

Psychometric evaluation of the Czech version of the Fear of Missing Out Scale (FOMOs) in adolescents

Višvaderová, H. ¹, Váňová, A. ¹, Bočanová, J. ², Suchá, J. ¹

1 | Palacký University Olomouc, Faculty of Arts, Department of Psychology, Olomouc, Czech Republic

2 | University of Prešov, Faculty of Arts, Institute of Psychology, Prešov, Slovak Republic

Citation | Višvaderová, H., Váňová, A., Bočanová, J., & Suchá, J. (2025). Psychometrické ověření české verze škály Fear of Missing Out Scale (FOMOs) u adolescentů. *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi*, 8(4), 208–217. <https://doi.org/10.35198/APLP/2025-004-0001>

Background and aims | FoMO (fear of missing out) has been associated with anxiety and problematic social media use. In the Czech context, a validated tool for its assessment among adolescents is still lacking. The aim of the study was to examine the psychometric properties of the Czech version of the FOMO Scale. **Sample** | The research sample consisted of 575 lower secondary school students aged 11–16 years. **Methods** | Data were analyzed using confirmatory and exploratory factor analysis; reliability and construct validity (correlations with anxiety and problematic social media use) were also assessed. **Results** | The one-factor model did not show good fit (RMSEA = 0.096; CFI = 0.932). EFA identified a two-factor solution with better, though still not fully satisfactory, fit (RMSEA = 0.063; CFI = 0.971). Reliability was at the threshold of acceptability ($\alpha = 0.838$ overall). Validity was partially supported by significant correlations with anxiety ($r = 0.598$) and problematic social media use ($r = 0.583$).

Conclusions | The Czech version of the FOMO Scale appears to be a potentially useful tool, although its factor structure remains ambiguous and requires further validation.

Keywords | fear of missing out – psychometric properties – factor analysis – adolescents – social media

Submitted | 4 September 2025

Accepted | 26 October 2025

Grant affiliation | This publication was made possible thanks to targeted funding provided by the Czech Ministry of Education, Youth and Sports for specific research, granted in 2025 to Palacký University Olomouc (IGA_FF_2025_045; Social media and their role in adolescent mental health from a longitudinal research perspective)

Corresponding author | Bc. Hanka Višvaderová, Palacký University Olomouc, Faculty of Arts, Department of Psychology, Křížkovského 10, 779 00 Olomouc, Czech Republic

hvisvaderova@gmail.com

Psychometrické ověření české verze škály Fear of Missing Out Scale (FOMOs) u adolescentů

Višvaderová, H. ¹, Váňová, A. ¹, Bočanová, J. ², Suchá, J. ¹

1 | Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie

2 | Prešovská univerzita v Prešově, Filozofická fakulta, Institut psychologie

Citace | Višvaderová, H., Váňová, A., Bočanová, J., & Suchá, J. (2025). Psychometrické ověření české verze škály Fear of Missing Out Scale (FOMOs) u adolescentů. *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi*, 8(4), 208–217. <https://doi.org/10.35198/APLP/2025-004-0001>

Východiska | FoMO (fear of missing out, strach z promeškání) je spojován s úzkostí a problematickým užíváním sociálních sítí. V českém prostředí dosud chybí validovaný nástroj pro jeho měření u adolescentů.

Cíle | Cílem studie bylo ověřit psychometrické vlastnosti české verze škály FOMOs. **Výzkumný soubor** | Výzkumný soubor tvořilo 575 žáků ve věku 11–16 let.

Metody | Data byla analyzována pomocí konfirmační a explorační faktorové analýzy, posouzena byla také reliabilita a konstruktová validita (korelace s úzkostí a problematickým užíváním sociálních sítí).

Výsledky | Jednofaktorový model neprokázal dobrou shodu (RMSEA = 0,096; CFI = 0,932), EFA identifikovala dvoufaktorové řešení s lepší, avšak ne zcela optimální shodou (RMSEA = 0,063; CFI = 0,971). Reliabilita byla na hranici přijatelnosti (α = 0,838 celkově). Validita byla částečně podpořena významnými korelacemi s úzkostí (r = 0,598) a problematickým užíváním sociálních sítí (r = 0,583). **Závěry** | Česká verze škály FOMOs může být využitelným nástrojem, avšak její faktorová struktura zůstává nejednoznačná a vyžaduje další ověřování.

Klíčová slova | strach z promeškání – psychometrické vlastnosti – faktorová analýza – adolescenti – sociální sítě

Došlo do redakce | 4. září 2025

Přijato k tisku | 26. října 2025

Grantová podpora | Příspěvek vznikl za podpory MŠMT ČR udělené r. 2025 Univerzitě Palackého v Olomouci, název projektu je Sociální sítě a jejich role v duševním zdraví dospívajících z perspektivy longitudinálního výzkumu (IGA_FF_2025_045).

Korespondující autor | Bc. Hanka Višvaderová, Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie, Křížkovského 10, 779 00 Olomouc

hvisvaderova@gmail.com

1 ÚVOD

Strach z promeškání (fear of missing out, FoMO) má v rámci psychologických perspektiv několikero definic, které se částečně překrývají a částečně přinášejí k danému konceptu novou charakteristiku. Riordan et al. (2015) hovoří o nepříjemném a všepohlcujícím pocitu, že druzí prožívají obohacující zážitky, kterých není jedinec součástí. Na tuto definici navazují slova Przybylskiho et al. (2013), kteří přidávají neustálou touhu po spojení s tím, co dělají druzí lidé, a obavy jedince, že přijde o zážitky, které vidí například na sociálních sítích. Abel et al. (2016) k této definici doplňuje určitý druh úzkosti, podrážděnosti a pocitu nedostatečnosti právě při zapojení se do aktivity na sociálních sítích. Dle Hermana (2000) zde může hrát roli i obava z nevyčerpání všech možných dostupných příležitostí, a tedy z nevyužití určité radosti. Przybylski (2013) vychází při ukotvení termínu z teorie Ryana a Deciho (2000) a uvažuje o FoMO a sociálních sítích jako o prostředku k uspokojení základních psychologických potřeb, jimiž jsou kompetence, autonomie a sounáležitost. Zhang et al. (2020) spatřují FoMO rovněž mimo prostor digitálních platforem. Popisují FoMO jako emocionální reakci na chybění zážitků, které se mohou týkat soukromého i veřejného já. Tyto složky následně spojují s osobním FoMO, jež představuje míru strachu z promeškání spojenou se soukromým já, a sociálním FoMO, jež zahrnuje veřejné já spojené se strachem z promeškání zážitků, které si užívají ostatní.

Koncept strachu z promeškání tak nachází určité teoretické ukotvení ve vícero směrech. Složitost přichází s měřením celého konceptu. Nejužívanější metodou pro situace vyžadující zjištění strachu z promeškání v online prostředí je škála FOMOs autorů Przybylski et al. (2013), která udává jednofaktorové rozložení a obsahuje 10 položek s hodnocením na pětibodové škále Likertova typu. Daná škála odráží obavy a úzkosti, které plynou z kontaktu s událostmi nebo naopak z izolace od událostí či zážitků sdílených s blízkým i vzdálenějším okruhem daného jedince. Škála byla převedena do mnoha jazyků. Byla vytvořena verze italská (Casale & Fioravanti, 2019), francouzská (Lampraki et al., 2024), španělská (Gil et al., 2015), peruánská (Correa-Rojas et al., 2021), turecká (Can & Satıcı, 2019), kolumbijská (Cano et al., 2022), argentinská (Durao et al., 2024), íránská (Chashmi et al., 2023) a čínská (Li et al., 2021). Český překlad této škály vytvořil Glaser (2018) v rámci své diplomové práce.

Oblast problematického užívání sociálních sítí je nyní velmi aktuálním tématem, proto je důležité ověřovat faktory, jako je FoMO, které mohou k jejich problematickému užívání přispívat (Adams et al., 2017; Riordan et al., 2015). Z tohoto důvodu je cílem naší studie ověření psychometrických vlastností metody FOMOs (Przybylski et al., 2013) prostřednictvím otestování škály FOMOs dostupné v českém překladu Glasera (2018).

2 VÝZKUMNÝ SOUBOR

2.1 Design studie

Pro tuto studii byl zvolen kvantitativní design. Data byla sbírána v červnu 2024 na deseti náhodně vybraných základních školách v České republice.

2.2 Popis souboru a metodika sběru dat

Do studie bylo zapojeno celkem 592 respondentů z řad studentů základních škol ve věkovém rozpětí od 11 do 16 let. Z celkového počtu respondentů bylo následně vyřazeno 10 jedinců kvůli uvedení jiné národnosti než české. U 7 jedinců byla data vyhodnocena jako nevalidní, proto byli z analýz také vyřazeni. Průměrný věk respondentů byl 13,08 let ($SD = 0,94$), z toho 273 chlapců (47,5 %) a 301 děvčat (52,3 %). Jeden respondent (0,2 %) otázku pohlaví nezodpověděl. Výzkumný soubor se skládal z 575 respondentů.

Hair et al. (2010) doporučují pro faktorovou analýzu minimálně 20 respondentů na položku dotazníku či rozmezí 300 až 400 respondentů, což daná studie splňuje.

3 METODY

Pro účely studie byl respondentům předložen krátký sociodemografický dotazník spolu se sebesposuzovacími škálami FOMOs (Przybylski et al., 2013), DASS-21 (Lovibond & Lovibond, 1995; Pipová et al., 2021) a BSMAS (Andreassen et al., 2016; Suchá et al., 2024). Škály DASS-21 a BSMAS byly zvoleny z důvodu ověření konstruktové validity nástroje FOMOs.

3.1 Škála strachu z promeškání

Škála strachu z promeškání (Fear of Missing Out Scale, FOMOs, Przybylski, 2013) obsahuje 10 položek, které zachycují míru obav a znepokojení, jež mohou jedinci pociťovat v situacích, kdy mají dojem, že ostatní zažívají atraktivnější události či se účastní aktivit, které jim samotným unikají. Tento pocit může často vycházet z informací získaných prostřednictvím sociálních sítí. Odpověďovou škálu tvoří pět stupňů dle Likertova typu od „vůbec mě to nevystihuje“ po „extrémně mě to vystihuje“. Pro tento článek byl využit český překlad originální škály autorů v anglickém jazyce, vyhotovený pro diplomovou práci (Glaser, 2018), s jejímž autorem bylo použití škály konzultováno. Český překlad škály dle Glasera (2018) vyhotovilo nezávisle na sobě pět překladatelů, z čehož čtyři mají úroveň anglického jazyka C1 či C2 a jeden je rodilým mluvčím angličtiny z Velké Británie, který žije posledních 6 let v České republice. Na základě těchto překladů vytvořil autor překlad české verze metody. Reliabilita dotazníku v rámci této studie dosahuje hodnot Cronbachova $\alpha = 0,83$ a McDonaldova omega = 0,83.

3.2 Škála deprese, úzkosti a stresu

Škála deprese, úzkosti a stresu (DASS; Lovibond & Lovibond, 1995; Pipová et al., 2021) obsahuje 21 položek se škálami depresivity, úzkostnosti a stresu. Každá škála má 7 položek s odpovědovou škálou o čtyřech stupních od „vůbec se mě to netýkalo“ po „velice nebo skoro vždy se mě to týkalo“. Vyšší skóry značí vyšší míru potvrzení příznaků. Pro účely studie byla do výsledků zařazena pouze subškála úzkosti.

3.3 Bergenská škála závislosti na sociálních sítích (BSMAS)

Bergen Social Media Addicition Scale (Andreassen et al., 2016; Suchá et al., 2024) je škálou měřící míru závislosti na sociálních sítích dle odpovídajících základních komponent behaviorální závislosti. Škálu tvoří 6 otázek s odpovědovou škálou Likertova typu o pěti stupních, od „velmi zřídka“ po „velmi často“. Celkový skór se může pohybovat od 6 do 30 bodů. Reliabilita dotazníku v rámci této studie dosahuje hodnot Cronbachova $\alpha = 0,793$ a McDonaldova omega = 0,798.

4 ANALÝZA DAT

Statistická analýza probíhala v několika fázích. Nejprve byla provedena deskriptivní analýza výběrového souboru a kontrola kvality dat, včetně čištění dat v programu Microsoft Excel. Následné analýzy byly realizovány v softwaru JASP (verze 0.95; JASP Team, 2024).

První fází analýzy byla konfirmační faktorová analýza (CFA) pro ověření jednofaktorového modelu navrženého Przybylskim et al. (2013). Pro CFA byl zvolen estimátor WLSMV (Weighted Least Squares Mean and Variance adjusted), který je vhodný pro práci s ordinálními položkami (Flora & Curran, 2004).

Na základě výsledků této analýzy, které neprokázaly uspokojivou míru shody modelu s daty, byla následně provedena exploratorní faktorová analýza (EFA) s cílem ověřit alternativní strukturu dat. EFA byla realizována s využitím metody hlavních os (principal axis factoring) a obliním rotace. Před jejím uskutečněním byla provedena korelační matice mezi položkami a byly ověřeny předpoklady pomocí Kaiser-Meyer-Olkinova ukazatele pro ověření vhodnosti dat (KMO) a Bartlettova testu sféricity. Na základě dvoufaktorového řešení identifikovaného v EFA byl sestaven alternativní model, který byl následně ověřen prostřednictvím druhé konfirmační faktorové analýzy (CFA).

5 ETIKA

Vzhledem k věku výběrového souboru (11–16 let) byla účast na studii umožněna pouze po vyplnění informovaného souhlasu zákonným zástupcem a následném udělení souhlasu samotným účastníkem, přiměřeně jeho rozumové a mrav-

ní vyspělosti. Účast byla dobrovolná a anonymní. Postup sběru dat byl v souladu s ustanoveními zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník (zejména § 31 a 32, upravujícími svéprávnost nezletilých), a zákona č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů.

6 VÝSLEDKY

6.1 Deskriptivní analýza

Tabulka 1 zobrazuje deskriptivní statistiky položek. Průměrné hodnoty položek se pohybují v rozmezí 1,75 až 3,45. Směrodatné odchylky ukazují na přiměřenou variabilitu odpovědí. Hodnoty šikmosti a špičatosti se pohybují v akceptovatelném rozmezí ± 2 .

	M	SD	Sk	Ku
FOMO_1	1,990	1,118	1,003	0,193
FOMO_2	2,035	1,130	0,970	0,122
FOMO_3	2,581	1,332	0,454	-0,933
FOMO_4	1,750	1,082	1,513	1,551
FOMO_5	2,877	1,429	0,139	-1,298
FOMO_6	2,151	1,163	0,871	-0,074
FOMO_7	3,447	1,292	-0,403	-0,932
FOMO_8	1,723	1,038	1,472	1,456
FOMO_9	3,412	1,282	-0,372	-0,906
FOMO_10	2,083	1,230	0,974	-0,098

Pozn: N = 575; počet chybějících vyplnění ve všech položkách = 11; M = průměr; SD = směrodatná odchylka; Sk = šikmost; Ku = špičatost

Tabulka 1 | Deskriptivní statistiky položek škály FOMOs

Tabulka 2 zobrazuje Pearsonovy korelační koeficienty mezi jednotlivými položkami škály FOMO. Všechny korelace byly statisticky významné na hladině $p < 0,001$. Většina položek spolu korelovala středně silně až silně, zejména položky FOMO_1 a FOMO_2 ($r = 0,778$) a FOMO_7 a FOMO_9 ($r = 0,632$), což může naznačovat obsahové překrytí nebo podobné tematické zaměření těchto položek. Nejnižší korelace (např. FOMO_6 a FOMO_9, $r = 0,140$) mohou poukazovat na odlišnější obsahový záměr těchto položek a zároveň podpořit potřebu ověřit vnitřní strukturu škály pomocí EFA a CFA.

6.2 Reliabilita FOMOs

Pomocí ukazatele Cronbachova alfa byla zjišťována reliabilita nástroje. Celková reliabilita škály, která zahrnovala 575 kompletních vyplnění, se ukázala jako poměrně uspokojivá ($\alpha = 0,838$). Vyřazení žádné z položek by zásadně nepřispělo ke zvýšení celkové reliability škály (tabulka 3).

Proměnná	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. FOMO_1	—									
2. FOMO_2	0,778***	—								
3. FOMO_3	0,530***	0,555***	—							
4. FOMO_4	0,428***	0,409***	0,516***	—						
5. FOMO_5	0,340***	0,345***	0,344***	0,365***	—					
6. FOMO_6	0,390***	0,402***	0,380***	0,295***	0,234***	—				
7. FOMO_7	0,165***	0,180***	0,337***	0,271***	0,408***	0,251***	—			
8. FOMO_8	0,362***	0,364***	0,396***	0,338***	0,286***	0,300***	0,247***	—		
9. FOMO_9	0,163***	0,185***	0,252***	0,218***	0,352***	0,140***	0,632***	0,185***	—	
10. FOMO_10	0,367***	0,384***	0,378***	0,450***	0,305***	0,285***	0,332***	0,451***	0,269***	—

Pozn.: *** $p < 0,001$

Tabulka 2 | Pearsonovy korelační koeficienty mezi položkami škály FOMOs

Položka	α
FOMO_1	0,817
FOMO_2	0,815
FOMO_3	0,812
FOMO_4	0,820
FOMO_5	0,826
FOMO_6	0,831
FOMO_7	0,827
FOMO_8	0,826
FOMO_9	0,835
FOMO_10	0,821

Tabulka 3 | Cronbachova alfa při vyloučení jednotlivých položek

6.3 Konfirmační faktorová analýza 1

Konfirmační faktorová analýza byla provedena pro ověření jednofaktorového modelu škály FOMOs, jak jej navrhl Przybylski et al. (2013). Analýza byla realizována s využitím odhadu WLSMV vhodného pro ordinální data.

Hodnota chí-kvadrátu byla signifikantní ($\chi^2(35) = 218,73$, $p < 0,001$), což vzhledem k velikosti souboru ($N = 575$) nepovažujeme za zásadní problém, jelikož jak uvádí Kline (2016), tento test je na počet respondentů citlivý. Mezi fit indexy vykazoval model hodnoty RMSEA = 0,096 a SRMR = 0,084, což překračuje doporučené hranice pro dobrou shodu modelu (např. RMSEA < 0,08, SRMR < 0,08; Hu & Bentler, 1999). Naopak CFI = 0,932 a TLI = 0,912 již spadají do oblasti přijatelné až dobré shody (např. > 0,90; Hu & Bentler, 1999). Indexy jsou uvedeny v tabulce 4.

χ^2 (df)	CFI	TLI	RMSEA	SRMR	GFI
218,73 (35)	0,932	0,912	0,096	0,084	0,993

Pozn.: CFI = Comparative Fit Index; TLI = Tucker-Lewis Index; RMSEA = Root Mean Square Error of Approximation; SRMR = Standardized Root Mean Square Residual; GFI = Goodness of Fit Index.

Tabulka 4 | Fit indexy jednofaktorového modelu konfirmační faktorové analýzy škály FOMOs

Na základě těchto výsledků nelze jednofaktorový model považovat za úplně přijatelný a s optimální shodou s daty. Z tohoto důvodu jsme se rozhodli provést dodatečnou explorační faktorovou analýzu (EFA) našeho výzkumného souboru, která by mohla naznačit alternativní faktorovou strukturu škály FOMOs v rámci českého překladu.

6.4 Explorační faktorová analýza

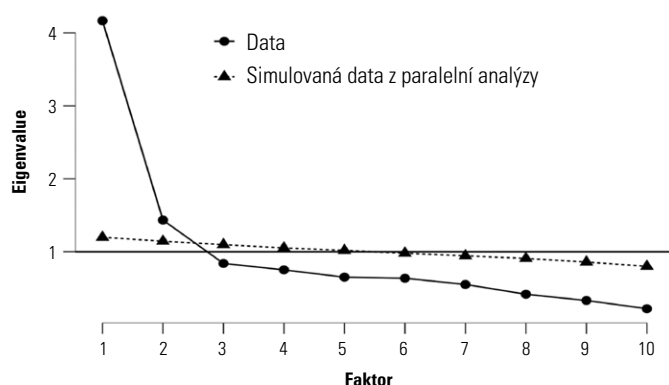
Před provedením explorační faktorové analýzy proběhlo ověření předpokladů k užití dané analýzy. Hodnota Kaiser-Meyer-Olkinova kritéria činila 0,835, což odpovídá velmi dobré míře způsobilosti. Bartlettův test sféricity byl statisticky významný ($\chi^2(45) = 2128,72$, $p < 0,001$), což potvrzuje vhodnost dat pro faktorovou analýzu. Korelace mezi položkami, jak uváděla již tabulka 2, byly převážně střední až silné. Výsledky Mardiaho testu multivariátní normality (šikmost = 11,54, $\chi^2(220) = 1117,57$, $p < 0,001$; špičatost = 139,92, $z = 15,50$, $p < 0,001$) však ukázaly, že data se významně odchylojí od předpokladu multivariátní normality. U psychologických dotazníků je to poměrně běžný jev. Vzhledem k tomu byla pro následné analýzy zvolena robustnější metoda odhadu.

Explorační faktorová analýza byla provedena s využitím metody hlavních os (principal axis, PA) a oblíbené rotací, která je vhodná pro situace s předpokladem vzájemné korelace faktorů, což u konstruktu FoMO předpokládáme.

Scree plot (graf 1) naznačil výrazný zlom mezi prvním a druhým faktorem, přičemž první faktor měl eigenvalue 4,17 a druhý 1,43.

Paralelní analýza (tabulka 5), založená na komponentové analýze, podpořila dvoufaktorové řešení, jelikož obě eigenvalues z reálných dat překročily průměrné hodnoty ze simulovaných náhodných dat (1,20 a 1,14).

Ačkoli v tabulce 6, kde byly eigenvalues počítány metodou hlavních os, vykazoval druhý faktor nižší hodnotu (1,094), rozhodnutí pro dvoufaktorové řešení zůstalo opodstatněné. Tyto faktory v nerotovaném řešení vysvětlily dohromady 48,0 % variance (faktor 1: 37,1 %, faktor 2: 10,9 %). Po



Graf 1 | Scree plot s výsledky paralelní analýzy pro FOMOs

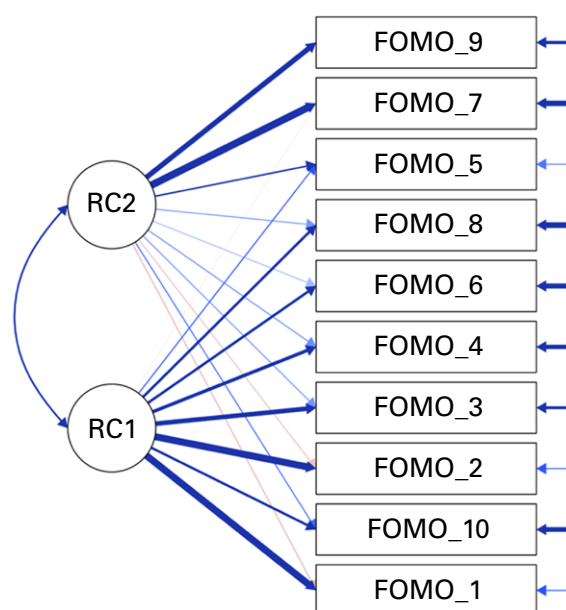
	Eigenvalues (reálná data)	Simulovaná eigenvalues
Faktor 1*	4,166	1,197
Faktor 2*	1,434	1,137
Faktor 3	0,840	1,095
Faktor 4	0,752	1,054
Faktor 5	0,651	1,015
Faktor 6	0,637	0,974
Faktor 7	0,551	0,945
Faktor 8	0,418	0,898
Faktor 9	0,332	0,866
Faktor 10	0,219	0,819

Tabulka 5 | Paralelní analýza

oblímin rotaci vysvětlovaly oba faktory 36,7 % variance (faktor 1: 19,9 %, faktor 2: 16,8 %).

Rozhodnutí pro dvoufaktorový model podpořilo také vizuální znázornění struktury, které je uvedeno na obrázku 1. V tomto diagramu jsou faktory označeny jako RC1 (první rotovaná komponenta) a RC2 (druhá rotovaná komponenta). Šipky směřující od faktorů k položkám představují faktorové zátěže, zatímco šipky napravo znázorňují chyby měření (reziduální složku variance, která není vysvětlena latentními faktory). Dle našich úvah by mohl RC1 odrážet FoMO zprostředkované digitálně a RC2 FoMO spojené s reálnými mezilidskými interakcemi.

Tabulka 7 následně zobrazuje faktorové zátěže jednotlivých položek po oblímin rotaci v rámci EFA. S ohledem na počet respondentů (N = 575) byla zvolena hranice pro zobrazení faktorových zátěží na vyšší hodnotu než 0,33. Hodnoty jedinečnosti (uniqueness) se pohybovaly ve všech položkách pod



Pozn.: RC1 = první rotovaná komponenta – digitálně zprostředkované FoMO; RC2 = druhá rotovaná komponenta – FoMO spojené s reálnými mezilidskými interakcemi

Schéma 1 | Vizuální znázornění dvoufaktorového modelu na základě EFA

	Faktor 1	Faktor 2	Uniq
FOMO_2	0,852		0,314
FOMO_1	0,851		0,322
FOMO_3	0,641		0,488
FOMO_4	0,533		0,616
FOMO_6	0,463		0,745
FOMO_8	0,462		0,708
FOMO_10	0,450		0,650
FOMO_7		0,880	0,234
FOMO_9		0,691	0,521
FOMO_5		0,374	0,678

Pozn.: Uniq = jedinečnost

Tabulka 7 | Faktorové zátěže položek FOMOs

χ^2 (df)	CFI	TLI	RMSEA	SRMR	GFI
111,01 (34)	0,971	0,962	0,063	0,067	0,983

Pozn.: CFI = Comparative Fit Index; TLI = Tucker-Lewis Index; RMSEA = Root Mean Square Error of Approximation; SRMR = Standardized Root Mean Square Residual; GFI = Goodness of Fit Index.

Tabulka 8 | Fit indexy dvoufaktorového modelu konfirmační faktorové analýzy škály FOMOs

Faktor	Eigenvalue (nerotované)	Podíl vysvětlené variance (nerotované)	Kumulativní variance (nerotované)	Podíl vysvětlené variance (po rotaci)	Kumulativní variance (po rotaci)
Faktor 1	3,71	0,371	0,371	0,199	0,199
Faktor 2	1,094	0,109	0,48	0,168	0,367

Tabulka 6 | Eigenvalues a vysvětlená variance faktorů

Faktor	Indikátor	Std. estimate	Std. error	p-hodnota	95% Interval spolehlivosti	
					Dolní mez	Horní mez
Faktor 1	FOMO_1	0,707	0,030	< 0,001	0,649	0,766
	FOMO_2	0,725	0,026	< 0,001	0,675	0,776
	FOMO_3	0,739	0,026	< 0,001	0,688	0,791
	FOMO_4	0,655	0,034	< 0,001	0,589	0,722
	FOMO_6	0,518	0,040	< 0,001	0,440	0,596
	FOMO_8	0,563	0,037	< 0,001	0,489	0,636
	FOMO_10	0,611	0,036	< 0,001	0,541	0,682
Faktor 2	FOMO_5	0,711	0,038	< 0,001	0,636	0,787
	FOMO_7	0,706	0,035	< 0,001	0,638	0,774
	FOMO_9	0,606	0,038	< 0,001	0,532	0,681

Pozn: Std. estimate = standardizovaná faktorová zátěž; Std. error = směrodatná chyba odhadu; 95% IS = interval spolehlivosti odhadu parametru. Všechny zátěže byly statisticky významné na hladině $p < 0,001$.

Tabulka 9 | Faktorové zátěže položek FOMOs ve dvoufaktorovém CFA modelu

hodnotou 0,75, což značí, že žádná z položek nevykazovala nadměrný podíl nevysvětlené variace. Žádnou položku tedy nebylo nutné vyřadit.

6.5 Konfirmační faktorová analýza 2

Na základě výše uvedené EFA nyní přecházíme k druhé konfirmační faktorové analýze. Hodnota chí-kvadrátu byla signifikantní ($\chi^2(34) = 111,01$, $p < 0,001$). Ostatní fit indexy (tabulka 8) dosahovaly v porovnání s jednofaktorovým řešením lepší úrovně. RMSEA p-hodnota byla rovna 0,05, což je blízko hranici signifikance.

Faktorové zátěže byly ve všech případech statisticky významné ($p < 0,001$) a jejich standardizované hodnoty se pohybovaly od 0,606 (FOMO_9) do 0,739 (FOMO_2). Podrobné výsledky jsou uvedeny v tabulce 9.

	R ²
FOMO_1	0,500
FOMO_2	0,526
FOMO_3	0,547
FOMO_4	0,430
FOMO_5	0,506
FOMO_6	0,268
FOMO_7	0,498
FOMO_8	0,317
FOMO_9	0,368
FOMO_10	0,374

Tabulka 10 | Koeficienty determinace (R2) jednotlivých položek ve dvoufaktorovém CFA

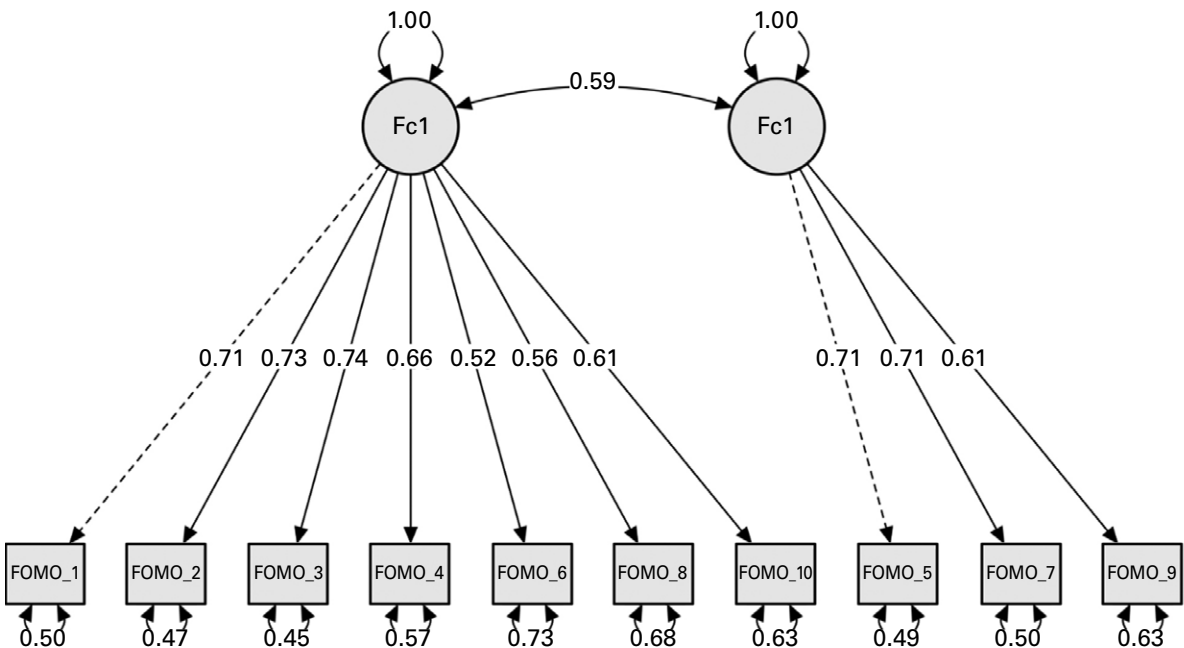


Schéma 1 | Struktura dvoufaktorového CFA modelu

Nejnižší R^2 (tabulka 10) bylo u položky FOMO_6 (0,268), nejvyšší u FOMO_3 (0,547). Korelace mezi faktory činila $r = 0,477$ a byla statisticky významná ($p < 0,001$), což potvrzuje teoretický předpoklad částečné souvislosti mezi dimenzemi.

Reliabilita obou faktorů byla dostačující. Cronbachova alfa byla 0,833 pro faktor 1 (FOMO zprostředkované digitálně) a 0,716 pro faktor 2 (FOMO spojené s reálnými mezilidskými interakcemi). Celková reliabilita škály dosáhla $\alpha = 0,838$.

Struktura modelu je znázorněna na obrázku 2, kde jsou patrné standardizované regresní váhy jednotlivých položek a propojení mezi latentními faktory. V diagramu jsou latentní proměnné označeny jako Fc1 (faktor 1 – digitálně zprostředkované FOMO) a Fc2 (faktor 2 – FOMO spojené s reálnými mezilidskými interakcemi).

Tabulka 11 zobrazuje položky dotazníku FOMOs spadající do daných faktorů. Dvoufaktorová struktura může umožnit větší diferenciaci v interpretaci výsledků.

Faktor 1: FoMO zprostředkované digitálně	
FOMO_1	Obávám se, že zážitky druhých lidí jsou uspokojivější než moje.
FOMO_2	Obávám se, že zážitky mých přátel jsou uspokojivější než moje.
FOMO_3	Znepokojuje mě zjištění, že se moji přátelé baví beze mě.
FOMO_4	Jsem nervózní, když nevím, co dělají moji přátelé.
FOMO_6	Někdy přemýšlím, jestli netrávím příliš mnoho času sledováním toho, co se děje kolem mě.
FOMO_8	Když se bavím, je pro mě důležité sdílet detaily online (např. aktualizovat si status).
FOMO_10	Když jsem na dovolené, nepřestávám sledovat, co dělají moji přátelé.
Faktor 2: FoMO spojené s reálnými mezilidskými interakcemi	
FOMO_5	Je pro mě důležité rozumět vtipům mých přátel.
FOMO_7	Mrzí mě, když propásnu příležitost setkat se s přáteli.
FOMO_9	Vadí mi, když propásnu plánovaný sraz.

Tabulka 11 | Položky dotazníku FOMOs rozdělené do dvou faktorů

6.6 Konstruktová validita

Konstruktová validita byla ověřována pomocí Pearsonových korelací (tabulka 12) s teoreticky souvisejícími konstrukty: úzkostí (DASS-A) a závislostí na sociálních sítích (BSMAS). Korelace byla v obou případech statisticky významná.

	BSMAS	DASS-A	FOMO
BSMAS (závislost na sociálních sítích)	—		
DASS-A (úzkost)	0,547***	—	
FOMO (celkový skór)	0,588***	0,582***	—

Pozn.: *** $p < 0,001$

Tabulka 12 | Pearsonovy korelace mezi škálami FOMOs, DASS-A a BSMAS

7 DISKUSE

Cílem této studie bylo přinést ověření psychometrických charakteristik výzkumného nástroje FOMOs (Przybylski et al., 2013), který se zaměřuje na fenomén strachu z promeškání. Analýza dat získaných dotazníkovým šetřením probíhala v několika fázích. V první fázi jsme se zaměřili na ověření jednofaktorového modelu škály podle původní studie autorů metody (Przybylski et al., 2013) prostřednictvím konfirmační faktorové analýzy, která však nepřinesla uspokojivé výsledky. Následně byla provedena exploratorní faktorová analýza, jejíž výsledky poukázaly na možnost dvoufaktorového řešení, přičemž model zahrnující dva faktory vysvětloval celkem 47,2 % variability proměnné. Jeden z faktorů odráží v tomto modelu FoMO zprostředkované digitálně (např. „obávám se, že zážitky druhých lidí jsou uspokojivější než moje“), zatímco druhý souvisí s reálnými mezilidskými interakcemi (např. „mrzí mě, když propásnu příležitost setkat se s přáteli“). Rozlišení digitálních projevů FoMO od projevů, které se vztahují k přímým sociálním interakcím, může pomoci primárně v rámci klinických a výzkumných oblastí zaměřených na rizikové či problematické užívání sociálních sítí. Reliabilita obou faktorů byla přijatelná (Cronbachova alfa = 0,833 a 0,716), celková reliabilita škály dosáhla $\alpha = 0,838$. Výsledky statistických analýz zahrnující souvislosti s mírou závislostního používání sociálních sítí a s mírou úzkosti naznačují validitu výzkumného nástroje a zároveň podporují již dříve zjištěné souvislosti vyššího FoMO s vyššími hodnotami úzkosti a také se silnější tendencí k problematickému užívání sociálních sítí (Elhai et al., 2020; Przybylski et al., 2013).

Výsledky této studie přispívají k diskusi o faktorové struktuře škály FoMOs, která byla zkoumána v několika validizačních studiích, jejichž výsledky jsou nejednotné. Zatímco některé (např. Cano et al., 2022; Correa-Rojas et al., 2021; Chasmi et al., 2023) podporují původní verzi Przybylského et al. (2013), která počítá s jednofaktorovou strukturou, jiné studie přicházejí s různými variantami rozdělení do dvou faktorů a přiklání se k pohledu na fenomén FoMO jako na vícedimenzionální konstrukt. Autoři italské verze například na základě výsledků faktorové analýzy navrhuji odlišit faktor spojený s obavami jedince, že ostatní lidé mají více obohacujících zážitků než on sám, který chápou jako faktor nejbližší původnímu pojetí fenoménu FoMO a který zároveň vysvětluje většinu rozptylu ve skóru škály, od druhého faktoru, jenž se spíše vztahuje k potřebě kontroly nad okolním děním a tendencím k ruminaci (Casale & Fioravanti, 2019). S dvoufaktorovým řešením přicházejí také autoři čínské verze (Li et al., 2021), již zároveň redukuje nástroj na osmipoložkový. Škála v jejich pojetí obsahuje faktor odpovídající strachu ze ztráty nových informací a faktor odpovídající strachu ze ztráty sociálních příležitostí. K redukci škály se přiklání také autoři francouzské adaptace (Lampraki et al., 2024), kteří identifikovali jeden faktor vyššího řádu, jenž tvoří tři faktory nižšího řádu – faktor odrážející úzkost z neúčasti na zážitcích s přáteli, faktor důležitosti spojení s přáteli a faktor potřeby zůstat ve spojení se sociálními médii.

Mezi limity této studie patří to, že testovala stále ještě ne zcela uspokojivý model, který navíc není možné porovnat s výsledky jiných studií v rámci České republiky. Některé nalezené zahraniční studie podporují vícefaktorové řešení, nicméně rozdělení a vymezení faktorů je napříč studiemi různorodé. Dalším limitem je skutečnost, že neproběhl zpětný překlad škály, tudíž jsou možné drobné odlišnosti v chápání položek dle jejich znění.

6 ZÁVĚRY

Výsledky této studie ukázaly, že původní jednofaktorový model škály FOMOs (Przybylski et al., 2013) nebyl na českém vzorku adolescentů uspokojivě potvrzen ($\chi^2(35) = 218,73$, $p < 0,001$; CFI = 0,932; TLI = 0,912; RMSEA = 0,096; SRMR = 0,084). Dodatečná explorační faktorová analýza identifikovala dvoufaktorové řešení, které bylo následně ověřeno prostřednictvím CFA a vykazalo lepší míru shody ($\chi^2(34) = 111,01$, $p < 0,001$; CFI = 0,971; TLI = 0,962; RMSEA = 0,063; SRMR = 0,067). Oba faktory – FoMO zprostředkované digitálně a FoMO spojené s reálnými mezilidskými interakcemi – vysvětlily 47,2 % variance, reliabilita byla přijatelná (pro jednotlivé faktory $\alpha = 0,833$ a $0,716$; celkově $\alpha = 0,838$). Konstruktová validita byla potvrzena významnými

korelacemi s úzkostí ($r = 0,598$, $p < 0,001$) a závislostí na sociálních sítích ($r = 0,583$, $p < 0,001$).

Zároveň je však třeba podotknout, že výsledný model nelze považovat za jednoznačně uspokojivý a výsledky je nutné interpretovat s opatrností. Škála může postihovat spíše obecnější projevy FoMO než specifické dimenze fenoménu a absence zpětného překladu může vést k drobným významovým odlišnostem. Česká verze škály FOMOs tak představuje použitelný, avšak ne zcela spolehlivý nástroj, jehož další validace a případná revize jsou doporučeny.

Role autorů | HV a JS navrhly studii a její design. HV realizovala sběr dat, provedla statistické analýzy, interpretovala výsledky a připravila počáteční verzi rukopisu. JB zajišťovala supervizi a podílela se na doplnění části statistických analýz. BV se zapojila zejména v pokročilé fázi přípravy rukopisu, přispěla k literární rešerši, tvorbě diskuse a konzultacím nad textem. JS poskytla supervizi rukopisu. Všechny autorky přispěly k tvorbě článku a schválily jeho finální verzi.

Konflikt zájmů | Jaroslava Suchá je vedoucí redaktorkou časopisu *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi*. Tato skutečnost byla zohledněna, aby bylo zajištěno, že neovlivní objektivitu studie ani proces recenzování.

Přílohy

Dotazník FOMOs v české verzi

FOMOs

Finální znění 10položkové verze české škály Fear of Missing Out scale (FOMOs). Níže najdeš soubor tvrzení, která se týkají tvých každodenních zážitků. Odpověz, jak pravdivé pro tebe dané tvrzení je, s použitím uvedené stupnice.

Vůbec mě to nevystihuje	Trochu mě to vystihuje	Středně mě to vystihuje	Velmi mě to vystihuje	Extrémně mě to vystihuje
1	2	3	4	5

Zvol své odpovědi tak, aby odrážely tvou skutečnou zkušenost, spíše než tvou představu o správném postupu. Posuzuj každé tvrzení zvlášť, nezávisle na ostatních tvrzeních.

	Vůbec mě to nevystihuje	Trochu mě to vystihuje	Středně mě to vystihuje	Velmi mě to vystihuje	Extrémně mě to vystihuje
1. Obávám se, že zážitky druhých lidí jsou uspokojivější než moje.	1	2	3	4	5
2. Obávám se, že zážitky mých přátel jsou uspokojivější než moje.	1	2	3	4	5
3. Znepokojuje mě zjištění, že se moji přátelé baví beze mě.	1	2	3	4	5
4. Jsem nervózní, když nevím, co dělají moji přátelé.	1	2	3	4	5
5. Je pro mě důležité rozumět vtipům mých přátel.	1	2	3	4	5
6. Někdy přemýšlím, jestli netrávím příliš mnoho času sledováním toho, co se děje kolem mě.	1	2	3	4	5
7. Mrzí mě, když propásnu příležitost setkat se s přáteli.	1	2	3	4	5
8. Když se bavím, je pro mě důležité sdílet detaily online (např. aktualizovat si status).	1	2	3	4	5
9. Vadí mi, když propásnu plánovaný sraz.	1	2	3	4	5
10. Když jsem na dovolené, nepřestávám sledovat, co dělají moji přátelé.	1	2	3	4	5

Celkem bodů:

LITERATURA / REFERENCES

- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). Social media and the fear of missing out: Scale development and assessment. *Journal of Business & Economics Research*, 14(1), Article 1. <https://journals.klalliance.org/index.php/JBER/article/view/192>
- Adams, S. K., Williford, D. N., Vaccaro, A., Kisler, T. S., Francis, A., & Newman, B. (2017). The young and the restless: Socializing trumps sleep, fear of missing out, and technological distractions in first-year college students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(3), 337–348. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1181557>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., Griffiths, M. D., Torsheim, T., & Sinha, R. (2016). The Bergen Social Media Addiction Scale: Development, psychometric properties, and cultural values. *International Journal of Psychology*, 51(5), 363–374. <https://doi.org/10.1002/ijop.12272>
- Can, G., & Satici, S. A. (2019). Adaptation of fear of missing out scale (FoMOs): Turkish version validity and reliability study. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 32(1). <https://doi.org/10.1186/s41155-019-0117-4>
- Cano, M., Quintero, H., Gaspar, D., & Martin, R. (2022). FoMOs scale assessment (Fear of Missing Out Scale) inside the Colombian context. *Pensamiento Americano*, 15(30), 1–11. <https://doi.org/10.21803/penamer.15.30.490>
- Casale, S., & Fioravanti, G. (2019). Factor structure and psychometric properties of the Italian version of the fear of missing out scale in emerging adults and adolescents. *Addictive Behaviors*, 102, 106179. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106179>
- Correa-Rojas, J., Grimaldo-Muchotrigo, M., & Del Rosario-Gontaruk, S. (2021). Propiedades psicométricas de la Fear of Missing Out Scale (FoMOs) en universitarios peruanos. *Aloma: Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 38(2), 113–120. <https://doi.org/10.51698/aloma.2020.38.2.113-120>
- Durao, M., Etchezahar, E., Genol, M. Á. A., & Muller, M. (2024). Adaptation and validation of the Fear of Missing Out (FoMO) scale to the Argentine context. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06571-8>
- Elhai, J. D., Gallinari, E. F., Rozgonjuk, D., & Yang, H. (2020). Depression, anxiety and fear of missing out as correlates of social, non-social and problematic smartphone use. *Addictive Behaviors*, 105, 106335. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106335>
- Flora, D. B., & Curran, P. J. (2004). An empirical evaluation of alternative methods of estimation for confirmatory factor analysis with ordinal data. *Psychological Methods*, 9(4), 466–491. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.9.4.466>
- Gil, F., Valle, G. D., & Oberst, U. (2015). Nuevas tecnologías ¿Nuevas patologías? El smartphone y el fear of missing out. *Aloma*, 33(2), 77–83. <https://doi.org/10.51698/aloma.2015.33.2.77-83>
- Glaser, O. (2018). *Úzkost a FoMO ve vztahu k užívání mobilních telefonů a sociálních sítí* [Magisterská práce]. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson Prentice Hall.
- Herman, D. (2000). Introducing short-term brands: A new branding tool for a new consumer reality. *Journal of Brand Management*, 7(5), 330–340. <https://doi.org/10.1057/bm.2000.23>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Chashmi, S. J. E., Aruguete, M., Sadri, M., Montag, C., & Shahrajabian, F. (2023). Psychometric properties of the fear of missing out (FoMO) scale in Iranian students: Reliability, validity, factor structure, and measurement invariance. *Telematics and Informatics Reports*, 10, 100066. <https://doi.org/10.1016/j.teler.2023.100066>
- JASP Team. (2024). *JASP* (Version 0.95.0) [Computer software].
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). The Guilford Press.
- Lampraki, C., Jopp, D. S., Roquet, A., Föcker, J., de Maio Nascimento, M., Gouveia, E., & Ihle, A. (2024). Validation of the French adaptation of the Fear of Missing Out (FoMO) Scale. <https://doi.org/10.31219/osf.io/pg5yh>
- Li, Y., Huang, Y., & Dou, K. (2021). Validation and psychometric properties of the Chinese version of the fear of missing out scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9896. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189896>
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21)*. (Český překlad: Pipová, I., Suchá, J., & Babilonová, J., 2021. Nepublikovaný překlad.)
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Riordan, B., Flett, J., Hunter, J., Scarf, D., & Conner, T. (2015). Fear of missing out (FoMO): The relationship between FoMO, alcohol use, and alcohol-related consequences in college students. *Annals of Neuroscience and Psychology*, 2. <https://doi.org/10.7243/2055-3447-2-9>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Sette, C. P., Lima, N. R. S., Queluz, F. N. F. R., Ferrari, B. L., & Hauck, N. (2020). The Online Fear of Missing Out Inventory (ON-FoMO): Development and validation of a new tool. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5(1), 20–29. <https://doi.org/10.1007/s41347-019-00110-0>
- Suchá, J., Aigelová, E., Pipová, H., Charvát, M., Dolejš, M., Václavková, N., & Babilonová, T. (2024). *Užívání internetu, sociálních sítí a digitálních her u adolescentů: Teoretická východiska, diagnostika a strategie intervence*. Togga.
- Zákon č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů. (2019). *Sbírka zákonů České republiky*.
- Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník. (2012). *Sbírka zákonů České republiky*.
- Zhang, Z., Jiménez, F. R., & Cicala, J. E. (2020). Fear of missing out scale: A self-concept perspective. *Psychology & Marketing*, 37(11), 1619–1634. <https://doi.org/10.1002/mar.21406>