

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

VLIV VIDEOHER NA SELF-EFFICACY A SEBEHODNOCENÍ ADOLESCENTŮ

THE INFLUENCE OF VIDEO GAMES ON SELF-EFFICACY
AND SELF-ESTEEM OF ADOLESCENTS



Bakalářská diplomová práce

Autor: **Kryštof Žiak**
Vedoucí práce: **Mgr. Gabriel Kňážek**

Olomouc

2022

Poděkování

Rád bych poděkoval vedoucímu práce Mgr. Gabrielu Kňázkovi za cenné rady, podporu, prostor, a především trpělivost při vedení této bakalářské práce.

Dále bych chtěl poděkovat všem respondentům, kteří se zúčastnili rozhovorů za jejich ochotu a čas, bez které by tato práce neměla smysl.

A v neposlední řadě děkuji úplně všem, rodině, přátelům a blízkým, zejména Evičce a Bontonu, bez jejichž podpory by tato práce skutečně vzniknout nemohla.

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou prací na téma „*Vliv videoher na self-efficacy a sebehodnocení adolescentů*“ vypracoval samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedl jsem všechny použité podklady a literaturu.

V.....dne.....

Podpis.....

Kryštof Žiak

Obsah

Úvod	5
TEORETICKÁ ČÁST DIPLOMOVÉ PRÁCE	6
1. Self-efficacy.....	7
1.1. Definice konceptu self-efficacy.....	7
1.2. Vymezení a odlišení konceptu self-efficacy	7
1.3. Zdroje konceptu self-efficacy.....	9
1.4. Pojem aktérství	10
2. Hraní videoher.....	12
2.1. Vymezení a definice videoher.....	12
2.2. Typy videoher.....	13
2.2.1. Dělení podle počtu hráčů	13
2.2.2. Dělení podle hraní online/offline	13
2.2.3. Dělení podle platebního modelu.....	13
2.2.4. Dělení podle žánrů.....	14
3. Motivační aspekty videoher	17
3.1. Čtyři aspekty motivace Malona & Leppera	17
3.2. Yeeho motivační model	18
3.3. Paradox neúspěchu	20
3.4. Flow	21
3.5. Eskapismus.....	22
4. Hráči videoher	24
4.1. Typologie hráčů dle Bartla.....	24
4.2. Typologie hráčů dle Utzové	25
4.3. Yeeho taxonomie hráčů	26
5. Negativní a pozitivní působení videoher.....	28
5.1. Vybrané negativní aspekty	28
5.2. Vybrané pozitivní aspekty.....	30
VÝZKUMNÁ ČÁST DIPLOMOVÉ PRÁCE.....	33
6. Výzkumný problém	34
6.1. Výzkumný cíl a otázky výzkumu	34

7. Metodologický rámec výzkumu	36
7.1. Charakteristika výzkumného souboru.....	36
7.2. Metoda sběru dat.....	37
7.3. Etické aspekty výzkumu	38
8. Analýza dat	39
8.1. Sebereflexe výzkumníka	40
8.2. Analýza rozhovorů.....	40
9. Interpretace dat	47
9.1. Geralt.....	47
9.2. Rocket	49
9.3. Mary	52
9.4. Solaire	56
9.5. Uther	59
9.6. Alex.....	62
9.7. Společná interpretace dat	68
9.8. Odpovědi na výzkumné otázky	69
10. Diskuse	72
11. Závěry	76
12. Souhrn.....	77
Seznam použitých zdrojů a literatury	79
Seznam příloh.....	84

Úvod

Hra jako taková je důležitým aspektem našeho života a může mít mnoho různých funkcí a podob. Hrajeme si od dětství, ale také v dospělosti a ve stáří. Digitální hry (nebo chceme-li *videohry*) považuji za nedílnou součást 21. století a představují pro mě moderní podobu *hry* klasické.

Díky neustálému technologickému posunu přináší videohry stále něco nového a jiného, což má za následek také velmi rapidní nárůst popularity a dostupnosti videoher – ať už na počítačích, konzolích nebo na telefonu, který konec konců má skoro každý z nás u sebe. Stačí mnohdy jedno kliknutí a hra může začít. Otázkou je, co nám tato herní podoba může konkrétně přinášet. Ve hře může člověk být někým jiným než v normálním životě, proto jsem si pro práci vybral koncept self-efficacy a sebehodnocení (self-esteem).

Právě touto otázkou se zabývám ve své diplomové práci. Mechanismus a vliv videoher je poměrně dost často zkoumaným fenoménem. Jejich potenciál je opravdu široký – existuje mnoho typů a žánrů her a každým rokem přibývají další a další. Videohry vnímám jako médium, které má v tomto ohledu obrovský potenciál a může jedince do značné míry nějakým způsobem ovlivnit, jak negativně, tak pozitivně.

V teoretické části se pokusím představit koncepty self-efficacy a self-esteem, shrnout dosavadní poznatky o digitálních hrách a prozkoumat možné typologie a motivační aspekty hráčů. Dále se pokusím nabídnout pohled do negativního a pozitivního vlivu videoher jako takových z hlediska aktuálních výzkumů.

Ve výzkumné části se budu věnovat hráčům videoher ve snaze pochopit, co je samotné ke hraní motivuje, co jim hraní přináší a jak se při hraní cítí. Pokusím se více porozumět jejich herní zkušenosti a prožívání a prozkoumat, nakolik může tato *in-game* zkušenost mít vliv na situace a prožívání ve skutečném světě.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Self-efficacy

Koncept **self-efficacy**¹ je jedním z nejdůležitějších aspektů našeho myšlení a prožívání. Ne nadarmo je tento koncept objektem mnoha výzkumů. Dotýká se nás téměř po všech stránkách života, jak negativně, tak pozitivně a tvoří základ pro naši motivaci, well-being a vnímání úspěchu. Můžeme přemýšlet produktivně nebo sebedestruktivně, optimisticky nebo pesimisticky – naše motivace, naše schopnost vytrvat tváří v tvář obtížím a činit těžká životní rozhodnutí nemalým dílem závisí právě na našem self-efficacy (Pajares, 2002).

Self-efficacy je důležitou součástí copingového chování – má vliv na intenzitu a délku úsilí, které jedinec potřebuje ke zvládnutí určité zátěžové situace. Na základě tohoto úspěšného zvládnutí náročné situace, společně s rostoucím pocitem toho, že je člověk schopen efektivně zvolit odlišné strategie zvládnání a cíleně z nich vybrat a využít ty, které jsou efektivní, může dojít ke zvýšení úrovně self-efficacy (Paulík, 2017).

1.1. Definice konceptu self-efficacy

Autorem konceptu self-efficacy je Albert Bandura, který jej uvádí v rámci své sociálně-kognitivní teorie. Bandura (1997) koncept definuje jako přesvědčení o vlastních schopnostech a dovednostech na cestě za dosažením svých cílů; tedy jde o to, co daná osoba považuje v určité situaci pomocí jeho schopností za zvládnutelné. Jedinec, který nepochybuje, že svého cíle dosáhne, bude více motivován k tomu, aby vůbec nějakou formu akce či aktivity potřebné ke zdolání cíle započal. Této aktivitě se ovšem vyhne, pokud se jedná o opačný případ, kdy od svého úsilí čeká neúspěch. Self-efficacy tedy tímto způsobem ovlivňuje a působí na naši motivaci. Toto vlastní vnímané self-efficacy může pro každého jedince znamenat také odlišný důsledek – každý z nás jej můžeme vnímat jinak, proto je možné, že jedinci, u kterých objektivně vidíme stejné schopnosti, mohou dosahovat rozdílného výkonu (Bandura, 1997).

1.2. Vymezení a odlišení konceptu self-efficacy

Při vymezení konceptu self-efficacy je třeba dbát také na další příbuzné pojmy a koncepty. Zmíníme například pojmy sebepojetí (*selfconcept*), sebehodnocení (*self-esteem*), sebedůvěra (*self-confidence*) a místo kontroly² (*locus of control*)

¹ V české literatuře se termín *self-efficacy* často překládá jako „vlastní zdatnost“, „vědomí vlastní účinnosti“, „sebeuplatnění“ aj (Blatný, 2010). Abychom předešli zbytečným komplikacím a zmatkům, budeme v práci používat původní anglický termín *self-efficacy*.

² Gavora et al. (2020) v knize preferují termín *lokalizace rozhodujícího vlivu* – jedná se o překlad Jozefa Výrosta (1989), nicméně v práci pro přehlednost použijeme obecnější překlad „místo kontroly“.

(Paulík, 2017; Gavora et al., 2020). Níže se zaměříme především na odlišení pojmů **sebepojetí** (potažmo **sebehodnocení**) a **sebedůvěry**.

Sebehodnocení (self-esteem) vychází dle Paulíka (2017) z celkového **sebepojetí**, tedy z celkového obrazu sebe sama, mentální reprezentace vlastního já. Blatný (2010) charakterizuje sebepojetí třemi aspekty: aspektem *kognitivním*, který se týká obsahu a struktury sebepojetí; *afektivním*, týkající se emočního vztahu k sobě (**sebehodnocení**) a *konativním*, který vyjadřuje motivační funkci. Na sebehodnocení má vliv také společnost nebo komunita, ve které žijeme – můžeme náš obraz na sebe sama měnit na základě toho, co si společnost myslí, co vyžaduje a co naopak považuje za nežádoucí (Bandura, 1997). Sociální kontext zmiňují také Gavora et al. (2020) – předpokládají vliv negativního srovnávání daného jedince s ostatními lidmi; u self-efficacy by měl jedinec spíše myslet na to, jak se mu daří při plnění určitého úkolu, nikoliv jak si vede v porovnání s ostatními. Rozdíl mezi self-esteem a self-efficacy je tedy jejich zaměření a vliv na dokončení cíle či úkolu – self-esteem se pojí spíše s emočními prožitky a nemá na úspěšné splnění tak velký vliv jako self-efficacy, které se soustředí především na zhodnocení schopnosti úspěšně čelit určité situaci. Ovšem jedinec s vyšším sebehodnocením se dokáže novým situacím lépe přizpůsobit (Mareš, 2013).

Sebedůvěra (self-confidence) přímo souvisí se sociálním aspektem sebehodnocení – co jedinec sám o sobě od okolí slyší, včetně aktivit, které daný jedinec provozuje. Vychází tedy z pozitivního sebehodnocení a sebepřijetí. Jedinec si věří, nemyslí předem na neúspěch, což může také podpořit snahu hledat jiné postupy ke splnění jeho cíle. Podstata sebedůvěry tkví ve vědomí o vlastních schopnostech podat dostatečný výkon a dosáhnout stanovených cílů – tím může pozitivně ovlivnit aktivní přístup k přijmutí výzvy a k adaptaci na její požadavky (Paulík 2017). Podle Bandury (1997) je ale sebedůvěra nespecifickým pojmem. Neposkytuje totiž žádnou specifickou informaci o úrovni kompetence, kterou si je daný jedinec jistý, ve které si věří, na rozdíl od konceptu self-efficacy. Ten vedle úrovně kompetencí klade mimo jiné důraz také na jedincovu sílu přesvědčení.

1.3. Zdroje konceptu self-efficacy

Podle Bandury ovlivňují vývoj self-efficacy 4 zdroje:

- 1) **Zážitek mistrovství** – jedná se o zkušenost, při které jedinec dosáhl vydařené úrovně výkonu, přičemž tato zkušenost *probíhá opakovaně*. Ke zvýšení self-efficacy dochází, když musel jedinec pro dosažení tohoto cíle překonat určité překážky a vynaložit patřičné úsilí. Jinými slovy, **prožije úspěch**. Tento pocit úspěchu ovlivňuje několik faktorů, například jak moc byla úloha těžká, kolik úsilí do ní jedinec vkládal, jestli úlohu splnil sám nebo mu někdo pomohl nebo zda připisuje tento úspěch schopnostem, které považuje za vrozené či získané. Dle Bandury má právě tento zdroj nejsilnější vliv na self-efficacy. Při repetitivním zažívání neúspěchu dojde naopak ke snížení self-efficacy (Bandura, 1997). V herním kontextu může jít například o opakované splnění levelu, výhru v souboji, zápasu apod.
- 2) **Zástupná zkušenost** – ke zvýšení self-efficacy dochází, pokud jedinec uvidí, že *jemu podobná osoba* v jeho okolí docílila díky vlastním schopnostem určitého úspěchu. Bandura zdůrazňuje zejména onu **podobnost** – čím blíže je daný vzor jedinci podobný, tím více jej jeho úspěchy ovlivňují. Toto pozorování ostatních pak může u jedince vzbudit přesvědčení, že stejného úspěchu je schopen i on sám (Bandura, 1997). Zde bychom mohli zařadit sociální prvek videoher – hráči mezi sebou často diskutují o možných strategiích, jak ve hře dosáhnout úspěchu. Mnohdy se také odkazují na různé tutoriály, tedy přímou ukázkou konkrétního postupu k překonání herní překážky (například videa na YouTube).
- 3) **Přesvědčování jedince** – jedná se o oporu z okolí jedince, jeho přesvědčování o tom, že disponuje potřebnými schopnostmi a je schopen kýženého úspěchu dosáhnout. Pozitivní ocenění ovšem samotné nestačí, je třeba před jedince ze začátku stavět jednodušší úkoly, které úspěšně zvládne a vyvarovat se úkolům, které pravděpodobně povedou k neúspěchu (Janoušek, 1992). DeWitz et al. (2009) zdůrazňují, že je třeba také dbát na realistické cíle – v případě, kdy okolí jedince podpoří až moc a dojde k neúspěchu, může dojít ke snížení víry v jeho schopnosti, podobně jako u negativních, nepodporujících tvrzení od okolí. Ke zvýšení self-efficacy dojde při povzbuzujících a podporujících ohlasech na jedincovy schopnosti. Hráč může tuto oporu dostat třeba od ostatních hráčů, případně od hry samotné ve formě pochvaly či povzbuzení od vedlejších herních postav atd.

- 4) **Pojetí vlastního fyzického a psychického stavu** – ke zvýšení self-efficacy může dojít, pokud se nám podaří zmírnit stres a zlepšit náš celkový fyzický stav (Bandura, 1997). Mnohdy to je právě aktuální stav, který ovlivňuje náš úsudek o vlastních schopnostech – když jsme unavení, nemocní nebo jinak v nepohodě, můžeme to považovat za fyzickou neschopnost úspěšně dokončit náš úkol. Naopak pozitivní emoce mohou jedinci dodat energii a pozitivně jej motivovat k výkonu (Janoušek, 1997).

1.4. Pojem aktérství

Pojem aktérství se týká Bandurovy sociálně-kognitivní teorie. Kolem roku 2000 ji rozšiřuje právě o tento pojem. Aktérství v sobě zahrnuje složitý komplex procesů, a to intrapersonální kognitivní zpracování informací, rozvažování a přijetí rozhodnutí. Podle Bandury je aktérství jedincova schopnost vizualizovat jedinečné události a různé způsoby vlastního jednání a dále si vybrat jednu takovou možnost a uskutečnit ji. To vše je podmíněno motivací dosáhnout konkrétního výsledku – naše záměry vyvinout aktivně nějakou snahu jsou formovány naším přáním dosáhnout výsledku, tedy přání předchází chování, které je potřeba k dosažení cíle, a právě toto přání něčeho dosáhnout, nějakého cíle či výsledku, daného jedince motivuje (Bandura, 2001 in Gavora et al., 2020).

Aktérství Bandura dělí na **individuální, kolektivní a zástupné**; později roku 2006 více rozpracovává koncept individuálního aktérství, kde je tedy jedinec *aktérem dění*, promýšlí a ovlivňuje své chování a sociální fungování, nemá být pouze pasivním příjemcem okolností života. Bandura (2006, in Gavora et al., 2020) u tohoto typu aktérství zmiňuje 4 charakteristiky:

- 1) **Záměrnost (*intencionality*)** – jedinec má několik cílů, plánuje, promýšlí a vytváří strategie, jak cílů dosáhnout, přičemž tyto strategie a postupy mohou být ovlivněny okolím (pozitivně i negativně).
- 2) **Prozíravost/předvídavost (*forethought*)** – jakási snaha myslet do budoucnosti, časový rozměr aktérství – jedinec si stanoví cíle, ale zároveň se pozastavuje také nad pravděpodobností svého úsilí, představuje si další varianty a scénáře možných výsledků, což má za výsledek prozíravé, konzistentní rozhodování a chování jedince.

- 3) **Sebe-reaktivita** (*self-reactiveness*) – jedinec je opět aktivním aktérem, nečeká na výsledky, nečeká na to, až se mu něco povede, nýbrž aktivně pozoruje své chování. Snaží se poučit z chyb a přemýšlet nad více efektivními postupy – tímto vlastně jedinec sám sebe motivuje k tomu, aby se zlepšoval, aby v činnosti dále vytrval a případně vyvinul ještě větší úsilí.
- 4) **Sebe-reflektivita** (*self-reflectiveness*) – jedinec nezůstává neustále aktivní, ale přemýšlí také nad svým chováním, nad sebou samým, kontroluje a hodnotí se, posuzuje svou zdatnost v různých situacích a scénářích a je-li to třeba, koriguje své chování a svůj pohled na sebe samého.

Podobné mechanismy aktérství nalzáme také u videoher. Během hraní má před sebou hráč určitý cíl, ke kterému směřuje a který se v průběhu hry může měnit. Před hráčem se například objeví určitá překážka, se kterou nemusel počítat a mnohdy se mu ji nepovede zdolat na první pokus. Potýká se s neúspěchem, musí se na překážku adaptovat a hledat vhodnou strategii na její překonání. Pokud uspěje, může díky tomu podobný typ problému předvídat a případně i aplikovat podobný postup k jeho řešení.

Vedle těchto charakteristik Bandura zmiňuje také **prostředí**, ve kterém jedinec jako aktér pracuje. V tomto kontextu se může jednat o výhodu, ale zároveň nevýhodu, jelikož odlišné typy prostředí mohou poskytnout velmi odlišný prostor pro jedincovo jednání. Bandura v tomto ohledu popisuje 3 druhy prostředí: *selected environment*, tedy prostředí, které si aktér sám vybral; *constructed environment*, prostředí, které si aktér sám vybudoval a *imposed environment*, což je takové prostředí, které jedinci bylo vnuceno (Bandura, 2006 in Gavora et al, 2020). V herním kontextu lze kromě zmíněných charakteristik aktérství nalézt také všechny typy těchto prostředí. Hráč si často může danou videohru vybrat právě díky vlastní preference určitého herního světa.

2 Hraní videoher

Jak jsme již zmínili v úvodu, videohry jsou médiem 21. století. Médiem, které je živé a neustále jde kupředu. Je takřka nemožné popsat všechny jejich typy, žánry, členění a další aspekty, proto se v této kapitole budeme věnovat pouze některým z nich. Nejdříve se podíváme na obecné vymezení a definice videoher a dále prozkoumáme jejich některá nejčastější dělení, žánry a typy.

2.1. Vymezení a definice videoher

Videohry v současné době představují jednu z nejrozšířenějších aktivit trávení volného času, jak mezi dětmi a adolescenty, tak dospělými, především díky jejich relativně snadné dostupnosti. Pro jedince, kteří tuto volnočasovou aktivitu či hobby prožívají na úkor jiných a berou ji jako prioritu, nahrazují videohry veškeré další způsoby trávení volna. Proto hraní videoher vzbuzuje mnoho otázek – co vlastně hry uspokojují, jaký je jejich potenciál, co hráče motivuje, aby u her zůstali tak dlouho? Díky těmto otázkám je studií zkoumajících oblast videoher čím dál tím víc (Květon, 2020).

Stejně jako typů a žánrů videoher, existuje také spousta definic. Jednu z možných definic nabízejí například Suchá et al. (2018, 27): „*digitálními hrami jsou všechny elektronické hry, které je možné hrát prostřednictvím různých zařízení, mezi něž patří počítač, mobilní telefon, tablet, herní konzole a další*“. Autoři dále hovoří také o termínu **gaming**, tedy pravidelném hraní digitálních her skrze počítač, konzoli či jiné elektronické zařízení.

Suchá et al. (2018) také více přibližují terminologii výrazů **videohry** a **digitální hry**, kde digitální hry jsou nadřazeným pojmem pro videohry. Pro větší jednoduchost a přehlednost budeme v práci jako synonymum pro digitální a jiné elektronické hry používat termín *videohry*. Nicméně pro úplnost ovšem uvádíme také různé definice samotného pojmu „videohry“.

Termínem **videohry** označujeme konkrétní hry, které mohou obsahovat příběh a lze je hrát prostřednictvím audiovizuálního systému (Esposito, 2005). Podobně jej definují také Valentine & Jensen (2016) – videohry jsou podle nich interaktivní herní zážitky, ve kterém hráč prozkoumává mechanické možnosti hry, její auditivní, vizuální, příběhové, filmové a jiné prvky.

2.2. Typy videoher

Jak jsme již uvedli výše, existuje nespočet dělení a typů videoher – od terminologického dělení (digitální hry, elektronické hry, videohry), typu přístroje, na kterém jedinec hraje (počítačové, konzolové, mobilní) až po nekonečný výčet žánrů, herních mechanik a jiných forem her (arkády, skákačky, simulátory...). V dalších podkapitolách si představíme některé konkrétnější dělení a typy videoher v návaznosti na lepší pochopení odpovědí respondentů z praktické části.

2.2.1. Dělení podle počtu hráčů

Hry můžeme v tomto kontextu rozdělit na základě struktury protihráče a na základě týmového rozložení. Co se týče **struktury protihráče**, rozlišujeme hry *bez protihráče* a hry *s jedním či více protihráči*. Z **týmového pohledu** pak videohry dělíme na *singleplayer* hry, takže hry pro jednoho hráče a *multiplayer* hry, které jsou pro více hráčů, přičemž v některých hrách může být toto nastavování počtu protihráčů či varianty singleplayer/multiplayer libovolné (Suchá et al., 2018).

2.2.2. Dělení podle hraní online/offline

Další dělení se týká kontextu připojení k internetu. Podle toho, zda hra vyžaduje internetové připojení hovoříme o **online** či **offline** videohře. U offline her většinou není internetové připojení nutné (okrem potřeby nainstalovat/registrovat software), u online videohry už je připojení na internet pro její fungování nezbytné. (Suchá et al., 2018).

2.2.3. Dělení podle platebního modelu

V tomto kontextu dělíme hry na tzv. **premium** hry (PtP/P2P – „pay to play“), které jsou nějakým způsobem zpoplatněné a dále **freemium** hry (FtP/F2P – „free to play“), jenž jsou často volně ke stažení a uživatel do ní může vstoupit bez poplatku. Součástí freemium her jsou často mikrotransakce, tedy možnost zakoupení „balíčků“ či „itemů“; ty mohou být čistě kosmetického či jiného rázu nebo mohou uživateli poskytovat určitou výhodu³ nad ostatními hráči. Zde byla problematičtější situace s **lootboxy**, o jejichž odstranění z her jako takových se vedly nadnárodní diskuse, protože se nápadně podobají gamblingu (Suchá et al., 2018). Také některé současně nejpopulárnější videohry jsou

³ V tomto ohledu hovoříme o tzv. **pay-to-win** schématu, tedy praktice, kdy si jedinec (typicky v online videohrách) koupí předmět, jenž mu nad ostatními hráči poskytne značnou výhodu (*Pay to win*. (nedat). In Macmillan. <https://www.macmillandictionary.com/dictionary/british/pay-to-win>)

postaveny právě na freemium modelu, například hra *League of Legends* (LoL) nebo *World of Warcraft* (WoW) – zde uživatelé platí pro přístup do hry periodické *předplatné*, které je nutno si vždy po nějaké lhůtě opětovně zaplatit znovu (Basler, 2016).

2.2.4. Dělení podle žánrů

Žánr videohry je bezpochyby důležitým aspektem samotného hraní – mnozí hráči si hru vybírají právě na základě preference nějakého herního žánru. Proto nás nepřekvapí, že těchto žánrů existuje skutečně nespočet a někdy může být poměrně problematické je od sebe rozlišit, jelikož mnohé z nich nemají přesně stanovené hranice a mohou se překrývat. Pro účely této práce budeme vycházet z dělení Rehbeina et al. (2016), které dále upravili a doplnili Suchá et al. (2018) v tabulce níže.

Žánr	Subžánry	Příklad
Akce a dobrodružství	Akční hry s otevřeným světem	Grand Theft Auto, Just Cause
	Akční adventury	Assassin's Creed, Portal, L.A. Noire, Metal Gear Solid, Last of Us, Star Trek
	Adventury	Uncharted, Polda, The ABC Murders, Telltale hry
	Skákačky	Super Mario, Temple Run, Little Big Planet
	Akční	Trine, Red Dead Redemption, Dark Messiah
	Hororové	Outlast, The Last of Us, Silent Hill, Friday The 13th: The Game
	Arkády	Pacman, Farm Frenzy, XG Blast
Hraní rolí	Bojové	Streetfighter, Naruto Ultimate Ninja Storm, Mortal Kombat
	Role playing games (RPG)	Risen, The Banner Saga, Final Fantasy
	Akční role playing games	Secret of Evermore, The Elder Scrolls, Fable, Diablo, Kingdom Come: Deliverance
	Massively multiplayer online role-playing game (MMORPG)	World of Warcraft, Metin 2, Lineage, EverQuest
Myšlení a dovednosti	Multiplayer online battle arena (MOBA)	League of Legends, Dota, Heroes of the Storm
	Karetní hry	Solitaire, Hearts, Hearthstone, Magic the gathering
	Puzzle	Candy Crush Saga, Tetris, Portal, Talos Principle, The Witness
	Deskové hry	Scrabble, Risk
	Kvízy	Chcete být milionářem?, Kvízové duely
	Dovednostní hry	Bubble Shooter, Fruit Ninja
	Kondiční hry (fitness hry)	Wii Fit, Wii Sports, Zumba Fitness
	Hudební hry	Guitar Hero
	Party hry	Mario party
Simulace	Postřehové hry (hledání skrytých předmětů)	Pearl's Peril, Mystery Estate
	Simulace a konstrukce	Rollercoaster Tycoon, Hay Day
	Simulátory	Euro Truck simulator, Farming Simulator
	Simulace života	The Sims, Pou, Neopets
	Bussinesové simulační hry	Sim City, Theme Hospital, Airport City
	Sandbox hry	Minecraft, Space Engineers
Sport	Bojové simulační hry	World of Warplanes, Oolite, IL – 2 Sturmovik
	Sportovní hry	FIFA, NHL, Pro Evolution Soccer
Strategie	Strategické hry	Clash of Clans, Plants vs. Zombies
	Real time strategie	Defense of the Ancients, Starcraft, Warcraft, Age of Empires
	Tahové strategie	Total War, Civilization
Střelení	First-person shooter	Call of Duty, Battlefield, Counter strike, Overwatch, Star Wars Battlefront 2, Destiny 2
	Third-person shooter	Kane & Lynch, Lost Planet, Army of Two, Ghost Recon Phantoms, Warframe
	Sestřel je všechny	Moorhuhn
Survival		Day-Z
	Battle royale	H1Z1, PlayerUnknown's Battlegrounds, Fortnite, Battlerite Royale,
Webové online hry		Travian, Shakes and Fidget, Divoké kmeny
Závodní hry		Need for Speed, Gran Turismo, Test Drive Unlimited

Obr. 1 – Tabulka herních žánrů dle Rehbeina et al (2016) in Suchá et al. (2018)

V následujících řádcích zmíníme charakteristiky pouze několika žánrů nezbytných pro výzkumnou část. Tyto konkrétní příklady typů her vycházejí z rozdělení Dotazníku typu her od Suché a Dolejše (2017) a budou seřazeny a představeny abecedně.

Adventury – jedná se o dobrodružnou hru, charakteristickou herním příběhem, ve kterém hráč ovládá jednu nebo více postav a řeší různé hádanky či úkoly. Hra není nijak časově omezená, nicméně aby se hráč posunul v příběhu dále, musí daný úkol překonat (nejčastěji se jedná o zadání správné kombinace, použití správného předmětu, herní mechaniky atd.). Příběhy adventur jsou často zpestřovány zejména kvalitním prostředím a dialogem. Basler (2016) zdůrazňuje také akční aspekt adventur (například hra *Tomb Raider*).

Hra s otevřeným světem – tzv. *open world* videohry umožňují hráčům především prozkoumávat a toulat se obrovským virtuálním herním světem, ve kterém mohou plnit různé mise nebo úkoly. Hráčovi je při exploraci dána kompletní svoboda, což ovšem paradoxně může být i limitující v podobě tzv. *invisible walls*, tedy bariér nebo restrikcí daných hrou samotnou (jedná se například o nějakou lokaci, která je hráči ještě nepřístupná nebo jde o limit herní mapy). Open world hry se často vyskytují například v kombinacích s RPG hrami nebo adventurami. Typickým příkladem open world videoher může být herní série *The Elder Scrolls* nebo *The Legend of Zelda*.

Multiplayer Online Battle Arena (MOBA) – jedná se o multiplayerovou videohru, charakteristickou prostředím fantasy arény, ve které proti sobě nastupují dva týmy složených z několika hráčů. Cílem hry je *vyhrát*, tedy porazit druhý tým, k čemuž je zapotřebí zejména týmové spolupráce. Nejznámějším zástupcem tohoto žánru je hra *League of Legends* (LoL) nebo *Dota 2*.

Puzzle hry – hráč zde využívá deduktivní a logické uvažování s cílem vyřešit nějakou záhadu či úkol. Řešení hádanek často vyžaduje nějakou manipulaci s předměty, případně dochází i k „nápovědám“ ve formě zvukových či vizuálních pomůcek (Wolf, 2010 in Suchá et al., 2018).

Roguelike – definice roguelike videoher je poněkud složitá a nejasná, ovšem ve zkratce se jedná o typ hry, jenž obsahuje určité mechanismy, díky kterým je hra svým způsobem *náročnější* a hráč v ní může velmi snadno umřít. Většinou se jedná o prostředí, které bývá nějak randomizované a často bez příběhu (případně pouze povrchně) – dochází ovšem ke kombinaci například s RPG hrami či strategiemi, kde může být příběhu již více. Cílem je mnohdy *mistrovství* celého herního systému, od naučení pohybů protivníků až po zapamatování rozložení částí map. Často je zde také tzv. *permadeth*

mechanismus, kdy hráč při smrti ztratí kompletně vše a musí hrát celou hru od začátku (Moss, 2020). Jako příklad roguelike her můžeme uvést *Hades*, *Noita*, *Dead Cells* aj.

Role-playing game (RPG) – základní charakteristikou je hraní určité role (*role-play*). Hráč hraje za nějakou postavu, kterou si může zvolit úplně sám (nebo je hráčovi přidělena) a tu během hry buduje, stávají se dohromady v daném světě silnějšími (Basler, 2016). Zde je také patrný fenomén identifikace hráče s postavou – RPG hry často patří spíše k dlouhodobějším záležitostem a hráči v nich stráví až stovky hodin; můžeme tedy v některých případech pozorovat výrazné propojení hráče s virtuálním hrdinou (Wolf, 2012). Typickým příkladem RPG videohry je *Gothic*, *Dark Souls* aj.

Sandbox hry – tento styl videohry je charakteristický zejména tím, že hráči poskytuje velkou míru volnosti a prostoru pro vlastní kreativitu, je takřka bez limitů. Umožňuje hráči přetvářet herní svět podle jeho představ a přání. V sandboxovém světě má hráč přístup do všech částí již od začátku (např. na rozdíl od *open world* her) a obvykle se jedná spíše o odpočinkovou formu hraní. Klasickým příkladem sandbox videohry je *Minecraft* nebo *Terraria*.

Strategické hry – základním aspektem strategických her je důraz na strategické myšlení a plánování jedince. Hráč často ovládá nějaké město, vesnici či území, o které se musí patřičně starat a na hospodaření má omezené množství surovin, jednotek a dalších prostředků. Cílem je opět vyhrát, porazit protivníka. Aby jedinec uspěl, musí zvolit co nejlepší strategii. Rozlišujeme 3 typy strategických her – **budovatelské**, kde jedinec něco staví (město, ZOO, zábavní park...), dále **tahové strategie (*turn based strategy, TBS*)**, které jsou charakteristické právě *čekáním na tah*, jak hráč, tak soupeř mají čas na promyšlení dalšího tahu a v neposlední řadě **strategie v reálném čase (*real time strategy, RTS*)**, která na rozdíl od TBS probíhá u všech účastníků hry synchronně ve stejný čas, takže je pro jedince náročnější rozmyslet si svůj další tah (Basler & Mrázek, 2018). Příkladem budovatelské strategie je třeba *SimCity* či *City Skylines*, z TBS můžeme jmenovat například *Darkest Dungeon* nebo *X-Com* a nejznámějším zástupcem RTS her jsou třeba *Warcraft III*, *StarCraft* aj.

Závodní hry – ty se odehrávají nejčastěji v prostředí automobilových či jiných závodů. Úkolem hry je dostat se za jakoukoliv cenu nejrychleji do cíle. Významným prvkem těchto her je *soupeření* a zajímavým aspektem může být také odlišný způsob ovládání – kromě klasické myši a klávesnice lze využít také speciálních herních periférií jako gamepadu, volantu s pedály, joysticku aj. (Basler & Mrázek, 2018). Jako příklad můžeme zmínit například sérii *Need for Speed* nebo *MarioKart*.

3 Motivační aspekty videoher

Květon (2020) jako jeden z nejčastějších důvodů hraní zmiňuje například **zábavu a vzrušení**, kde dominuje především chuť *vyhrát*, soutěžit a zdolávat *výzvy*, které hra jedinci předloží. Dále zmiňuje **sociabilitu**, tedy sociální složku hraní – poznávání nových lidí, získání nových přátel apod. Další z důvodů je **emoční uvolnění** – zde se může jednat o jedince, kteří využívají hraní jako formu *eskapismu*, úniku před různými problémy a negativními emocemi. Jako poslední možný důvod uvádí Květon **nudu**, jednoduše chybějící podněty či jiná kreativní činnost. Možných motivů ke hraní videoher existuje opravdu spousta, proto si v této kapitole představíme pouze některé z těchto motivačních fenoménů a pokusíme se je zasadit do herního kontextu.

3.1. Aspekty motivace Malona & Leppera

Malon & Lepper (1987) v rámci svých výzkumů identifikovali celkem čtyři motivační aspekty, na které narazíme téměř při každé situaci, během které se něčemu *učíme*. Jedná se o **výzvu** (*challenge*), **zvědavost** (*curiosity*), **kontrolu** (*control*) a **fantazii** (*fantasy*).

Výzva – Malon & Lepper zde zmiňují, že s *výzvou* pracují i jiní autoři v rámci svých motivačních teorií (například Deciho *vnímané kompetence*, Bandurovo *self-efficacy* či stav *flow* od Csikszentmihalyiho, kterému se budeme v této kapitole věnovat později). Shodnou se ovšem na tom, že jedinec preferuje **optimální hladinu výzvy** – pokud je hra příliš lehká, hráč se nudí a pokud je naopak moc obtížná, dochází k frustraci. Aby byla nějaká aktivita *náročnou*, musí mít určitý *cíl*. Ovšem mělo by se jednat o cíl, jehož dosažení není jisté. Člověku by měla být během cesty za dosažením onoho cíle průběžně poskytována také zpětná vazba o jeho výkonu, čímž se zvyšuje jeho *self-esteem* a chuť nadále se zúčastnit dané aktivity.

Zvědavost – zvědavost se podobá aspektu výzvy – i zde je potřeba určitá **optimální hladina** stimulace dána rovnováhou mezi *úrovní komplexností informací* a *úrovní nesrovnalosti dosavadních očekávání a znalostí*. Autoři zde zmiňují dvě kategorie zvědavosti: **smyslovou zvědavost** (*sensory curiosity*) – ta podněcuje zvědavost (tedy *akci* jedince) změnou světla, zvuků nebo dalších senzorických stimulů prostředí; a dále **kognitivní zvědavost** (*cognitive curiosity*) – tu stimulujeme například vytvořením prostředí, které u jedince vzbuzuje pocit, že *mu něco uniká*, chybí určitý smysl konzistence a úplnosti (v herním kontextu může jít například o měnící se herní mechaniky či příběh).

Kontrola – jedná se o základní kámen tradičních motivačních teorií a jeden z možných důvodů, proč jsou videohry tak oblíbeným médiem – dodávají jedinci ohromný *pocit kontroly*, na jehož základě je schopen řídit veškeré dění ve hře. Autoři zde hovoří o **posilovacím prostředí** (*empowering environment*), tedy prostředí, který tento pocit kontroly podporuje. Takové prostředí by mělo nabízet bohatý výběr možností, které jsou zároveň závislé na rozhodnutích jedince, tzn. jeho vlastní akce by měly mít dopad na konečný důsledek dění. Zde autoři zdůrazňují také možnost **volby** obecně jako jeden z podnětů pro silnější pocit kontroly.

Fantazie – tento aspekt bývá v diskusích o motivačních složkách často opomínán, nicméně ve spoustě aktivitách hraje významnou roli (například ve videohrách, literatuře, divadle, v televizi). Fantazijní prostředí nabízí reprezentaci nereálných možností či situací, což může silně ovlivnit jedincovu motivaci. Autoři v rámci fantazie zdůrazňují i vliv **emocionální složky** – v rámci naší fantazie může každý z nás prožívat téměř cokoliv. Například prožití tak velké představy síly, úspěchu a slávy, které se nám v reálu mnohdy jeví jako nemožné v nás bezpochyby zanechá určitou odezvu. Tato odezva ovšem nemusí být u všech jedinců stejná – fantazie nejčastěji naplní a podpoří naše potřeby, pokud je spjata s mechanismem *identifikace*, tedy je nám umožněno zvolit si určitou **imaginární postavu**, do které se můžeme vžít.

3.2. Yeeho motivační model

S jedním z neznámějších modelů hráčské motivace přichází Nick Yee (2006). Tvoří ho celkem tři hlavní kategorie – **úspěch/výkon** (*achievement*), **sociální aspekt** (*social*) a **ponoření do příběhu** (*immersion*). K těmto kategoriím pak Yee přiřadil celkem deset subkategorií.

První hlavní kategorií je **achievement** – zde řadíme jedince, které primárně motivuje potřeba výkonu, být ve hře úspěšný. V rámci této komponenty nalezneme tři podkategorie: *pokrok*, *mechanika* a *soutěživost*. Hráči v podkategorii pokroku touží především po **moci**, chtějí postupovat co nejrychleji a nahromadit co nejvíce hodnotných herních předmětů či herní měny. Mechanika u hráčů vzbuzuje zájem analyzovat a pochopit **systém hry**, její pravidla a složky, aby co nejvíce optimalizovali výkon své postavy. U soutěživosti dominuje touha **vyzývat** a **soupeřit** s ostatními hráči, být lepší.

Kategorie **social** také obsahuje tři podkategorie. Jsou jimi *socializování*, kde je u hráčů charakteristická touha **pomáhat** a **seznámit se** s ostatními hráči, komunikovat s nimi; dále *vztah* – zde hráči touží s ostatními jedinci navázat dlouhodobý a smysluplný vztah; poslední

subkategorií je *týmová práce* – tady dochází k satisfakci z pocitu, že hráč přísluší k určité skupině a podílí se na jejím celkovém úsilí.

Poslední kategorie **immersion** obsahuje celkem čtyři podkategorie – *objevování, hraní rolí, uzpůsobení postavy (customization) a únik (eskapismus)*. U objevování je pro hráče důležité **prozkoumávání herního světa**, hledání tajných předmětů, míst a odkazů⁴. Pro hráče z podkategorie hraní rolí je důležité vytvoření vlastní herní **osobnosti**, jejíž prostřednictvím interagují s dalšími hráči a vytvářejí si tak svůj vlastní **příběh**. V podkategorii uzpůsobení postavy je hlavní náplní hráčů tvorba jejich **herní postavy**, jejího celkového vzhledu. U hráčů v poslední podkategorii eskapismu je typické využití herního prostředí k **úniku před realitou**.

Yee se tomuto konceptu aktivně věnuje také v současné době – společně s Nicolasem Ducheneautem v roce 2015 zakládají výzkumně-marketingovou organizaci **Quantic Foundry**, která se na i nadále soustředí zejména na motivaci hráčů. Díky datům od více než 850 000 hráčů z celého světa mohli Yee a Ducheneaut tento původní model několikrát pozměnit a vytvořit nově aktualizovaný, vylepšený motivační model – ten obsahuje celkem **dvanáct** motivačních faktorů, tvořeny **šesti opozičními páry**, které jsou rozděleny do **tří** hlavních trsů (*motivational clusters*) (Quantic Foundry, 2021). Konkrétní kategorie jsou:

- 1) **akce vs sociální aspekt** (*action x social*) – zde proti sobě stojí páry destrukce + vzrušení X soutěživost + komunita
 - hráče v této kategorii motivuje prožití **nadšení** – buďto hrou samotnou nebo interakcí s ostatními hráči;
- 2) **mistrovství vs úspěch** (*mastery x achievement*) – páry tvoří dimenze výzva + strategie X dokončení + moc
 - tato dimenze je zejména o **dlouhodobém hledisku** hraní, hráč zde při hraní hledá postupné kumulativní herní mechaniky (např. průběžný růst farmy, města apod.);

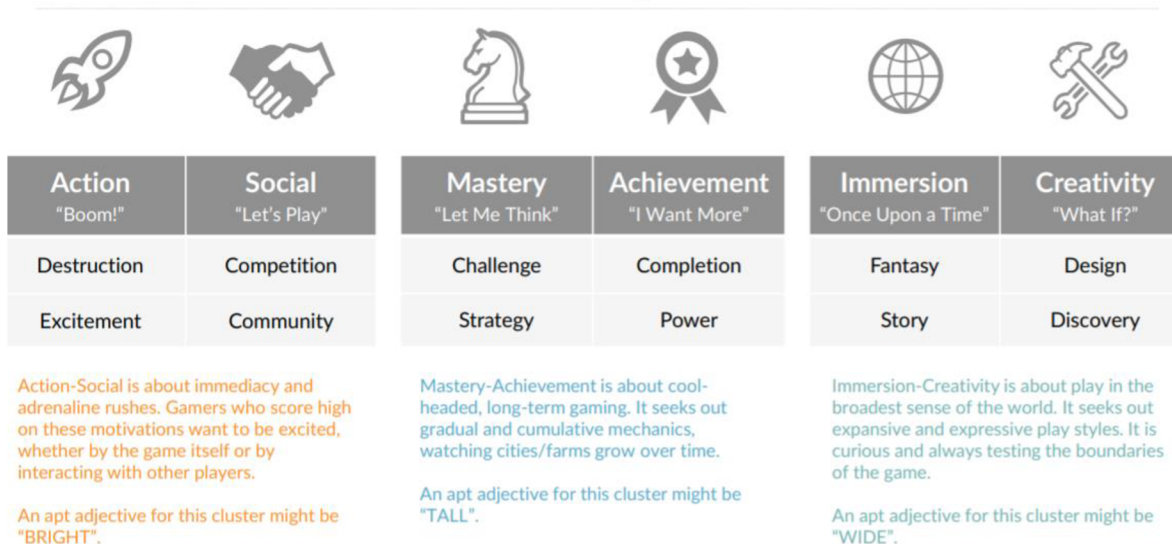
⁴ Tzv. „easter eggs“

3) **ponoření do příběhu vs kreativita** (*immersion x creativity*) – zde se jedná o páry fantazie + příběh X design + objevování

- v této dimenzi se opravdu jedná o **hraní jako takové** – hráči se snaží o testování hry, jejího limitu, jsou zvědaví a preferují velmi expresivní či expanzivní styl hraní (Quantic Foundry, 2019).

Autoři zdůrazňují, že tyto faktory jsou *spektrém*, tedy v celkové motivaci hráčů se různé aspekty a dimenze modelu mohou prolínat (Quantic Foundry, 2019). Díky tomuto modelu pak Yee sestavil jeho *taxonomii hráčů*, tedy konkrétní hráčskou typologii, které se budeme v práci věnovat později.

**AT THE HIGHEST LEVEL, THERE ARE 3 MOTIVATION CLUSTERS.
AND THIS GROUPING MAKES IT EASIER TO QUICKLY INTERPRET PROFILES.**



Obr. 2 – Motivační model dle Quantic Foundry (2019)

3.3. Paradox neúspěchu

Milióny hráčů videoher po celém světě prožijí během hraní v určité míře pocit *selhání*. Lidé mají obecně potřebu být úspěšní, cítit se kompetentní – ovšem hráči preferují videohry, ve kterých jsou neúspěšní, opakovaně se zapojují do aktivity, kde téměř určitě (alespoň v některých momentech) selžou. Hráči jsou tedy ke hraní motivováni samotným neúspěchem a jejich touze tento *neúspěch překonat*. Tento fenomén označujeme jako *paradox neúspěchu* a můžeme jej definovat takto:

1. Obecně se neúspěchu vyhýbáme;
2. Během hraní videoher prožíváme neúspěch;
3. Vyhledáváme hry i když prožíváme něco, čemu se běžně vyhýbáme.

Tento paradox má paralelu například u sledování tragických filmů, dramát nebo při čtení románů – také v nás vyvolávají negativní emoce jako smutek nebo strach, ale i přesto je jako médium v určitých situacích a momentech konzumujeme a o tyto negativní emoce se v nich aktivně zajímáme (Juul, 2013).

3.4. Flow

Pojem flow (*plynutí*) označuje stav či zážitek, ve kterém jsou jedinci ponořeni do určité činnosti v takové hloubce, že se jim nic jiného nezdá důležité, nevnímají své okolí a ztrácejí pojem o čase. Koncept flow lze uplatnit na kteroukoliv aktivitu, činnost či povolání – od sportu po umění a hudbu či hraní her; vesměs jde o aktivity, které nám přinášejí *potěšení*, určitý prožitek *radosti*, kterého se při vykovávání dané činnosti snažíme dosáhnout (Csikszentmihalyi, 1996).

Lze hovořit o tzv. *optimálním prožitku*, tedy zkušenosti, která vzniká v situacích, kdy je člověk vystaven *výzvě* – jedná se o situace, ve kterých jde o srovnání jedincových *schopností* a *výzvy*, která před ním stojí. Právě po jejím překonání, po pocitu *dokonalé zvládnutého úkolu*, se dostaví onen radostný a příjemný prožitek (Csikszentmihalyi, 1996).

Prožitek flow je typicky měřen a zaznamenáván prostřednictvím pěti pod-konstrukťů – jsou jimi *soustředěné ponoření*, *zvýrazněná zábava*, *kontrola*, *zvidavost* a *disociace času*. Jedinec ve stavu flow cítí pocit kontroly, soustředí se pouze na jeden konkrétní úkol, který před ním stojí a vytěsňuje okolní rozptylující vjemy. Zároveň během tohoto stavu prožívá příjemné pocity, baví se (Keith et al., 2021).

Při intenzivním soustředění může jedinec mnohdy zapomínat také na své nepříjemné pocity a myšlenky – nezbývá mu tolik pozornosti na to, aby myslel na minulost či budoucnost, díky čemuž ztrácí pojem o čase, který mu skutečně pouze *plyne* a opomíná všechny ostatní podněty v okolí. Csikszentmihalyi (1996) zde vedle soustředění, času a výzvy zmiňuje také roli jasného cíle a zpětné vazby – jedinec ví, co musí udělat a má takřka okamžitou odezvu na jeho snahu a úsilí, vidí, zda se něco podařilo nebo nikoliv.

Pokud bychom přenesli stav flow do herního kontextu, tak hráči tuto zkušenost prožijí tehdy, bude-li mít hra *optimální obtížnost*, tzn. dostatečnou výzvu, na kterou se mohou plně soustředit – ta by měla být pro hráče určitým způsobem náročná, ale zároveň i dostatečně

snadná, aby ji dovedli svými schopnostmi překonat, dosáhnout nějakého cíle – úspěšně či neúspěšně. Zároveň se zde uplatňuje již zmíněná zpětná vazba, díky které mohou hráči zjistit, jak si ve hře vedou, které z aspektů hraní již zvládají nebo ve kterých mají naopak mezery apod. (Keith et al., 2021).

Mezi typické projevy flow u hraní videoher patří například opomenutí pocitů žízně, hladu, a především změněné vnímání času, kdy se jedinci může zdát, že během hraní uběhlo jen pár minut, nicméně ve skutečnosti se mohlo jednat o několik hodin, což se může jevit jako problematické a je diskutabilní, zda lze v tomto kontextu o fenoménu flow hovořit v pozitivním světle. Pokud jsou hráči ve stavu flow, zažívají mnohdy *příjemný prožitek*. Jsou do videohry plně ponořeni, soustředí se výhradně pouze na hru a jejich vyrušení z tohoto stavu může být pro okolí nepříjemné, případně v nějaké míře i konfliktní. Toto ponoření do hry v rámci fenoménu flow může být problémem i pro hráče samotné – někteří mohou díky němu mít problém videohru ukončit (Suchá et al., 2018).

3.5. Eskapismus

Hraní videoher bývá často spojováno také s eskapismem, kdy chtějí hráči především uniknout před realitou do imaginárního herního světa. Často pociťují psychickou zátěž reálného života nebo tíživých životních situací, kterou během hraní ve virtuálním prostředí videohry nepociťují. Vidíme tedy, že prostředí videoher může hráčům sloužit k úniku, ovšem stejného efektu může jedinec dosáhnout také jinými prostředky a médii, například četbou, sledováním filmů nebo seriálů, sportem apod. (Calleja, 2010). Je diskutabilní, zda můžeme tuto motivaci vnímat zcela pozitivně či zcela negativně.

Eskapismus se tedy kromě videoher váže i k dalším médiím jako jsou televize či literatura, jedinec má k dispozici spoustu možností, jak může tuto potenciální potřebu odpočinku uplatnit. Konkrétní typy aktivit zmiňuje například Evans (2003). Prvním typem jsou **vyhýbavé aktivity**, ve kterých jedinec skutečně vyhledává únik, chce se vyhnout nepříjemným pocitům či konfrontacím. Dalším typem jsou **pasivní aktivity**, které od jedince nevyžadují aktivní zapojení; sem řadíme například poslouchání hudby, sledování filmů, seriálů apod. Třetím typem jsou **aktivní aktivity**, které již od jedince očekávají vědomé zapojení; příkladem může být nějaká sportovní aktivita, kreativní tvorba jako psaní, malování nebo již zmíněné hraní videoher. Posledním typem jsou **extrémní aktivity**, kam řadíme užívání drog, přejídání či gambling a jiné hazardní hry. Právě tento poslední typ nejvíce přispívá k negativnímu vnímání eskapismu.

V rámci videoherní formy eskapismu se nejspíše jedná o dvě hlavní formy – *self-supression*, která pro hráče představuje převážně útek před nepříjemnými myšlenkami a emocemi a *self-expansion*, kde hráči aktivně vyhledávají nové dovednosti, vztahy a pozitivní zkušenosti. Často bývá těžké od sebe tyto dva typy odlišit, jelikož jedinec hraje videohry u obou forem, hlavní aktivita se tedy nemění. Závisí spíše na mentálním nastavení jedince, což ilustrují například některé studie, které zkoumaly vztah hraní videoher a deprese – řada z nich popisovala pozitivní vliv videoher na depresivní symptomy a jiné naopak negativní (Kollar, 2013).

Případ negativního vlivu eskapismu zmiňují například Goh et al. (2019), kteří se ve své studii zaměřili na motivaci a well-being u MOBA hráčů. Jejich výsledky naznačují, že rostoucí délka hraní má za následek horší psychický well-being, což je podporováno zejména eskapistickou motivací hráčů. Zajímavé je, že podle autorů k tomuto psychologickému propadu přispívá také nízké sebehodnocení jedince, naopak self-efficacy nemá na vztah mezi eskapismem a well-beingem vliv. Přestože zde autoři demonstrovali negativní dopady eskapismu na hráčovu psychiku, zdůrazňují také, že existují hráči, kteří vykazují podobnou časovou investici, a přesto tyto negativní vlivy u sebe nepocítují – patrně zde na pozadí hrají roli i další proměnné.

4 Hráči videoher

V následující kapitole si představíme různé druhy typologií hráčů. Většina hráčských modelů vzniká v závislosti na jedincově herní motivaci a jelikož každého hráče bude na hrách lákat něco jiného, existuje těchto rozdělení nespočet, podobně jako herních žánrů a typů. Nicméně v této diplomové práci zmíníme pouze tři. Jsou jimi rozdělení dle Richarda Bartla, dále typologie podle Sonji Utzové a taxonomie hráčů Nicka Yeeho.

4.1. Typologie hráčů dle Bartla

S jednou z nejstarších hráčských typologií přichází Richard Bartle. Svůj model původně vytvořil pro hráče z prostředí MUD⁵ (*Multi User Dungeon*), ovšem dle Stewarta (2011) je Bartlův model platný i nadále a lze jej použít pro všechny typy her. Bartle (1996) rozlišuje tyto čtyři typy hráčů:

- 1) **Achievers** – dobyvatelé; hrají sami za sebe. Jejich hlavním cílem je sbírat body a zkušeností, *expovat⁶ svoji postavu*. Prozkoumávání hry je nutné pouze k tomu, aby našli nové poklady a nejlepší vybavení ve hře. S dalšími hráči kooperují v případě, když z toho mohou sami něco vytěžit nebo potřebují ostatní pro dokončení určitého úkolu či mise. Chtějí být nejlepší, mít co nejefektivnější postavu. Ostatní hráče ovšem cíleně nezabíjí, pouze pokud chtějí odstranit své rivaly nebo budou za něčí odstranění ohodnoceni.
- 2) **Explorers** – vyzvědači; jejich radost spočívá v objevování a pozorování herních mechanik a herních chyb (*bugů*), chtějí zjistit, jak hra funguje a co nejvíce poznat herní svět. Často vyhledávají skrytá či jinak obtížná místa na mapě, kterou chtějí zcela dokončit. S ostatními hráči komunikují poměrně málo, většinou za účelem získání nových informací o herním světě. Na rozdíl od dobyvatelů pro ně není postava prioritou, její úroveň zvyšují pouze za účelem získání nové cesty pro průzkum.

⁵ MUDs jsou virtuální světy s místnostmi, obchody, městečky, hospodami, ulicemi apod. Všichni aktéři a objekty jsou v tomto prostředí popsány pouze textovou formou, většinou v nich neexistují žádné grafické elementy. Jedná se o dynamické prostředí, které si hráči sami vytváří (Utz, 2000).

⁶ *Expovat* znamená sbírat ve hře experiences, zkušenosti, zkrátka vylepšovat svoji postavu atd.

- 3) **Socialisers** – podporovatelé; zajímají se o ostatní hráče, o jejich myšlenky a pocity. Videohra je pro ně spíše něco, co jen tak běží na pozadí. Často se jedná o hráče MMORPG⁷ videoher, kde se mohou setkávat s velkým množstvím dalších lidí s podobnými zájmy a vytvořit dlouhotrvající přátelství. Priorita je pro ně kontakt, rádi s ostatními žertují, naslouchají jim. Určitá explorace je ve hře nutná – aby se mohli dále zapojovat do konverzace, musí vědět, o čem se ostatní baví. Zabíjení ostatních hráčů připadá v úvahu pouze v případě pomsty, ublíží-li nějaký hráč jejich přátelům.
- 4) **Killers** – ničitelé; tyto jedinci napadají ostatní hráče, čím více zkázy způsobí, tím větší je jejich radost. Nejen že zabíjejí ostatní hráče, ale ničí také herní prostředí, od jednotlivých kusů nábytku až po celé domy nebo vesnice. Jejich cílem je vládnout nad ostatními, být co nejsilnější a zničit všechny, kteří jim stojí v cestě. Herním příběhem postupují pouze za účelem nejlepšího vybavení. Jejich komunikace je vesměs strohá a často obsahuje vulgární výrazy či posměšky.

4.2. Typologie hráčů dle Utzové

S další typologií přichází Sonja Utzová (2000), která také cílila na MUDs hráče. V rámci této komunity se ovšem zaměřila na výzkum formování virtuálních přátelství, na jejichž základě určuje podobně jako Bartle následující čtyři typy hráčů:

- 1) **Role-players** – pro tyto hráče je role-play ústřední složkou hry, kladou velký důraz na různé herní skupiny (guildy apod.) a také chování herních postav a kategorií (postava barda má jinou roli a chování než postava zloděje).
- 2) **Gamers** – tyto hráči na sebe neberou role postav, přesto ovšem chtějí hrát, zabíjet příšery a plnit mise.
- 3) **Virtuals** – tyto jedince neláká samotné hraní ani role-play, nicméně chtějí být součástí virtuálního prostředí. Jejich posláním je starat se o chod hry nebo tvořit a udržovat sociální vazby, poznávat nové lidi. Právě tyto jedinci trávili ve hře nejvíce času.
- 4) **Sceptics** – poslední skupinou jsou skeptici, jejichž motivace pro hraní je poměrně nejasná, nezajímají se o herní mechanismy a hraní neberou vůbec vážně.

⁷ MMORPG (z ang. *massively multiplayer online role-playing game*), tedy online hra s velkým počtem hráčů, která obsahuje také role-play (RPG) prvky. Nejznámějším příkladem je videohra World of Warcraft (WoW) či Lord of the Rings Online.

4.3. Yeeho taxonomie hráčů

S vlastní typologií přichází také Nick Yee, sestavil ji na základě svého motivačního modelu, který jsme zmínili v předchozí kapitole. Yee (2020) vytvořil ze získaných dat celkem devět hráčských profilů:

Akrobat (*Acrobat*) – akrobaté jsou primárně sóloví hráči, kteří upřednostňují náročnější herní výzvy. Chtějí neustále trénovat do té doby, dokud nebudou moct porazit toho nejtěžšího bosse ve hře. Nejvíce si užívají videohry se středním tempem, které vyžadují i určitou dávku přemýšlení, rádi přicházejí na kloub různým mechanikám sami. Příkladem akrobatické videohry je například Tetris nebo The Binding of Isaac.

Zahradník (*Gardener*) – zahradníci se poohlíží po klidném a odpočinkovém plnění úkolů. Preferují videohru, ve které jsou pravidla přesně stanovené předem, aby mohli být během hraní co nejvíce spontánní a mohli co nejlépe reagovat na herní prostředí. Chtějí se vyhnout úzkosti a stresu. Splněný úkol je pro ně cokoliv – trofej, achievement, nový level apod. Příkladem zahradnické hry je třeba Candy Crush či Animal Crossing.

Vrah (*Slayer*) – vrazi si přejí chaotickou destrukci. Chtějí z ní mít požitek. Musí ovšem obsahovat také nějaký cíl. Většinou upřednostňují akčnější příběhy plné napětí. Typickým příkladem je videohra Uncharted a Tomb Raider.

Potyčkář (*Skirmisher*) – potyčkáři vyhledávají rychlé tempo hry. Nejčastěji se jedná o velké týmové arény, které nejsou moc náročné a nevyžadují velkou dávku přemýšlení a plánování. Chtějí něco rychlého a zábavného, proto jim nevádí časté restartování zápasů. Potyčkáři většinou hrají střílečky jako Call of Duty nebo Battlefield. Zajímavé je, že mezi touto skupinou je výrazně menší zastoupení hráček a hráči v této skupině jsou obecně v průměru mladší.

Gladiátor (*Gladiator*) – právě gladiátoři se nejčastěji označují za *hardcore* hráče. Během hraní chtějí od videohry co nejvíce funkcí, vyhledávají epický prožitek týmové arény s rychlým a explozivním tempem. Chtějí náročnou herní zkušenost, během které musí také strategicky přemýšlet a bohatý svět, který mohou prozkoumávat. Příkladem gladiátorské videohry je třeba Destiny či Gears of War.

Ninja – ninjové podobně jako akrobati vyhledávají výzvy. Upřednostňují ovšem také strategické přemýšlení, rychlé tempo a soutěživost. Videohry chápou jako místo, ve kterém si mohou otestovat jejich dovednosti a intelekt proti ostatním hráčům, usilují zejména o dosažení mistrovství v určité herní schopnosti. Podobně jako potyčkáři preferují spíše

zápasový styl hraní, tedy jedno kolo či jeden match. Typickou ukázkou je například videohra StarCraft nebo Street Fighter.

Lovec hlav (*Bounty Hunter*) – lovci hlav ve videohrách vyhledávají hlavně bohatý svět, který si mohou co nejvíce uzpůsobit podle svých představ. Mají rádi jeho explorační a upravování. Orientují se také na herní postavu, chtějí být v herním světě nejsilnější, mít co nejlepší vybavení. Příkladem mohou být videohry Mass Effect, Saints Row či Far Cry.

Architekt (*Architect*) – architekti chtějí zejména plánovat, učinit co nejefektivnější rozhodnutí, aby mohli dosáhnout svého cíle. Chtějí také hrát videohry se zajímavým zasazením a příběhem. Silně preferují sólo hraní a odmítají spolupráci či kompetici, chtějí mít nad svým herním prožitkem co největší kontrolu. Mají rádi klidné videohry s pomalým tempem, chtějí spíše dlouhodobý zážitek, něco, co mohou budovat a co jim vydrží. Populárními hrami jsou například Europa Universalis a Civilization.

Bard – bardy jsou společenšší hráči. Chtějí si s ostatními povídat a být součástí bohatého herního světa s hlubokým příběhem a postavami. Cílem je stát se součástí herní komunity, kde mohou společně daný příběh vytvářet a prohlubovat. Hra je pro ně pódium. Většinou se nezajímají o moc či dokončování úkolů, chtějí hlavně prožít herní děj. Příkladem je třeba videohra Final Fantasy XIV.

5 Negativní a pozitivní působení videoher

Mechanismus působení videoher na psychiku člověka je nám stále z velké části skrytý. Můžeme se ovšem shodnout na tom, že videohry na jedince působí velmi komplexně. Primárně se mluví o jejich negativním vlivu, avšak novodobější výzkumy se zaměřují také na pozitivní aspekty hraní. I přes tuto snahu je stále toto badatelské pole velmi málo prozkoumané. V úvodu této kapitoly stručně popíšeme nejčastější negativní tematiku spojenou s videohrami, zejména závislost na videohrách a problematické hraní. Dále si představíme některé konkrétní výzkumy, které se pokusily tyto možné vlivy videoher popsat a přiblížit.

Suchá et al. (2018) uvádějí, že poruchu hraní internetových her (IGD z anglického *internet gaming disorder*) můžeme definovat jako dlouhodobé a opakované užívání internetu za účelem hraní her, což vede ke klinicky významnému zhoršení celkového well-beingu a nárůstu psychické zátěže. Většinou tato závislost zahrnuje online videohry, kde jedinci často hrají s ostatními hráči, ovšem může zahrnovat také offline singleplayer hry. V rámci této patologie můžeme hráče rozdělit do tří skupin:

- 1) Bezproblémové hráče (NPG – non problematic gamer);
- 2) Rizikové/problematické hráče (PG – problematic gamer);
- 3) Patologické užívání/závislost (IGD – internet gaming disorder = gaming disorder = GD).

5.1. Vybrané negativní aspekty

Vliv self-efficacy, samoty a self-esteemu zkoumali například Cudo et al. (2019), kteří se ve svém výzkumu zaměřili na problematické hraní. Jejich cílem bylo prozkoumat, nakolik mohou tyto faktory predikovat problematické hraní u mužů a žen ve fázi vynořující se dospělosti. Významným mediátorem byla také psychická zátěž. Z výsledků vyplynulo, že psychická zátěž ovlivňuje faktory self-efficacy a self-esteem a významně přispívá k problematickému hraní. Jedinci s vyšší mírou zátěže tedy většinou vykazovali také nižší self-efficacy, self-esteem a deficit v psychoregulačních schopnostech, což vedlo k vyšší frekvenci hraní. Zajímavé také je, že vztah samoty a problémového hraní nebyl tak výrazný u žen, patrně díky tomu, že ženy kladou větší důraz na sociální vztahy, zatímco muži volí při sociálním strádání spíše videohry.

V rámci self-esteemu je často zkoumán také mechanismus identifikace s herní postavou. Tímto vztahem se zabývali například Sylvia et al. (2014), v jejichž studii se konkrétně zaměřili na hráče videoher mužského pohlaví. Participanty rozdělili na dvě skupiny – jedna z nich hrála za postavu, která měla přehnaně vyvinutou muskulaturu, zatímco ve druhé skupině měli hráči k dispozici průměrného avatara, který se blíže podobal jejich tělesné stavbě. Participanty z první skupiny po dokončení hry vykazovali větší nespokojenost s vlastní postavou než hráči z druhé skupiny. Mužský ideál bývá v pop kultuře čím dál častěji idealizován pro svou svalnatou postavu a jelikož jsou videohry samy o sobě velmi populárním médiem, zejména pro mladé muže, poukazují autoři na možné negativní dopady této videoherní mechaniky, jenž může významně ovlivnit celkový well-being členů této skupiny.

Vliv avatara na mužské hráče zkoumali i Czuba & Janeta (2021). Ve svém výzkumu sledovali, nakolik může svalnatý avatar ovlivnit hráčovu celkovou výdrž v počtu opakování cviků. Hráči prováděli silová cvičení ve virtuálním prostředí nebo v reálném prostředí před zrcadlem. Jedinci, kteří cvičili ve virtuální realitě vykazovali vyšší výkon než ti v běžném prostředí. Je zajímavé, že kromě well-beingu může vnímaná identifikace s avatarem potencionálně ovlivňovat také výkon.

S podobným výzkumem přichází i Park (2018), který se v rámci tohoto mechanismu identifikace věnoval také motivaci k regulaci tělesné hmotnosti. Participantům byl přidělen avatar podle jejich 3D skenu, tedy jejich avatar byl vytvořen co nejbližší jejich skutečné tělesné konstituci. U jedinců, kteří po herní zkušenosti vykazovali známky nespokojenosti s vnímáním vlastního těla došlo k behaviorální změně a byli více motivováni k tomu začít se svým tělem pracovat a zhubnout. Park také zmiňuje, že tato virtuální zkušenost vyvolala silnější nespokojenost a negativní emoce u žen než u mužů, ovšem obě pohlaví měla stejnou motivaci pro dosažení zdravější postavy.

Možný vztah videoher a self-esteemu hráčů zkoumali také Pereira Santos et al. (2017), ovšem zde se nejednalo o identifikaci s postavou či body image, ale spíše o celkovou sebedůvěru a sebehodnocení. V jejich studii k tomu využili videohru typu platformer, tedy *skákačku* (typickým příkladem je série *Super Mario Bros*), která byla speciálně navržena pro účely výzkumu. Hráči s vysokým self-esteemem volili těžší cestu stejně často jako hráči s nižším self-esteemem, tedy self-esteem patrně neovlivňuje jejich herní chování a výkon. Pozorovali ovšem, že vlastní zhodnocení hráčova výkonu ve videohře koreluje s jeho mírou self-esteemu, nicméně výzkumný tým se do této problematiky nepouštěl hlouběji a nesoustředil se na negativní či pozitivní vlivy.

5.2. Vybrané pozitivní aspekty

Ačkoliv nám je toto působení videoher z určité části stále nejasné, nemůžeme jejich vliv ignorovat. Vidíme, že jedince ovlivňují hned v několika aspektech. Quwaider et al. (2019) uvádějí, že působí na hráčovu osobnost, emoce, reflexy, chování, motivaci, způsob myšlení a přístup k řešení problémů. Můžeme hovořit hned o několika benefitech, které se patrně odvíjí i od typu videohry – benefity kognitivní, motivační, emocionální a sociální. Kognitivní schopnosti nejčastěji ovlivňují střílečky a strategie, při kterých musí hráči během hraní odfiltrovat nedůležité podněty a zlepšovat svoji prostorovou a vizuální orientaci. Strategie působí také na motivační benefity, zlepšují hráčovu inteligenci, schopnosti a odolnost vůči neúspěchu – ten hráči využívají jako prostředek pro větší snahu a trénink nových způsobů chování. Benefity pro emocionalitu mohou přinést například logické hry, které podněcují závězek, úspěch, sebedůvěru a schopnost adaptace na frustraci a úzkost. Benefity v sociální oblasti podporují zejména kooperativní a RPG hry, které u hráče mohou dlouhodobě zvyšovat prosociální a pomáhající chování.

Videohry jsou poměrně častým výzkumným tématem, ovšem většinou se zkoumá jejich negativní působení v kontextu závislosti a rizikového chování, jejich potencionální pozitivní vlivy bývají opomenuty. Tento názor ve své studii zastávají také Adachi a Willoughby (2017), kde autoři zmiňují například hraní sportovních her, které mohou jedinci dodat potřebnou motivaci a sebedůvěru zkusit daný sport v reálu. Videohry podle nich také podporují schopnost řešení problémů, týmovou spolupráci a meziskupinové vztahy.

Adachi a Willoughby mimo jiné mluví také o absenci longitudinálních studií, většina výzkumů se totiž zabývá spíše krátkodobými vlivy videoher. Právě tyto autoři přicházejí s jedním z prvních longitudinálních výzkumů – zabývali se hraním strategických her a jejich vlivem na schopnost řešit problémy u adolescentů, a jako první mezi nimi objevili dlouhodobý vztah. Autoři zmiňují také možný vztah mezi strategickými videohrami a akademickým úspěchem. Výsledky napovídají tomu, že časté hraní strategických videoher podporuje schopnost řešení problémů, jelikož aktivní hráči, kteří během středoškolského studia hráli tento typ her u sebe vnímali lepší kognitivní výkon než méně aktivní hráči (Adachi & Willoughby, 2013).

Nicméně DeRosier & Thomas (2018) zmiňují, že se tento trend v současné době mění – pozornost se z negativních dopadů přesouvá na ty pozitivní a větší důraz je věnován i déletrvajícimu působení videoher. Dle autorů představují videohry silný nástroj pro psychickou a behaviorální podporu jedince – především díky jejich poutavosti

a technologickým pokrokům. Také vyzdvihují jejich potencionální vliv na hráčův celkový well-being, zejména mezi mládeží a dospělými.

Se zajímavým výzkumem přicházejí Cruz et al. (2017), kteří zkoumali vliv meta-odměnového systému videoher a konzolí. Jinými slovy, zaměřovali se na pozitiva a negativa achievementů, odznaků a trofejí, které hráč může během hraní získat, a předpokládali vliv tohoto mechanismu na self-esteem a motivaci hráčů. Pro většinu hráčů byly tyto konstrukty odměnou za jejich cílevědomost a úsilí. Jejich dosažení je pro většinu hráčů v určité míře náročné, některé trofeje vyžadují spoustu času, proto po jejich získání pociťují pychu a radost. Autoři v tomto ohledu zmiňují také krátkodobé posílení sebedůvěry a ega. V dlouhodobém měřítku tyto achievementy spíše ukazují celkový výkon hráče, což je pro ně patrně to nejdůležitější. Reprezentují je jako celek a vyjadřují jejich zkušenosti.

Častým výzkumným tématem spojovaným s videohrami je také emoční regulace. Hraní videoher může podporovat emoční inteligenci a také zvládnutí různých strategií regulace emocí. O pozitivní podpoře můžeme hovořit v případě kontrolovaného hraní – umírnění hráči, kteří si svůj herní čas hlídají, vykazují lepší psychické zdraví a psychosociální fungování. Hráči patrně využívají videohry také k načerpání nových mentálních kapacit po stresové zátěži, jejich pravidelné hraní jim může napomáhat ke zvládnání emočních stimulů, se kterými si v reálné situaci nejsou schopni poradit. Naopak excesivní hraní vede ke ztrátě těchto kompetencí (Villani et al., 2018).

O využití videoher za účelem redukce stresu hovoří také Pallavicini et al. (2021). Zajímavé je, že pozitivní výsledky vykazovaly nejen všechny herní platformy konvenčních videoher (konzole, počítač, smartphone), ale také novější inovativní herní systémy virtuální reality napříč několika herními žánry. Podle autorů mohou videohry díky jejich snadné dostupnosti a vysoké popularitě pro mnoho jedinců představovat důležitý prostředek pro zvládnání stresu.

V současnosti se některé výzkumy věnují také konkrétním specifickým typům videoher. Jedním z nich jsou aktivní videohry (*active video games*, AVGs) – například různé exerhry⁸, tedy videohry spojené s fyzickou aktivitou. Santos et al. (2021) se ve své studii soustředili na jejich hraní a vliv na psychické i fyzické zdraví dětí a adolescentů. Autoři uvádějí, že tento typ videoher působí na psychické zdraví poměrně divergentně, zaznamenali ovšem jejich přínos v oblastech self-esteemu a socializace. Tato divergence může být připsána

⁸ Typickým příkladem exerher jsou například videohry Wii Sports od společnosti Nintendo – hráč během hraní využívá ovladač nebo jiné periferie k imitaci běžného sportovního výkonu (ovladač imituje například golfovou hůl, tenisovou raketu apod.).

tomu, že exergry jsou poměrně novým fenoménem a v rámci experimentálního designu je zde velký prostor pro kreativitu. Co se týče fyzického zdraví, popisují zlepšení v energetickém výdeji, srdečním výkonu a celkové fyzické aktivitě, jak u dětí, tak u adolescentů.

Na zajímavou roli self-esteemu poukazují také Sibilla et al. (2021). Ve svém longitudinálním výzkumu se zaměřili na hráče MMORPG videoher a zkoumali vztah herní angažovanosti k jejich míře self-esteemu a well-beingu. Autoři zde považují koncept self-esteemu za určitý protektivní faktor, který brání hráče před vznikem obsesivní herní angažovanosti, tedy zabraňuje excesivnímu hraní. Hráči s nízkou hodnotou self-esteemu vyhledávají ve hře jeho posílení, například skrze achievementy, což může zvyšovat také jejich well-being. Ovšem hráči s vysokou hodnotou self-esteemu tuto potřebu již necítí a spíše se soustředí na herní požitek. Podle autorů tedy obsesivní angažovanost nesouvisí s mírou hráčova self-esteemu, jelikož při jeho dostatečném posílení přebírá hlavní motivaci zábava, hráči tuto strategii opouští, protože je pro ně již neefektivní.

VÝZKUMNÁ ČÁST

6 Výzkumný problém

Již několikrát jsme v práci zmínili, že videohry se stávají čím dál více populárním prostředkem nejen pro trávení volného času. Jedná se v tomto ohledu o opravdu živé a dynamické médium. Předmětem výzkumu je tedy vliv tohoto média na self-efficacy a sebehodnocení adolescentů (ve věku od 15-20 let) a hlubší porozumění jejich vztahu k videohrám jako takovým.

Videohry jsou bezpochyby zajímavým výzkumným fenoménem. Ovšem nejčastěji bývají předmětem výzkumů v negativním slova smyslu – výzkumy se zaměřují především na problematické hraní, rizikové chování, agresivitu či závislost a možné pozitivní aspekty bývají prozkoumávány a diskutovány jen velmi zřídka.

Tento vliv můžeme ovšem vnímat jako určité spektrum, podobně jako v samotné hře tak i v reálném životě nemůžeme být schopni zcela odhalit všechny možné mechanismy, které se odehrávají na pozadí jedince prožívání, v jeho psychice, spousta z těchto procesů jsou pro nás (a mnohdy i pro jedince samotného) často neznámé.

6.1. Výzkumný cíl a otázky výzkumu

V rámci teoretické části jsme si vymezili dělení videoher a hráčů, popsali jsme některé motivační aspekty hraní a prozkoumali jsme i možná negativa a pozitiva digitálních her. V následujících kapitolách se pokusíme tyto herní motivační fenomény a dopady hraní videoher propojit s dopady na reálný život a pokusit se popsat jejich možný vliv na samotné fungování jedince.

Cílem tohoto výzkumu je prozkoumat a vymezit možné pozitivní a negativní vlivy videoher na psychiku jedince, tedy identifikace nejčastějších motivů, které vedou hráče k jejich hraní. Zjistit, co je pro hráče ve videohře důležité, co je při hraní naplňuje, porozumět jejich herní zkušenosti a prožívání. Dalším cílem výzkumu je prozkoumat vztah videoher k jedincově sebehodnocení a self-efficacy – zda takový vztah vůbec existuje a nakolik může tento případný vztah ovlivnit daného hráče v reálných situacích. Na základě těchto výzkumných cílů byly stanoveny následující výzkumné otázky:

- 1) Používají hráči videohry jako prostředek pro posílení vlastního self-efficacy a sebehodnocení?
- 2) Využívají hráči videohry k regulaci psychické zátěže?
- 3) Dochází hraním videoher u hráčů ke kompenzaci neúspěchu prožitého v reálných situacích?
- 4) Dochází u hráčů videoher, ve kterých vidí výzvu, k posílení sebedůvěry?
- 5) Závisí tato výzva a potenciál pro zvýšení self-efficacy na typu videohry?

7 Metodologický rámec výzkumu

V následující kapitole se budeme zabývat metodologickým hlediskem výzkumu – popíšeme si výzkumný soubor, výzkumné metody a v neposlední řadě zmíníme také etické aspekty výzkumu.

Ve snaze hlouběji porozumět a popsat subjektivní, žitou zkušenost respondentů jsme vzhledem k cílům výzkumu zvolili jako výzkumnou strategii interpretativní fenomenologickou analýzu (IPA), tedy kvalitativně zaměřený přístup. IPA vzájemně propojuje fenomenologický, hermeneutický a idiografický postoj – jde zde o konkrétní zkušenost jedince, o konkrétní prostor a čas. Zároveň v rámci analýzy interpretujeme oba pohledy, obě zkušenosti, jak respondentův pohled, tak pohled výzkumníka (Řiháček et al., 2013).

7.1. Charakteristika a metody výběru výzkumného souboru

Celkový výzkumný soubor vznikl kombinací metod příležitostného výběru, tzn. k získání respondenta je využit princip dobrovolnosti a vhodné příležitosti a prostého záměrného výběru, kdy oslovíme potenciálního respondenta a případně jej vybereme podle námi stanovených kritérií. Jde o nepravděpodobnostní techniky (Mioviský, 2006).

Využili jsme tedy jak princip dobrovolné účasti respondentů na základě příspěvků prostřednictvím různých komunikačních platforem (jako Facebook, Discord apod.), tak aktivní výběr konkrétního probanda, z hlediska vyváženosti celkového souboru. Výzkumný soubor čítá celkem 6 respondentů, kteří byli vybráni na základě těchto dvou kritérií – věkové rozmezí respondenta je 15-20 let a aktivně využívá videohry jako volnočasovou aktivitu. Celkový soubor je uveden také v následující tabulce.

Označení respondenta ⁹	Věk	Pohlaví
1. Geralt	20 let	Muž
2. Rocket	16 let	Žena
3. Mary	19 let	Žena
4. Solaire	18 let	Muž
5. Uther	17 let	Muž
6. Alex	18 let	Žena

Tabulka 1 – Charakteristika výzkumného souboru

7.2. Metoda sběru dat

Dle Miovského (2006) je v rámci kvalitativního výzkumu poměrně hojně využívanou metodou právě rozhovor neboli interview. Pro diplomovou práci jsme proto jako metodu sběru a tvorby dat zvolili jeden z jeho typů, polostrukturované interview – autor práce se pro tuto formu rozhodl především kvůli její vysoké flexibilitě otázek a průběhu a také lepší možnosti většího individuálního přístupu k samotným respondentům.

Jádro interview obsahovalo 40 otázek, které byly složeny z několika dalších doplňujících podotázek s cílem pochopit respondentovu konkrétní herní zkušenost. Oblastmi zájmu byla témata volného času, vztahu k videohram, výzvy, úspěchu, neúspěchu, prožitku flow a prožívání herního a reálného světa. Pro efektivnější uspořádání a upevnění struktury rozhovoru bylo provedeno pilotní interview s jedním respondentem přes platformu Skype. Zároveň tato pilotní studie sloužila k ověření technické stránky interview, pořízení audionahrávky, funkčnost mikrofону apod. Pilotního probanda jsme do finální analýzy nezahrnovali.

Samotná interview byla nakonec přes veškerou snahu a ochotu setkat se face to face realizována v online prostředí prostřednictvím různých platforem (Discord, Skype, Zoom) – především kvůli stále probíhající pandemické situaci. V průměru trvaly kolem 50-70 minut. K vytváření následného audiozáznamu pro tvorbu transkriptu sloužila pro jistotu dvě zařízení, a to mobilní telefon a nahrávací software spuštěný přímo v počítači.

⁹ Vzhledem k tématu diplomové práce a k zachování anonymity bylo respondentům přiděleno označení podle určité herní postavy z jejich oblíbeného herního žánru.

7.3. Etické aspekty výzkumu

Na začátku interview bylo respondentům poděkováno za jejich ochotu a čas a proběhlo seznámení s výzkumnou osobou, s účelem výzkumu a s jeho cílem. V úvodu byl také od probandů vyžádán ústní souhlas s pořízením audiozáznamu a respondenti byli seznámeni také s tím, jakým způsobem budou jejich data anonymizována a dále využita ve výzkumu. Probandům bylo vysvětleno, že jejich účast na výzkumu je dobrovolná a pokud chtějí, mohou z něj kdykoliv v průběhu interview či po něm odstoupit – například v případě nesouhlasu s nahráváním či použitím získaných dat. Dále jsme respondenty seznámili s průběhem interview – co bude obsahem otázek a jaká bude předběžná¹⁰ časová náročnost interview. V závěru interview byl věnován prostor probandům pro jejich otázky či připomínky.

¹⁰ Téměř ve všech případech jsme plánovanou dobu interview (cca 45 minut) přetáhli a v závěru byl proto věnován prostor i pro případné ošetření respondentových dojmů, dozvuků a jiných pocitů, které mohly během interview vyvstat.

8 Analýza dat

Audionahrávky byly přejmenovány a přemístěny do zabezpečených složek, abychom zachovali jejich anonymitu a zamezili přístupu cizím osobám. Data získaná z provedených interview byla z audionahrávek přepsána a fixována do textové podoby. Původním záměrem bylo nalézt a použít určitý počítačový program, který by byl schopen provést transkripci dat již během interview (například v rámci funkce *text-to-speech* apod.), nicméně následné zpracování a přepis dat jsme museli provést ručně, což se s odstupem času ukázalo jako lepší možnost a styl práce – tímto způsobem jsme se blíže seznámili se sesbíranými daty, díky čemuž se nám povedlo poodhalit některé kategorie již před vlastní analýzou v průběhu transkripce.

Transkripce interview byla tedy realizována samostatně za pomoci online platformy *Transcribe by Wreally*. Tento program nabízí možnost nahrát audiozáznam do prohlížeče a pomocí kontrolního panelu v něm lze nahrávku libovolně zpomalovat či zrychlovat nebo posouvat v čase dopředu a dozadu. Nevýhodou tohoto programu ovšem byla absence finálního souboru s již přepsaným výstupem – museli jsme záznam přepisovat do dialogového okna v prohlížeči a po kouskách jej pak kopírovat do textového dokumentu Microsoft Word. Ten jsme následně uložili do stejné zabezpečené složky, ve které byl soubor s audiozáznamem. Nicméně i přes tento zádrhel byla práce v tomto programu poměrně zdařilá. Výsledné přepisy v rozmezí od 8-15 stran A4 pak byly analyzovány metodou otevřeného kódování formou tužka-papír.

Ještě před samotnou analýzou bylo potřeba provést vlastní sebereflexi jakožto výzkumné osoby – ačkoliv je zkušenost v rámci IPA vytvořena jako kombinace společného sdílení probanda a výzkumníka a subjektivita je vnímána jako přednost, je potřeba svá očekávání či předporozumění patřičně reflektovat a z konečného výsledku by měly být zřejmé obě perspektivy (Řiháček et al., 2013).

V průběhu analýzy jsme postupovali vždy po jednotlivých interview, respondent po respondentovi – opakovaně jsme poslouchali nahrávky a pročítali přepisy, jednak abychom lépe pochopili danou zkušenost každého respondenta, ale také abychom odhalili některé chyby, které mohly během transkripce nastat. V rámci prvotní analýzy jsme v prepisech nejdříve identifikovali důležité pasáže a myšlenky samotných probandů, ke kterým jsme přidávali vlastní komentáře – tyto komentáře sloužili jako prvotní kotvy, jako základ pro následné hledání vztahů a hlavních témat, které byly pro každého jedince v našem souboru stěžejní a nejdůležitější. Tento postup jsme postupně provedli u všech

dalších účastníků výzkumu. Během analýzy jsme se snažili hlavní témata napříč sebou propojovat a případně nalézat také další nové vztahy, paralely a jiné souvislosti.

8.1. Sebereflexe výzkumníka

Videohry jsou pro mě velmi důležitým tématem. Hraní videoher je jeden z mých nejdéle trvajících koníčků a zálib, a i když jsem si vědom všech rizik a negativních aspektů, které s sebou tato záliba přináší, nejde nepátrat i po pozitivním pohledu, nesoustředit se také na opačnou stranu spektra. Často se v médiích setkávám s názorem, že *videohry podněcují agresivitu, videohry negativně ovlivňují děti, videohry můžou za útoky v amerických školách* apod. Upřímně mě vždy tato tvrzení mrzí, protože pro mě osobně nic z toho videohry nepředstavují – jsou pro mě zdrojem zábavy, odpočinku a radosti.

Z vlastní zkušenosti mám už předem stanovený určitý pohled na problematiku videoher, mám nějakou vlastní herní zkušenost, vlastní hráčský pohled. Je otázkou, nakolik je to v tomto kontextu přínosem či nikoliv. Jsem si vědom, že jako výzkumník bych měl ke zkoumané problematice přistupovat co nejvíce objektivně a otevřeně, proto jsem z těchto důvodů také dlouho nad tématem diplomové práce váhal. Nicméně při rešerši nebylo dohledáno dostatek výzkumů, které by se těmto pozitivním aspektům věnovalo, proto jsem se pro téma nakonec rozhodl a tuto vlastní zkušenost jsem měl neustále na paměti – nejen v průběhu tvorby a analýzy dat, ale během psaní celé diplomové práce.

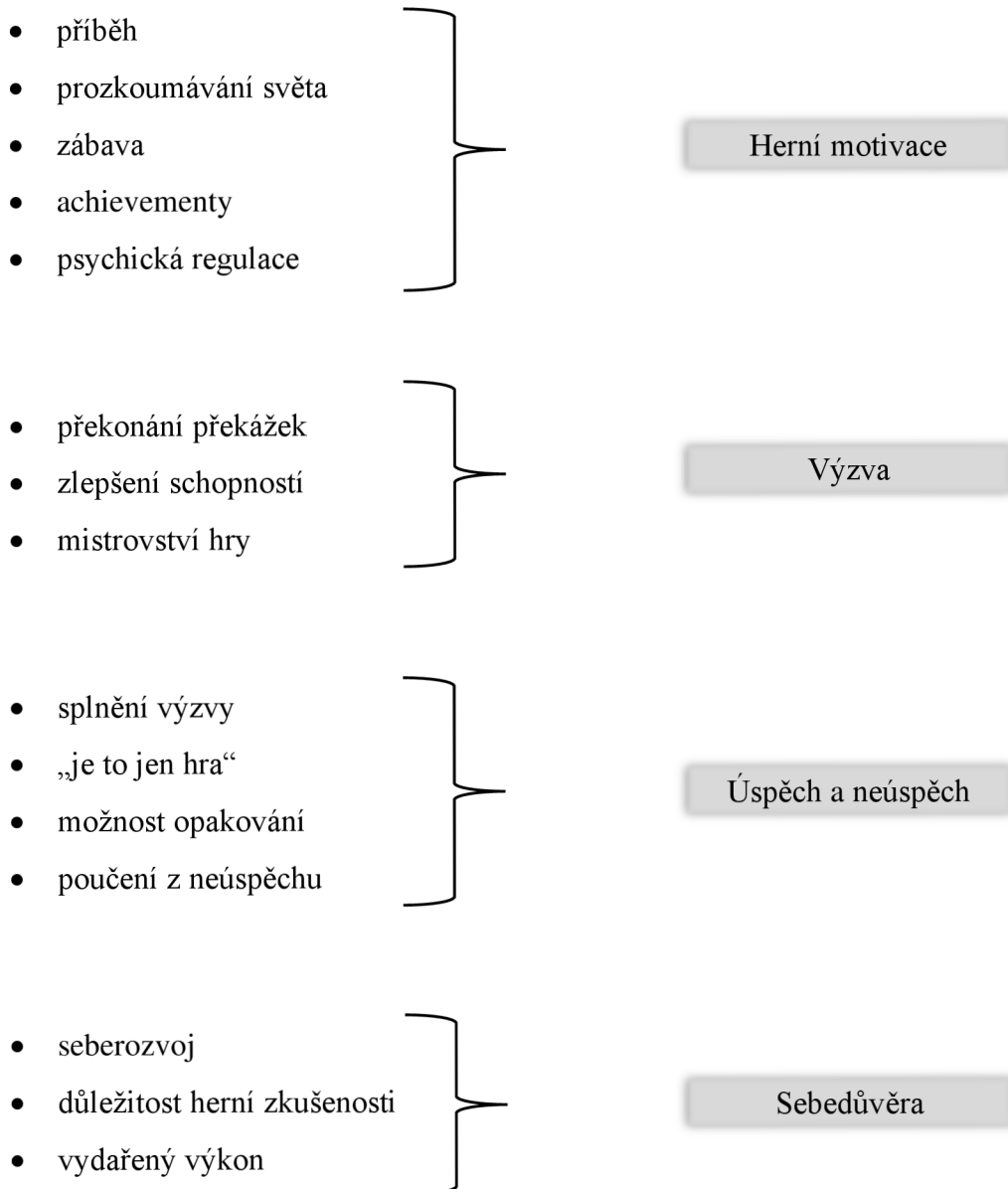
8.2. Analýza rozhovorů

Při analýze rozhovorů jsme mapovali několik základních oblastí, které byly vytvořeny na základě našich výzkumných otázek. Konkrétními okruhy jsou:

- **herní motivace**
- **výzva**
- **úspěch a neúspěch**
- **sebedůvěra**

Při opakovaném čtení transkripce audiozáznamů jsme identifikovali několik pojmů a frází. Tyto fráze se během interview často opakovaly, proto lze předpokládat, že je respondent považuje za skutečně důležité a sloužily nám především k vytvoření přílehlavých kódů. Kódy jsme následně přiřadili k vynořujícím se kategoriím, čímž jsme vytvořili smysluplný a komplexní systém.

Okruhy a kategorie



Kategorie a kódy

Zde jsou konkrétní příklady nevýznamnějších kategorií a kódů, na které jsme při analýze narazili. V tabulkách si ukážeme také konkrétní citace respondentů, které nám sloužily k tvorbě některých kódů.

□ Herní motivace

Zde jsme se zabývali tím, co motivuje daného respondenta ke hraní videoher, jak se tato motivace podílí na jeho herní zkušenosti a jakým způsobem ji v některých případech ovlivňuje.

Příběh

- dosažení konce
- narativ
- linearita
- ponoření

<i>„Mám ráda hry s dobrým příběhem, nějakým jako narativem, ty singly, co maj nějakou pevnou konce. Spíš asi nějaký koridorovky, jakoby open world je super pro mě, ale vím, že se hrozně zaseknu (smích) prozkoumávám si všechny ty blbosti a hrozně se tam dokážu ztratit.“</i>	Pevný konec Ztráta v herním prostředí Dobrý příběh Touha poznat svět Narativ
---	---

Prozkoumávání světa

- kontrola nad herním světem
- možnost volby
- easter eggs
- vztah k NPC (*non-playable characters – vedlejší postavy ve hře*)

<i>„Mě třeba bavěj ty hry, který nabízej nějaký rozhodování, ale musí to dávat smysl. Chci taky působit na ty NPCčka, mě pak třeba mrzí, že uhodím někoho, to jsem úplně špatná prostě i když to je jenom ve hře.“</i>	Rozhodování Smysluplnost Vliv na ostatní Ztotožnění s postavou
--	---

Achievementy

- uspokojení
- stres
- prestiž
- hrdost
- 100% dokončení

<p>„Achievementy, i když prostě mě stresují a nutěj mě, že si je musím pak hledat tak je to takovej dobrej pocit, že člověk něco zvládmul. Obzvlášť když to je nějakej těžkej, to je, jak kdyby přišel ten táta a poplácal tě po tom rameni jako hej tys to zvládmul (smích) To je fajn.“</p>	<p>Stres Nutkání Dobrá pocit Překonání Pýcha</p>
---	---

Psychická regulace

- únik
- odreagování
- stimulace
- redukce stresu

<p>„Když mám čas nebo náročnej den ve škole nebo jsem toho měla hodně ten tejdén tak vím, že si můžu sednout...a ještě ta konzole, ten ovladač – je to příjemný si sednout na gauč a tak, jako pochillovat, něco si zahrát.“</p>	<p>Mám toho hodně Příjemné pocity Relax Jistota</p>
--	---

Výzva

Zde se snažíme zjistit, zda jsou videohry pro respondenty výzvou a co pro ně tato výzva znamená, v čem je pro ně jejich herní zkušenost náročná.

Překonání překážek

- „externí výzva“
- sebepřekonání/boj sám se sebou
- postupné zvyšování náročnosti

<p>„Ty hry se snaží vyvolat v tom hráči, že on sám se zlepšuje. Dávají ti stále těžší překážky a pořád je snadno překonáváš. Tak to mě naplní, že překonám tu výzvu.“</p>	<p>Zlepšuji se Překonání výzvu Naplnění Vyšší obtížnost překážek</p>
---	--

Zlepšení schopností

- strategie
- koordinace pohybů
- logické uvažování
- kreativita

<i>„Naučil jsem se víc uvažovat dopředu, což třeba využívám u těch deskových her nebo líp počítat statisticky nějakou šanci, prostě ty věci kolem matematiky, nějaké logické uvažování, aby to bylo co nejefektivnější.“</i>	Lepší plánování Logika Větší efektivita Využití v reálu
--	--

Úspěch & neúspěch

Zde jsme se snažili pochopit, jak respondenti během hraní vnímají pocit úspěchu a neúspěchu. Také nás zajímalo, zda pociťují nějaký rozdíl ve vnímání tohoto prožitku ve videohře a v reálných situacích.

Splnění výzvy

- dokončení hry
- odměny
- uspokojení
- pochvala

<i>„Během toho, co hraješ, tak tam asi není úplně možnost cítit ten úspěch. Jak ti to řekne, že jsi vyhrál, tak to je potom úspěšně splněný level nebo splněné kolo nebo poražený protivník nebo cokoliv, prostě je to o tom že vyhraješ. Že tě ta hra pochválí.“</i>	Prožitek úspěchu Průběh hry Splnění úkolu Výhra Pochvala
---	---

„Je to jen hra“

- priority
- bez konsekvencí
- bez časové tísně

<i>„Ta hra nemá důsledek na tvůj život. Ve hře jsou ty morální rozhodnutí o dost jasnější volba než v tom reálném životě, takže tam můžeš jít za svým bez výčitek. Když uděláš něco, co se ti nepovede, tak to reloadneš.“</i>	Nemá důsledek Bez výčitek Bez obavy z neúspěchu Zkusím to znovu
--	--

Možnost opakování

- zkouška
- vlastní tempo
- learning curve

<i>„Člověk vidí nějakou tu jako učící-se linku, tu curve. Že to je celkem skill based. U Dark Souls jsem hrozně klidná, protože jako vím, co jsem udělala špatně a když vím, jak se z toho poučit, tak mám z toho třeba i radost, takovej příjemnej pocit, že se člověk posouvá.“</i>	Získání dovedností Poučení Příjemný pocit Zlepšení
---	---

□ Sebedůvěra

Zde jsme se soustředili na respondentovu míru self-efficacy a sebehodnocení. Zajímalo nás, nakolik respondenti důvěřují svým schopnostem ve videohře a zda se toto prožívání odlišuje od reálné zkušenosti. Zároveň jsme se respondentů ptali na přínos videoher, zda se díky jejich hraní cítí v některých aspektech života sebejistěji.

Seberozvoj

- přenos schopností do reálných situací
- vliv na psychické rozpoložení
- srovnávání s ostatními

Tam jsou klasické mapy, a i v normálním světě, když jsem někam šla, třeba google mapy jsem absolutně nevěděla a ani si v tom nevěřila, že to zvládnou. Pak jsem hrála Bioshock znova šlo to hrozně intuitivně, a i teďka v reálu s tím nemám problém a jsem sebevědomá v tom.

Nedůvěra
Odstranění problému
Sebevědomí
Prostor pro chyby

Důležitost herní zkušenosti

- pocit významnosti
- seberealizace
- sebejistota ve své schopnosti
- flow

„Třeba když někomu ve hře ukážu hele jde mi to, tak mám z toho radost. Jsem to brala, že to je hrozně těžký, jsem byla taková jako tyjo, nikdy jsem to nehrála, půjde mi to vůbec? A jde mi to, je to i takový jako hele já jsem holka a taky dokážu prostě hrát. A je to super.“

Předvádění se
Radost
Je to výzva
Porovnání s ostatními

9 Interpretace dat

V následující kapitole se podrobněji podíváme na výsledky našeho výzkumu. Nejdříve si jednotlivě představíme individuální analýzy našich respondentů. Dále se podíváme na společnou analýzu dat a v neposlední řadě se pokusíme odpovědět na naše výzkumné otázky, které jsme si stanovili na počátku výzkumu.

9.1. Geralt

Geralt je 20letým studentem vysoké školy. S videohrami se Geralt setkává již od mala – nevzpomíná si v kolika letech začíná s hraním, zmiňuje ovšem, že začal hrát díky svému bratrovi. Hry vnímá jako koníček, zábavu, „*takový super únik od reality*.“ Co se týče negativních aspektů hraní, Geralt si jejich existenci uvědomuje – jako jeden z nich zmiňuje například závislost na videohrách, ovšem nepovažuje své hraní (aktuální ani v minulosti) za problémové a s nikým takovým se doposud neseťkal.

Herní motivace

V průběhu rozhovoru se Geralta ptám, zda u sebe vnímá nějaké konkrétní události nebo situace, během kterých cítí, že se jeho motivace ke hraní zvyšuje. Nejčastější motivací je přebytek volného času, relax a zábava. Zde Geralt zajímavě popisuje, že v některých případech využívá videohru k tomu, aby se uklidnil, tedy pozorujeme zde používání hraní videoher v kontextu psychohygieny. „*Ale taky se stane jednou za čas, že mám toho hodně a jsem vystresovanéj, tak si zapnu nějakou hru. A spíš mě to uklidňuje (...)* A můžu jako na chvílku zapomenout na všechny ty povinnosti a ty stresy v okolí.“

Zároveň zde zmiňuje také pozitivum určitého pocitu „nedůležitosti“, který může prostřednictvím hry prožít, když se mu zrovna nedaří. „*Sem tam mi ta hra jde a co ti jde, tak tě většinou baví a je fajn i to, že když ti to nejde, tak to vůbec nic neznamená. Není to jako když neuděláš zkoušku, je to prostě hmm blbý ale nic se neděje. Protože tě to baví, a ne protože ... víš co, nic se od tebe nečeká, je to fajn.*“

Geralt uvádí, že se na jeho herní zkušenosti podílí 3 typy her – jejich popis nám určitým způsobem otevírá pohled na Geraltovu celkovou herní zkušenost a jeho hráčskou identitu. Prvním typem hry je LoL (*League of Legends*) – zde je Geraltovým hlavním cílem vyhrát a hraní doprovází také pozitivní pocit, že *o nic nejde*. Dalším typem je Dark Souls, tedy příběhově bohaté RPG – zde je ale aspekt příběhu velmi specifický v tom, že hráč si jej musí aktivně hledat sám. Geralta zde nejvíce láka sbírání achievementů a potřeba 100% dohrání

hry. Posledním typem je Zaklínač, tedy další RPG s velmi rozmanitým příběhem, ovšem oproti Dark Souls je hráči více „předhazován“. Podle Geralta nabízí více možností, jak ovlivnit osud hry a jejich postav, nicméně zde nevyhledává 100% dokončení hry ve formě sbírání achievementů, protože některé z nich jsou pro Geralta z pohledu hlavní postavy nepředstavitelné. *„A pak máš třeba Zaklínače, kde mě fakt baví ten příběh a nechci sbírat všechny ty achievements, protože některé jsou třeba za věci, které já bych tam neudělal, já jako Geralt chápeš.“*

Výzva

Geralt si výzvy vytváří převážně sám – zmiňuje zde aspekt učení určité herní mechaniky, což může mít za následek, že se daná hra může stát až moc jednoduchou a výzvu, kterou si tímto způsobem stanoví, pak vidí v překonání sebe sama. Tedy nacházíme zde snahu definovat si vlastní optimální obtížnost. *„Musíš dát nějaký čas na to, než se ji prostě naučíš, ale že by to bylo nějak vyloženě složité se říct nedá. A ty výzvy bych spíš řekl, že si je dávám sám (...) že ty výzvy jsou spíš takový, že bojuju sám se sebou. Je to pak o tom, jestli to dáš nebo to vzdáš a je to taková bitva sám se sebou, pořád se k tomu vracíš právě kvůli té výzvy. Když už to prostě člověk zná a nechce hrát pořád to stejný, tak si myslím, že taky začíná hledat něco nového, co by mohl zkusit víc co... je to o tom najít si něco, co nějaká výzva je.“*

Úspěch a neúspěch

S tématem výzvy se pojí také prožitek úspěchu. Pocit, že Geraltovi něco jde, že je v něčem dobrý a zároveň vnímání určité zpětné vazby na tento pocit vlastní kompetence. *„Když hraješ Dark Souls a porazíš bosse napoprvý, tak je to fajn pocit. I ta hra sama ti řekne, že to děláš dobře, takže to je super.“*

Tento prožitek můžeme také propojit s chutí vyhrát, potřebou najít všechny achievements, stoprocentním dohráním hry a překonáním sebe sama již zmíněných výše. Úspěch jde ovšem ruku v ruce s neúspěchem, ptám se tedy Geralta, jak tento pocit úspěchu a neúspěchu ve hře vnímá, jak ho prožívá a jak se tato zkušenost odlišuje od prožívání v reálném světě. Rozdíl vnímá především ve vnímání důležitosti a konsekvencí – ve hře při neúspěchu o nic nejde, při nezdaru má několik dalších pokusů, což v reálných situacích mnohdy neexistuje. *„Ten úspěch je jako víceméně stejnej, akorát v tom neúspěchu je ten rozdíl, že tam máš ten pocit, že je to mnohem důležitější nejspíš (...) Ta hra nemá důsledek na tvůj život žejo, ten neúspěch. Ale když neuděláš třeba nějakou zkoušku, tak už máš*

jen 2 pokusy kámo (smích).“ Geralt tuto možnosti zakoušet si nezdar bez důsledků patrně vnímá pozitivně, ovšem tato výhoda se podle něj nikterak neodráží v jeho prožívání ve skutečném světě.

Sebedůvěra

Geralt uvádí, že ve skutečném světě má určitou důvěru v sebe a svoje schopnosti, ovšem zmiňuje, že nikterak velkou – tento pocit ovšem není z jeho pohledu problematický či negativní, tato pomyslná průměrná hladina pro Geralta představuje určitou normu, u které nepociťuje výrazné změny. *„Prostě si věřím nějak...jak odjakživa, tak nějak stejně. Což teda když se to snažím říct nějak objektivně, tak není nějak moc, ale pro mě je to prostě taková norma.“*

Zajímavé je, že zde cítí výrazný rozdíl mezi mírou sebedůvěry v reálném životě a jeho herní mírou – Geralt si více důvěřuje v herním prostředí a cítí se rozhodnější a odvážnější. Patrně je to dáno odlišným vnímáním důležitosti konsekvencí vlastního jednání. *„Ve hrách to nemá dopad žejo. V reálu, když uděláš prostě nějaké rozhodnutí, tak to nějaké ostatní lidi ovlivní, takže musíš být opatrnější a musíš to mít promyšlenější, kdežto v té hře je to úplně jedno...A rozhodně bych řekl, že jsem takový rozhodnější ve hrách než v životě.“*

9.2. Rocket

Rocket je 16letá studentka gymnázia. S videohrami má převážně pozitivní zkušenost a považuje je za součást života – zmiňuje zde vliv svého táty, který je *„taky nerd“*. Občas společně hraje i celá rodina, jak videohry, tak deskové hry. Rocket má povědomí také o negativních aspektech hraní, nicméně nikoho takového ze svého okolí nezná – *„myslím, že to je jako u kafe – že když je toho příliš moc, tak samozřejmě to problém je, ale jinak je to normální a běžná součást 21. století.“*

Herní motivace

Během rozhovoru se s Rocket dostáváme k motivaci a konkrétním scénářům, kdy zapíná nějakou hru. Rocket zmiňuje několik zajímavých motivů: chuť pokračovat v příběhu, někam se posunout a něco dokončit; dále pocit nedostatku podnětů, pocit nudy, potřeba odpočinku a snaha mít nějaký čas pro sebe. Zmiňuje ale, že by stále dala přednost možnosti trávit čas s lidmi než trávit čas videohrou, tedy je zde i určitá potřeba vhodného prostředí. *„Mám klid a taky vím, že nemám okolo sebe žádné lidi, protože kdybych si měla vybrat, jestli budu trávit čas videohrou nebo budu s lidmi, co mám ráda, tak si vždycky zvolím ty lidi.“*

Další možnou motivací je určitá forma psychické regulace, která vyplývá ze stresu z učení a testů. „*A stalo se ti něco, díky čemu sis nemohla vůbec jít zahrát?*“ „*Kromě učení a testů asi ne (...) většinou mě ani tohle nezastavilo nikdy, řekla jsem si, že si dám ještě jednou MarioKart, protože prostě mi to nešlo, takže abych se uklidnila.*“

Rocket svou herní zkušenost tedy popisuje jako převážně klidnou. Hry pro ni představují odpočinek od lidí (i když velmi ráda tráví svůj čas s přáteli), proto převážně vyhledává relaxační videohry. Ovšem zmiňuje také potřebu výzvy. V rámci sebehodnocení se neobjevuje touha po srovnávání s ostatními hráči, což opět můžeme patrně připsat potřebě odpočinku. „*Já si to užívám, moc vážně to neberu, když mi něco nejde, tak mě to většinou baví i tak, protože to je nějaká výzva (...) když to překonám, tak se cítím dobře. Moc se u toho nestresuju. V momentě, kdy se začnu stresovat to položím a jdu dělat něco jiného (...) prostě většinou chill hry s tím, že tam jsou ty výzvy, co jsou dobrovolné, hlavně když máš nějaký reward za to, že jsi tím prošel. Protože na co se stresovat, když z toho nic nemáš.*“

Ptám se Rocket, co ji při hraní naplňuje a co jí dělá radost. „*Mě na tom těší nějaký ten...asi jako seberozvoj (smích)? Že prostě poznám něco nového a naučím se zacházet s něčím novým.*“ Popisuje zde určitou možnost poznat něco nového, nové podněty a schopnost naučit se s něčím zacházet, tedy patrně potřebu identifikace a pochopení určité herní mechaniky. V jejím prožívání nejspíše hraje roli určitá optimální hladina podnětů, potřeba stimulace, což vede k pocitu radosti a satisfakce. „*Když se dostanu buďto do toho stavu, kdy jsem vystresovaná, už mám dost těch věcí nebo naopak jsem taková, že nic se neděje, tak si jdu zahrát, a to mi dodá takovou tu příjemnou hladinu těch...podnětů. A většinou se u toho bavím, taky i tím, že nehraju nic, co by mě stresovalo, takže mám radost. Nejsou to moc těžké hry, takže se většinou cítím úspěšně. Takže tak. Prostě mě to baví.*“

Výzva

Hraní pro Rocket představuje výzvu. Jedná se především o situace, do kterých se v reálném životě nelze dostat. Hraní videoher je podle ní určitá dovednost, kterou se člověk učí a pěstuje ji, „*taková bonus skill.*“ Náročnost vnímá hlavně v logice hádanek – jelikož je jejím cílem se u hry nestresovat a odpočinout si, někdy si hledá řešení online. V rámci své herní zkušenosti tedy prožívá Rocket úlevu tehdy, když překoná nějakou překážku, výzvu, díky které se může posunout v příběhu dále. „*Máš tam nějakého bosse nebo nějakou hádanku a nemůžeš ji vyřešit, a najednou jsi na to přišel a máš takový pocit úspěchu a úlevy, že jsi prostě borec.*“

Úspěch a neúspěch

Pocit úspěchu pro Rocket představuje něco překonat. Nějakou překážku, se kterou si dlouho nemohla poradit. Dostane se ve hře někam dál a zároveň to i na sobě vidí, pocítuje, že dosáhla určitého pokroku. Zmiňuje, že porazila bosse na první pokus, aniž by zemřela, což pro ni představoval „*highlight tohoto týdne.*“

Podobně vnímá úspěch i mimo herní prostředí, tedy opět jde o nějaké překonání překážky. Když se jí naopak nedaří, začíná se cítit frustrovaná a hru vypíná. „*Je to jenom hra, proč bych se kvůli ní měla cítit blbě?*“ Nedovolí, aby se během hraní cítila špatně.

Pro překážky v reálných situacích ovšem neexistuje návod na internetu, proto je neúspěch pro Rocket v herním prostředí jednodušší – může najít řešení online a dosáhnout tak svého cíle. V reálu se někdy nelze takto neúspěchu vyhnout, člověk si ho musí vyřešit sám. Rocket se k tomuto neúspěchu staví velmi hrdinsky, podle ní je potřeba neúspěch ocenit a prožít, aby se pak člověk mohl posunout ve svém životě dál.

Sebedůvěra

Co se týče sebedůvěry, Rocket uvádí, že si během hraní věří. V tomto ohledu zmiňuje i samotnou podstatu hry, která je o tom, aby hráči nabídla možnost vyhrát. I když se ve hře objeví nějaká překážka, se kterou má Rocket problém, tak věří, že jde zvládnout, protože od ní vždy může odejít a případně se k ní vrátit později, není tam žádný časový tlak ani tíseň.

V reálných situacích má Rocket víru v sebe a ve své schopnosti, ale vnímá občas pocit určitého špatného načasování – toto vnímá jako svoji překážku, je toho moc a nemůže všechno ve svém časovém rámci stihnout najednou. „*Kdyby se to rozkouskovalo, tak to zvládnou v pohodě, ale tím, že je to najednou, tak mám pocit, že to je jako obrovská hora, kterou nejsem schopna zdolat.*“

Rocket zároveň zmiňuje, že zná svoje limity, jak ve hře, tak v reálu, což se v určité míře promítá také v jejím sebevědomí. „*Nejsem profi gamer (...) žiju s tím, že jsou lidi, co jsou lepší než já, takže já hraju tak, aby to bavilo mě (...) hry nehraju proto, abych je hrála dobře, ale proto, aby mě to bavilo, takže i když nejsem nepřekonatelná, tak mi to vůbec nevadí.*“

❖ Musela jsem si nejdřív začít věřit

Přestože vnímá, že ji hraní něco naučilo, nepocítuje díky tomu větší míru sebedůvěry při nějaké činnosti v reálu. Zmiňuje ovšem, že videohry mohou být určitým podporujícím faktorem. Zajímavé je, že Rocket si nejdříve musela začít více věřit, aby vůbec videohry mohla hrát, tedy potřebovala překonat určitou vlastní výzvu, zvýšit míru self-efficacy a dokázat, že má na to hrát videohry. I když se nepovažuje za profesionála a vnímá, že existují lepší hráči než ona, tak se dokázala dostat do herního prostředí a nadále je to něco, co ji baví. Šlo tedy o to, překonat určitou prvotní výzvu jít hrát, aby mohla dále hledat výzvy prostřednictvím samotných videoher.

9.3. Mary

Mary je 19letá studentka vysoké školy. K videohrám se dostává již jako malá vlivem rodičů – *„měli jsme i takové ty CDčka ještě s hrama doma, takže jsem vždycky hrála takové naučné hry (...) pak jsem začala spíše sledovat lidi, jak hrajou hry na YouTube. U toho jsem tak nějak zůstala a teď jsem se tak začala vracet, že hraju hry i sama a už se nedívám jenom na to, jak hrajou ostatní.“*

Mary si je vědoma negativních aspektů videoher. S většinou z nich ovšem moc nesouhlasí a uvádí, že se snaží spíše hledat pozitiva a být trošku „obránce videoher“. *„Zmiňovalo se to hrozně často, hlavně když jsem byla mladší (...) vlastně kvůli tomu, jak hodně negativní jsem pozorovala to okolí a společnost, tak mě to přivedlo spíše k tomu být trochu obránce v uvozovkách (...) všichni říkají, že to je nejhorší věc na světě, ale to prostě není pravda. Jak jsem viděla jenom tu negativitu, tak jsem se spíš dívala na ty pozitiva (...) závislost na hrách určitě existuje, ale neznamená to to, co bychom si my představovali. Jsou třeba lidi, kteří se tím i žijí.“*

Herní motivace

Mary u sebe pozoruje, že často zapíná videohry, když se věnuje nějaké jiné činnosti – třeba sleduje YouTube nebo brouzdá po sociálních sítích. Videohra jí v tomto kontextu pomáhá udržet pozornost u toho, co právě dělá. Ovšem v momentě, kdy cítí tlak určitých povinností, například do školy apod, na videohry vůbec nemyslí. *„Potřebuju něco, co můžu dělat zároveň, když se dívám na ty videa, abych u toho dokázala sedět (...) je hrozně jednoduché si sednout k té hře a strávit u toho 3 hodiny (...) tak si seriózně vypnu telefon nebo si nastavím, ať tam nemůžu do toho (...) byla bych schopná prokrastinovat všechnu moji práci tím, že budu hrát něco.“*

Mary uvádí, že její prožívání z velké míry závisí na hře. Když se věnuje nějaké méně náročné hře, tak je v klidu, je to pro ni odpočinek. Videohru si užívá, nestresuje se u ní. Pokud ovšem hraje nějakou akčnější hru, objevuje se u ní touha prozkoumávat, co všechno jí může herní svět nabídnout včetně skrytých zpráv od vývojářů her (easter eggů). *„No tak určitě záleží na hře. Mě hrozně baví obecně hraní her a hry samotné (...) když třeba hraju něco, co je jednoduché, tak cítím potěšený klid, že mě baví to hrát, ale nemusím se u toho nervovat. A když hraju nějakou více akční hru, tak mě třeba hrozně baví a těší objevovat všechno, co se v té hře dá dělat (...) easter egg nebo takové věci co člověk najde, když vážně tu hru hraje a prochází úplně všechno (...) abys našel tadytu jednu úplně zbytečnou věc, kterou tam někdo dal.“*

V rámci této touhy prozkoumávat a poznávat herní svět se ptám na zkušenost s open world a RPG videohrami. Mary RPG videohry hrála a užívá si je, jsou pro ni ovšem moc náročné – jednak z časového hlediska a také z herního pohledu, kdy začíná být hra moc namáhavá na úkor zábavy. Mary potřebuje mít správnou náladu pro to, aby se mohla do hry plně ponořit. Vidíme tedy, že je pro Mary určitý prvek ponoření ve hře důležitý, nicméně musí vynaložit určité úsilí a čas, aby byla schopna se do hry plně vžít. Po nějaké době se třeba i k dané videohře vrátí. *„Když už to bylo moc těžké, tak jsem řekla ok končím, nebudu to hrát, protože to je namáhavé pro mě momentálně (...) potřebuju mít takový ten mindset (...) jakože ok, teď prostě existuju v tadytom jiném světě, funguji tady jinak věci, jsem tahle a tahle postava, potřebuju udělat tohle a tohle (...) nemůžu si k tomu jen tak sednout a nechat se pohltnout tou hrou.“*

Ptám se, co dál Mary při hraní naplňuje. Zde Mary zmiňuje prožitek úspěchu, když jí něco vyjde, překoná nějaký těžký problém, se kterým si nemohla nějakou dobu poradit a všechno dopadne dobře. *„Když něco udělám úspěšně (...) když mi něco nejde třeba 10 minut, je tam nějaký blbý levl a konečně se nějak...hvězdy uskupí a vyjde to, dopadne to dobře. Tak to mě těší no vždycky.“*

Výzva

Hraní pro Mary výzvu představuje. Také opět zmiňuje, že záleží na typu hry. Výzvu chápe jako chuť se zlepšovat, pracovat na sobě, na svojí koordinaci a naučit se lépe fungovat v herním světě – například porozumět nějaké herní mechanice, naučit se nějaký postup, překonat nějakou překážku, aby mohla dojít do cíle a vyhrát. *„Záleží na hře, ale určitě jo (...) snažit se přijít na to, jak se v té hře zlepšit, jak lépe fungovat v tom světě, ve kterém hraju (...) třeba nějaká mechanika, které nerozumím napoprvé, musím 7x projet tu stejnou*

sekvenci, než vlastně přijdu na to, co mám dělat (...) musím mít nějakou trpělivost s tím, co vlastně sama za sebe dokážu udělat.“

Úspěch a neúspěch

Pocit úspěchu Mary zažívá v situacích, kdy se jí něco povede a posune se díky tomu ve hře dál. Prožití splnění určitého cíle, který jí videohra nebo která si ona sama zadá. *„Dokážu něco, co v té hře potřebuju udělat a posunu se dál (...) třeba mi řeknou dojdi tam na tamto místo nebo přijď na to, jak funguje tahle složitá hádanka (...) úspěch je pro mě to, že dosáhnu nějakého cíle, který oni mi zadali nebo který jsem si sama zadala.*“

Podobný proces se u Mary děje i v reálné zkušenosti. Zde zdůrazňuje také určité mentální nastavení, ve kterém jí hraní ovlivnilo. Snaží se pohlížet na samozřejmosti v průběhu dne jako na menší úspěchy, ze kterých má potom průběžně radost. *„Řekla bych, že to je úplně stejné (...) trochu jsem naučila samu sebe ať jsem méně sebekritická a více beru úspěchy – což si myslím, že ovlivňuje to hraní, ať beru i malé věci jako úspěchy (...) člověk třeba nemůže najít lék na rakovinu, ale stačí, že třeba udělá normální oběd, aby dokázal existovat v průběhu celého dne.*“

Co se týče neúspěchu, ten ve videohrách vnímá patrně lépe. I když se jí ve hře nedaří, tak si neúspěch nebere tolik k srdci. Velmi jí pomáhá možnost zkusit si danou situaci zahrát znovu, mít další možnost vyzkoušet jiný postup, aby danou výzvu zvládla. *„U každé hry je neúspěch nedůležitý. Nebo je důležitý, ale je tam ta možnost to zkusit znovu, i když je to úplně nejtěžší věc na světě, tak je tam ta možnost. Třeba umřu v té hře, a jdu to zahrát znovu a jinak (...) A přijde mi, že je důležité se těma neúspěchama moc nezajímat, nebýt na sebe moc hrubý kvůli nějakým neúspěchům.*“

V reálu tato možnost není, proto v něm neúspěch zvládá hůř. Ve skutečném světě pociťuje neúspěch více také kvůli své sebekritičnosti – je to ovšem něco, na čem Mary pracuje a snaží se tento vlastní pocit zlepšit. *„Jsem schopná na sebe být hodně dlouho naštvaná, je pro mě těžké na to pamatovat, že každý neúspěch není konec světa (...) určitě v té hře to je jednodušší, není to realita. Proto je pro mě těžší brát ten neúspěch v realitě.*“

Mary také zmiňuje, že se snaží z neúspěchu poučit, snaží se na něj pohlížet pozitivně – můžeme zde vidět možnou paralelu s herním prožíváním, kdy pomocí neúspěchu nachází lepší postup řešení do budoucna. *„Když se mi daří, tak jsem na sebe pyšná i za malé věci (...) neúspěchy si beru víc k srdci, ale snažím se nebrat je jako čistě negativní věc, spíše je brát jako něco, co mě posune k tomu, abych tu chybu příště neudělala nebo našla jednodušší řešení.*“

Sebedůvěra

Když se Mary věnuje nějaké videohře už delší dobu, tak sobě a svým schopnostem věří. V momentě, kdy s hrou začíná, má o sobě určité pochyby, které ji stresují – neví, jak přesně daná herní mechanika funguje, jak se hra ovládá, co musí zmáčknout. Její nízká míra sebedůvěry vyplývá z toho, že u sebe pozoruje mezery v koordinačních schopnostech, „překlikne se“. *„Musíš používat třeba určité kombinace tlačítek a joysticku apod (...) vím, že potřebuju zmáčknout třeba A, ale moje ruce zmáčknou úplně jiné tlačítko, protože nedokážu úplně fixovat, jak to funguje (...) vím, co chci zmáčknout a vím, co potřebuju použít, ale jsem v tom stresu, že nejsem v té hře ještě dobrá, tak mačkám něco jiného. To je třeba situace, ve které jsem trošku pod stresem, ve které si nevěřím.“*

V reálných situacích se u Mary objevuje tendence pochybovat o svých schopnostech. Ta je většinou podpořena také okolím – i když je Mary přesvědčená, že něco ví, že má pravdu, tak při náznaku nesouhlasu začíná o svých znalostech pochybovat. Vnímá tedy určitý rozdíl mezi mírou self-efficacy a sebedůvěry ve hrách a v reálných situacích. *„Záleží v čem (...) já vím tu informaci a ten člověk mi řekne, že je to jinak, tak mám tendenci pochybovat o tom, i když třeba tu informaci vím a četla jsem ji nebo mi to někdo řekl (...) v té hře je to že si nevěřím založeno na mých schopnostech koordinace třeba. V reálu to je spíš o tom, že jako mám takový pocit, že někteří lidi toho ví víc než já.“*

Vidíme, že je Mary vůči sobě poměrně dost sebekritická. Proto se dále ptám, jakou má obecně zkušenost se srovnáváním s ostatními, jak v herním prostředí, tak ve skutečnosti. S ostatními hráči se většinou nesrovnává, což vyplývá z typu videoher, které hraje spíše sama. Nicméně nemá potřebu se srovnávat ani když hraje s více lidmi. Uvádí, že se během hry spíše soustředí na vlastní pocity a chování. Ve skutečných situacích se ovšem s vrstevníky srovnává poměrně dost a snaží se na sobě v tomto ohledu zapracovat. *„Když hraju něco, co bych mohla srovnávat, tak mi jde spíš o to, jak já se cítím nebo jak se chovám, když hraju. Ne moc o to, jak třeba hrajou ostatní (...) snažím se pracovat na tom nebo pracuju na tom sama v sobě, že je v pořádku se srovnávat s lidma, ale není to úplně zdravé (...) člověk na tom zakládá třeba celé sebevědomí nebo celou svoji cenu.“*

9.4. Solaire

Solaire je 18letým studentem střední školy, během studia také částečně pracuje. Videohry vnímá převážně pozitivně, podle Solaira mohou videohry „*v nějaké formě rozvíjet schopnosti a dovednosti*“. Představují pro něj odpočinek, když přichází ze školy nebo z práce, případně zapíná hry, když má zrovna chvíli a nudí se. Solaire ovšem vnímá také negativní aspekty – sám zmiňuje období, které zpětně považuje v určité míře za problematické, kdy trávil hraním videoher až příliš času. „*Určitě jo (...) Sám jsem měl asi možná takové období, když jsem byl mladší (...) jsem denně hrál 6 hodin a o víkendů klidně i 9, 10 (...) potom mě to nějak přešlo. Byla to taková ta puberta asi (smích), kdy jsem jako hledal sám sebe. Tak mi to asi pomohlo nějakým směrem, možná usměrnit tu moji osobnost.*“

Herní motivace

Nejčastějším motivem je pro Solaira potřeba odpočinku, odreagovat se. Většinou u sebe tuto potřebu pozoruje po náročnějším týdnu, nicméně k videohrám se obrací i když má více volna a nemá náladu na jiné koníčky. Uvádí ovšem také potřebu vzrušení a touhu kompletně dokončit hru, posbírat všechny achievements, easter egg apod. „*Hru si většinou zapínám, protože si chcu odpočinout od reality a nějak se prostě odreagovat. Nebo když chcu třeba nějaké vzrušení (...) Buď mám více volna a jako fakt nevím, co bych udělal, třeba mě zrovna nebaví číst nebo skládat puzzle (...) ale většinou to bývá po nějakém náročném týdnu, že si chcu odpočinout no (...) většinou se snažím třeba v rámci několika týdnů ji dokončit na 100 %. Já jsem takový hrozně jako puntičkář a mám ty hry rád dohrané až do konce, achievements, nějaké tajné věci a tak.*“

I když je pro Solaira důležité hru dohrát, projít celým příběhem a setkat se se vším, co může hra nabídnout, moc během této zkušenosti nepřemýšlí nad nějakými většími důsledky svého hraní či důležitostí. Primárním cílem je odreagovat se. „*Fakt hraju, abych se hlavně odreagoval, samozřejmě se to snažím dohrát co nejvíc (...) ty priority z té reality jsou samozřejmě důležitější než v té hře.*“

Solaira nejvíce naplňuje, když se ve hře dostane přes nějakou těžkou překážku, když cítí, že se mu něco povedlo a něco dokázal. „*Určitě mě baví, když je nějaká část, přes kterou se nemůžu dostat a já postupně jako grindím¹¹, tak se dostanu přes nějakou tu těžkou část,*

¹¹ Grindovat v herním kontextu znamená provádět určitý repetitivní úkol nebo postup (*grind*) – například s cílem vylepšit si postavu, dosáhnout vyššího levelu či získat nějaký vzácný herní item apod.

a to mě jakoby nejvíc naplňuje (...) mě to naplňuje radostí a cítím, že jsem něco dokázal.“ Solaire se téměř vždy po vypnutí hry cítí dobře, je pozitivně naladěný a odpočatý a není pro něj problémem od hry odejít. *„Většinou se cítím odpočatě, tak jako šťastný a nabitý energií dělat potom něco dalšího, pokud to nepřezenu.“*

Výzva

Pro Solaira je výzvou kompletně dokončit každou hru, která ho baví. Najít všechny itemy, achievementy, zničit všechny bosse – zkrátka ji celou prožít a úspěšně dohrát. Náročné je to pro něj i z hlediska času. U většiny her je achievementů opravdu spoustu – některé jsou dokonce za alternativní konce hry, je tedy potřeba danou hru dohrát vícekrát. Solaire také vnímá, že je potřeba vynaložit určitou dávku úsilí na to, aby se hru dobře naučil, což může být také samo o sobě časově náročné, jelikož některé herní mechaniky se hráč musí naučit metodou pokus-omyl. *„Pro mě je například výzva, když si najdu nějakou hru, která mě začne bavit, tak ji dohrát ze sta procent. Najít všechny tajné předměty, splnit všechny achievementy, porazit všechny bosse a tak. Většinou je to teda časově náročně, protože ty hry zaberou docela dlouho času, když je chceš fakt dohrát (...) někdy když je to třeba nějaká těžší hra jako Dark Souls tak se člověk musí víc naučit ty mechanismy té hry, jak se vyhnout nějakému tomu bossovi nebo kdy zasadit úder. Že i tam je ta obtíž v tom naučit se ten herní mechanismus, jak to funguje ta hra.“*

Úspěch a neúspěch

Pro Solaira je úspěchem překonání nějaké výzvy. Překážky, přes kterou se nemohl dlouho dostat. Po této výhře se pak cítí dobře, má lepší náladu. Zajímavé je, že tento pocit radosti je patrně oproti reálu daleko intenzivnější v herním prostředí, trvá ovšem kratší dobu. *„Cítím takový ten pocit odměny. Většinou mám potom i o hodně lepší náladu a často pak tu videohru vypnu a jdu něco dělat jiného (...) Řekl bych, že u těch videoher je to jakoby daleko intenzivnější, ale kratší (...) když dokážu něco v tom reálném životě, tak mě to nenaplňuje v ten moment tak moc, ale na druhou stranu mě to naplňuje dlouhodobě.“*

Když se mu naopak nedaří, nebývá svým neúspěchem tolik ovlivněn. Většinou opět vypíná hru a jde se věnovat něčemu jinému. V reálu je neúspěch vnímán spíše intenzivněji a dlouhodobě, podobně jako je tomu u úspěchu. *„Když se mi hodně nedaří, tak většinou tu hru vypnu, jsem jako chvilku naštvaný a pak mě to přejde (...) Vůbec to neřeším, říkám si, že to je jenom pakárna, jen nějaká videohra a cítím se úplně normálně.“*

Přestože je tento pocit úspěchu krátkodobý, má patrně i určitý déletrvající efekt. Je zajímavé, že podle Solaira má tento prožitek vliv na jeho reálnou zkušenost, kdy cítí, že po tomto vynaloženém úsilí má energii a chuť pustit se do něčeho náročnějšího i v reálu. *„Když se mi v té videohře podaří zabít nějakého bosse, kterého dejme tomu třeba týden nemůžu zabít, tak jsem z toho takový šťastný a fakt většinou tu videohru vypnu a začnu dělat nějaké takové náročnější projekty (smích) nevím, jdu něco vyrobit a tak.“*

Sebedůvěra

Solaire si během hraní většinou důvěřuje. Přiznává, že neví, jak tento pocit konkrétněji popsat. Více si věří v případě, že si pořádně promyslí, co udělá, jakou má šanci na úspěch. V momentě, kdy má zkrátka ve videohře štěstí a padají mu tyto šance během hraní častěji, se cítí dobře a videohra ho více baví. *„Naposledy to bylo myslím ten Darkest Dungeon (...) padaly mi dobré předměty, vycházely mi jako statisticky malé šance a už jsem jako začal hrát trošku víc na tu náhodu, že jsem jako pushoval štěstí a byl jsem u toho víc vysmátý, že mě to víc bavilo.“*

Podobný mechanismus pociťuje také v reálné zkušenosti – tam se rozhoduje déle než ve hře, nicméně cítí, že se jeho herní zkušenost v tomto ohledu odráží v realitě. *„Plně se soustředím a pořádně si promyslím i nějaký ten svůj další tah, než něco udělám (...) (v reálu) si většinou taky věřím, ale než se právě rozhodnu, tak nad tím docela dlouho dumám (...) z těch videoher se to přenáší i do reality, že si třeba chytám nějakou pravděpodobnost, s jakou mi něco vyjde a tak.“*

Solaire také popisuje, že nemá potřebu srovnávat se s ostatními hráči ani s vrstevníky. Vítězí zde potřeba odpočinku a relaxu, videohry pro něj nejsou tak důležité, aby v tomto ohledu cítil nějakou soutěživost či rivalitu, což je také jeden z důvodů, proč preferuje singleplayer hry. *„Právě preferuju i ty singleplayery kvůli tomu, že se nemusím s nikým porovnávat. Mě to jako vyloženě štve, nemám rád, když na mě někdo dělá ramena, že je v nějaké videohře lepší. Tam jako o nic nejde, já to hraju jenom abych si odpočimul, fakt se nesrovnávám s nikým (...) když s bráchou hrajeme jednu společnou hru, tak třeba prohodíme nějaké slovo, jestli třeba někdo nějak postoupil dál. Ale ne že bychom se vyloženě srovnávali, kdo je lepší a tak.“*

9.5. Uther

Utherovi je 17 let a je studentem střední školy. Věnuje se také studiu animace a díky své kreativitě i částečně pracuje. K videohram má Uther převážně pozitivní vztah – považuje je za formu odpočinku, ale zároveň je vnímá jako interaktivní médium, které může člověku něco předat. Podle Uthera jsou stvořeny k tomu, aby v člověku „*vytvářely pozitivní emoce.*“ Vnímá ovšem také opačnou stranu spektra, kde jsou pro něj hry také „*žrouti času*“.

Herní motivace

Uther většinou zapíná hru, pokud má volný čas a příležitost. Případně pokud *si myslí*, že má volný čas – popisuje, že u videoher často skončí v rámci prokrastinace, což v jistém kontextu vidí negativně. Má před sebou povinnosti, do kterých se mu ovšem nechce, tak si řekne „*zahraju si jednu hru*“ a na práci nějaký čas nemyslí. Zmiňuje také určitou touhu vyhrávat, pocit, že se mu ve hře daří, což ho při hraní může držet ještě déle. Videohru ovšem tímto stylem nezapíná, pokud je pod stresem z nějakého termínu, který je třeba dodržet – kdyby cítil tento stres, šel by místo hraní pracovat. „*Měl bys něco dělat produktivního, ale místo toho si řekneš hmm tady si zahraju jednu hru a zabiješ ten čas místo toho. To je ještě posíleno tím, že ta hra, když ji hraješ, tak to u tebe vyvolá nějaké převážně dobré pocity toho, že se ti daří, vyhraješ. O to silněji tě to drží v tom, že ty hry hraješ (...)* Když mám prostě volný čas a nejsem ve stresu, tak si jdu zahrát. Kdybych byl ve stresu, tak dělám ty věci žejo, protože máš nějaký deadline.“

Uthera nejvíce baví u her přemýšlet. Vyskytne se před ním nějaký problém, překážka, kterou musí jako hráč vyřešit. Zajímavě také popisuje prožitek zlepšení, kdy sám jako hráč cítí, že se ve hře zlepšuje, což je podporováno také samotnou hrou, která hráči dává stále těžší výzvy a překážky. „*Tím, že mám rád tydlency... u kterých člověk musí více přemýšlet, tak tam mě naplňuje, že máš před sebou nějaký problém, nějakou překážku. Ty hry se snaží vyvolat v tom hráči, že on sám se zlepšuje, trénuje si nějak myšlení nebo něco, paměť, prostě tu strategii myšlení. Třeba vidíš, že se zlepšuješ, že ti dávají stále těžší překážky a pořád je snadno překonáváš. Tak to mě naplní, když hraju tenhle typ her. Že překonám tu výzvu.*“

Uther tedy cítí určitou potřebu hrát, i když ví, že má před sebou povinnosti. Jeho chuť hrát je patrně podporována také tím, že díky animování tráví většinu svého času za počítačem – videohry i práci má neustále na očích. Většinou se mu ovšem daří obě aktivity skloubit, zahrát si a zároveň splnit termíny odevzdání a pokud to práce vyžaduje, jdou videohry stranou. „*Prostě zavřeš lištu a vidíš tu plochu, vidíš tam tu ikonu tak si řekneš*

no tak jednu si dám. Když už tady sedím, když už to tady mám, tak proč ne. Když člověk není u toho kompu tak ho to nesvádí (smích Ale třeba jsem potřeboval více místa na počítači, abych tam mohl nainstalovat nějaké programy pro práci nebo prostě nějaké soubory – to může mít třeba několik giga jeden soubor, tak ty hry zabírají strašně moc místa. Jsou důležitější věci a ty hry nejsou prioritou. Neměly by asi být nikdy prioritou (smích).“

❖ **K čemu ti to je že jsi v žebříčku?!**

U multiplayer her je pro Uthera hlavní motivací zvítězit, porazit protivníka. Zajímavé ale je, že tato touha zde není spojena se soutěživostí – Uther většinou upřednostňuje volnější herní mód, který je méně kompetitivní a nejsou v něm srovnávací tabulky, leaderboardy apod. Uthera žebříčky nezajímají, nevidí v nich význam. Spíše je chápe jako praktiku herních tvůrců, aby hráči ve hře pokračovali, byli na první pozici, byli nejlepší. Vnímá je jako stresující, jsou pro něj určitým zdrojem tlaku, který říká „musíš být první“. Videohry pro něj představují zábavu a relax, chce si k nim sednout a bavit se. „*Pak je ta MOBA, což je jediná nějaká multiplayerová záležitost, co hraju, tak tam je to o tom porazit nějak ty protivníky, ale třeba já se většinou vyhýbám takovým těm módům, kde tě dají do tabulek. Mám radši, když to v těch hrách není, takže si dám raději nějaký casual mód (...)* Když můžu, tak se tomuhle jako vyhýbám, chci si jenom zahrát nějaký relax, prostě na pohodu a nechci se stresovat kvůli nějakým žebříčkům, které mi jsou vlastně šumafuk, k ničemu mi nejsou. Princip té hry je, aby ses zabavil. A bavit se je prostě strávit nějaký dobrý čas a myslím si, že od toho tady ty hry jsou.“

Výzva

Podle Uthera je výzva podstatou každé videohry. Zajímá mě, co tedy pro Uthera výzva znamená, v čem je pro něj tato zkušenost náročná. Uther zde uvádí prvek hecování, tedy skutečně výzvu chápe jako výzvu od nějakého vyzývatele. Tu nejčastěji vidí jako nějakou překážku, která se před ním objeví, kterou před něj postaví tvůrci hry a hráče tímto způsobem vyzívají. Záleží tedy na tom, co po něm zrovna videohra chce. Když výzvu překoná, dostaví se pocit satisfakce a úlevy, má z toho dobrý pocit. „*Máš tam nějaký levl, nějakou překážku – což je ta výzva, ten vývojář tě vyzve, abys to pokořil. Ten hráč potom tu výzvu přijme tím, že hraje tu hru, snaží se dokončit ten levl, překonat to. Podstatná část každé hry je asi nějaká výzva (...)* Záleží, co po tobě zrovna chtějí, to je jako s hecováním – něco jako hej, ty tohle neuděláš a ty z hecu ale jo, udělám! A prostě to pokoříš. Z toho je potom ten

dobrý pocit, jako u toho hecování. Když to uděláš a splníš to, povede se to, tak máš z toho dobrý pocit.“

Úspěch a neúspěch

V rámci Utherovy zkušenosti přichází úspěch nebo neúspěch většinou na konci hry než v průběhu hraní. Úspěchem je vyhrát, něco úspěšně splnit, porazit protivníka. Při výhře pociťuje také určitou úlevu. Dobrý pocit je podpořen také pochvalou, kterou může videohra hráči poskytnout. Neúspěch znamená naopak prohrát. Ovšem když se mu ve hře něco nepovede, tak se nic neděje, není to pro něj stresující. Je to jen hra. Pokud naopak vyhraje, tak si moc dobře uvědomuje pocit satisfakce, který v něm videohra vyvolá. *„Úspěch je na konci. Asi vyhrát. Během toho, co hraješ, tak asi není úplně možnost cítit ten úspěch. Jak ti to řekne, že jsi vyhrál, tak to je potom úspěšně splněný level nebo splněné kolo, poražený protivník nebo cokoliv, je to o tom, že vyhraješ. I ta tě hra pochválí, jako jo 7x jsi vyhrál, super haha. A samozřejmě to ti dá ten dobrý pocit (...) Když se něco nepodaří, tak se nic neděje, protože to není důležité.“*

Podobné pocity jsou u Uthera také v reálné zkušenosti – zde ovšem zdůrazňuje konsekvence svého jednání. Hra je prostě jen hra a většinou v ní o nic nejde. Není zde přímý důsledek, úspěch i neúspěch zůstávají uvnitř hry. Pro Uthera mají větší hodnotu v reálu, kde cítí, že jeho úsilí a nezdar má větší dopad a vliv na jeho život a prožívané emoce jsou silnější. *„No má to i nějaké konsekvence. Může to něco ovlivnit, když je to v reálu. Když máš výhru nebo úspěch, neúspěch ve hře, tak to většinou neovlivní nic. Je to uzavřené uvnitř toho světa té hry nebo té komunity herní (...) když vím, že je něco důležitější a podaří se ti to, ať je to úspěch nebo neúspěch, tak ty emoce budou ve větší míře než u té hry. Tím, že není podstatná, tak ty emoce tam budou utlumenější, budou trvat kratší dobu, taková chvilková radost, jako jo, dobrá práce, ale není to určitě v takové míře, jako když člověk dokončí nějakou práci v reálu, třeba film nebo obraz, to je úplně na jiném levelu. V reálu jsou prostě silnější ty emoce.“*

Sebedůvěra

Uther si většinou ve hře věří. Hru dobře zná a konec konců, kdyby si nevěřil, tak by ji nejspíše ani nehrál. Podobně to vnímá také v reálu – pociťuje určitou míru sebedůvěry, pokud ví, co dělá. *„Když bych tam šel s myšlenkou, že předem prohraju, tak to asi není úplně dobré (smích) Asi tam jdu s tím, že si věřím, že to asi půjde, že to dám. Kdybych to neměl, tak to ani nezapnu (...) V tom, co dělám, tak si věřím. Stejně jako*

ve hře – třeba bych si nevěřil v něčem, co jsem nikdy nehrál, tak bych si nevěřil v ničem, co jsem nikdy nedělal.“

Uther sám sebe v reálu vnímá poměrně dobře a svým schopnostem důvěřuje, nicméně i přesto se s vrstevníky v určité míře porovnává. Patrně se nejedná o přímou kompetitivnost, spíše o uvědomění si vlastních kvalit a kompetencí a jejich porovnávání mezi ostatními. *„Trochu jo. Není to takové to chci být lepší za každou cenu, protože každý má svoje nějaké kvality, ale když se třeba díváš na nějakou prezentaci od spolužáků nebo něco a řekneš zkus tam udělat tadyto nebo tadyto. Takhle si pak řekneš, že já bych to udělal třeba líp.“*

❖ **Herní editor**

Uther během rozhovoru konkrétně popisuje jeden případ, ve kterém na základě svého výkonu v herním prostředí pocíval větší míru sebedůvěry. Je zajímavé, že se nejednalo o prožití nějakého herního příběhu či kampaně, ale o kreativní proces tvorby herní mapy. Pracoval v herním editoru, který bývá dodáván společně s herním softwarem. Já i samotný respondent jsme váhali, zda se tato zkušenost vztahuje k videohře jako takové, protože můžeme říct, že spíše pracoval z té opačné strany, z vývojářské. *„Mě napadla jedna instance. Myslim tím Warcraft Editor. Na základě toho, že jsem udělal ty mapy do Warcraftu a mělo to úspěch v soutěži třeba, a je to řekněme kreativní proces, vytvořit tu mapu, nějaký level design, tak si víc věřím, když teď dělám nějaký game design. A vedlo mě to k tomu, že jsem taky měl potom znovu úspěch. Tak to mě asi ovlivnilo, že jsem si více věřil no.“*

9.6. Alex

Alex je 18letou studentkou gymnázia. S videohrami v podstatě vyrůstala, dostává se k nim vlivem svého staršího bratra, proto má k nim velmi pozitivní vztah. Představují pro ni většinou relax, nějaký čas pro sebe. Pro Alex je důležitý také nějaký všeobecný přehled, co se týče videoher. Zajímá se o nové tituly, herní konference apod, snaží se v tomto ohledu zůstat v obraze. *„Mám ráda hry, miluju hry, hraní i celou tu komunitu. Přejde mi, že tam jsou fajn lidi a je to prostě zajímavý médium. Mám to tak, že mě baví je hrát a taky se o ně i zajímat, jak vycházej třeba nový hry, nějaký trendy a takhle no.“*

Přestože Alex vnímá videohry převážně pozitivně, je si vědoma také negativních aspektů. Co se týče například závislosti na videohrách, nikoho takového ve svém okolí nemá, ale zmiňuje, že něco podobného pozorovala na sobě. *„Možná se dá říct, že jsem taky byla někdy závislá na nějaký hře, že jsem o ní hodně přemýšlela nebo mě tak vtáhla, že jsem*

přišla třeba ze školy a šla jsem prostě hrát a strávila jsem nad tím docela dost času. Může to být nebezpečný, to je jasný.“

Herní motivace

Alex cítí touhu jít si zahrát. Často je to po prožití náročného dne nebo při nechuti trávit čas nějakým jiným online způsobem, sledováním sociálních sítí nebo videí. Videohry jsou pro ni v tomto ohledu lépe stráveným časem. *„Mám takovej třeba náročnější den, kdy se mi nechce jenom bejt na počítači a dívat se na nějaký videa. Mi to přijde lepší si něco zahrát a něco dokončit, než třeba mrhat tím časem na instagramu (...) Mám prostě dny, že si řeknu ráno tyjo, fakt bych si něco zahrála! A většinou teda hraju večer, kdy budu mít klid na to.“*

Pro Alex je hlavní motivací tedy zabavit a odreagovat se. Zmiňuje ovšem také touhu poznat videohru, prožít herní příběh a dokončit ho, včetně achievementů. Ty jí ovšem v některých případech způsobují stres – snaží se, aby během hraní o nic nepřišla, o nějaký příběhový prvek nebo item. Důležitá je také volba postavy; chce si zvolit co nejefektivnějšího hrdinu, aby skloubila zábavu a překonání náročných překážek. *„Pro zábavu. Odreagovat se no. Nebo chci znát tu hru a pobavit se s ostatníma o ní, udělat si třeba vlastní názor (...) cíl je vždycky to dohrát do konce, aspoň pomyslnýho a sbírat nějaký achievementy, to mě celkem taky baví. Ale taky mě to víc stresuje někdy. Nedokážu si picknout postavu, jakou bych chtěla hrát, mám potřebu se podívat na internet a vygooglit si, která je nejlepší, je nejvíc efficient v nějaký tý věci. A s achievementama podobně, ze začátku si říkám tyjo tak teďka budu hrát už hodinu a co když tam missnu nějakou věc? V tý první hodině jsem nevěděla, že to tam je a pak bych to musela hrát vlastně úplně celý od znova. A nechceš se stresovat u hry, je to nepříjemný.“*

Alex v některých momentech hraje také určité videohry znovu. Nejčastěji kvůli příběhu a postavám, chce si je připomenout nebo se snaží o kompletní dokončení hry, posbírat zbylé achievementy. *„Anebo hraju třeba nějaký hry znova, že si to chci třeba osvěžit nebo posbírat nějaký achievementy a tak.“*

I když Alex hraje také akčnější hry, preferuje většinou odpočinkové, klidné volnější hraní. Podle ní má v těchto méně akčnějších videohrách více prostoru přemýšlet a často jsou pro ni tyto hry příjemnější také po grafické stránce, tedy stylisticky. *„Spíš vezmu tu klidnou. I Minecraft jsem vždycky hrála na peaceful mód, že tam nebyli žádní zombíci a tak (smích). Asi bych i očekávala, že ta klidnější bude mít hezčí grafiku, nějakou zajímavější, víc artovou – to mě taky celkem baví na těch hrách, že je každá jiná. A je tam i víc jako prostoru na nějaký přemýšlení možná.“*

Alex při hraní nejvíce dělá radost sbírání itemů a zkrášlování, budování vlastního světa. Dále uvádí proces automatizace, vidíme tedy určitou potřebu zajímavých herních mechanik. Opět zmiňuje také achievements – ty jí dělají radost, když je úspěšně posbírání, zvládne je splnit. Cítí se dobře také v případě, že se jí podaří dokončit nějakou dobrou videohru. *„Miluju lootovat věci (smích) pamatuju si, že u toho Minecraftu mě bavilo těžit ty suroviny a ani jsem si z toho vlastně nic nevyrobila (...) pak nějaká automatizace, to mě taky dost bavilo. Když jsem si zautomatizovala ty věci v tý bejsce, v nějakým tom mým hlavním domečku (...) Achievements, i když prostě mě stresujou a nutěj mě, že si je musím hledat, tak je to takovej ten dobrej pocit, ty endorfiny, že člověk něco zvládnul. Obzvlášť, když to je nějakej těžkej, to je, jak kdyby přišel ten táta a poplácal tě po rameni jako hej tys to zvládnul (smích). To je fajn. Anebo dokončit fakt nějakou dobrou hru. To je taky dobrej pocit rozhodně.“*

Achievements pro Alex představují nějakou prestiž, jsou pro ni důležité, někdy až v negativním smyslu. Důležitý je pro ni také příběh (*lore*), často se u Alex stává, že ji videohra v tomto kontextu přesáhne a začne se o ni zajímat i mimo prostředí videohry. *„Pro mě jsou důležitý ty achievements, to je taková prestiž trošku, možná se vytáhnout před kamarádama jakože hele podívej, já tady mám jako posbíraný všechny (...) Když to je zajímavá hra a baví mě i ten lore, tak jsem schopná si i přečíst knížku o tom nebo máme celkem dost artbooků s bráchou.“*

Alex také používá hry k pomyslnému vypnutí, nemusí se soustředit na realitu, může zcela přemýšlet pouze nad videohrou. Vidíme tedy určitý mechanismus eskapismu, ovšem Alex popisuje, že si nezapíná hru za účelem zlepšení nálady. Jedná se spíše o odreagování, psychický odpočinek. *„Není to pro mě takovej ventilátor. Pro mě jsou ty hry spíš, že jako vypnu, přemejšlím nad tou hrou a nepřemejšlím nad tím reálným životem. Chvilku se prostě soustředím na něco jinýho. No, je to takový únik od tý reality, ale nenapadlo by mě, že jako jsem smutná, oukej jdu si zahrát, to rozhodně ne. Nebo nechápu lidi, co říkaj, že si tam vybíjej vztek v tý hře.“*

Výzva

Alex považuje hraní videoher za výzvu. Má ráda hry, na které se musí soustředit, ve kterých se od ní něco očekává. Výzvu vidí zejména v sebezdokonalování, naučit se nějakou herní mechaniku a nepřestávat se ji učit, pracovat na sobě i přesto, že ji dovedla k dokonalosti. Je ráda, když může svůj pokrok vidět prostřednictvím hry – což pozoruje také ve stavu flow. Dosáhnout ve videohře mistrovství je pro ni odměnou. *„Že to od člověka něco*

chce, musí se soustředit, naučit se tu hru dobře. Crafting třeba nebo jiný mechaniky zajímavý, tak to mě baví. (v Dark Souls) Ze začátku jsem zasekávala a podruhé jsem to prošla fakt dobře, tak z toho jsem měla vždycky radost, když člověk vidí, že se může posouvat, to je supr. To samý u těch Dead Cells (...) člověk pak postupně šplhá někam, až se dostane do té flow. A i když jsem si celkem jistá, že hraju dobře, tak pořád vím, že dělám spoustu chyb a mám se co učit, třeba co mám pickovat za věci. Jak se to člověk naučí, tak je to taková odměna.“

Úspěch a neúspěch

Ve videohrách je pro Alex úspěchem zvládnutí překážky, dohrání hry. Cítí úspěch, když odvedla dobrou práci. Za úspěch považuje také achievementy. Zajímavé je, že úspěch nejvíce prožívá v týmových situacích, kdy může tento pocit s někým sdílet; u singleplayeru je pro ni tento prožitek více intimní. *„Mám radost! Prostě dobře odvedená práce, něco člověk zvládnul dodělat. Achievementy, žejo achieve, takže něčeho dosáhneš. I v tý konzoli to je vidět, že se můžeš zpětně podívat (...) v tom singlu to je spíš vnitřní, jako pro mě. Když hrajem společně s někým, tak to je mnohem lepší zážitek. Že nejenom já, ale i on má z toho radost, tak to mě vždycky těší. Když jsem hrála s bráchou něco, tak to i upevnilo náš vztah sourozenejckej. Jsme hráli celkem dost her společně vždycky a měli jsme z toho radost, že jsme to zvládli.“*

V reálných situacích prožívá pocit úspěchu podobně. Ovšem uvádí, že sama jej pocítuje méně, má na sebe vysoké nároky. Opět ho ráda prožívá s ostatními, ráda jej s nimi sdílí, oceňuje týmové úspěchy a úspěchy ostatních. Znovu také popisuje proces učení, v některých věcech stále vnímá prostor pro zlepšení, který je na druhou stranu také stresující. Má občas obavu, zda se to povede i příště, což u videoher tolik nevnímá. *„Jsem člověk, co na sebe má takovej bič a vysoký nároky, pořád tam je v hlavě takovej ten no ale mohlo to bejt lepší třeba (smích). Já tam prostě vidím chyby. Na jednu stranu je to fajn, je to dobrý, že se člověk může pořád učit, ale je to takovej stres zároveň. Dobrý, teď se mi to třeba povedlo, ale co když se mi to příště nepovede? To u tý hry není, tam to dohraješ nebo získáš ten achievement a to už ti nikdo nesebere.“*

Neúspěch Alex většinou vnímá, když se nemůže ve hře dostat dál, nemůže něco vyřešit a překonat překážku. Často se stává, že neúspěch nechá uležet, a přestože pocítuje obavy, zda to zvládne, cítí výhodu v tom, že daný postup může vyzkoušet vícekrát, nevnímá žádnou časovou tíseň. Při herním neúspěchu se cítí frustrovaná, přemýšlí také nad tím, jestli to je chyba videohry nebo jí samotné – například z nepozornosti, nevyšimla si nějaké

mechaniky apod. Nevidí to ovšem příliš negativně, je to pouze ve hře, nikdo jiný o tomto neúspěchu neví. „*Neúspěch je, když se někde zaseknu, něco musím opakovat nebo mě nenapadlo to řešení toho problému, nejde mi to (...) Když se mám vrátit k tý hře, tak si to moc dobře pamatuju, jako hej tak teď mi to nešlo, tak mám možná takový obavy lehký. Třeba nad nějakýma věcmi přemýšlím úplně jinak než ti vývojáři, tak řeším, jestli jsem udělala něco já špatně nebo ta hra, něčeho si nevšímnu, nějaký mechaniky a pochopím to až za hrozně dlouho. Spíš si to možná trošku vyčítám. Ale říkám si, že je to jenom hra a nikdo jiný to nevidí, takže je to v pohodě (smích).*“

V reálu u neúspěchu vnímá nejvíce časovou tíseň, nemůže ho jen tak nechat být jako je tomu ve videohře, obzvláště pokud se jich sejde víc. Také se jí k nim oproti videohrám hůře vrací, nechce se jí do nich. V reálu si také častěji řekne o pomoc – zde je velmi zajímavé, že ve videohrách se snaží neúspěch zvládnout sama, nechce, aby jí někdo pomáhal. „*Ten nemůžu nechat rok stát (smích) je to trošku demoralizující, hlavně když je jich hodně za sebou. Do toho se mi úplně nechce vracet, to nakopnutí mi hrozně dlouho trvá, ale tam si už řeknu o tu pomoc rozhodně. Víím, že to není nic špatnýho si říct o pomoc, ale v těch hrách jsem víc sólo, sama za sebe. Jsem až nerada, aby mi do toho někdo šahal, že to chci celý zahrát sama. Možná bych měla i špatnej pocit že tohle jsem nehrála já tuhle část, ale někdo jinej.*“

Sebedůvěra

Alex si při hraní věří, nejspíše by nehrála dál, kdyby neměla tento pocit sebedůvěry. Uvádí, že tento pocit je ovšem proměnlivý – je více nervózní například v multiplayeru, při kompetitivní hře. Když se jí něco nepovede nebo se nedokáže dostat přes určitou překážku. Pokud se jí něco podaří dobře, tak tento úspěch patrně ovlivní její sebevědomí. „*Asi jo, jinak bych nehrála dál. Pokaždý, když se člověku něco nepovede nebo nemůže se dostat přes nějaký problém, tak mu spadne to věření (...) Jak hraju s někým, tak jsem i třeba nervózní, abych to nepokazila tomu týmu, když to je nějaký víc kompetitivní. Ale většinou si to užívám, takže si věřím. A samozřejmě mám radost, když se mi povede něco líp než ostatním žejo, to je i takový jako hele já jsem holka a taky dokážu prostě hrát a je to super.*“

V rámci herní zkušenosti Alex uvádí velmi zajímavý rozdíl v míře sebedůvěry a sebevědomí. Cítí, že si více důvěřuje, když o videohrách může s někým mluvit, může ukázat její přehled. V samotné hře pak více záleží na jejím typu a žánru. I samotná myšlenka hraní určité videohry byla pro Alex v některých situacích stresující. Velmi jí dělá radost,

když má šanci dokázat svoje kompetence, že jí to ve videohře jde. „*Určitě když o nich mluvím, tak si věřím mnohem víc, než když je hraju, protože mě fakt bavěj a myslím si, že mám i dost dobrej přehled. Když hraju, tak je to asi horší a záleží co, nějaký hry mám jako dobře uchopený nebo je umím. Třeba když někomu ukážu že hele jde mi to, mám z toho radost (...) závodní mi nejdu a když jsme někde hráli společně, tak jsem z toho byla ve stresu, že někdo bude jako ježiš, tak tobě to vůbec nejde, ty to nehraj, i z toho LoLka, protože jsem to brala, že to je hrozně těžký, je to i e-sport vlastně, ty lidi musej hrát hrozně dlouho, tak jsem byla taková jako tyjo, nikdy jsem pořádně nehrála kompetitivní hry, půjde mi to vůbec? A jde mi to.“*

V reálné zkušenosti Alex pociťuje, že působí sebevědomě, slýchá to i od ostatních. Ovšem sama se tak necítí a často o sobě pochybuje a uvědomuje si, že si více věří v herním prostředí než v tom reálném. „*Vím, že teďka o mě lidi říkaj, že vypadám hrozně sebevědomě a že tak i působím, ale já si teda tak nepřijdu rozhodně (...) jakmile mě někdo opraví, tak se rychle stáhnou a jsem taková ok tak jo, tak to jsem asi říkat neměla a hrozně mi to klesne nějaký to sebevědomí hnedka jako instantně. Takže v těch hrách jsem víc jako asi sebevědomá.“*

Alex se v rámci hraní srovnává spíše po zkušenostní a přehledové stránce. Jaké videohry kdo hraje, co si o nich myslí apod. Neřeší tolik nějakou herní úroveň. V reálu to vnímá ovšem jinak. Stále má pocit, že má oproti ostatním co dohánět, což je patrně dáno i jejími vysokými nároky. „*Jako řeknu si tyjo tak todle bych nezahrála tak dobře nebo todle bych udělala líp. Ale spíš se srovnávám ne jako skill based, ale co třeba fakt hráli, jestli hráli hodně her nebo málo. Zeptám se, co si myslí o týdle hře a oni to neznaj třeba. Tak s nima si nemám co říct ohledně těch her (...) (v reálu) to je úplně opak. Snažím se s tím nějak jako pracovat, ale přijdu si, že pořád mám jako co dohánět oproti ostatním no.“*

9.7. Společná interpretace dat

V předchozích podkapitolách jsme si rozebrali individuální herní zkušenosti našich respondentů. Nyní se podíváme na konkrétní prožitky a paralely, které mezi těmito jednotlivými zkušenostmi jsou. Vynořující se kategorie, které jsme zaznamenali u probandů, znázorňuje následující tabulka. V případě, že se určitá kategorie týkala daného respondenta, bude jeho políčko označeno symbolem „X“.

Kategorie	Respondenti					
	Geralt	Rocket	Mary	Solaire	Uther	Alex
Příběh	X	X		X		X
Prozkoumávání světa	X		X	X		X
Zábava	X	X	X	X	X	X
Achievementy	X			X		X
Psychická regulace	X	X	X	X	X	X
Překonání překážek	X	X	X	X	X	X
Zlepšení schopností	X	X	X	X	X	X
Mistrovství hry	X		X	X	X	X
Splnění výzvy	X	X	X	X	X	X
„Je to jen hra“	X	X	X	X	X	X
Možnost opakování	X	X	X	X	X	X
Poučení z neúspěchu	X	X	X	X		X
Seberozvoj	X	X		X	X	X
Důležitost herní zkušenosti	X	X	X	X	X	X
Vydařený výkon	X		X	X	X	X

Tabulka 2 – Přehled zaznamenaných kategorií

Z tabulky vidíme, že všichni probandi vnímají svou herní zkušenost jako důležitou. Videohry se v určité míře nějakými mechanismy na jejich psychickém i fyzickém fungování skutečně podílí. Všichni respondenti využívají videohry k určité psychické regulaci – od prosté zábavy po odpočinek až ke snížení stresového napětí. Zároveň je vidět, že pro naše hráče je důležité prožívat při hraní určitou výzvu.

Jejich cílem je překonat nějakou překážku, která jim brání v dosažení úspěchu. Často se jedná o poměrně náročný úkol, proto se musí vypořádat také s neúspěchem. Ten je ovšem velmi zřídka problematický, nepředstavuje pro naše hráče reálnou hrozbu, mohou ho totiž

v herním prostředí bezpečně prožít, a to neomezeně. Proto věří, že jsou schopni posílit své herní schopnosti a úspěchu dosáhnout.

Identifikovali jsme celkem 15 vynořujících se kategorií – 8 hlavních, které se vyskytovaly napříč celým výzkumným souborem a 7 dílčích, které byly stěžejní pouze u části výzkumného souboru. K hlavním kategoriím patří zábava, psychická regulace, překonání překážek, zlepšení schopností, splnění výzvy, „je to jen hra“, možnost opakování a důležitost herní zkušenosti. K vedlejším kategoriím řadíme příběh, prozkoumávání světa, achievements, mistrovství hry, poučení z neúspěchu, seberozvoj a vydařený výkon.

Na základě výsledných kategorií můžeme patrně interpretovat také možnou hráčskou skupinu, do které jednotliví probandi mohou patřit. Ovšem hranice mezi těmito skupinami bývá mnohdy velmi neostrá.

První skupinu našich participantů bychom mohli zařadit do kategorie tzv. *hardcore gamers*, tedy vážných hráčů – snaží se většinou videohru kompletně dokončit, tedy projít celým herním příběhem, navštívit všechny herní lokace, posbírat všechny achievements i za cenu vysoké časové náročnosti. Druhou část souboru bychom mohli označit za *casual gamers*, ležerní hráče, kteří vidí hraní více jako odpočinek a relax, nejsou motivováni k tomu, aby věnovali videohře tolik úsilí a času. Pro obě skupiny ovšem videohry představují formu zábavy a je pro ně důležitá také náročnost a výzva, chtějí mít při hraní určitý cíl, chtějí něčeho dosáhnout – jinak by pro ně hraní nemělo smysl. Zároveň vidíme, že vnímaná náročnost a výzva se patrně odvíjí také od typu a žánru videohry.

9.8. Odpovědi na výzkumné otázky

V následující podkapitole se na základě interpretace dat pokusíme odpovědět na naše výzkumné otázky.

VO1: Používají hráči videohry jako prostředek pro posílení vlastního self-efficacy a sebehodnocení?

Herní zkušenost našich respondentů byla poměrně rozmanitá. Úspěch v herním prostředí u hráčů vzbuzuje pozitivní emoce a pocit dobře odvedené práce, což bývá mnohdy podpořeno také určitou odměnou či pochvalou získanou ve hře samotné.

Hráči se při zdolávání překážek cítí dobře, pociťují radost a při opakované výhře mají pocit, že jim jde hraní samo – dostávají se často také do stavu flow. Cítí, že mají určité kompetence k tomu, aby herní výzvu porazili a věří si. Někteří hráči si dokonce věří v herním prostředí více než v reálných situacích – ve hře se cítí uvolněnější, mají větší

svobodu, mohou více riskovat, patrně také díky absenci konsekvencí plynoucích z neúspěchu. Často se také rádi chlubí svým dosaženým úspěchem ve formě achievementů a trofejí nebo předvedením svého herního výkonu před dalšími hráči.

Naši respondenti se ve hře zlepšují, učí se novým herním mechanikám a postupům a posouvají se k dosažení mistrovství. Mnohdy i vnímají, že jim některé herní mechaniky dodávají určitou výhodu v reálných situacích, nejčastěji v oblastech kreativity či logického myšlení. I samotní hráči tedy na sobě pociťují určitý vliv tohoto média, cítí, že hraním získali určité kvality.

Většina z nich ovšem nevyhledává videohry za účelem získání určitých dovedností, které jim mohou pomoci při zvládnutí konkrétní překážky v reálu, alespoň ne vědomě. Nemůžeme proto s jistotou tvrdit, že u těchto jedinců dochází k posílení těchto dvou faktorů výhradně vlivem videoher, přestože vidíme, že videohry nejspíše mají na tyto koncepty self-efficacy a sebehodnocení vliv.

VO2: Využívají hráči videohry k regulaci psychické zátěže?

Prakticky u všech rozhovorů se ve výpovědích vyskytovalo téma psychické regulace. Hraní videoher představuje pro všechny účastníky výzkumu určitou formu odpočinku a odreagování. Její míra a podoba ovšem závisela na konkrétní zkušenosti respondenta.

Většinou se ovšem nejednalo o přímou regulaci emocí ve smyslu snahy o změnu pociťované nálady, rozveselit se pomocí videohry. Respondenti se spíše snažili přenést svoji pozornost od reálných myšlenek a tíhy každodenního života do prostoru herního světa, kde na ně mohli na chvíli zapomenout a být na nějaký čas někým jiným, odpočinout si také od vlastního já.

Objevovala se také tematika úniku a eskapismu. Respondenti si uvědomovali, že v jistém smyslu před realitou unikají a vyhýbají se nepříjemným povinnostem. Narazili jsme také na motiv prokrastinace, ovšem u nikoho z respondentů se tato témata nejevila jako problematická.

VO3: Dochází hraním videoher u hráčů ke kompenzaci neúspěchu prožitého v reálných situacích?

Pro naše hráče je neúspěch v herních situacích snesitelnější než v reálném prostředí. Napomáhá tomu fakt, že videohra je skutečně pouze hra, při jejím hraní o nic nejde, neexistují žádné reálné konsekvence jejich jednání a chování.

Ve hře neexistuje časová tíseň, na pokoření neúspěchu a překážek mají neomezené množství pokusů a času, což také patrně napomáhá posílit jejich sebevědomí a důvěru ve své schopnosti a dovednosti. Věří, že ve hře jdou překážky zvládnout, videohry jsou vytvořeny k tomu, aby je mohl člověk dohrát, tudíž musí existovat nějaký postup, díky kterému mohou hráči dosáhnout úspěchu.

Přestože naši respondenti uvedli, že prožitek neúspěchu je ve hře nikterak nestresuje a většinou jim nedělá problém se s ním vypořádat, nejspíše zde tento mechanismus zvládnutí herního neúspěchu neplní určitou kompenzační funkci při frustraci z reálných překážek.

VO4: Dochází u hráčů videoher, ve kterých vidí výzvu, k posílení sebedůvěry?

Koncept výzvy je pro naše respondenty nejspíše nejvíce individuální. Spojuje je ovšem jeden faktor, kterým je překonání překážky. Téměř každý hráč uvedl, že ve videohře prožívá výzvu, která je pro něj v určité míře náročná – i přesto, že může upřednostňovat spíše klidnější videohry oproti akčnějším.

Hráči mají před sebou určitý cíl, který se během hraní snaží splnit. Tyto cíle mohou být podobně rozmanité a rozdílné jako výzva, nicméně aby hráči do jejich cíle došli, musí danou výzvu splnit – a často vícekrát.

Pokud mají respondenti videohru dobře uchopenou, zvládají ji a jsou si jistí ve svých schopnostech, dostávají čím dál těžší výzvy. Tento mechanismus většinou hráči vnímají, jsou si vědomi toho, že mají určité kompetence, které třeba před hraním videohry neměli nebo které se během hraní zdokonalují. Hra je mnohdy také za jejich výkon „pochváli“. Můžeme tedy tvrdit, že u těchto jedinců existuje potenciál k pozitivnímu ovlivnění jejich sebedůvěry.

VO5: Závísí tato výzva a potenciál pro zvýšení self-efficacy na typu videohry?

Samotní respondenti několikrát uváděli, že jejich herní zkušenost závisí na typu hry. Napříč našim výzkumem se objevilo mnoho herních žánrů a typů. Ve všech videohrách, které naši hráči uvedli ovšem dominovala touha překonat překážku a dojít do pomyslného cíle, přestože se mnohdy jednalo o hry z kompletně opačných konců spektra – jako příklad můžeme uvést Dark Souls a Minecraft, dvě naprosto rozdílné herní zkušenosti, které přesto něco spojuje. Lze proto tvrdit, že různé typy videoher mohou mít rozdílné mechanismy účinku, které potenciálně ovlivňují jedincovu míru self-efficacy.

10 Diskuse

V této kapitole si blíže rozebereme výsledky analýzy dat, podíváme se na jejich možný přínos a porovnáme je s vybranými poznatky z aktuálních výzkumů. Dále se zaměříme na možné nedostatky a limity, které se v průběhu diplomové práce objevily, a nakonec se pokusíme navrhnout doporučení a další možnosti výzkumu uvedené problematiky.

Cílem výzkumu bylo prozkoumat vliv videoher na psychiku hráče a jeho self-efficacy a sebehodnocení. To, že videohry mohou jedincovo prožívání a chování ovlivňovat zmiňují již Cudo et al. (2019) či Park (2018). Zde se ovšem jednalo o potencionální negativní herní působení.

Ve výzkumu se nám podařilo zmapovat a hlouběji porozumět hráčské zkušenosti respondentů. Z výsledků analýzy je patrné, že hraní videoher tyto aspekty v určité míře ovlivňuje i pozitivně, což bychom mohli označit za jeden z hlavních přínosů našeho zkoumání. U respondentů jsme odhalili celkem 15 vynořujících-se kategorií. 8 hlavních se vyskytovalo napříč celým výzkumným souborem, řadíme k nim zábavu, psychickou regulaci, překonání překážek, zlepšení schopností, splnění výzvy, „je to jen hra“, možnost opakování a důležitost herní zkušenosti. Zbylých 7 dílčích bylo stěžejních pouze u části výzkumného souboru. K nim patří příběh, prozkoumávání světa, achievementy, mistrovství hry, poučení z neúspěchu, seberozvoj a vydařený výkon.

V rámci psychické regulace se jedná o potřebu odpočinku a odreagování, o formu zábavy a relaxu. Někteří respondenti uvedli také potřebu redukce napětí, tedy určitou přímou formu regulace psychické zátěže při nadměrném stresu. V tomto kontextu naše zjištění podporují studie Villaniho et al. (2018) a Pallaviciniho et al. (2021).

Ve vztahu videoher k hráčově vnímanému self-efficacy a sebehodnocení hraje ústřední roli prožitek výzvy, překonání určité překážky. Patrně zde tento vliv ovlivňuje pocit prožitého úspěchu a neúspěchu. Překonání výzvy vnímají jako dobrý výkon a často dostanou v rámci videohry také odměnu či pochvalu. Někteří naši hráči tuto odměnu viděli ve formě dokončení celé hry, tedy v posbírání všech achievementů, objevování tajných míst a lokací či nalezení easter eggů. Tyto herní předměty od hráčů často vyžadují spoustu úsilí a času, není proto divu, že je vnímají jako trofej a úspěch. Pozitivní vliv těchto odměnových herních systému podobně popisují také Cruz et al. (2017) či Sibilla et al. (2021).

Neúspěch mohou hráči díky hernímu prostředí prožít bez velkých obav a konsekvencí na jejich reálný život, což respondenti napříč výzkumným souborem vnímali velmi pozitivně – nejspíše ovšem nevyužívají tento proces vědomě ke kompenzaci frustrace

z neúspěchu v reálném životě. Hráči ovšem u videohry zůstávají i přesto, že při hraní opakovaně zažívají selhání. Zde můžeme patrně vidět souvislost s paradoxem neúspěchu, který zmiňuje Juul (2013).

Právě kvůli této možnosti prožít selhání a zklamání v bezpečném prostředí videohry mohou hráči zdokonalovat své schopnosti a dovednosti, dosáhnout větší sebedůvěry a zvládnout tak jejich výzvu. K tomu patrně napomáhá také neomezený počet opakování, kdy si hráči mohou beztrestně vyzkoušet několik různých cest a postupů, aniž by pocíťovali úzkost z toho, zda budou úspěšní či nikoliv. Podobnou snahu identifikovat vztah herního výkonu a chování na hráčovo sebehodnocení vidíme také u Pereira Santos et al. (2017), nicméně autoři v této problematice nešli do takové hloubky.

Zmíněné žité zkušenosti se u respondentů opakovaly i přesto, že hráli různé žánry a typy videoher, proto lze tvrdit, že tento mechanismus ovlivnění jedincovy psychiky závisí v určité míře také na konkrétním typu videohry, což ve svých výzkumech demonstrovali již Adachi & Willoughby (2013; 2017). Někteří jedinci na sobě také zaznamenali přenos takto získaných schopností do reálných situací, jednalo se nejčastěji o podpoření kreativního a logického myšlení, motorické koordinace, paměti a orientace v prostoru, což ve své práci zmiňují také Quwaidar et al. (2019). Nemůžeme ovšem tvrdit, že na tomto zdokonalení a potencionálnímu zvýšení vnímané míry self-efficacy a sebehodnocení mají videohry marginální podíl, spíše se zde na hráčově ovlivnění podílí jako jeden z faktorů.

V současnosti je hraní videoher vnímáno spíše negativně, velké množství výzkumného bádání se věnuje problematickému hraní a závislostem, přičemž pozitivní aspekty jako psychická regulace či posílení sebedůvěry, seberozvoj a sebezdokonalování bývají opomenuty – což nás přivádí k jedné z překážek při psaní této diplomové práce, a to je nemožnost dostatečného srovnání s podobnými výzkumnými studiemi a nepoměr výzkumného zájmu odborné veřejnosti. Podobné stanovisko zaujímají například Adachi & Willoughby (2017), kteří tuto absenci zájmu o pozitivní vlivy videoher popisují ve své studii. I přes veškerou snahu jsme nemohli při rešerši nalézt dostatek studií, které by se zabývaly podobnou tematikou vztahu videoher k self-efficacy a sebehodnocení. Pozitivní je ovšem fakt, že je tato tematika začíná být aktivně zkoumána, což dokazuje například výzkum autorů Santos et al. (2021). V tomto výzkumu se nicméně jedná o velmi specifický typ a žánr videoher.

Z hlediska průběhu výzkumu a jeho rizik je zde například významný vliv výzkumné osoby, který je také potřeba reflektovat. Přestože jsme před začátkem analýzy dat provedli sebereflexi, nemůžeme tento případný vliv vlastní zkušenosti autora práce na její výsledky

opomenout. Dalším rizikem mohla v tomto ohledu být i nedostatek zkušeností výzkumníka, jelikož se jednalo o první rozsáhlejší setkání s kvalitativním výzkumem, což se mohlo odrazit například ve struktuře interview či tvorbě otázek, které vycházely z předem stanovených okruhů. Ty byly sestaveny na základě vlastní zkušenosti autora práce a zkušeností jiných hráčů z blízkého okolí. Nicméně naše společná zkušenost nám poskytovala také určité výhody, především v navázání kontaktu s respondenty a ve výsledku to pro obě strany byla příjemná a cenná příležitost. Zmíněné potencionální negativní vlivy se autor snažil eliminovat díky čerpání informací z odborné literatury a konzultací s vedoucím diplomové práce.

Roli mohla hrát také samotná charakteristika výzkumného souboru. I když jsme oslovili vícero účastníků, do výzkumu se jich bylo ochotných zapojit pouze 6, což také mohlo být limitem naší studie. Pro další výzkumná snažení bychom doporučili větší výzkumný soubor – například rozšířením věkového rozsahu respondentů nebo bližší specifikace konkrétního typu či žánru videoher.

I přes relativně menší soubor zde bylo také riziko vysoké variability výpovědí – videohry jsou velmi rozmanitým médiem, existují stovky herních typů a žánrů, proto jsme místy zaznamenali širokou individualitu herní zkušenosti respondentů, což mohlo být také podpořeno vlastnostmi kvalitativního výzkumného designu.

Dalším možným rizikem výzkumu mohlo být online prostředí interview. I přes veškerou snahu výzkumné osoby i respondentů se nám nepodařilo z časových důvodů rozhovory uskutečnit osobně face to face a museli jsme využít různých online platforem. V tomto ohledu nám situaci neusnadnily ani všemožná opatření probíhající během coronavirové pandemie. Přestože se nám v úvodu interview podařilo navodit přátelskou a příjemnou atmosféru, byla na respondentech znát určitá nervozita a ostych. Interview byla také poměrně dost náročná, téměř ve všech případech jsme přesáhli náš předpokládaný čas a na některých respondentech byla v závěru rozhovoru únava poznat. Zůstává otázkou, zda bychom mohli s našimi účastníky pracovat v „běžném“ prostředí lépe a nakolik by tato změna ovlivnila jejich odpovědi.

Podařilo se nám poznat a identifikovat 6 individuálních hráčských zkušeností. Přestože nemůžeme naše výsledky z podstaty kvalitativního výzkumu zobecnit na běžnou populaci, mohou v určité míře ukázat také opačné spektrum vlivu videoher, což vidíme jako jeden z největších přínosů naší diplomové práce.

Dalším doporučením by mohlo být longitudinální šetření. Budoucí výzkum by se mohl věnovat například pouze multiplayer videohram nebo by se mohl zaměřit na jeden z širších

videoherních žánrů jako open world RPG, kde je větší možnost zkoumat tento vliv z dlouhodobého hlediska a dosáhnout skutečného hloubkového porozumění hráčské zkušenosti, na základě čehož lze lépe vysvětlit a popsat všechny možné vlivy, které by tato videoherní zkušenost mohla na jedincovo prožívání a chování mít.

Zajímavé by mohlo být například kvantitativní zpracování této problematiky, například přes formu dotazníkového šetření nebo případně i smíšenou formu designu, kde bychom použili kombinaci výhod velkého množství dat z kvantitativních metod a hloubkového porozumění kvalitativního výzkumu.

11 Závěry

Účelem této diplomové práce bylo prozkoumat možné pozitivní vlivy videoher na psychické prožívání jedince, konkrétně zjistit, zda hráči využívají videohry k psychické regulaci a zda hráčova herní zkušenost působí na jeho vnímané self-efficacy a sebehodnocení. Data jsme získali prostřednictvím polostrukturovaného interview a následná interpretace dat byla provedena pomocí interpretativní fenomenologické analýzy. Tímto způsobem práce jsme odhalili celkem 15 vynořujících se kategorií. Následujících 8 kategorií se promítlo u všech respondentů z našeho souboru: zábava, psychická regulace, překonání překážek, zlepšení schopností, splnění výzvy, „je to jen hra“, možnost opakování a důležitost herní zkušenosti. Na základě naší analýzy jsme stanovili tyto závěry:

- Hráči využívají videohry jako prostředek pro regulaci své psychické vyčerpání. Nejčastěji jde o formu odreagování, zábavu a přímé snížení psychického napětí.
- Hráči během hraní videoher pociťují výzvu, nejčastěji ve formě překonání překážek. Na základě překonání této výzvy dochází k prožití pocitu úspěchu.
- Důležitým aspektem výzvy je také sbírání achievementů a prozkoumávání světa, konkrétně tedy u skupiny vážných hráčů (*hardcore gamers*).
- Pokud se videohra stane příliš jednoduchou, tak si někteří hráči vytváří výzvy vlastní. Patrně proto, aby opět pocítili kýžený pocit úspěchu. Náročnost případně zvyšuje také samotná videohra.
- Ve virtuálním prostředí videohry mohou hráči bezpečně a opakovaně prožít vlastní selhání. Neúspěch je pro ně jednodušší a díky mnohonásobné možnosti zkusit několik dalších postupů k překonání překážky. Tímto způsobem také hráči zdokonalují své schopnosti.
- Díky prožití úspěchu ve hře dochází k podpoře hráčovy sebedůvěry a kompetencí. Toto posílení ovlivňuje také konkrétní videohra, která hráče při zdolání výzvy často pochválí nebo jinak odmění.
- Tento potenciál pro vytvoření výzvy a potenciální podpory hráčovy self-efficacy a sebehodnocení závisí na typu videohry.
- Někteří jedinci také pociťují přenesení určitých dovedností z herního prostředí do reálných situací.

12 Souhrn

Tématem bakalářské diplomové práce je vliv videoher na self-efficacy a sebehodnocení adolescentů. Náš výzkumný soubor tvořilo celkem 6 respondentů ze skupiny adolescentů ve věkovém rozmezí 15-20 let, kteří využívali hraní videoher jako svoji volnočasovou aktivitu.

V teoretické části se věnujeme konceptům self-efficacy a sebehodnocení, videohrám, hráčské motivaci a typologiím hráčů. V první kapitole stručně charakterizujeme základní myšlenky konstruktů self-efficacy, jeho vymezení, možné zdroje a na závěr kapitoly zmiňujeme také Bandurův pojem aktérství. Druhá kapitola se týká především videoher. Nejprve čtenáře seznamujeme s jejich obecným vymezením a dále pak prozkoumáme některá nejčastější dělení, žánry a typy videoher. Následující kapitola pojednává o motivačních aspektech hraní videoher. V průběhu třetí kapitoly představujeme některé nejčastější motivační fenomény a pokoušíme se je zasadit do herního kontextu. Další kapitola pojednává o typologiích hráčů. Většina z těchto hráčských modelů vzniká v závislosti na jedincově herní motivaci, konkrétně zmiňujeme a popisujeme tři nejvýznamnější typologie.

V závěru teoretické části popisujeme některé vybrané negativní a pozitivní aspekty hraní videoher. V úvodu kapitoly stručně popisujeme nejčastější negativní tematiku, která je s videohrami spojena a dále se pokoušíme vlivy videoher zasadit do kontextu dosavadního výzkumného bádání.

Výzkumná část v úvodu čtenáře seznamuje s výzkumným problémem, s jeho cíli a z nich plynoucími výzkumnými otázkami. Vymezili jsme si celkem dva výzkumné cíle. Prvním z nich bylo porozumět herní zkušenosti a prožívání našich respondentů. Snažili jsme se identifikovat fenomény, které jsou pro jedince při hraní nejdůležitější. Dalším cílem bylo prozkoumat vztah této zkušenosti na jedincovo self-efficacy a sebehodnocení. Pátrali jsme po tom, zda takový vztah u jedinců vůbec existuje a nakolik se odráží v jejich reálné zkušenosti.

Vzhledem k výzkumnému problému a cílům jsme se rozhodli pro kvalitativní design, konkrétně jsme vybrali více případovou studii a interpretativní fenomenologickou analýzu. Respondenty jsme vybírali na základě kombinace příležitostného výběru a prostého záměrného výběru. Náš výzkumný soubor čítal celkem 6 účastníků. Před samotným sběrem dat jsme provedli také pilotní interview. Data jsme od participantů získali pomocí metody polostrukturovaného interview. Všechna interview proběhla z důvodu časové vytiženosti

online prostřednictvím různých platforem (Skype, Discord, ...). Náš rozhovor byl pro potřeby analýzy nahráván, s čímž jsme naše účastníky v úvodu interview patřičně seznámili. Pro pořízení audionahrávky jsme využili nahrávací software v počítači a zároveň v telefonu. Následná transkripce probíhala pomocí online platformy Transcribe by Wreally v programu Microsoft Word.

Protože je toto téma diplomové práce blízké i jejímu autorovi, provedli jsme před započítím analýzy také sebereflexi vlastní zkušenosti. Rozhovory byly po procesu transkripce několikrát opakovaně pročítány a čištěny. Po jejich prvotní analýze jsme vytvořili první komentáře a poznámky, které jsme následně přetvářeli do lépe definovaných kategorií.

Po provedení interpretativní fenomenologické analýzy jsme identifikovali celkem 15 vynořujících se kategorií – 8 hlavních, které se vyskytovaly napříč celým výzkumným souborem a 7 dílčích, které byly stěžejní pouze u části výzkumného souboru. K hlavním kategoriím patří zábava, psychická regulace, překonání překážek, zlepšení schopností, splnění výzvy, „je to jen hra“, možnost opakování a důležitost herní zkušenosti. K vedlejším kategoriím řadíme příběh, prozkoumávání světa, *achievements*, mistrovství hry, poučení z neúspěchu, seberozvoj a vydařený výkon.

Vzhledem k interpretaci dat a k četnosti kategorií můžeme náš výzkumný soubor rozdělit podle výsledné herní zkušenosti na dvě skupiny: první skupinou jsou tzv. *hardcore gamers* (vášní hráči) a druhou *casual gamers* (ležerní hráči).

Jako jednu z hlavních předností našeho výzkumu vnímáme snahu zachytit pozitivní vlivy videoher na jedincovo psychické prožívání a hlubší porozumění jejich hráčské zkušenosti. Výsledky našeho výzkumu mohou potencionálně posloužit jako opěrný bod odborné či laické veřejnosti. Zjištěné poznatky ohledně hráčské zkušenosti mohou veřejnosti blíže objasnit pozitivní vliv videoher a pomoci širší společnosti pochopit popularitu hráčského světa.

Seznam použitých zdrojů a literatury

1. Adachi, P. J. C., & Willoughby, T. (2013). More Than Just Fun and Games: The Longitudinal Relationships Between Strategic Video Games, Self-Reported Problem Solving Skills, and Academic Grades. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(7), 1041–1052. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9913-9>
2. Adachi, P. J. C., & Willoughby, T. (2017). The Link Between Playing Video Games and Positive Youth Outcomes. *Child Development Perspectives*, 11(3), 202–206. <https://doi.org/10.1111/cdep.12232>
3. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
4. Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1–26. <https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
5. Bandura, A. (2006). Toward a Psychology of Human Agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164–180. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00011.x>
6. Bartle, R. (duben 1996). *Hearts, Clubs, Diamonds, Spades: Players Who Suit MUDs*. Mud.Co.Uk. <https://mud.co.uk/richard/hcde.htm#Bartle,%201990a>
7. Basler, J. (2016). Počítačové hry, jejich dělení, současné tendence vývoje a základní výzkumná šetření z oblasti počítačových her. In *Trendy ve vzdělávání*, 9(1). 20–27. <https://doi.org/10.5507/tvv.2016.003>
8. Basler, J., & Mrázek, M. (2018). *Počítačové hry a jejich místo v životě člověka*. Univerzita Palackého v Olomouci. <https://doi.org/10.5507/pdf.18.24454047>
9. Blatný, M. (2010). *Psychologie osobnosti – hlavní témata, současné přístupy*. Grada.
10. Borders, J. H. (2014). *Handbook on the psychology of self-esteem*. Nova Science Publisher.
11. Calleja, G. (2010). Digital Games and Escapism. *Games and Culture*, 5(4), 335–353. <https://doi.org/10.1177/1555412009360412>
12. Cruz, C., Hanus, M. D., & Fox, J. (2017). The need to achieve: Players' perceptions and uses of extrinsic meta-game reward systems for video game consoles. *Computers in Human Behavior*, 71, 516–524. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.08.017>
13. Csikszentmihalyi, M. (1996). *Flow: The psychology of optimal experience – O štěstí a smyslu života* (E. Hauserová, Přeloženo.). Nakladatelství Lidové noviny.

14. Cudo, A., Kopiś, N., & Zabielska-Mendyk, E. (2019). Personal distress as a mediator between self-esteem, self-efficacy, loneliness and problematic video gaming in female and male emerging adult gamers. *PLOS ONE*, *14*(12), e0226213. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0226213>
15. Czub, M., & Janeta, P. (2021). Exercise in virtual reality with a muscular avatar influences performance on a weightlifting exercise. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, *15*(3), Article 10. <https://doi.org/10.5817/CP2021-3-10>
16. DeRosier, M. E., & Thomas, J. M. (2018). Video Games and Their Impact on Teens' Mental Health. In M. A. Moreno & A. Radovic (Eds.), *Technology and Adolescent Mental Health* (pp. 237–253). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69638-6_17
17. DeWitz, S. J., Woolsey, M. L., & Walsh, W. B. (2009). College Student Retention: An Exploration of the Relationship Between Self-Efficacy Beliefs and Purpose in Life Among College Students. *Journal of College Student Development*, *50*(1), 19–34. <https://doi.org/10.1353/csd.0.0049>
18. Esposito, N. (2005). A short and simple definition of what a videogame is. In *Proceedings of DiGRA 2005 Conference: Changing Views – Worlds in Play*, (16–20). https://www.researchgate.net/publication/221217421_A_Short_and_Simple_Definition_of_What_a_Videogame_Is
19. Evans, A. (2003). *This Virtual Life: Escapism and Simulation in Our Media World*. Fusion Press.
20. Gavora, P., Mareš, J., Svatoš, T., & Wiegerová, A. (2020). *Self efficacy v edukačních souvislostech II*. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií. <https://doi.org/10.7441/978-80-7454-949-6>
21. Goh, C., Jones, C., & Copello, A. (2019). A Further Test of the Impact of Online Gaming on Psychological Wellbeing and the Role of Play Motivations and Problematic Use. *Psychiatric Quarterly*, *90*, 747–760. <https://doi.org/10.1007/s11126-019-09656-x>
22. Janoušek, J. (1992). Sociálně kognitivní teorie Alberta Bandury. *Československá Psychologie*, *36*(5), 385–398. https://is.muni.cz/el/1451/podzim2013/np2270/um/A_Bandura_napsal_Janousek.pdf
23. Juul, J. (2013). *The Art of Failure*. Amsterdam University Press.
24. Keith M., Dean D., Gaskin J., Anderson G. (2021). Team Building Through Team Video Games: Randomized Controlled Trial. *JMIR Serious Games*, *9*(4), 1–16. <https://games.jmir.org/2021/4/e28896>

25. Kollar, P. (29. března 2013). *Jane McGonigal on the good and bad of video game escapism*. Polygon. <https://www.polygon.com/2013/3/28/4159254/jane-mcgonigal-video-game-escapism>
26. Květon, P. (2020). *Hraní videoher v dětství a dospívání*. Grada.
27. Malone, T., & Lepper, M. (1987). Making Learning Fun: A Taxonomy of Intrinsic Motivations for Learning. In R. Snow & M. Farr (Eds.), *Aptitude, Learning and Instruction: Conative and Affective Process Analyses* (Vol. 3, pp. 223–253). Lawrence Erlbaum Associates. https://ocw.metu.edu.tr/pluginfile.php/2340/mod_resource/content/0/ceit706/week3/MakingLearningFun-ATaxonomyOfIntrinsicMotivationsForLearning.pdf
28. Mareš, J. (2013). *Pedagogická psychologie*. Portál
29. Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada
30. Moss, R. C. (19. března 2020). *ASCII art + permadeath: The history of roguelike games*. Ars Technica. <https://arstechnica.com/gaming/2020/03/ascii-art-permadeath-the-history-of-roguelike-games/>
31. Pajares, F. (2002). *Overview of Social Cognitive Theory and of Self-Efficacy*. Emory University. <https://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/eff.html>
32. Pallavicini, F., Pepe, A., & Mantovani, F. (2021). Commercial Off-The-Shelf Video Games for Reducing Stress and Anxiety: Systematic Review. *JMIR Mental Health*, 8(8), e28150. <https://doi.org/10.2196/28150>
33. Park, J. (2018). The effect of virtual avatar experience on body image discrepancy, body satisfaction and weight regulation intention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 12(1). <https://doi.org/10.5817/cp2018-1-3>
34. Paulík, K. (2017). *Psychologie lidské odolnosti*. Grada. https://is.muni.cz/el/ped/podzim2020/SPP610/Psychologie_lidske_odolnosti_2_JK_vodoznak__22_.pdf
35. Pereira Santos, C., Hutchinson, K., Khan, V. J., & Markopoulos, P. (2017). Measuring Self-Esteem with Games. *Proceedings of the 22nd International Conference on Intelligent User Interfaces*. <https://doi.org/10.1145/3025171.3025196>
36. Quantic Foundry. (2019). *Gamer Motivational Model – Reference sheets & details (V2)*. Quantic Foundry. <https://quanticfoundry.com/wp-content/uploads/2019/04/Gamer-Motivation-Model-Reference.pdf>
37. Quantic Foundry. (2021). *Quantic Foundry – The Science of Gamer Motivation*. <https://quanticfoundry.com/>

38. Quwaider, M., Alabed, A., & Duwairi, R. (2019). The Impact of Video Games on the Players Behaviors: A Survey. *Procedia Computer Science*, 151, 575–582. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2019.04.077>
39. Rehbein, F., Staudt, A., Hanslmaier, M., & Kliem, S. (2016). Video game playing in the general adult population of Germany: Can higher gaming time of males be explained by gender specific genre preferences? *Computers in Human Behavior*, 55, 729–735. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.016>
40. Řiháček, T., Čermák, I., Hytych, R. et al. (2013). Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy. Masarykova Univerzita. [https://dl1.cuni.cz/pluginfile.php/504618/mod_resource/content/3/Kvalitativni-analyza-textu\(1\).pdf](https://dl1.cuni.cz/pluginfile.php/504618/mod_resource/content/3/Kvalitativni-analyza-textu(1).pdf)
41. Santos, I. K. D., Medeiros, R. C. D. S. C. D., Medeiros, J. A. D., Almeida-Neto, P. F. D., Sena, D. C. S. D., Cobucci, R. N., Oliveira, R. S., Cabral, B. G. D. A. T., & Dantas, P. M. S. (2021). Active Video Games for Improving Mental Health and Physical Fitness—An Alternative for Children and Adolescents during Social Isolation: An Overview. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1641. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041641>
42. Sibilla, F., Musetti, A., & Mancini, T. (2021). Harmonious and obsessive involvement, self-esteem, and well-being. A longitudinal study on MMORPG players. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 15(3), Article 1. <https://doi.org/10.5817/CP2021-3-1>
43. Stewart, B. (1. září 2011). *Personality And Play Styles: A Unified Model*. Game Developer. <https://www.gamedeveloper.com/design/personality-and-play-styles-a-unified-model>
44. Suchá, J., & Dolejš, M. (2017). *Dotazník typu her*. Nepublikovaná dotazníková metoda.
45. Suchá, J., Dolejš, M., Pipová, H., Aigelová, E., & Cakirpaloglu, P. (2018). *Hraní digitálních her českými adolescenty*. Univerzita Palackého v Olomouci. <https://doi.org/10.5507/ff.18.24454245>
46. Sylvia, Z., King, T. K., & Morse, B. J. (2014). Virtual ideals: The effect of video game play on male body image. *Computers in Human Behavior*, 37, 183–188. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.04.029>
47. Utz, Sonja. (2000). Social Information Processing in MUDs: The development of friendships in virtual worlds.. *Journal of Online Engineering Education*, 1(1), 1-23. https://www.researchgate.net/publication/344749824_Social_Information_Processing_in_MUDs_The_development_of_friendships_in_virtual_worlds

48. Valentine, K., & Jensen, L. (2016). *Examining the evolution of gaming and its impact on social, cultural, and political perspectives*. IGI Global. <https://doi:10.4018/978-1-5225-0261-6>
49. Villani, D., Carissoli, C., Triberti, S., Marchetti, A., Gilli, G., & Riva, G. (2018). Videogames for Emotion Regulation: A Systematic Review. *Games for Health Journal*, 7(2), 85–99. <https://doi.org/10.1089/g4h.2017.0108>
50. Wolf, M. (2012). *Encyclopedia of Video Games: The Culture, Technology, and Art of Gaming*. Santa Barbara, CA: ABC-CLIO
51. Yee, N. (2006). Motivations for Play in Online Games. *CyberPsychology & Behavior*, 9(6), 772–775. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772>
52. Yee, N. (23. září 2019). *What motivates gamers? - ironSource LevelUp*. Medium. <https://medium.com/ironsource-levelup/what-motivates-gamers-ccbffe9180c0>
53. Yee, N. (17. srpna 2020). *Player Segments Based on Gaming Motivations*. Quantic Foundry. <https://quanticfoundry.com/2020/08/17/player-segments/>

Seznam příloh

Příloha č. 1 – Abstrakt diplomové práce v ČJ

Příloha č. 2 – Abstrakt diplomové práce v AJ

Příloha č. 3 – Ukázka transkriptu interview

Příloha č. 4 – Ukázka kompletní analýzy interview s Geraltem

Příloha č. 5 – Ukázka kompletní analýzy interview se Solairem

Příloha č. 6 – Ukázka kompletní analýzy interview s Alex

Příloha č. 1 – Abstrakt diplomové práce v ČJ

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Vliv videoher na self-efficacy a sebehodnocení adolescentů

Autor práce: Kryštof Žiak

Vedoucí práce: Mgr. Gabriel Kňážek

Počet stran a znaků: 80 stran, 159 495 znaků

Počet příloh: 6

Počet titulů použité literatury: 53

Abstrakt: Cílem práce bylo popsat a porozumět herní zkušenosti adolescentů, kteří využívají videohry jako formu volnočasové aktivity a prozkoumat, nakolik mají videohry vliv na self-efficacy, sebehodnocení a psychickou regulaci jedince. Těchto cílů jsme dosáhli kvalitativním metodologickým přístupem, konkrétně interpretativní fenomenologickou analýzou. Metodou sběru dat je polostrukturované interview. Výzkum je složen ze 6 rozhovorů, ve kterých jsme identifikovali celkem 8 hlavních kategorií a 7 dílčích. Hlavní kategorie vyskytující se napříč celým výzkumným souborem jsou zábava, psychická regulace, překonání překážek, zlepšení schopností, splnění výzvy, „je to jen hra“, možnost opakování a důležitost herní zkušenosti. Výsledky výzkumu naznačují, že hráči využívají videohry k regulaci psychické vytiženosti. Videohry zároveň v určité míře ovlivňují hráčovu self-efficacy a sebehodnocení, díky fenoménu výzvy a touze překonat překážku. Výzva a její potenciál pro podpoření hráčovy sebedůvěry zároveň závisí na typu videohry.

Klíčová slova: adolescenti, videohry, herní zkušenost, výzva, self-efficacy, sebehodnocení

Příloha č. 2 – Abstrakt diplomové práce v AJ

ABSTRACT OF THESIS

Title: The influence of video games on self-efficacy and self-esteem of adolescents

Author: Kryštof Žiak

Supervisor: Mgr. Gabriel Kňážek

Number of pages and characters: 80 pages, 159 495 characters

Number of appendices: 6

Number of references: 53

Abstract: The aim of this thesis was to describe and understand the gaming experiences of adolescents who use video games as a form of leisure activity and to explore the extent to which video games have an impact on their self-efficacy, self-esteem and psychological regulation. These aims were achieved through a qualitative methodological approach, specifically an interpretive phenomenological analysis. The method of data collection is a semi-structured interview. The research consists of 6 interviews in which we identified a total of 8 main categories and 7 sub-categories. The main categories occurring across the research set are fun, psychological regulation, overcoming obstacles, improving skills, meeting a challenge, "it's just a game", repetitiveness, and importance of the game experience. The results suggest that gamers use video games to regulate their mental workload. Video games may also influence a player's self-efficacy and self-esteem to some extent, due to the phenomenon of challenge and the desire to overcome an obstacle. Moreover, the challenge and its potential to boost a player's self-esteem depends on the type of video game.

Keywords: adolescents, video games, gaming experience, challenge, self-efficacy, self-esteem

Příloha č. 3 – Ukázka transkriptu interview

K: A jaká je ta tvoje konkrétní herní zkušenost? Co hraješ nejvíc, jsi říkala, že hraješ spíš ten single než mult'ák?

A: Jo... No jako mám ráda hry s dobrým příběhem, takže nějakým jako narativem, ty singly, co maj nějakej pevnej konec. Spíš asi nějaký koridorovky než open world, protože prostě open world je zase takovej že to žere víc času a jsem zrovna člověk co jako sice jakoby open world je super pro mě, ale vím že se hrozně zaseknu a... *smích* moc času to bere. Protože mám ráda, že jako prozkoumávám si všechny ty blbosti a hrozně se tam dokážu jako ztratit. A teďka...nebo to je i ten problém těch sandboxů, prostě je to skvělej relax totální, myslím si, že to je jako takový... třeba Minecraft mi hrozně dal i jako díky angličtině i nějaký kreativní věci, třeba hrozně ráda tak jako stavím a budu si ten svět... hmm, ale poslední dobou celkem hraju roguelike hry? Že zase takový jako co nemaj konec *smích* A teďka mám celkem ráda Hades, to jsem nedohrála ještě a Dead Cells. Takže na tom jakoby tak jako pracuju. A to je takový pro mě zas jako přitažlivý tou grafikou, že to je tak jako hezky stylizovaný a že člověk vidí nějakou tu jako učící-se linku, tu jako *curve*. Že to je celkem skill based.

K: A máš nějaký oblíbený herní žánr? Jsi říkala, že jako nemáš nějakou svoji škatulku, ale jestli tě napadá něco....

A: Hmm... No asi ten jako roguelike, ten mě jako baví, na to jsem celkem přišla a ty sandboxy určitě vím, že mě hrozně baví. Když to je dobře nastavený... dobře nastavenej sandbox se zajímavejma mechanikama tak... to žeru přímo jako, to mám ráda. Pak jako i menší věci si chcu zahrát a zahraju sem tam, ale to už mi musí nějak jako spadnout do klína spíš, asi to nevyhledávám. To spíš někdo mi musí říct *hele to je fakt dobrý, to si zahraj, je to třeba na 3 hodinky ani ne...* To jo, to mě zaujme, ale jinak asi ten sandbox a ten roguelike... A strategie ještě, ale to bylo hodně dřív... Takže spíš nostalgie taková.

K: A jaké hry hraješ teďka momentálně, jsi říkala ten Hades, Dead Cells....

A: ... a LoLko *smích* Jo, takhle asi tyhle tři. Jako já vždycky mám problém, že třeba mám víc jako rozehraný, že ty Dead Cells a Hades, jak to je prostě, tak si zahraju nevím, třeba jedno dvě kola, pak se třeba přesunu... A jo už vím, co mám rozehraný, mám rozehranýho Alana Wakea, což je takovej jako napůl horor, protože to má moc rád můj brácha tak jsem si říkala jako *hej, to bude asi dobrý*, a to mě jako hodně baví. Takže třeba jakoby chvílku

hraju to a pak to proložím něčím jiným, takovou jako rychlokvaškou defacto možná... prostě to jedno kolo v těch Dead Cells může mít třeba 10 minut ale i půl hodiny, to záleží, jak jsem šikovná třeba... To je takový jako v pohodě, jako pustím a drží mě to dýl no. Takže tyhle 3 nebo 4.

K: A máš třeba nějaký žánr nebo hry, které jako nehraješ vůbec nebo méně?

A: Asi střílečky možná, mě nikdy nějak jako asi mi to nikdy nešlo, i když no... podle mě to je zase spojený s tím že prostě moc nehraju ten mult'ák. A jako nechci říct že mě jako nebavěj nebo že je nechci hrát, ale asi jsem neměla tolik příležitostí, i když mám jako nějaký vybraný co bych si chtěla zahrát třeba Doom nebo tak... Nevím no, nic mě nenapadá. Horrorovky asi nemám ráda. Jinak nevím, nenapadá mě nic, co bych byla jako takhle – JO, vím vlastně. Sportovní simulátory *smích* Ty fakt nemám ráda, jakože FIFA, NHL, NBA tydlencty prostě... To je takový pointless, protože nemám ráda fotbal takže... proč bych to hrála. A ještě závodní hry vlastně protože mi nejdou *smích* Což na jednu stranu je sranda, ale opět... nemám nějakou potřebu. I když teďka jsem zkoušela Forzu, tu novou, a jak tam je jakoby víc open world a mohla jsem si tak jako jezdit po tom světě a takhle jako svým tempem, tak mě to celkem i bavilo a je to víc spíš arkádový než takový čistě závodní hra. Takže asi záleží no, kde a jak. A nevyhledávám je prostě, že bych měla jako koupený nějaký to rozhodně ne.

K: A jak se při tom hraní cítíš? Jak ti je?

A: No záleží, jaká hra žejo... Tak kdybych dala třeba jako teďka toho Alana Wakea, tak to je... ani nevím, jak bych to zařadila. Prostě takovej singleplayerovej, hodně ten narativ tam je, taky se tam střelí ale není to střílečka... si myslím. Je to prostě akční... adventura možná? Nevím. Tak u toho se bojím celkem *smích* A je to takový jako ten pozitivní žejo ten... jako lákavej, je to takový zvláštní pocit, že je člověk ve stresu vnitřně i když to je jenom jako hra, že to mě jako baví, protože mě jsem to jako nikdy nevyhledávala ani jako filmy třeba, nekoukám moc na horory a tohle je takový jako půl napůl... takovej zajímavěj pocit. Ale třeba u těch Dead Cells tak tam právě miluju, když se právě dostanu do nějaký flow a vlastně je to takový hrozně příjemný, že člověk jako už jenom jako mačká ty tlačítka, když to řeknu jako hloupě a vlastně napůl neví co dělá, ale ono to tak nějak funguje a prostě jako úplně zvládá ty levly třeba jako nádherně. Že prostě už dělá jako věci automaticky a překonává prostě ty nepřátele. To je hodně dobrej pocit, to mě na tom asi nejvíc jako baví... Ale musela jsem se do toho jako dopracovat no.

Příloha č. 4 – Ukázka kompletní analýzy interview s Geraltem

Respondent 1 – Geralt

Geralt je dvacetiletým studentem vysoké školy, má 2 sourozence a bydlí s rodiči, ovšem většinou doma bývá pouze na víkendy kvůli studiu. S videohrami se Geralt setkává již od mala – nevzpomíná si v kolika letech začíná s hraním, zmiňuje ovšem, že začal hrát díky svému bratrovi. Hry vnímá jako koníček, zábavu, „*takový super únik od reality*.“ Co se týče negativních aspektů hraní, Geralt si jejich existenci uvědomuje – jako jeden z nich zmiňuje například závislost na videohrách, ovšem nepovažuje své hraní (aktuální ani v minulosti) za problémové a s nikým takovým se doposud nesešel.

Volný čas

Geralt svůj volný čas tráví poměrně rozmanitě (plavání, běh, hra na kytaru a akordeon, vaření). Aktuálně pozoruje, že hry vyplňují jeho volný čas méně než v minulosti, popisuje, že se tyto období hraní a nehraní střídají v závislosti na větším množství školních a jiných povinností nebo na podstatě samotné hry, kdy vnímá, že od ní potřebuje pauzu. „*mám prostě pár svých her o kterých vím, že mě baví (...) a to člověka po nějaké době přestane bavit žejo, takže si dá pauzu a až se mu to uleží tak se k nim zas vrátí, viz Dark Souls a Borderlands a tak... Takže když hraju méně tak jsem spíš unavenější tím, co hraju nebo jako přehraju.*“

Herní zkušenost

Geralt hraje videohry nejvíce na počítači – sám konzoli nemá a mobilní hry nejsou jeho šálek kávy. Nejvíce hraje singleplayer hry, ale někdy si z časových důvodů zapne také multiplayer. „*(League of Legends) hraju proto, že když sednu třeba k Zaklínačovi tak to je minimálně dvouhodinová cesta a LoLko je taková rychlovka no, takže spíš z časovýho hlediska... A taky jsem viděl Arcane¹², tak mě to táhlo k tomu trošku.*“

Geraltova preference singleplayeru vyplývá z možnosti prožívat propracovaný příběh a nejoblíbenějším herním žánrem je RPG – konkrétní oblíbené hry jsou Zaklínač, Borderlands, Dark Souls, Pathfinder. Hry, které Geralt hraje nejméně jsou především hororové hry a multiplayerové střílečky, zejména díky absenci ponoření do příběhu a možnosti tento příběh prostřednictvím své postavy ve hře ovlivnit. „*Samozřejmě je taky*

¹² Arcane je seriál z roku 2021 založený na herním prostředí, příběhu a motivech hry League of Legends, tedy jeho děj se odehrává ve fiktivním prostředí této hry a slouží jako její prequel („před-pokračování“, před-děj“).

fajn i to že ho v té hře můžeš ovlivnit žejo, třeba v tom LoLku jako má to super příběh díky tomu Arcamu ale v podstatě v tý hře s tím nic neuděláš. Zatímco v Zaklínačovi máš prostě možnosti, jak to ovlivnit, i ten Pathfinder....Je to paráda.“

Co se týče Geraltových pocitů, jeho vlastní prožívání herní zkušenosti, tak uvádí, že závisí na typu hry – jeho herní zkušenost je ale i v tomto ohledu opět spjata a ovlivněna s postavou a s příběhem. Při hraní cítí nejčastěji klid, nepocituje napětí i přesto, že hraje spíše akčnější hry. Tato preference je podle něj podpořena opět potřebou silného příběhu. *„Mám strašně rád Oriho anebo ještě Hollow Knight taky. To podle mě adrenalinovky nejsou ale mají strašně fajn prostředí, strašně hezkej svět, který člověka zaujme, takže to si myslím, že je u mě ta priorita.“*

Identita hráče vs vlastní identita

V rámci self-esteemu se u Geralta neobjevuje tendence srovnávat se s ostatními hráči – důvodem je zde jednak menší preference multiplayer her¹³ a také silnější tendence identifikovat se s herní postavou. *„...než abych se s někým srovnával tak se vžiju radši to tý postavy, kterou hraju. To dělám asi nejčastěji (...) jsem si vždycky dělal někoho (postavu) a jako si říkám jo, takovej borec bych chtěl být...já, když tu hru hraju, tak to jsem já ten člověk, ten avatar, to jsem prostě já v té hře.“*

Zajímavé je, že v rámci identifikace s postavou ovšem nemá Geralt preferenci v možnosti tvorby a opět uvádí, že záleží na konkrétním typu hry. Typ hry u Geralta ovlivňuje také určitou míru, hloubku, se kterou se s postavou identifikuje. Geralt zde zdůrazňuje pocit volby a zájmu o příběh hry jako takový. *„Já většinou když tu hru hraju, tak se rád ztotožňuju s tím, koho hraju. Na druhou stranu, když to nejde, tak mi to tolik nevadí (...) jako záleží na tom, jak moc jsem zainvestovanej do toho příběhu. Když prostě se fakt jako hodně ztotožním s tou postavou, tak se snažím dělat to co si myslím, že je správné a když jsou nějaké blbé ty věci, tak úplně bych do toho asi nešel“.*

Geralt sám sebe za hráče považuje, představuje to pro něj někoho, kdo zkrátka hraje hry. Svou identitu ve hře se snaží většinou přizpůsobit své postavě – i když opět záleží na typu a žánru hry. Pokud mu to hra dovolí, snaží se být co nejlepším *hrdinou*, snaží se rozhodovat správně. Vnímá ovšem také možnost nazout si ty boty opačného spektra a být záporákem, zkusit si jaké to je a v některých hrách se tomu ani nedá vyhnout. Podobně jako

¹³ U *singleplayer* her se však některé *multiplayerové* prvky objevit mohou – například PvP apod, tedy hra *player* vs *player*, hráč proti hráči. Tento prvek nacházíme například u *singleplayer* série *Dark Souls*.

u sebedůvěry, i zde Geralt cítí větší svobodu v herním prostředí – rozhoduje se více svérázněji a sebejistěji, opětovně zdůrazňuje, že v prostředí hry jeho volba neovlivní okolí ve skutečném světě, nebojí se jít tolik do konfliktu a do risku, protože cítí v pozadí tu možnost *zkusit to znovu*. V realitě je oproti hře více opatrný a nekonfliktní. „(...) v té hře většinou ty morální rozhodnutí jsou o dost jasnější volba než v tom reálném životě, takže tam prostě můžeš jít za svým bez výčitek a když uděláš něco, co se ti nepovede tak to reloadneš žejjo. V reálu tam jsem o dost opatrnější a rezervovanější jako dost no bych řekl.“

Flow

Jelikož Geralta v jeho herní zkušenosti silně ovlivňuje ponoření do příběhu, ptám se také na prožitek stavu *flow*, zda někdy ztratil při hraní pojem o čase a jak tuto zkušenost celkově vnímal, co během ní prožíval. Geralt svoji zkušenost popisuje vesměs pozitivně, opětovně vypichuje příběh hry a její postavy a svoji potřebu dozvědět se o nich a o příběhu více. Zmiňuje ale i negativní důsledky jako nevyspání a únavu. „,,Jo, to se mi stalo asi nejvíc s tím Pathfinderem. Jak jsem to poprvé jako objevoval, tak prostě jsi najednou mrkl a najednou 6 hodin ráno a hrál jsi celou noc (...) ona má taky strašně fajn příběh, takže mě strašně bavilo poznávat ty postavy a ten příběh, kam to půjde dál víš co (...) ten příští den byl jako horší, protože jsem byl nevyspanej, ale že bych toho litoval nebo byl naštvanej, že bych nespál tak to ne. Když můžu nespát kvůli zkoušce, tak si myslím, že kvůli hrám to není tak špatný (smích).“

Příloha č. 5 – Ukázka kompletní analýzy interview se Solairem

Respondent 4 – Solaire

Solaire je 18letým studentem střední školy, během studia také částečně pracuje. Doma bydlí společně s rodiči a mladším bratrem. Videohry vnímá převážně pozitivně, podle Solaira mohou videohry „*v nějaké formě rozvíjet schopnosti a dovednosti*“. Představují pro něj odpočinek, když přichází ze školy nebo z práce, případně zapíná hry, když má zrovna chvíli a nudí se. Solaire ovšem vnímá také negativní aspekty – sám zmiňuje období, které zpětně považuje v určité míře za problematické, kdy trávil hraním videoher až moc času. „*Určitě jo (...) Sám jsem měl asi možná takové období, když jsem byl mladší (...) jsem denně hrál 6 hodin a o víkendu klidně i 9, 10 (...) potom mě to nějak přešlo. Byla to taková ta puberta asi (smích), kdy jsem jako hledal sám sebe.... Tak mi to asi pomohlo nějakým směrem možná usměrnit tu moji osobnost nebo tak.*“

Volný čas

Volný čas tráví Solaire většinou více offline. Je s přítelkyní, věnuje se cyklistice a badmintonu. Také rád skládá puzzle, čte a s kamarády se společně schází na deskové hry. Co se týče videoher, Solaire většinou tráví čas hraním podle ostatních povinností. Většinou hru zapíná k večeru, nejčastěji uvádí čtvrtek a neděli. O prázdninách je to podle něj více. Více hraje také v případech, kdy objeví nějakou novou hru – objevuje se zde potřeba ji dohrát. „*Hlavně záleží na té jako osobní náplni, kolik toho mám a tak. Ale většinou si najdu tak 4 hodinky týdně no, hlavně teda k večíru (...) mě prostě chytne nějaká hra a já ju prostě hraju každý večer, dokud ju nedohraju. To bylo například Dark Souls.*“

Herní zkušenost

Solaire hraje nejvíce na počítači a občas také na mobilním telefonu. Oblíbeným žánrem jsou strategické hry a RPG. Preferuje spíše singleplayer oproti multiplayeru – ten nemá rád kvůli toxicitě ostatních hráčů a časové náročnosti. Hry, které momentálně hraje nejvíce jsou *Darkest Dungeon*, *Age of Empires*, *Minecraft* a *Dark Souls*. „*Většinou v těch hrách multiplayerových bývají ti hráči toxicí, že na tebe pořád jako nadávají, že seš amatér a tak...jakože to hraješ prostě jenom ze zábavy, ze srandy a nějak to jako nehrotíš (...) mám teda i pár otravných kamarádů (smích) co když vidí že, naskočím online, tak hned chtěou jako mít nějaké hovory a dělat dlouhé pařby pětihodinové a na to nemám čas prostě no.*“

Na strategiích nejvíce oceňuje jejich *turn based* prvek, kdy se hráči střídají a hraje se na tahy, podobně jako u klasických deskových her. Solaire uvádí, že díky tomu nemusí mít stres z ukládání hry a když si potřebuje odskočit, hru jednoduše vypne. Zajímavé je, že podle Solaira mu hraní strategií pomáhá při vymýšlení tahů v klasických deskových hrách. Nejméně hraje střílečky, zřejmě kvůli preferenci singleplayeru. *„Jsou super v tom, že se to většinou hraje na tahy, takže když něco potřebuju udělat, tak to prostě vypnu a jdu, protože se mi to uloží v tom nějakém tahu (...) když hraju na kompu tak něco třeba natrémuju nebo rozvíjím nějakou strategii a potom mně to v těch deskových hrách hrozně pomáhá (...) dokážu třeba přemýšlet víc dopředu.“*

Solaire uvádí, že jeho prožívání závisí na typu hry. V případě, že hraje něco náročnějšího a složitějšího, tak bývá nervózní – o to víc je ale rád, když se mu v ní něco podaří a posune se ve hře dál. U odpočinkových her se cítí uvolněný, bez pocitu velkého stresu. Nezdá se tedy, že by měl Solaire vysloveně preferenci mezi akčními a relaxačními hrami, spíše se u něj střídají určitá období. Ptám se, proč se u něj tato preference střídá – podle Solaira se možná jedná o nějakou skrytou potřebu odreagování nebo naopak vzrušení. *„Nevím, jestli jsem nějak vystresovaný, tak si potřebuju odpočinout nebo naopak potřebuju nějaký adrenalin (...) to je něco asi v hlavě na co nevidím (smích) (...) Záleží, co hraju za hru teda. Pokud hraju to Dark Souls, což je taková hodně složitá hra, tak tam jsem hrozně nervózní, furt se u toho potím (smích) (...) ale když někde jako postoupím dál přes nějakého těžkého bosse, tak to je hrozná úleva (...) jsem takovej jako nahajpovaný, že se to povedlo, tak z toho mám radost (...) když hraju nějaký ten Minecraft (...) to je na druhou stranu odpočinkové (...) tam se cítím takový uvolněný.“*

Přínos videoher

Solair zde opět vypichuje přínos strategií, které podle něj v jeho případě přispívají k lepšímu logickému usuzování a věří, že si díky tomu vede lépe v deskových hrách. Zmiňuje také lepší schopnost v matematických operacích, zejména ve výpočtu pravděpodobnosti, šance, štěstí apod. *„Rozhodně tím, jak třeba hraju ty strategie, tak jsem se naučil víc jakoby uvažovat dopředu, což třeba využívám u těch deskových her (...) nebo jsem se naučil líp počítat statisticky nějakou šanci (...) prostě ty věci kolem matematiky (...) nějaké logické uvažování... třeba v jakém pořadí udělat nějaké aktivity, aby to bylo co nejefektivnější.“*

Identita hráče vs vlastní identita

Pro Solaira je hráč *gamer*. Člověk, který si sedne k videohře a do pár chviliek se jí naučí. Sám se za hráče považuje a označil by se tak – vyzkoušel velké množství videoher a má o nich určité povědomí, věří si v nich. „*Označil bych se za hráče a znamená to pro mě, že když mě člověk posadí k nějaké videohře (...) tak první věc, co udělám je, že vezmu myš do pravé ruky a položím prsty na WSAD a většinou se tu hru tak do 5 minut prostě naučím. Pro mě to jakoby označuje ...prostě jako gamer.*“

Pro Solaira není cizí také identifikace s postavou. Někdy se do její role vžije až moc a na herní události reaguje i fyzicky v reálu za počítačem. Zajímavé je, že v momentě, kdy se při hraní více soustředí na svoji postavu, přestává Solaire vnímat sebe, svoji fyzickou polohu. „*Mi přijde že se na tu hru víc soustředím a (smích) někdy se úplně vžiju do té role jako té postavičky, když třeba spadnu z nějaké výšky (...) tak i prostě fyzicky v realitě třeba zakloním hlavu nebo zavřu oči, když někam padám (...) (přemýšlí) Když jakoby nic nehraju, tak se víc soustředím na svoji fyzickou stránku (...) kdežto když hraju ty videohry, tak se víc soustředím jenom na tom monitoru, kde jsem (...) v tom reálu jako furt jsem, vidím, kam dávám ruce, nohy a tak... Když sedím u té videohry, tak se tím nemusím vlastně zabývat vůbec.*“

Také uvádí, že se styl identifikace liší v závislosti na hře – v případě, kdy má na starost více postav, například v nějaké strategii, vžívá se spíše do pomyslné vůdčí role. „*Třeba je rozdíl mezi tím, když ovládám jednu postavičku a víc postaviček (...) tou jednou postavičkou se jakoby víc vžiju do její role, kdežto když těch postaviček mám víc, tak se vžiju do role tak jako pomyslného vůdce. Třeba mám nějakou svoji četu nebo něco.*“

Flow

Vidíme tedy určitou potřebu ponořit se do hry, získat o ní přehled a stoprocentně ji dokončit, proto se ptám také na zkušenost se stavem flow. Solaire tento prožitek zažívá, když se plně soustředí na hru, například na nějaký těžký souboj, je do ní plně ponořený a nevnímá tolik okolí. „*Většinou se u té videohry uvolním. Přestanu vnímat nějak trošku to okolí a soustředím se většinou jako na tu hru (...) jsem do toho zažraný (...) protože je to třeba nějaký těžký boss a nejde mi ho třeba porazit nebo takhle, tak se jako soustředím jenom na to.*“

Příloha č. 6 – Ukázka kompletní analýzy interview s Alex

Respondent 6 – Alex

Alex je 18letou studentkou gymnázia. S videohrami v podstatě vyrůstala, dostává se k nim vlivem svého staršího bratra, proto má k nim velmi pozitivní vztah. Představují pro ni většinou relax, nějaký čas pro sebe. Pro Alex je důležitý také nějaký všeobecný přehled, co se týče videoher, zajímá se o nové tituly, herní konference apod, snaží se v tomto ohledu zůstat v obraze. *„Mám ráda hry, jako miluju hry, hraní a tak... i celou tu komunitu. Přijde mi, že tam jsou jako fajn lidi a je to prostě zajímavý médium (...) teď to mám tak, že mě jako baví je hrát, tak se o ně i zajímat, jak vycházej třeba nové hry, nějaký trendy a takhle no.“*

Přestože Alex vnímá videohry převážně pozitivně, je si vědoma také negativních aspektů. Co se týče například závislosti na videohrách, nikoho takového ve svém okolí nemá, ale zmiňuje, že něco podobného pozorovala také na sobě. *„Možná se dá říct, že jsem taky byla někdy závislá na nějaký hře (...) že jsem o ní hodně přemejšlela nebo mě tak jako vtáhla, že (...) jsem přišla třeba ze školy a šla jsem prostě zrovna hrát a strávila jsem nad tím docela dost času (...) Může to být jako nebezpečný, to je jasný.“*

Volný čas

Alex se snaží trávit svůj čas převážně offline. Miluje společnost ostatních lidí, ráda s nimi tráví čas zejména naživo – online komunikace jí moc nevyhovuje. Alex má kromě videoher spoustu dalších koníčků. Věnuje se zahradničení, hudbě, umění, ráda maluje, sleduje seriály a filmy; nejvíce vyhledává převážně kreativní činnosti. K videohrám se dostává kdykoliv v průběhu týdne, převážně k večeru. Hodně zde záleží na typu hry a na povinnostech, popisuje, že někdy hraje více, někdy méně, střídá se to. *„Jsem taková artsy girl prostě, miluju umění, mám ráda hudbu, miluju kytky, zahradničení, nějaký kreativní činnosti (...) určitě se snažím být s kamarádama naživo než jako online, nebaví mě to prostě.“*

Herní zkušenost

Alex nejvíce hraje na konzolích – aktuálně vlastní dvě, Xbox 360 a Xbox ONE S. Malé množství her hraje ovšem také na počítači, převážně multiplayer. Mobilní hry nehraje vůbec. *„Vždycky jsme hráli spíš na konzolích, neměli jsme nikdy moc výkonnej počítač (...) Ale teďka díky tomu LoLku hraju i na počítači, ale tam mám teda minimum her (...) a na mobilu...moc tomu neholduju tomu mobilnímu hraní, vlastně vůbec.“*

Alex nemá konkrétní oblíbený žánr, ovšem většinou preferuje hry s dobrým příběhem, s kvalitním narativem a postavami. Většinou se jedná o singleplayer hry, který mají určitý pevný konec. Ve hře se snadno dokáže ztratit, hodně prozkoumává herní prostředí a svět, zároveň jí také baví ho vytvářet a budovat, což je pro Alex především odreagování. Má ráda open world prostředí, nicméně z hlediska času upřednostňuje lineární postupování hrou. *„Mám ráda hry s dobrým příběhem, nějakým jako narativem, ty singly, co maj nějakej pevněj konec. Spíš asi nějaký koridorovky (...) jakoby open world je super pro mě, ale vím, že se hrozně zaseknu (smích) (...) prozkoumávám si všechny ty blbosti a hrozně se tam dokážu ztratit (...) to je problém i těch sandboxů, prostě je to skvělej relax totální (...) hrozně ráda stavím a budu si ten svět.“*

Vidíme, že velmi často záleží na typu hry, co Alex zrovna osloví. Kromě příběhových her, které může v nějakém smyslu dokončit velmi ráda hraje také sandbox videohry, které většinou žádný konec nemají. *„Dlouho jsem hrála Minecraft a u toho jsem strávila fakt hodně hodin, protože to nemá prostě konec žádnéj, záleží na tom člověku, co si tam vymyslí za aktivity (...) Nebo jako ta hra má konec, ale popravdě jsem jí nikdy nedohrála, protože jsem neměla tu potřebu, vždycky jsem si tam dělala nějaký svoje projekty. A to samý vlastně u Terrarie.“*

Alex se také zaměřuje na zajímavé herní mechaniky, případně se o videohře od někoho dozví – patrně i díky tomu, že se snaží sledovat videoherní trendy, zůstat v obraze. Nejméně hraje sportovní hry, střílečky a multiplayer hry obecně (vyjma žánru MOBA), patrně kvůli absenci touhy soutěžit. Zmiňuje také nechut k závodním a hororovým hrám, je ale zajímavé, že pokud má závodní hra prvky open world, je pro ni herní zkušenost příjemná. *„Když to je se zajímavějma mechanikama, tak to žeru přímo, to mám ráda (...) i menší věci si zahraju sem tam, ale to už mi musí nějak spadnout do klína (...) ty FAKT nemám ráda, jakože FIFA, NHL, NBA tydlencty, to je takový pointless (...) A ještě závodní hry vlastně (...) teďka jsem ale zkoušela Forzu, tu novou, a jak to je víc open world a mohla jsem si tak jezdit po tom světě takhle svým tempem, tak mě to celkem i bavilo.“*

Také se jí líbí, když se může ve hře zlepšovat, všímá si na sobě pokroků apod. Z tohoto důvodu má momentálně v oblíbě roguelike žánr videoher, konkrétně videohry Dead Cells a Hades. Je zajímavé, že se také nejedná o hry s pevným koncem, podobně jako u žánru sandbox. *„Poslední dobou celkem hraju roguelike hry. To je pro mě zas přitažlivý tou grafikou a že člověk vidí nějakou tu jako učící-se linku, tu curve. Že to je celkem skill based*

(...) to jedno kolo v těch Dead Cells může mít třeba 10 minut ale i půl hodiny, to záleží, jak jsem šikovná třeba.“

Pocit zdokonalování zmiňuje i dále. Popisuje, že v náročnějších hrách zažívá pocity frustrace nebo vzteku, vnitřně přesto zůstává klidná, protože ví, co udělala špatně a v čem se může příště zlepšit. *„U Dark Souls jsem hrozně klidná, protože jako vím, co jsem udělala špatně (...) třeba jsem byla moc greedy, měla jsem málo života (...) jakože "dobrý, tak můžu se z toho poučit", tak je to takový v pohodě (...) když vím, co jsem jako udělala špatně a vím, jak se z toho poučit, tak mám z toho třeba i radost, takovej příjemnej pocit, že se člověk jako posouvá.*“

Herní prožívání obecně tedy u Alex závisí na konkrétní hře. V některých videohrách je spíše napjatá, bojí se – ovšem uvádí, že tyto pocity jsou pro ni v rámci hry žádoucí, nejsou negativní. Zmiňuje také pocit frustrace, když si například ještě není zcela jistá ovládním hry. Cítí ovšem také klid, příjemné pocity, většinou u sandboxů, které jsou pro Alex relaxem. Zde zmiňuje také určitou psychoregulační funkci. *„Záleží, jaká hra (...) třeba teďka toho Alana Wakea (...) u toho se bojím celkem (smích) ale je to takový ten pozitivní, lákavej pocit (...) to mě baví, protože jsem to nikdy nevyhledávala, nekoukám na horory a tohle je takový půl napůl (...) U těch sandboxů, to je prostě pohodička (...) spíš to беру jako relax. Když mám čas nebo náročnej den ve škole nebo jsem toho měla hodně ten týden tak vím, že si můžu sednout...a ještě ta konzole, ten ovladač – je to příjemný si sednout na gauč a tak, jako pochillovat, něco si zahrát.*“

Po vypnutí hry Alexino prožívání závisí na jejím herním výkonu. Většinou se ovšem cítí dobře, cítí, že se jí něco podařilo, odvedla nějaký kus práce. *„Většinou vypínám hru, když už jsem unavená nebo mi to tak nejde, že už jako bylo dost. Anebo že dokončím nějakou část do cíle nějakýho. Je to příjemný spíš, takový fajn. Záleží, jak se mi třeba dařilo (smích) ale většinou, že jsem jako odvedla dobrou práci třeba.*“

Identita hráče vs vlastní identita

Alex nad pojmem hráč často přemýšlí. Podle ní opravdový hráč preferuje singleplayer než multiplayer, hráčem je pro ni někdo, kdo videohry dokončuje, užívá si je, hraje videohry pro sebe a přemýšlí nad nimi. Vidíme tedy, že popisuje vlastní herní preference a motivy, podle kterých by Alex někoho označila za hráče. Samu sebe však takto označit nedokáže, přestože se videohrám věnuje velmi dlouho a intenzivně. Stále má pocit, že to není dost. *„I když se fakt o hry zajímám a mám je hrozně ráda, hrozně mě bavěj, jsou můj nejdelší koníček, tak*

pořád mám problém říct "jo jsem hráčka, úplně hraju hry". Pořád mám pocit, že jsem toho nehrála dost, že mám jako dohánět (...) hráč pro mě je člověk, co hraje prostě hry, dokončuje je (smích) spíš singleplayer, že si je užívá, hraje si spíš tak sám pro sebe a třeba přemejšlí nad tím. "

❖ Proč ne multiplayer?

Ptám se Alex, proč tak neoznačuje i multiplayer hráče, jakou má s nimi zkušenost a co si o nich myslí. Je velmi zajímavé, že o nich Alex hovoří poměrně negativně, nepovažuje je za stejné hráče jako sebe, cítí tam rozdíl. Její zkušenost je v určité míře nepříjemná, často se patrně setkává s hráči, kteří ji od hry odrazují. *„Taky to jsou hráči (...) jen chtěj bejt lepší než někdo jinej nebo se cejtít dobře, někoho jako porazit (...) to LoLko – ty lidi jsou fakt hmusní na sebe, to mě hodně odrazuje od toho, je to hrozně nepříjemný (...) dělám maximum v tý hře a někdo tě prostě shodí (smích) a taky nehrajou tak dobře nebo něco pokazej víš co (...) Pro mě jsou hry relax, je to zábava, bavěj mě, dělej mě šťastnou, když se mi něco povede (...) třeba umím hrát nějakou postavu, něco trefím dobře, někoho zabiju, vyhrajam, ale rozhodně ponižovat lidi, že se jim něco nepovedlo, to není pro mě (...) pak z toho mám nějaký stres (...) doufám, že nikdo nenapiše do chatu že "hej tak ty seš fakt špatná" (smích) několikrát jsem byla si řekla že už se mi to fakt nechce hrát, protože na mě byl někdo hmusnej. "*

Co se týče herní identifikace s postavou, Alex má ráda, když může svým působením ovlivnit herní děj, osudy vedlejších postav. K tomu je většinou zapotřebí kvalitní příběh s více možnostmi, jak se rozhodnout. Zmiňuje, že motivace postavy jí musí dávat smysl, jinak by danou volbu ne zvolila, tedy je zde vidět souhra herní motivace a motivace reálné. *„Prožívám ten příběh s tou postavou nebo se jí snažím nějak pochopit. Mě třeba bavěj ty hry, který nabízej nějaký rozhodování, ale musí to dávat smysl, musí to vycházet z nějaký motivace (...) mě vlastně rozčiluje, když to je takovej běčkovéj narativ (...) baví mě interagovat s tím světem. "*

Míra identifikace záleží také na typu hry. Alex se více identifikuje v sandbotech, kde se cítí více sama sebou, cítí větší volnost a zároveň zodpovědnost za ostatní postavy ve hře. Je to její svět, který si sama buduje a chce, aby se jim v něm společně žilo co nejlépe. V ostatních singleplayer hrách to prožívá odlišně, pohlíží na svoji postavu jako na někoho, koho pouze ovládá. *„Když to je nějaký sandbox, tak rozhodně se cejtím, že jsem to já v tý hře (...) chci taky působit na ty NPCčka. Hrozně ráda se starám o ně, to je většina náplně mého sandboxu. "*

Pak mě třeba mrzí, že třeba uhodím někoho, to jsem úplně špatná prostě (smích) i když to je jenom ve hře. Jsem taková maminka prostě (smích) (...) když to je nějaký single, kterej má danou nějakou postavu nebo když si ji člověk tvoří, není to to samý pro mě. Třeba ten Dead Cells – vím, že čistě řídím jenom někoho, že to prostě nejsem já.“

U Alex se identifikace v herním prostředí a v reálném prostředí moc neliší. Velmi často tam promítá samu sebe i přesto, že má ve videohře více možností a patrně by si i chtěla zkusit hrát jako někdo jiný, volit jiné možnosti, používat jiné herní mechaniky, být akčnější, aby dosáhla také jiného konce videohry. Je zajímavé, že i přes tuto touhu zkusit něco nového většinou hraje stále stejným způsobem. „(v reálu) to je úplně podobně. Mě to asi štve na jednu stranu, je to jako "tak já tady mám nějaký možnosti, že můžu bejt úplně jako někdo jinej", ale stejně do toho reflektuju sebe, v sandboxech obzvlášť (...) u Dishonored jsem si třeba říkala "tak už bych to mohla hrát jako víc akčně" (...) jak procházíš, tak i zabiješ ty strážce anebo je jen omračuješ a nebudu, když to řeknu blbě, jak debil, se plížit pořád a třeba loadovat, abych měla dobrou pozici. Mně to bylo prostě líto, nechtěla jsem špatnej konec.“

Flow

Alex sama popisuje, jakým způsobem a v jakém typu hry, se dostává do stavu flow. Nejvíce tuto zkušenost prožívá při hraní roguelike videoher, kde cítí úspěch, cítí, že se zlepšuje, automaticky něco dělá a daří se jí. Zároveň musí k dosažení tohoto stavu vynaložit značnou dávku úsilí. „Právě miluju, když se dostanu do nějaký flow, je to hrozně příjemný, že člověk už jenom mačká ty tlačítka. Vlastně napůl neví, co děl, ale ono to tak nějak funguje a zvládá ty levly nádherně, prostěto automaticky a překonává ty nepřátele. To je hodně dobrej pocit, to mě na tom nejvíc baví, ale musela jsem se do toho dopracovat.“

V rámci flow má Alex také pocit, že dokáže ve hře cokoli, nic jí nemůže překvapit, jde to samo. Cítí se více sebevědomá, více si důvěřuje, cítí, že se nemusí tolik snažit. V reálné zkušenosti tento pocit v určité míře zažívá také, ovšem častěji je to u videoher. „Když se dostane člověk přes nějaký milník (...) jakože "hej tak teď jsem zvládla tohle, tak teď mě jako přece už nemůže jako nic překvapit". Když se člověk dostane do té flow, že pomalu nevnímá a daří se. To má člověk fakt radost a má pocit, že se nemusí snažit vůbec (...) (v reálu) u nějakých kreativních věcí možná, ale to je málokdy (smích) to víc u těch her.“