



**SLEZSKÁ  
UNIVERZITA**

OBCHODNĚ PODNIKATELSKÁ  
FAKULTA V KARVINĚ

# Sociální média

3. přednáška

## Chování uživatelů sociálních médií





**BE HAPPY**

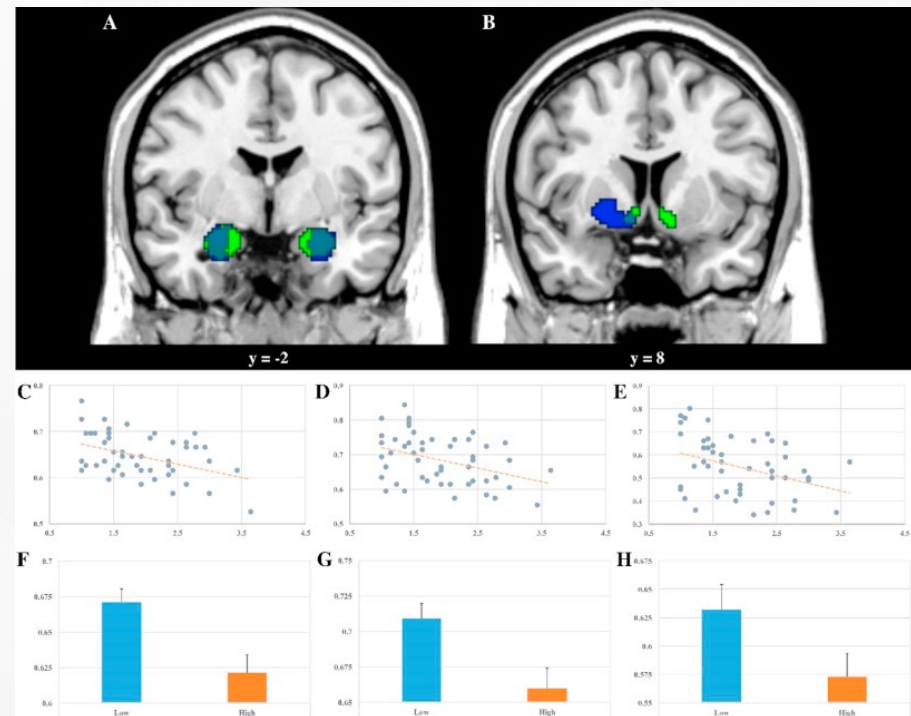
# Výsledky učení

- **Kategorizovat sociální média**
- **Popsat vývojové tendence odvětví médií**
- **Porozumět fungování sociálních médií**
- Umět rozhodovat o tom kdy a jak komunikovat
- Zakomponovat sociální média do kampaně
- Posoudit jak sociální média ovlivňují ekonomickou úspěšnost podniku
- Vést a spravovat profily na sociálních sítích



# Proč používáme sociální média

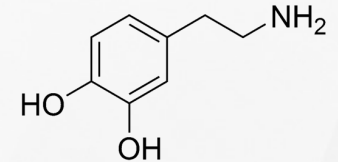
- Dva pohledy
  - Fyziologický
    - Dopamin
  - Psychosociální
    - FOMO
    - Sociální schválení
    - Princip náhody



Zdroj: <https://doi.org/10.1016/j.psychresns.2017.09.003>



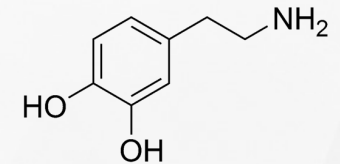
# Dopamin



- Dopamin je neurotransmitter, tedy chemická látka, která se podílí na přenosu signálů v mozku.
- Má roli v systému odměny a potěšení mozku.
- Když děláme něco, co náš mozek považuje za příjemné, jako je konzumace jídla, cvičení, otužování, sexuální aktivita nebo sociální interakce, může dojít k uvolnění dopaminu.



# Dopamin

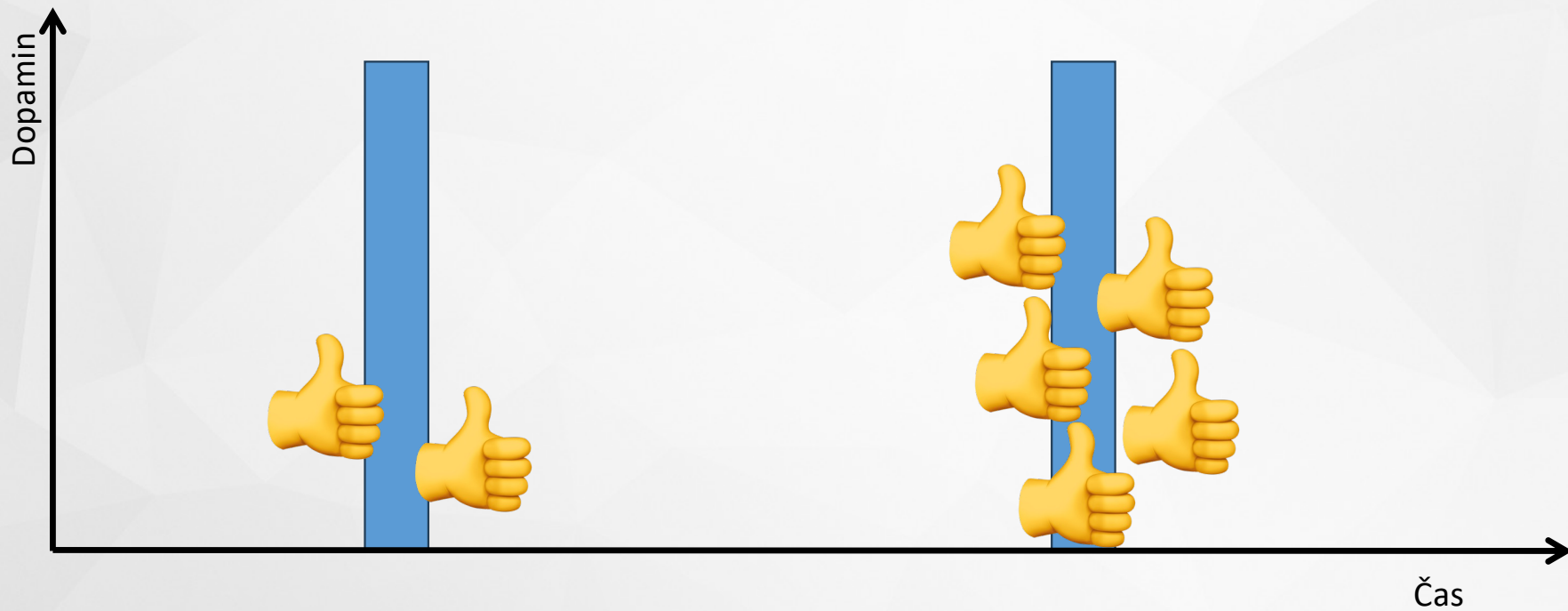
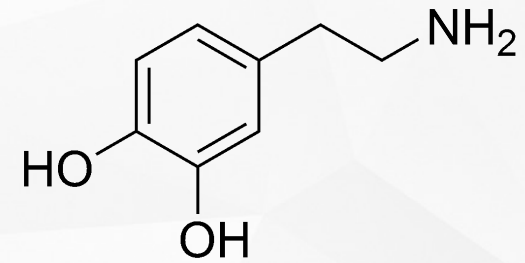


- To nás motivuje k opakování těchto činností, protože dopamin vyvolává pocit potěšení nebo spokojenosti.
- Časté opakování ale vede k postupnému oslabování efektu jelikož dojde k jevu kterému říkáme neuroadaptace.
- To způsobí zvýšení tolerance a potřebu dostat více pro dosažení stejného efektu.

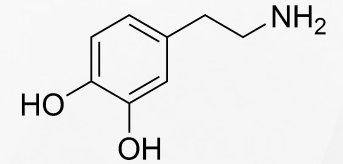


# Dopamin

- Neuradaptace:



# Dopamin



- V poslední fázi dochází k dopaminovému deficitu.
- Narovnání deficitu pomocí abstinence pak trvá okolo 4 týdnů.





# CHEAP DOPAMINE



SERIES / TV



ALCOHOL



JUNK FOOD



DRUGS



SOCIAL MEDIA



GAMBLING

# REAL DOPAMINE



NEW  
EXPERIENCES



SUN &  
OUTDOORS



WORK ON  
YOUR GOALS



REST



GOOD SLEEP



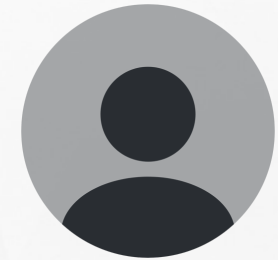
EXERCISE

# FOMO -Fear of missing out

- Strach z toho, že nám něco uniká.
- Chceme vědět co se děje, komu se co podařilo.
- Skutečný obraz reality je ale většinou jiný.
- Přesto zasahuje srovnávání naše sebevědomí.
- JOMO – Joy of missing out.



# Sociální schválení



- Jde o tendenci jednotlivců podřizovat své postoje, názory a chování očekáváním a hodnocením ostatních lidí v jejich sociálním okolí.
- Umožňuje lidem zapadnout do společnosti a vytvořit si sociální vazby.
- Může potlačovat individualitu a inovaci, což může brzdit společenský pokrok.



# Princip náhody

- Variable schedule reward
- Pokud kontrolujete e-mail a občas v něm najdete zajímavou zprávu, můžete se stát, že budete e-mail kontrolovat častěji, i když nevíte, kdy přesně přijde další zajímavá zpráva.

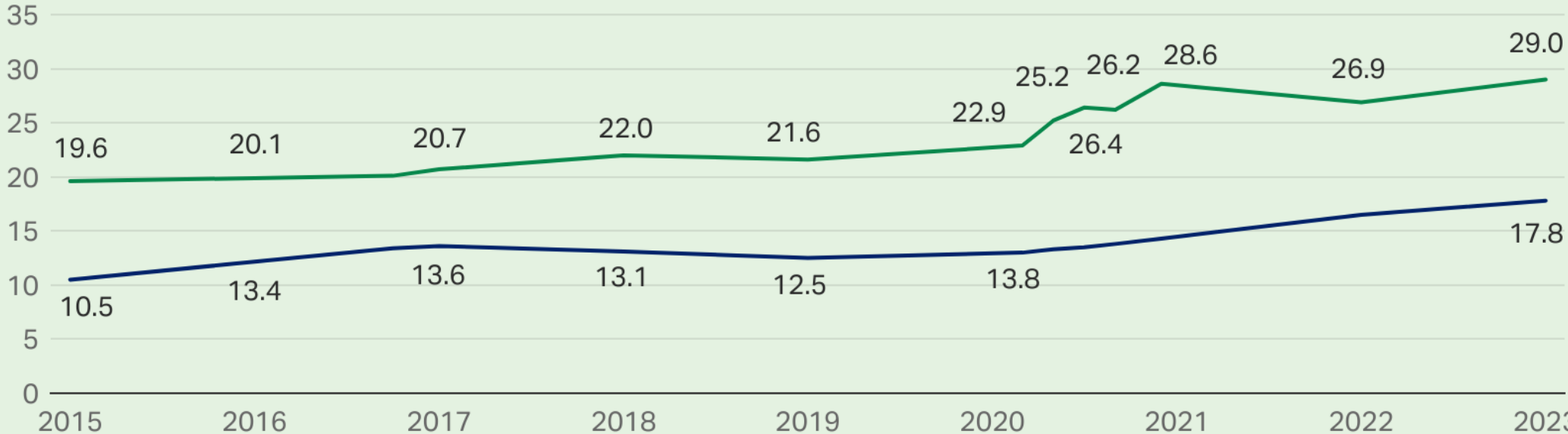


# Rising Trends: Lifetime and Current Depression Rates

Has a doctor or nurse ever told you that you have depression?

Do you currently have or are you currently being treated for depression?

— % Yes, lifetime depression — % Yes, current depression



JAN  
2023

# DAILY TIME SPENT WITH MEDIA

THE AVERAGE AMOUNT OF TIME EACH DAY THAT INTERNET USERS AGED 16 TO 64 SPEND WITH DIFFERENT KINDS OF MEDIA AND DEVICES



GLOBAL OVERVIEW

TIME SPENT USING  
THE INTERNET



**6H 37M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**-4.8% (-20 MINS)**

TIME SPENT WATCHING TELEVISION  
(BROADCAST AND STREAMING)



**3H 23M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**+1.5% (+3 MINS)**

TIME SPENT USING  
SOCIAL MEDIA



**2H 31M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**+2.0% (+3 MINS)**

TIME SPENT READING PRESS MEDIA  
(ONLINE AND PHYSICAL PRINT)



**2H 10M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**+7.4% (+9 MINS)**

TIME SPENT LISTENING TO  
MUSIC STREAMING SERVICES



**1H 38M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**+5.4% (+5 MINS)**

TIME SPENT LISTENING  
TO BROADCAST RADIO



**0H 59M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**-3.3% (-2 MINS)**

TIME SPENT LISTENING  
TO PODCASTS



**1H 02M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**+12.7% (+7 MINS)**

TIME SPENT USING  
A GAMES CONSOLE



**1H 14M**

YEAR-ON-YEAR CHANGE  
**+2.8% (+2 MINS)**



# DDÚ: Dokument Social Dilemma





# DDÚ: Joseph Gordon-Levitt TED



Děkuji za pozornost

