú obavy z odhalenia seba samého, menej tu záleží na mienke okolia, iných ľudí, neplatia tu klasické pravidlá a obmedzenia ako pri bežnej komunikácii (18). Bežný svet reality býva zväčša stereotypný, otravný, s množstvom povinností. Vo virtuálnom svete môžeme vytvoriť a robiť veľa vecí, o ktorých len snívame v reálnom svete, a to bez zábran, napríklad prestupovať stenami so svojim vysnívaným idolom, podmaňovať si územia, cudzie krajiny, dosahovať víťazstvá nad vymysleným nepriateľom. Tu sa poskytuje niečo, čo reálny svet neponúka. Svoje schopnosti si hráč môže vyskúšať nanečisto, korigovať chyby a nedostatky, napraviť ich a pokračovať ďalej. Môže si tiež ľahšie vybiť svoje negatívne emócie, a to bez väčších následkov, čo by mu v reálnom živote neprešlo až tak ľahko.

Riziko prehry tu nebýva také zjavné ako v realite, lebo sa do hry dá vstupovať stále znova a znova a hráč takto môže napraviť svoje predchádzajúce neúspechy, pričom prehra tu neznamená nič definitívne. Preto sa teda nepokúsiť to zopakovať, byť lepší a zvíťaziť? Takto sa dá vo virtuálnom svete počítačových hier samotným hráčom zabúdať na svoje skutočné neúspechy a problémy v reálnom

živote. Mitchel poukázal na to, že pri hraní počítačových hier, hlavne víťazstvách, dochádza v mozgu hráčov – víťazov k vyplavovaniu neurotransmiteru dopamínu, zodpovedajúceho za odmenu (14). Aj preto sa hráči počítačových hier k týmto aktivitám opakovane a radi vracajú, čo je však zároveň pre nich rizikom vzniku návykového správania.

### Klady a zápory počítačových hier

Nie je možné rozhodnúť, či počítačové hry prinášajú deťom a mladým ľuďom jednoznačne klady, či zápory. V mnohom tu záleží tiež od výchovy, prostredia, psychického stavu jedinca, kamarátov, druhu hry, ktorú preferuje, koľko času jej venuje a množstva ďalších faktorov. Zaobchádzanie s počítačom je v súčasnosti nevyhnutná súčasť základného vzdelania a počítačová gramotnosť sa stala dôležitou súčasťou gramotnosti jedinca. Veľa jedincov hrávajúcich počítačové hry často spomína relax a odpočinok pri tejto činnosti. Sú tu veľké možnosti získania nových informácií, počítačových zručností, cvičenie logického myslenia, priestorovej orientácie, zdokonaľovanie sa v cudzích jazykoch. U ľudí so zdravotnými problémami môžu na krátku dobu odvieť pozornosť od nepohodlia a bolesti. Pomáhajú tiež v terapii dyslexie, či pri poruchách ADHD.

Žiaľ, v priebehu posledných rokov práve technika virtuálneho sveta začína ukazovať pre mnohých, hlavne mladých ľudí, aj svoju **odvrátenú tvár** a vytvára nové, zatiaľ len málo preskúmané problémy. Vo virtuálnom svete, internete, či počítačových hier prestávajú platiť klasické pravidlá a obmedzenia.

**Flaming – agresívne správanie**, slovné napadnutie, býva vo virtuálnom svete oveľa častejším javom ako v reálnom živote (18). Počítačové hry, v ktorých je propagované násilie, deti či mladých ľudí desenzitizujú a znižujú u nich empatiu (12). Veľmi nebezpečné sú hlavne tie počítačové hry, ktoré je možné v reálnom živote ľahko napodobniť, napríklad pichnutie nožom, a nebezpeční sú hlavne násilne sa chovajúci kladní hrdinovia (4).

Pri nadmernom hrávaní počítačových hier prevláda sedavý spôsob života s množstvom následných **zdravotných rizík**. Zanedbávaná a zhoršená je hygiena, bývajú problémy so spánkom, problémy so stravovacími návykmi, čo uvádzajú viacerí autori (10, 11).

Dlhodobé hranie počítačových hier býva veľkou záťažou na zrak, prevláda napätie v očiach, podráždenie, rozmazané videnie, sčervenanie, časté bolesti hlavy (2). Pri častej manipulácii s počítačmi sa riziko presúva aj na bolesti ramien,

šije a bedrovej chrbtice. Kratenová a kol. zistili u 38,3 % českých detí vo veku 11 – 15 rokov chybné držanie tela (11). Nadváha, či vzostup obezity bol registrovaný u detí tráviacich čas pri počítačových hrách v Portugalsku, či Kanade (5, 17).

Deti a dospievajúci jedinci, ktorí sa frekventovane venujú online hrám, majú častejšie **zhoršené interpersonálne vzťahy**, bývajú vo zvýšenej miere úzkostní. Množstvo času, ktorý venujú týmto hrám, sa u nich odrazí aj v zhoršení školského prospechu, majú tiež časté problémy vo vzťahoch s najbližšími, v rodine (13, 16).

Niektorí renomovaní autori zistili u mladých frekventných hráčov počítačových hier zhoršenú schopnosť sústrediť sa na svoje školské a domáce povinnosti, pričom majú odlišné komunikačné vzorce a spôsoby ako zvládať stres. Ich hranie počítačových hier považujú za excesívne a prirovnávajú ho k patologickému hráčstvu, aj keď tu nejde v pravom slova zmysle o odmenu finančného charakteru (7, 8). Niektorí autori tvrdia, že účinky či príznaky z nadužívania počítačového hrania sú podobné ako pri iných závislostiach a veľmi podobné nelátkovej závislosti – patologickému hráčstvu (9).

Zatiaľ neexistuje závislosť od počítačových hier ako samostatná diagnostická jednotka, aj keď ju viacerí súčasní odborníci zaoberajúci sa touto problematikou navrhli zaradiť do diag-nostického a štatistického manuálu duševných porúch DSM.

V roku 2007 sa v APA skúmalo, či závislosť od počítačových hier by mala byť pridaná ako nová diagnostická jednotka k DSM už v roku 2012, ale v závere sa uvádza, že zatiaľ nebolo dostatočne výskumne a dôkazovo preukázané, že by tam mala byť zaradená (1).

### A ako je to s týmto problémom na Slovensku?

#### Cieľ výskumu, výskumný výber a metodika

##### Cieľ:

- zistiť rozsah a frekvenciu počítačového hrania v populácii stredoškolskej mládeže na Slovensku,
- zistiť negatíva počítačového hrania, problémy spojené s hraním a výskyt abstinenčných príznakov,
- zistiť typ preferovanej hry.

**Výskumný výber:** 679 študentov stredných škôl (M = 246, Ž = 433; vek – AM = 14,15, SD = 2,18).

**Metodika:** autormi vytvorený dotazník zisťujúci dôsledky počítačových hier u stredoškolskej mládeže, výsledky boli spracované štatistickým programom SPSS 15.0.

### Hypotézy a výskumné otázky

#### Hypotézy:

1. Predpokladáme, že preferencia počítačových hier je vyššia u študentov ako u študentiek.
2. Predpokladáme, že až dve tretiny študentov v skúmanom súbore hrávajú počítačové hry.
3. Predpokladáme, že až 20 % študentov má počiňajúci problém (hrajú 1 – 3 hodiny denne) s počítačovými hrami a hráva aj cez víkend.
4. Predpokladáme, že výskyt vážneho alebo veľmi vážneho problému (hranie 3 – 6 hodín, resp. viac ako 6 hodín denne) s počítačovými hrami presahuje u študentov viac ako 4 %.
5. Predpokladáme, že študenti preferujú strategické hry.
6. Predpokladáme, že najčastejším negatívom počítačových hier (PH) sú problémy v škole a so vzťahmi v rodine.

#### Výskumné otázky:

1. Aké najčastejšie problémy sa vyskytujú u problémových hráčov (hranie viac ako 3 hodiny denne)?
2. Ktoré „abstinenčné príznaky“ sa najčastejšie vyskytujú u problémových hráčov?

#### H1: Predpokladáme, že preferencia počítačových hier je vyššia u študentov ako u študentiek.

Z celkového množstva 679 respondentov 235 študentov, t. j. 95,5 %, a 293 študentiek, t. j. 67,7 %, hráva počítačové hry (PH). Študenti hrávajú PH signifikantne viac ako študentky, na hladine významnosti  $p < 0,001$ .

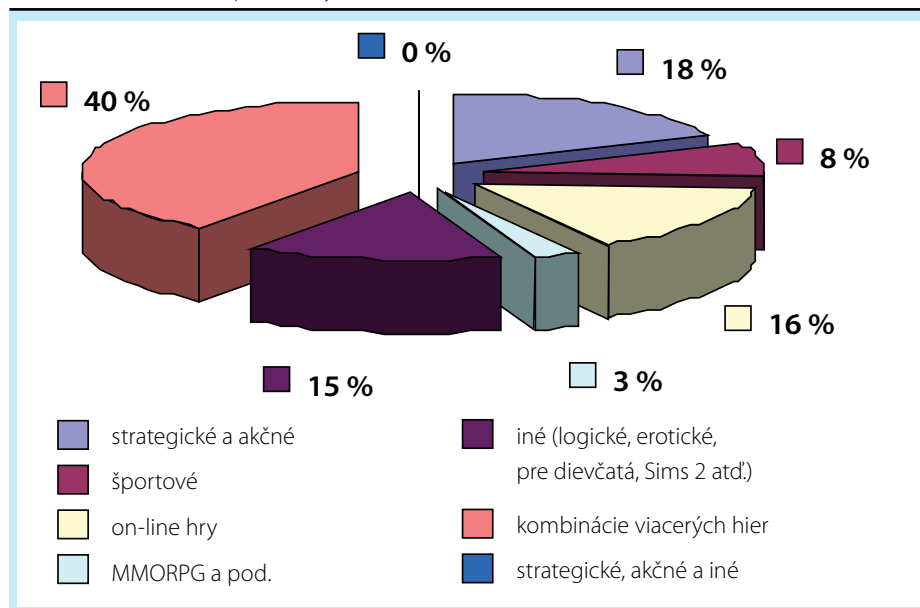
Výsledok ale môže byť skreslený (a tým aj menej zovšeobecniteľný) vzhľadom na nevyváženosť súboru chlapcov a dievčat (M = 246, Ž = 433).

#### H2: Predpokladáme, že až dve tretiny študentov v skúmanom súbore hrávajú počítačové hry.

Z celkového množstva 679 respondentov až 528 študentov, t. j. 77,8 %, teda viac ako  $\frac{3}{4}$  hráva PH, pričom v súbore je zastúpených viac dievčat ako chlapcov, čo môže ovplyvňovať nižšie výsledky v sledovanom súbore.

#### H3: Predpokladáme, že až 20 % študentov má počiňajúci problém (hrajú 1 – 3 hodiny denne) s počítačovými hrami a hráva aj cez víkend.

Až 23,5 % (124) študentov zo súboru môže mať počiňajúci problém s počítačovými hrami, keďže hrávajú 1 – 3 hodiny denne, t. j. 7 – 21 hodín týždenne.

**Obrázok 1.** Preferencia počítačových hier

- 19 % študentov sa pripája on line (aj MMORPG – hry),
- 18 % študentov hrá akčné a strategické hry,
- 15 % hráva hlavne športové hry – spájané s víťazstvom, odvahou (obrázok 1).

#### H6: Predpokladáme, že najčastejším negatívom PH sú problémy v škole a so vzťahmi v rodine.

Negatívne dôsledky PH: 33 % študentov zo skúmaného súboru má viaceré problémy, 21 % žiadne problémy, 17 % problémy v škole, 26 % študentov má iné zistené problémy, napríklad zdravotné, nervozita, agresivita, ale aj nevenovanie sa svojim záujmom, nestretávanie sa so svojimi vrstovníkmi a podobne (obrázok 2).

#### O1: Aké najčastejšie problémy sa vyskytujú u problémových hráčov (hranie viac ako 3 hodiny denne)?

Až 68 % problémových študentov, hrajúcich PH viac ako 21 hodín týždenne, uvádza ponocovanie, skoré vstávanie k PH, premýšľanie o hre, keď ju práve nehrá, klamstvá atď. (obrázok 3.) Tu už ide o tzv. príznaky návykového správania u hráčov PH.

#### O2: Ktoré „abstinenčné príznaky“ sa najčastejšie vyskytujú u problémových hráčov?

Až 72 % študentov uvádza kombináciu viacerých príznakov (zlosť, napätie, nervozitu, veľkú nudu...) (obrázok 4).

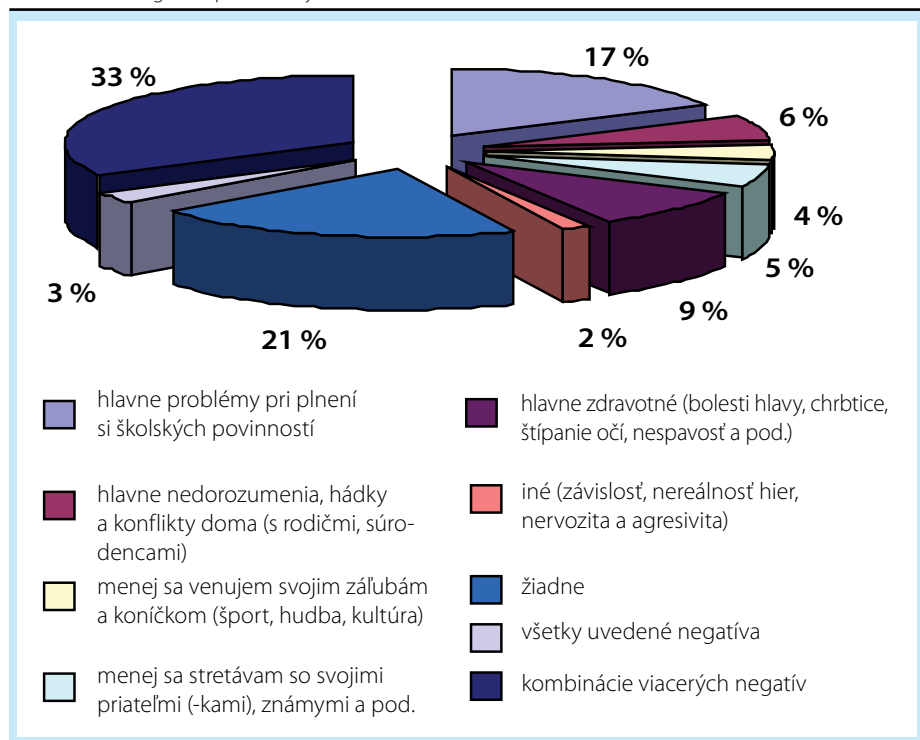
### Diskusia

Negatívne dôsledky častého hrania počítačových hier dopadajú aj na najmladšiu generáciu Slovenska. V sledovanom súbore 679 mladých študentov a študentiek, vyše 95 % chlapcov a 67 % dievčat hráva počítačové hry. Študenti – chlapci hrajú počítačové hry v signifikantne vyššom počte ako študentky – dievčatá, a to na hladine významnosti  $p < 0,001$ .

Tieto údaje podobne ako v iných krajinách, napr. v Nórsku, Českej republike (8, 15) a ďalších krajinách, svedčia o veľkej obľúbenosti počítačových hier najmä u chlapcov.

Popularita hrávania počítačových hier je medzi mladou generáciou rozšírená po celom svete. Početnosť mladých ľudí na Slovensku, ktorí hrajú počítačové hry je taktiež vysoká. Vyše ¾ respondentov (528) študentov či študentiek z nášho súboru hráva počítačové hry.

Aj keď niektorí autori nepokladajú čas strávený pri počítačových hrách za najproblémovnejší faktor, myslíme si, že sedavý spôsob života, ktorým mladí ľudia trávajú svoj voľný čas pri PH, môže

**Obrázok 2.** Negatíva počítačových hier

#### Víkendové hranie

Zo študentov, ktorí hrajú počítačové hry, až 58,5 % (309 študentov) hráva PH aj cez víkendy.

#### Čas trávený pri hre cez víkend

75,4 % (236) respondentov hráva PH cez víkend do 5 hodín, 10,2 % (32) respondentov hráva PH do 10 hodín, viac ako 10 víkendových hodín trávi pri počítačových hrách 3,8 % respondentov.

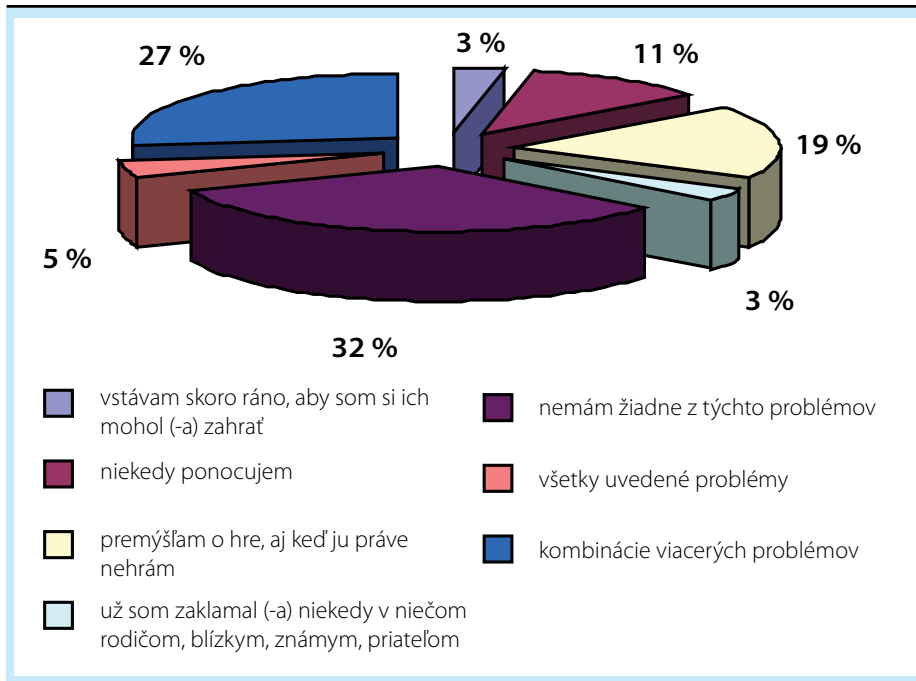
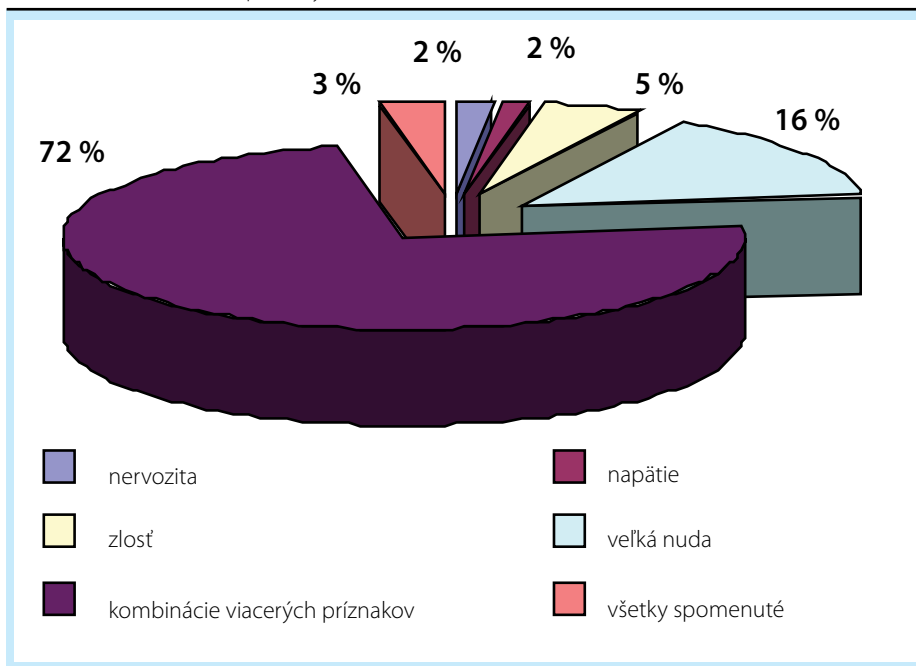
#### H4: Predpokladáme, že výskyt vážneho alebo veľmi vážneho problému (hranie 3 – 6 hod., resp. viac ako 6 hodín

#### denne) s počítačovými hrami presahuje u študentov viac ako 4 %.

Vážny problém s PH môže mať 8,1 % študentov súboru, keďže hráva PH 3 – 6 hodín denne, t. j. 21 – 42 hodín týždenne. Veľmi vážny problém s PH majú až 4 % študentov súboru. Počítačové hry hrajú viac ako 6 hodín denne, t. j. viac ako 42 hodín týždenne. Za tzv. excesívne hranie PH je považované hranie PH 24 hodín a viac týždenne (6).

#### H5: Predpokladáme, že študenti preferujú strategické hry:

- až 40 % študentov súboru kombinuje rôzne počítačové hry,

**Obrázok 3.** Problémy kvôli počítačovým hrám**Obrázok 4.** Abstinénčné príznaky

mať pre nich množstvo negatívnych dôsledkov. Dĺžka času strávená pri PH zvyšuje u týchto jedincov možnosť tzv. excesívneho hrania (t. j. asi 24 hodín týždenne), kde už môžu vznikáť aj iné komunikačné vzorce, ako aj ďalšie dôsledky excesívneho hrania PH (8). Z našich výsledkov vyplýva, že 23 %, t. j. 124 respondentov hráva PH 1 – 3 hodiny denne, t. j. 7 – 21 hodín týždenne. Problémová je skupina 64 respondentov (vyše 12 %), ktorí trávajú pri PH 21 – 42 hodín týždenne, teda excesívne hrávajú PH, pričom 21 z nich už pri PH hrách trávi toľko času ako v škole.

Zo študentov, ktorí hrávajú PH, vyše 58 % hráva PH aj cez víkendy. Tento časový údaj sa blí-

ži výsledku zistenému v práci Nešpora, Csémyho v roku 2006, kde až 62 % českých detí trávilo svoje víkendy pri PH.

Čas strávený hrami PH zasahuje do bežného života našich mladých ľudí a zásadným spôsobom zasahuje do ich životného štýlu. Zhoršuje ich vzťahy hlavne s rodičmi a blízkymi pre zvyšujúce sa hádky, konflikty a nedorozumenia. Redukuje kvalitu záujmovej sféry, vzťahy s priateľmi, zvyšuje problémy pri plnení si školských povinností, zhoršuje kvalitu školského prospechu. Spôsobuje aj niektoré zdravotné problémy, ako sú bolesti hlavy, očí, nespavosť, ako aj mnoho ďalších. Až 67 % respondentov v sledovanom

súbore uvádza vyššie spomenuté dôsledky PH či ich kombináciu.

U 64 (vyše 12 %) respondentov v sledovanom súbore, ktorí hrávajú počítačové hry viac ako 3 hodiny denne, sa už začali vyskytovať, podobne ako u patologických hráčov, niektoré symptómy návykového správania (kvôli počítačovým hrám ponocujú, skoro ráno vstávajú, aby si ich mohli zahrať, premýšľajú o nich, aj keď ich nehrajú, často klamú o svojej hre najbližším).

Závažné sú aj zistenia, ktoré svedčia o kumulácii negatívnych emócií, hlavne zlosti, nervozity, napätia, či veľkej nudy v prípade, že sú hráči od svojich počítačových hier nedobrovoľne „odstavení“. Tieto negatívne psychické stavy, o ktorých sme aj my, terapeuti rodičmi týchto detí informovaní, sú podobné abstinenčným príznakom z vysadenia návykových látok a často sprevádzajú vážne verbálne či fyzické konflikty najmä so svojimi rodičmi v prípade, že títo sa rozhodnú radikálne riešiť dôsledky hrávania počítačových hier u svojich detí zákazom či likvidáciou počítačových hier.

V našom súbore 40 % respondentov preferovalo kombináciu rôznych druhov počítačových hier. 19 % študentov sa pripájalo on-line, čo je považované v hrávaní počítačových hier za veľmi nebezpečné pre problém s časovou kontrolou týchto hier (13). Asi 18 % respondentov hráva akčné a strategické hry s túžbou po víťazstve, odvahe, sile, ale aj agresivitve. Z dlhodobého hľadiska môžu násilné a agresívne hry desenzitizovať týchto jedincov voči násilniu, znižovať ich empatiu, s možným hostilným vnímaním okolia (12).

## Záver

Problémy s počítačovými hrami v našej mladšej generácii sa netýkajú len najvyspelejších krajín sveta. Aj keď Americká psychiatrická asociácia zatiaľ nezaradila problém s počítačovými hrami k duševným poruchám, analyzované dôsledky a riziká súboru študentov zo Slovenska sa zdajú byť varujúce. Naša práca so sledovaným súborom mladých študentov gymnázia mala poukázať na tento problém v SR a podporiť aj snahu tých odborníkov, ktorých poznatky a výskumy môžu ovplyvniť ďalšie riešenie problematiky počítačových hier.

## Literatúra

1. American Psychiatric Association Considers: „Video Game Addiction“. [on-line]. Science Daily. 2007; June 25. Dostupné na [www.sciencedaily.com/releases/2007/06/070625133354.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2007/06/070625133354.htm).
2. Blehm C, Vishnu S, Khattak A, Mitra S, Yee RW. Computer vision syndrome: a review. *Surv. Ophthalmol.* 2005; 50(34): 253–262.

3. Calvin HS, Gardner L, Loehlin CJ, Manosevitz M. Psychológia osobnosti. Úvod do teórie osobnosti. Media Trade, spol. s r.o. 1999: 147–148.
4. Carnagey NL, Anderson CA, Bushman BJ. The effect of video game violence on psychological desensitization to real-life violence. [on-line]. J. Exp. Soc. Psychol. 2006. Dostupné na [www: <http://sitemaker.umich.edu/brad.bushman/recent-publication>](http://sitemaker.umich.edu/brad.bushman/recent-publication).
5. Carvalho MM, Padez MC, Moreira PA, Rosado VM. Overweight and obesity related to activities in Portuguese children, 7–9 years. Eur. Journ. Public Health. 2007; 17(1): 42–46.
6. Gentile DA, Stone W. Violent video game effect on children and adolescents. A rereview of the literature. Minerva Pediatr. 2005; 57(6): 337–358.
7. Grusser SM, Thaleman R, Albrecht U, Thaleman CN. Excessive computer usage in adolescents – result of a psychometric evaluation. Wien Klin. Wochenschr. 2005; 117(5–6): 188–195.
8. Johanson A, Gotestam KG. Problems with computer games without monetary reward: Similarity to pathological gambling. Psychol. Rep. 2004; 95(2): 641–650.
9. Khan Mohamed K. Report of the council of science and public health. 2006. Retrieved June 25, 2007.
10. Koo S. GAPP Exempts Adults From Fatigue System Pacific Epoch, Jan.16, 2006.
11. Kratenova J, Zejglicova K, Maly M, Filipova V. Prevalence and risk factors of poor posture in school children in the Czech Republic. Journ. Sch. Health. 2007; 77(3): 131–137.
12. Lemmens JS, Bushman BJ, Konijn EA. The appeal violent video games to lower educated aggressive adolescent boys from two countries. Cyberpsychol. Behav. 2006; 9(5): 638–641.
13. Lo SK, Wang CC, Fang W. Physical interpersonal relationship and social anxiety among online game players. Cyberpsychol. Behav. 2005; 8(1): 15–20.
14. Mitchell P. Internet addiction: Genuine diagnosis or not? Lancet 2000; 355(9204): 632–634.
15. Nešpor K, Csémy L. Zdravotní rizika her a videoher. [on-line]. 2008. Dostupné na [www: <http://www.wbabinet.cz/zobraz.php>](http://www.wbabinet.cz/zobraz.php).
16. Sharif I, Sargent JD. Association between television, movie, and video game exposure and schol performance. Pediatrics 2006; 118(4): e1061–70.
17. Schields M. Overweight and obesity among children and youth. Health Rep 2006; 17(3): 27–42.
18. Šmahel D. Psychologie a internet. Praha: Triton 2003.
19. Vybíral Z. Psychologie lidské komunikace. Portál 2000: 169.

**MUDr. Jozef Benkovič**

Odborný liečebný ústav psychiatrický n.o.

Predná Hora, 049 01 Muráň

[jozef.benkovic@olup-prednahora.sk](mailto:jozef.benkovic@olup-prednahora.sk)

## 4<sup>th</sup> World Congress on Women's Mental Health 16. – 19. marca 2011, Madrid

**MUDr. Dagmar Breznoščáková**

## 1. Psychiatrická klinika LF UPJŠ a FNLP, Košice

Medzinárodná asociácia pre ženské duševné zdravie ([www.iawmh.org](http://www.iawmh.org)) spolu s WPA, EPA a inými zorganizovala 4. Svetový kongres ženského duševného zdravia, ktorý sa konal v dňoch 16. – 19. marca v Madride. Zúčastnilo sa ho viac ako 1 000 účastníkov zo 65 krajín, snáď okrem Antarktídy. Kľúčovými témami kongresu bolo interdisciplinárne poňatie ženy nielen psychiatrami, psychológmi, ale aj gynekológmi, endokrinológmi ako aj predklinickými vedcami a profesionálmi z oblasti sociálnej a komunitnej starostlivosti a starostlivosti o rodinu z hľadiska psychosociálnych, biologických a klinických vied.

Relatívne širokému záberu tém sa venovalo niekoľko aj súbežne prebiehajúcich sympózií, pričom už v plenárnych prednáškach sa načrtlo ďalšie uberanie. Horúcu tému transkulturálnych aspektov duševného zdravia žien rozoberala M. Alegria (Massachusetts). M. Rondon (Lima) sa veno-

vala ochrane práv žien v súvislosti s duševnými poruchami, pričom konštatovala, že existujú dost výrazné rozdiely v niektorých krajinách v súvislosti s diskrimináciou žien s duševnou poruchou, čo sa týka napr. sociálnych výhod oproti mužom. J. Mayer (Toronto) vysvetľoval možný uhol pohľadu biologického vysvetlenia depresie u žien v skorom popôrodnom období. V zaujímavej prednáške M. Casasa (Barcelona) týkajúcej sa depresie a životného cyklu žien sa poukazyvalo na to, že je dôležité vziať do úvahy aj to, v akom období „cyklu a životného cyklu“ sa žena nachádza, pretože aj reakcia na liečbu, ak sa toto neberie do úvahy, môže byť menej úspešná. Taktiež manažment pacientky s bipolárnou afektívnou poruchou má svoje špecifiká oproti mužom. C. Wetherington (Maryland) hovorila o relatívne veľkých rozdieloch a špecifikách v pohlavných rozdieloch týkajúcich sa abúzu psychoaktívnych látok. A. Vilela (San

Pedro) nastolila zaujímavú otázku týkajúcu sa toho, či u detí matiek s depresiou sa tiež viac vyskytuje depresívna porucha. Zo Slovenska sa aktívne zúčastnili Dr. Pálová a Dr. Breznoščáková.

Celkovo možno konštatovať, že tento 4. kongres splnil „multidisciplinárne a multipohľadové“ očakávania, bola tu skutočne možnosť vypočuť si rôzne uhly pohľadov na tú istú problematiku, čo určite možno považovať za prospešné a prínosné. Ostáva len veriť, že tieto „multipohľady“ zakomponuje do svojej každodennej praxe každý odborník, samozrejme v rámci svojich možností.

**MUDr. Dagmar Breznoščáková**

1. Psychiatrická klinika LF UPJŠ a FNLP

tr. SNP 1, 040 01 Košice

[dagmar.breznoscakova@upjs.sk](mailto:dagmar.breznoscakova@upjs.sk)**Nancy J. Patrick:****Rozvíjení sociálních dovedností lidí s poruchami autistického spektra****Typy a strategie pro každodenní život**

Člověk s autismem má potíže porozumět okolí. Autorka nabízí tipy a strategie pro zvládání běžných situací, kterými jsou např. návštěva lékaře, hledání zaměstnání, cestování, navazování vztahů. Text doplňuje příběhy lidí s autismem a v závěru nabízí škály, s jejichž pomocí se dá odhadnout, do jaké míry člověk s autismem rozumí emocím.

Praha: Portál 2011, ISBN 978-80-7367-867-8, 160 s.

Portál, s. r. o., Klapková 2, 182 00 Praha 8, e-mail: [naklad@portal.cz](mailto:naklad@portal.cz)[www.portal.cz](http://www.portal.cz)