

UŻYWANIE I NADUŻYWANIE INTERNETU: BADANIA WŚRÓD MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W IVANO-FRANKIVSKU

3. Формелла, М. Стуйківська, М. Ніколі. Використання і зловживання Інтернетом: дослідження серед школярів в Івано-Франківську.

У статті представлено результати дослідження вживання Інтернету серед школярів. Зокрема досліджується: зв'язок інтересу та контролю батьків за використанням школярами Інтернету; використання ноутбуків і смартфонів як фактору ризику в розвитку Інтернет залежності; види активності і зацікавлень в Інтернеті, зокрема соціальних мереж та їхній зв'язок з Інтернет залежністю. На основі проведеного дослідження сформовано профіль школяра в групі ризику Інтернет залежності. Наголошується на важливості виховання серед школярів навичок адекватного використання Інтернету.

Ключові слова: Інтернет залежність, школярі, батьківський контроль, соціальні мережі.

3. Formella, M. Stulkiwska, M. Nicoli. Использование и злоупотребление Интернетом: исследование среди школьников в Ивано-Франковске.

В статье представлены результаты исследования употребления Интернета среди школьников. В частности исследуется: связь интереса и контроля родителей за использованием школьниками Интернета; использование ноутбуков и смартфонов как фактора риска в развитии Интернет зависимости; виды активности и интересов в Интернете, в частности социальных сетей и их связь с Интернет зависимостью. На основе проведенного исследования сформирован профиль школьника в группе риска Интернет зависимости. Отмечается важность воспитания среди школьников навыков адекватного использования Интернета.

Ключевые слова: Интернет зависимость, школьники, родительский контроль, социальные сети.

Z. Formella, M. Stulkiwska, M. Nicoli. The use and abuse of the Internet: a research among pupils in Ivano-Frankivsk.

The papers delivers the results of a study of the Internet use among Ukrainian secondary school students. Specifically investigation focuses on: control interest of parents, use of laptops and smartphones as the risk factor in the development of Internet addiction; types of activity and interest in the Internet, including social networks and their relation with Internet addiction. As the outcome of their research, the Authors try to design the profile of the pupils at risk of Internet addiction. The main educative purpose emphasises the importance and need of an adequate education about Internet and skills formation for the personal benefits.

Keywords: Internet addiction, pupils, parental control, social networks.

Wstęp

Dla dorastającej młodzieży jest rzeczą istotną ich auto percepcja jako osoby „już” dorosłej. W dzisiejszym społeczeń-

stwie, w którym komputer jest obecny w prawie każdym domu, świat wirtualny stał się jednym z jego domowników. Internet pozwala na spotkania, oraz bycie wirtualne w miejscach, które fizycznie byłyby może niedostępne, a dzięki nieograniczonej czasoprzestrzeni Internetu są w zasięgu domowego zacisza. Przestrzeń ta dla wielu młodych ludzi staje się ważnym miejscem spotkań z rówieśnikami. Przebywanie w przestrzeni wirtualnej, łatwe przechodzenie z jednej strony internetowej na drugą, błyskawiczna możliwość zmiany relacji osobowych i treści zainteresowań mogą powodować postrzeganie tych możliwości jako poszerzenie granic swojej osobowości o rzeczywistość wirtualną (Bandini, 2012; Boyd, 2014).

Od 2006 roku ilość obywateli UE, którzy korzystają z Internetu codziennie, wzrosła z 31% do 65% w roku 2014, chociaż z drugiej strony 1/3 tej populacji nie korzysta z Internetu codziennie (<http://ec.europa.eu/eurostat>).

Dorastający Ukraińcy, w wieku 16-19 lat, korzystają z Internetu więcej niż inne kategorie wiekowe; 37% z nich używa Internetu korzystając ze Smartphone (<http://life.pravda.com.ua>). Badania przeprowadzone wśród młodzieży ukraińskiej w wieku 16-22 lat, 2013 roku, pokazały, iż 39% spośród badanych nie wyobraża sobie życia bez Internetu, 25,4 % bez Social Network a 45% bez telefonu komórkowego (<http://institute.gorshenin.ua/researches>).

Prezentacja ogólna

Wraz z pierwszymi badaniami przeprowadzonymi przez K. Young (1996), I. Goldberg (1995), M. Griffiths (1998) i M. Orzack (1996) dotyczącymi przestrzeni wirtualnej, podjęto próby konstruowania kryteriów diagnostycznych dotyczących używania i metod leczenia uzależnienia od Internetu.

Niestety, jeszcze dzisiaj niektórzy badacze/profesiści nie uznają uzależnienia/choroby (Tapper, 2013). Montag, Kirsch, Sauer i współpracownicy (2012), odkryli, iż czynniki genetyczne są w sposób znaczący skorelowane z płcią, wpływając tym samym na rodzaj i typ uzależnienia, jak np. czas przebywania w Social Network.

W konsekwencji znacznego postępu technologicznego, dorastająca młodzież staje się coraz łatwiejsza do zranienia pod różnymi aspektami, mającymi oczywisty wpływ na ich codzienne życie z punktu widzenia biologiczno-psychologiczno-społecznego. Przebywanie zatem w przestrzeni wirtualnej może stanowić dla tego młodego człowieka z jednej strony duże możliwości rozwoju, ale z drugiej może stanowić również duże zagrożenie, jeżeli nie otrzyma on odpowiedniej informacji i formacji.

Patrząc z perspektywy Ukrainy, uważamy tego typu badania za bardzo wskazane, zwłaszcza te dotyczące obecności młodego pokolenia w przestrzeni wirtualnej, nie tylko z powodu konieczności dopracowania własnej koncepcji teoretycznej w tym zakresie, ale przede wszystkim, aby położyć solidne fundamenty studiom tych rzeczywistości wirtualnych w znaczeniu ich funkcjonalności w celu organizowania przyszłych interwencji klinicznych, czy przede wszystkim tych o charakterze prewencyjnym i formacyjnym

w odniesieniu do rodziców i nauczycieli.

W badaniach już przeprowadzonych na tym polu okazało się, że kto rozwija w sobie uzależnienie od Internetu, przedstawia często cały szereg czynników predyspozycyjnych, spośród których jest także swoista niezdolność do relacji z innymi i duży stopień nieporadności (niski stopień poczucia własnego bezpieczeństwa): relacje wirtualne pozwalają tym osobom na większe możliwości kontrolowania i „ukrywania” tych ich trudności.

Uzależnienie od Internetu, znane powszechnie w literaturze psychologicznej i psychiatrycznej w oryginalnie angielskim jako Internet Adiction Disorder (IAD), jest zaburzeniem braku kontroli nad własnymi impulsami.

W 2013 zostało włączone w Sesję III DSM-5 (str. 921-924 w wydaniu włoskim) jako propozycja diagnozy pod nazwą Internet Gaming Disorder; mowa jest tam o swoistej propozycji diagnozy eksperymentalnej, czyli wymagającej jeszcze kolejnych studiów, tak więc nie może być ona na razie używana do celów prawnych lub związanych z roszczeniami ubezpieczeniowymi. Wielu jednak badaczy i praktyków uważa, że uzależnienie od Internetu nie może być uznawane jako swoiste uzależnienie o charakterze psychiatrycznym (typowa choroba psychiatryczna), lecz raczej ma charakter objawu psychologicznego, który może być powiązany z różnymi opisami i kryteriami klinicznymi.

Osoba z uzależnieniem od Internetu rozwija swoją aktywność wirtualną (np. na forum, chat, czy też poprzez Social Network); obecność ta odbywa się poprzez mediację komputera lub innego urządzenia połączonego z siecią. W tym samym czasie komputer połączony z Internetem może być mediatorem w innych sposobach relacji wirtualnych: cyber-pornografii, cyber-seksu, różnego rodzaju gier hazardowych, jak np. kasyno wirtualne, czy też zakupy kompulsywne.

Populacja osób uzależnionych od Internetu zmienia się w zależności od stosowanej metodologii badań oraz używanych technik badawczych (chodzi tu głównie o kwestionariusze, które stosują różne kryteria diagnostyczne). Generalnie badania przeprowadzone online wskazują, iż osoby uzależnione od Internetu mieszczą się w granicach od 3% do 11% (Kershaw, 2005), jednakże według niektórych autorów liczba ta wynosi od 0.3% do 0.7% (Aboujaouda, Koran, Gamel i inni, 2006).

Czas przebywania w świecie wirtualnym, jako jeden ze wskaźników progresji w uzależnieniu od Internetu, zaczyna coraz bardziej zdobywać teren, zastępując kolejno inne czynności domowe, jak czas poświęcany przyjaciółom, rodzinie, odpoczynkowi, studiowaniu czy pracy. Dla uzależnionych od Internetu staje się łatwiejsze komunikowanie się z innymi osobami w świecie wirtualnym niż z tymi w świecie realnym, co powoduje stopniowe odizolowywanie się od tych ostatnich. W zestawieniu z trudną częścią rzeczywistością relacji osobowych te wirtualne wydają się bardziej absorbujące i obiecujące na przyszłość. W praktyce osoby uzależnione od Internetu często nawiązują nowe znajomości czy przyjaźnie, przede wszystkim te online, natomiast

osoby nienadużywające Internetu wolą podtrzymywać w Internecie relacje istniejące już w świecie realnym (Yuong, 1996).

Rozwój uzależnienia od Internetu powoduje stopniowe zmiany w dotychczasowym stylu życia: rozregulowany rytm snu i odpoczynku, stres, stany dokuczliwych bólów, niewydolność, stopniowe niedostosowanie społeczne (<http://computeraddiction.com/>). Kiedy przebywanie w Internecie nie daje już początkowej gratyfikacji, może prowadzić do rozwoju różnego rodzaju chorób o charakterze depresyjnym (Volpi, 2014).

Według Davis (2002), używanie patologiczne Internetu jest ściśle powiązane z zachowaniami, które są typowe dla postaw nie przystosowawczych, a te z kolei są podstawową przyczyną zachowań związanych z uzależnieniem. Te powiązania dotyczą własnego "Ja", własnej sfery wewnętrznej, relacji ja-drugi, lub też relacji ze światem zewnętrznym.

Używanie patologiczne Internetu może mieć charakter specyficzny lub ogólny: -specyficzny charakteryzujący osoby uzależnione od pewnej funkcji Internetu (materiał erotyczny, gry hazardowe, itp.). Uzależnienia te istniałyby niezależnie od obecności lub nie w przestrzeni wirtualnej; -ogólny natomiast zawiera ten rodzaj używania Internetu określane ogólnym i wielofunkcyjnym, który jest utożsamiany często z samym używaniem przestrzeni wirtualnej. **Zagadnienia związane z klasyfikacją, kryteriami diagnostycznymi, objawami uzależnienia i możliwymi terapiami, pozostają tematami otwartymi. Nie istnieje na razie jednolita klasyfikacja i przyjęty przez wszystkich system kryteriów diagnostycznych**

Według Cantelmi (2000) istnieje 5 różnych typologii odnoszących się do zjawiska określanego *Cyber Addictions* (uzależnienie od cyber-przestrzeni), które są klasyfikowane na podstawie specyficznego rodzaju uzależnienia, znajdującego się w tak zwanym *Internet Related Psychopathology* (IRP):

- *compulsive online gambling* (*gry hazardowe online*): możliwość połączenia się z domu z kasynami wirtualnymi lub stronami internetowymi, które ułatwiają gry hazardowe online, powodują one silne zaburzenia w życiu relacji międzyosobowych i w wymiarze ekonomicznym;

- *cybersexual addiction* (*uzależnienie od cyber-seksu*): dotyczy to zarówno treści dostępnych w Internecie (zdjęcia pornograficzne, gry i filmy), jak i relacji o charakterze erotycznym pomiędzy uczestnikami połączeń internetowych;

- *cyber relationship addiction* (*uzależnienie od cyber-relacji*): dotyczy preferowania znajomości i relacji koleżeńskich i/lub o charakterze sentymentalnym poprzez Internet nad tymi realnymi (rodzinnymi czy społecznymi);

- *MUD's Addiction* (*uzależnienie od MUD*): gry strategiczne, jest tworzona osobowość fikcyjna, z którą gracz się identyfikuje;

- *Information Overload Addiction* (*uzależnienie poprzez nadmiar informacji*): charakteryzuje się poszukiwaniem informacji, poświęcając na ten cel większość czasu w trakcie przebywania online.

Przedstawienie badań własnych
Punkt wyjścia przeprowadzonych badań zakładał, iż używanie i nadużywanie Internetu jest zjawiskiem ciągle narastającym, zależnym od różnych

czynników, jak na przykład, wieku korzystającego z Internetu, kontekstu społecznego, oraz czynników kulturowych.

Jeżeli chodzi o szczegółowe założenia badań to z jednej strony zakładało się, iż *większe zainteresowanie i kontrola ze strony rodziców powinno skutkować mniejszą możliwością rozwijania się nadużywania Internetu, czyli w konsekwencji uzależnieniem od niego. Z drugiej jednak strony, zakładało się, iż używanie niektórych instrumentów jak np. smartphone, telefon komórkowy z możliwością stałego połączenia z Internetem, zwiększy obecność w przestrzeni wirtualnej zarówno jakościowo jak i ilościowo, a w konsekwencji bardzo wydłuży się czas poświęcony relacjom wirtualnym na niekorzyść tych realnych.*

Powyższe stwierdzenia pozwalają na postawienie hipotezy, iż *posiadanie przez młodzież dorastającą możliwości dostępu do Internetu, bez odpowiedniej i funkcjonalnej zdolności do dysponowania tymi możliwościami ze strony rodziny, zwiększa ryzyko rozwijania się uzależnienia.*

Zakłada się również, iż *obecność modeli rodzicielskich autorytatywnych i/lub laksystycznych, zwiększają możliwość nieuporządkowanego używania Internetu.*

Próba badawcza i narzędzia badawcze
W przedstawianych badaniach uczestniczyło 560 młodych osób w wieku od 9 do 17 lat, uczęszczających do dwóch szkół: jednej państwowej i jednej prywatnej, w mieście IvanoFrankivsk. Spośród tych uczestników badań 541 (275 chłopców i 266 dziewcząt), prawidłowo wypełniło kwestionariusz i 2 testy, a więc w konsekwencji tylko te kwestionariusze zostały wzięte pod uwagę przy opracowywaniu danych.

Narzędzia zastosowane w badaniach były następujące: test IAT (*Internet Addiction Test*), i test UADI III (Używanie, Nadużywanie i Uzależnienie od Internetu) oraz opracowany kwestionariusz o charakterze socjologicznym.

IAT (Internet Addiction Test)
Jest to narzędzie badawcze utworzone w 1998 roku przez Kimberly Young, założycielkę amerykańskiego *Center for Online Addiction*. W naszych badaniach została użyta wersja ukraińska tego testu (<http://www.oblosvita.com>), składająca się z 20 item (skala Likert 1-5), pogrupowanych w 6 faktorów (Salience, Excess use, Neglect work, Anticipation, Self-control, Neglect social life). Celem tego narzędzia badawczego jest identyfikacja osób, które nadużywają czasu poświęconego połączeniom internetowym, aż do zachowań przejawiających się w zaniedbywaniu relacji afektywnych w rodzinie, zaangażowania w pracy, w nauce, relacjach społecznych poprzez zaniedbywanie dbania o samego siebie (brak regulacji w rytmie snu i odpoczynku, stany apatyczne, nadpobudliwość psychomotoryczna (podniecenie), depresja związana z faktem bycia off-line, sny i fantazje dotyczące Internetu). Narzędzie to wyróżnia trzy poziomy używania Internetu:

1) 20-39 punktów: poziom normy. Osoba jest w stanie kontrolować własny czas przebywania w Internecie, posiadając funkcjonalny kontakt z rzeczywistością zewnętrzną, zachowując się realistycznie i zdrowo;

2) 40-69 punktów: poziom ryzyka. Osoba przejawia objawy trudności w organizowaniu czasu przebywania w Internecie, fakt ten odbija się negatywnie w jej życiu realnym;

3) 70-100 punktów: poziom uzależnienia. Osoba traci kontrolę nad swoim zachowaniem on-line, w rzeczywistości codziennej tu i teraz jest oderwana od problemów

realnych, fakt ten powoduje negatywne konsekwencje w jej życiu codziennym.

UADI-III (Używanie, Nadużywanie i Uzależnienie od Internetu)

Narzędzie to, nazywane w skrócie U.A.D.I. III (Uso, Abuso e Dipendenza da Internet - *Używanie, Nadużywanie i Uzależnienie od Internetu*), składa się z 20 items (skala Likert 1-5); wyróżnione są tu dwa faktory (Dipendenza - Uzależnienie, Problemi identitari - *Problemy osobowościowe*), które mierzą uzależnienie i niektóre elementy z nim związane jak tolerancja, abstynencja, wpływ na życie realne, kompulsywność, wyłączenie się, a więc pewien całokształt doświadczeń zmysłowych na linii ucieczka-wyobcowanie, tożsamość osobowościową i doświadczanie różnych aspektów własnego "ja" (Nicoli, Formella, Baiocco, w druku), aby móc jakościowo badać używanie Internetu.

Kwestionariusz socjologiczny
Zastosowany kwestionariusz socjologiczny, miał na celu zebranie niektórych informacji uczestników, takich jak: płeć, wiek, z kim zamieszkują, zainteresowanie ze strony rodziców, miejsce, w którym najczęściej korzystają z Internetu, od ilu lat z niego korzystają, z jakich Social Network najczęściej korzystają, jakiego rodzaju aktywność dominuje w czasie ich przebywania w przestrzeni internetowej.

Do obróbki danych wykorzystano program Microsoft Excel i program używany w statystyce SPSS.

Wyniki badań
Liczba młodzieży dorastającej, która ważne odpowiedziała na kwestionariusz wynosiła 541 osób, z których 23,7% (128) było uczniami szkoły prywatnej i 76,3% (413) uczęszczało do szkoły państwowej. W tej populacji odsetek młodzieży męskiej wynosił 50,8% (275), a dziewcząt 49,2% (266). Uczestnicy badań należeli głównie do dwóch grup wiekowych: 11-12 lat (173 osoby - 32%) oraz 13-14 (219 osoby - 40,5%). Pozostali to: 9-10 lat (65 osób - 12,0%) i powyżej 15 lat (84 osoby - 15,5%).

Z uzyskanych informacji wynika, że większość uczniów zamieszkiwała z obojgiem rodziców (433 - 80%), 77 osób zamieszkiwało z jednym z rodziców (14,2%), pozostałe 31 osoby zamieszkiwały z innymi członkami rodziny (5,7%).

Jeżeli chodzi o zainteresowanie rodziców na temat rodzaju aktywności w Internecie swoich dzieci to według oceny badanych 73,6% rodziców wykazuje zainteresowanie a brak tego zainteresowania wykazuje 26,4%.

Ważna jest także informacja na temat rodzaju dostępności do Internetu. 65,8% uczniów (356 osób) ma dostęp do Internetu we własnym domu (stałe łącze); 34,2% (185 osób), uzyskuje dostęp do przestrzeni wirtualnej za pomocą innych środków, jak telefon komórkowy czy smartphone. Wypływa stąd wniosek, iż ta druga grupa posiada niekontrolowany i często nielimitowany dostęp do Internetu.

Z zebranych danych wynika, iż 48,4% badanych (262 osoby) używają Internetu w okresie od 2 do 4 lat, natomiast 41,6% (225 osób) używają Internetu od 5 do 7 lat; 5,9% (31 osób) od 8 do 10 lat, natomiast 4,1% (22 osoby) używa Internetu od 1 roku.

Interesujące są również wyniki badań na temat przynależności do społecznościowych portali internetowych. Ponad połowa uczniów (331 osób - 61,2%) nie posiada konta na Facebooku, natomiast 38,8% (210 osoby) posiada takie konto. Na Twitterze jest zapisanych 27,5% (149

osób) a 72,5% (392 osoby) nie mają tam swojego konta. 47,1% (255 badanych) posiada swoje konto na Google +, natomiast 52,9% (286 osób) nie posiada takiego konta. Konto na VKontakte posiada 77,6% badanych (420 osób), co oznacza, iż 22,4% (121 osób) nie jest zapisane na VKontakte. Z naszych danych wynika, że jest to najczęściej używany Social Network wśród naszych badanych. Najmniej osób posiada swoje konto na Odnoklassniki: 14,8% (80 osób), podczas gdy 85,2% (461 osób) tego konta nie posiada.

Czym zajmują się uczniowie podczas połączeń internetowych? Z opracowania wyników badawczych wynika, iż 56,4% (305 osób) uczestniczy będąc na czacie z kolegami; 17,2% (93 osoby) słucha muzyki, a 7,6% (41 osób) ogląda filmy. Prawie połowa badanych (245 osób - 45,3%) posiada dostęp do Internetu we własnym pokoju, 32,1% (125 osób) w miejscu/pokoju wspólnotowym w domu, 16,1% (87 osób) łączy się z Internetem poprzez komputer przenośny w różnych miejscach, a 15,5% (84 osoby) używają Internetu poprzez smartphone w różnych miejscach.

Nadużywanie Internetu

Wyniki badań wskazują, iż według IAT, 65,6% (355 osób) korzysta z Internetu w granicach normy, 33,1% (179 osób) zostało sklasyfikowanych na granicy ryzyka dotyczącego używania Internetu, a 1,3% (7 osób) zostało zaliczonych jako te, które należą do kategorii osób uzależnionych od Internetu. Z badań wynika również, iż uciech, którego rodzice nie interesują się rodzajem aktywności swojej pociechy w Internecie, posiada wyższe wskaźniki uzależnienia od Internetu, w porównaniu z osobami, które mają rodziców interesujących się tą obecnością. Została znaleziona różnica znacząca statystycznie (<.050) w korelacji miejsce, z którego uczeń łączy się z Internetem a IAT: uczniowie, którzy łączą się z telefonu komórkowego lub smartphonu wykazali wyższe wyniki uzależnienia od Internetu w porównaniu z tymi, którzy łączą się w domu.

Interesująco przedstawiają się również wyniki na temat zależności pomiędzy czasem używania Internetu a uzależnieniem od niego. Przedstawiamy je w poniższej tabeli i wykresie.

Źródło: Opracowanie autorskie

W przeprowadzonych badaniach istnieje różnica znacząca statystycznie (<.050) pomiędzy różnymi grupami wewnątrz pytania "od ilu lat korzystasz z Internetu": kto korzysta z Internetu w okresie od 5-7 lat wykazuje wyższe wskaźniki uzależnienia od Internetu od grupy osób, które używają go od 1 roku. W podobne wyniki otrzymano w porównaniu pomiędzy grupą osób korzystających z Internetu w okresie 8-10 lat (wykazujących wyższe wskaźniki uzależnienia) od osób, które używają go od 1 roku. Ponadto, osoby z grupy 5-7 lat wykazały wyższy wskaźnik uzależnienia od tych z grupy 2-4 lata używania Internetu.

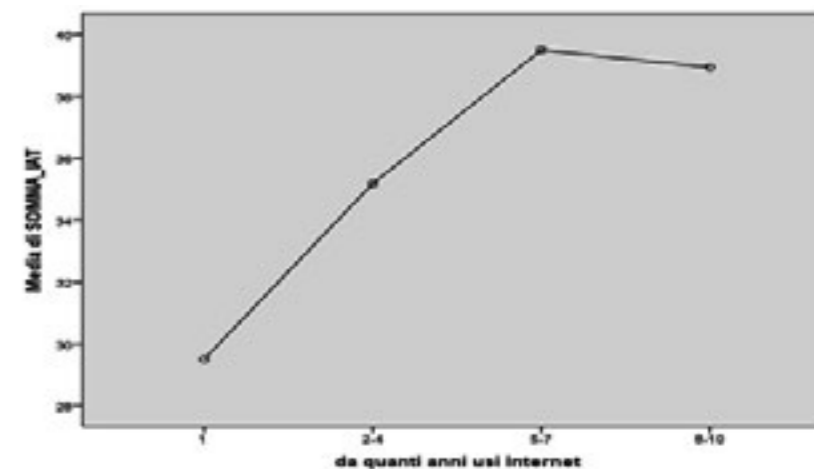
Źródło: Opracowanie autorskie

Podsumowując, można powiedzieć, że im większa liczba lat użytkowania

Tabela 1. Od ilu lat używa się Internetu a IAT

(I) od ilu lat korzystasz z Internetu	J) od ilu lat korzystasz z Internetu	R ó z n i c a p o m i ę d z y średnimi (I-J)	Błąd std.	Sig.
1	2-4	-5,676	2,616	,133
	5-7	-9,998*	2,633	,001
	8-10	-9,438*	3,264	,021
2-4	1	5,676	2,616	,133
	5-7	-4,322*	1,071	,000
	8-10	-3,762	2,207	,322
5-7	1	9,998*	2,633	,001
	2-4	4,322*	1,071	,000
	8-10	,560	2,227	,994
8-10	1	9,438*	3,264	,021
	2-4	3,762	2,207	,322
	7-5	-,560	2,227	,994

Wykres 1: Od ilu lat korzystasz z Internetu?



Internetu tym większa możliwość bycia uzależnionym od niego i w sposób korelacyjny większy będzie wskaźnik znaczący statystycznie w odniesieniu do czasu uzależnienia od Internetu.

W badaniach podjęty został także problem ewentualnego wpływu obecności w Social Network na poziom uzależnienia od Internetu. Stwierdzono wynik statystycznie znaczący (<.050) w korelacji pomiędzy osobami deklarującymi posiadanie konta na Facebooku a tymi nie posiadającymi. Te pierwsze osoby osiągnęły wyższy wynik w stosunku do tych drugich. Otrzymano także wynik statystycznie znaczący w korelacji pomiędzy osobami posiadającymi konto na Twitterze a tymi, którzy go nie posiadają. Ci pierwsi osiągnęli wynik wyższy, mierzone za pomocą IAT, od tych drugich.

Jeżeli chodzi o pozostałe faktory obecne w badaniach nie uzyskano znaczących statystycznie wyników w korelacji z UADI-III.

Przy analizie wyników należy brać pod uwagę czynnik oczekiwania społecznego, co oznacza, że odpowiedzi mogą być świadomie "ulepszane", pomimo stwierdzenia, że nie istnieją odpowiedzi słuszne lub niesłuszne. Na podstawie przeprowadzonych

na VKontakte i konto na Odnoklassniki.

Ciekawe są również wyniki uzyskane od osób znajdujących się w grupie używających Internet od 1 roku. W podobny sposób przedstawia się wynik osiągnięty przez osoby z grupy 8-10 w porównaniu z osobami z grupy 1 roku. Ponadto zauważono, że kto znajduje się w grupie 5-7 lat osiągnął wyniki wyższe od a

Źródło: Opracowanie autorskie

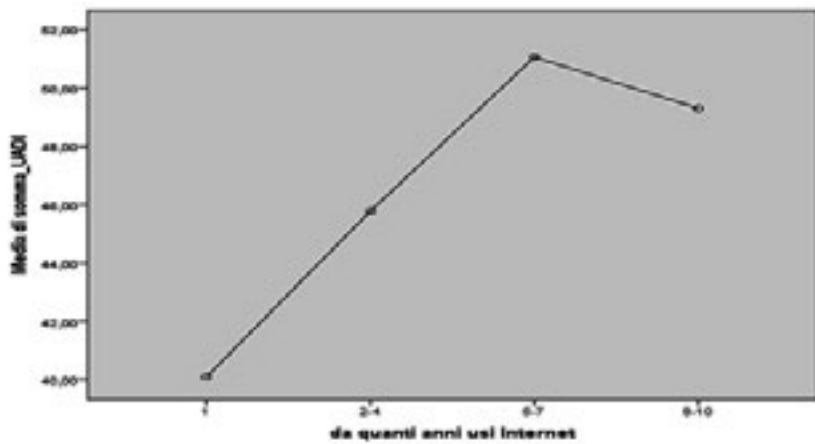
Stwierdzono także istnienie wyniku statystycznie znaczącego (<.050) pomiędzy osobami, które posiadają konto na VKontakte, a tymi którzy go nie posiadają. Pierwsza kategoria osób prezentuje większe uzależnienie od Internetu, w porównaniu z drugą kategorią. Chodzi tu ciągle o wyniki uzyskane na podstawie UADI-III.

Jeżeli chodzi o pozostałe faktory obecne w badaniach nie uzyskano znaczących statystycznie wyników w korelacji z UADI-III.

Tabela 2. Od ilu lat korzystasz z Internetu a UADI III

(I) od ilu lat korzystasz z Internetu	(J) od ilu lat korzystasz z Internetu	Differenza fra medie (I-J)	Błąd std.	Sig.
1	2-4	-5,68390	2,47876	,101
	5-7	-10,96250*	2,49176	,000
	8-10	-9,21034*	3,09364	,016
2-4	1	5,68390	2,47876	,101
	5-7	-5,27860*	1,01225	,000
	8-10	-3,52645	2,09437	,333
5-7	1	10,96250*	2,49176	,000
	2-4	5,27860*	1,01225	,000
	8-10	1,75216	2,10974	,840
8-10	1	9,21034*	3,09364	,016
	2-4	3,52645	2,09437	,333
	5-7	-1,75216	2,10974	,840

Grafik 2. Od ilu lat korzystasz z Internetu a UADI III



badania można określić profil osoby dorastającej (chłopiec/dziewczyna) w odniesieniu do przestrzeni ryzyka w używaniu i nadużywaniu Internetu: jest to osoba, która, korzystając z Internetu od 5-7 lat, której rodzice wydają się niezainteresowanymi tym, co robi ich syn/córka w Internecie, która ma dostęp do Internetu we własnym pokoju i/lub korzysta z środków komunikacji przenośnej typu telefon komórkowy lub smartphone oraz posiada swoje konto na Facebooku, Twitterze i VKontakte. Hipoteza ogólna badań dotycząca faktu iż używanie i nadużywanie Internetu rośnie wraz z wiekiem jej użytkowników (mamy tu na uwadze dzieci i młodzież w wieku szkolnym) została potwierdzona pozytywnie, gdyż została stwierdzona różnica znacząca statystycznie (<.050) wewnątrz grup badanych odpowiadających na pytanie: *od ilu lat korzystasz z Internetu?* Z przeprowadzonych badań wynika, że kto korzysta z Internetu 5-7 lat przedstawia punktację wyższą uzależnienia od Internetu w porównaniu z osobami, które korzystają od 1 roku. W sposób analogiczny, kto używa Internetu od 8-10 lat prezentuje punktację wyższą uzależnienia od osoby używającej Internetu od 1 roku. Ponadto zauważono, że osoby będące w grupie używającej

Internet od 5-7 lat mają wyższą punktację uzależnienia od Internetu zarówno według IAT jak i według UADI-III w porównaniu z osobami będącymi w grupie używania Internetu 2-4 lata. Fakt ten może oznaczać, że duże znaczenie mieć powinno uczenie korzystania z Internetu, widząc, iż jego używanie rośnie wraz z wiekiem, oraz że wraz z wiekiem zwiększa się również ryzyko uzależnienia od Internetu. Wczesna interwencja w tym zakresie może zmniejszyć ryzyko uzależnienia w wieku późniejszym. Została także potwierdzona hipoteza, że zainteresowanie ze strony rodziców, kontrola nad jakością obecności ich dzieci w Internecie wpływa pozytywnie na mniejsze ryzyko nadużywania czy uzależnienia się od Internetu. Z badań wynika różnica znacząca statystycznie (<.050), iż kto ma rodziców, którzy nie interesują się jego aktywnością w Internecie, prezentuje wyższy punkt uzależnienia od Internetu w porównaniu z tymi, których rodzice interesują się tą aktywnością wirtualną. Hipoteza zakładająca, że używanie smartphone wpływa na zwiększenie obecności w świecie wirtualnym została potwierdzona: rzeczywiście, kto łączy się z Internetem za pomocą telefonu komórkowego, czy też smartphone przed-

stawia wyższe punkty nadużywania czy uzależnienia od Internetu, w porównaniu z grupą łączącą się z własnego domu. Z przeprowadzonych badań wynika, że grupa należąca do ryzyka rozwoju uzależnienia od Internetu jest dosyć wysoka: wynosi ona 33,1% (179 osób). Istotna wydaje się tu zatem propozycja dostarczenia odpowiedniej informacji użytkownikom Internetu, jak również formacji w korzystaniu z niego, a w konsekwencji prewencji z punktu widzenia biologiczno-psychologiczno-społecznego. W grupie badanej 7 (1,3%) osób wymaga natychmiastowej interwencji specjalisty: wykazują one bowiem uzależnienie do Internetu.

Propozycje wychowawcze

Z badań wynika, iż czynnością, którą angażuje większość z badanej młodzieży jest uczestniczenie w różnych Social Network i chat z kolegami: 56,4% (305 osób), w porównaniu z tymi, którzy grają online (17,2% = 93 osoby), lub słuchają muzyki (18,9% - 102 osoby) oraz oglądają filmy (7,6% - 41 osób). Wydaje się zatem ważne zajmowanie się prewencją i promocją „zdrowego” korzystania z Social Network, promując social networking skills oraz pomagając w nabywaniu kompetencji digitalnych (Hobbs, 2010; Meyers, Erickson, Small, 2013). Te kompetencje zawierają się w nabywaniu umiejętności poprzez:

- dokonywanie świadomych i odpowiedzialnych wyborów w korzystaniu z informacji, wymianianiu się treściami, akceptowaniu tych treści;
- analizowanie otrzymywanych wiadomości z różnego punktu widzenia (autora, celów ich przekazania, jakości i wiarygodności treści);
- umiejętność tworzenia treści, używając odpowiedniego języka, zdjęć, obrazów, dźwięków za pomocą nowych możliwości technologicznych i digitalnych;
- bycie świadomym własnych zachowań komunikacyjnych, mając poczucie odpowiedzialności jako członek społeczeństwa, który zachowuje podstawowe zasady etyczne;
- uczestnicząc w inicjatywach społecznych, świadomie wybierać, podzielać i próbować stawiać czoło problemom na różnych poziomach, uczestnicząc w nich jako członek wspólnoty (Hobbs, 2010).

Literatura wirtualna powinna pomagać w refleksji osobistej nad sobą samym w relacji do nowych technologii i możliwości jakie daje człowiekowi korzystanie z nich, znajomość ich struktur i zasad działania, zarówno od strony społecznej jak i technicznej sieci wirtualnej, pomagając w ten sposób w zrozumieniu niektórych wymiarów życia społecznego, dzięki możliwościom informacyjnym jakie dają media społeczne (Meyers, Erickson, Small, 2013). Według Ranieri i Manca (2013), *social networking skills* mogą być widziane z kilku różnych perspektyw:

- *wymiar technologiczny*: zawiera w

sobie umiejętności i znajomości proceduralne, konieczne z punktu widzenia technicznego w korzystaniu z Social Network, oraz znajomości związane ze zrozumieniem zasad rządzących poruszaniem się w świecie wirtualnym (zdolności kognitywne, świadomość osobistego sposobu funkcjonowania w Social Network i zdolność do oceniania możliwości rozwiązywania problemów wirtualnych w konfrontacji z problemami realnymi);

- *wymiar kognitywny*: dotyczy zdolności do odczytywania i oceniania jakości i wiarygodności materiału dostępnego w Social Network, wiarygodności źródeł tych informacji (blogi osobiste, strony instytucjonalne, gazety wirtualne), zdolności do dzielenia się tymi informacjami i ich zawartością z użytkownikami społeczności internetowej;
- *wymiar etyczny*: zdolności do chronienia siebie i własnej prywatności, zdolności do zachowywania się we właściwy sposób respektując innych, korzystając z możliwości jakie daje świat wirtualny w sposób etyczny;
- *wymiar społeczny*: zdolność do komunikacji z innymi w sposób właściwy przestrzegając zasad obowiązujących w społeczności Social Network, do której się należy; zdolność do współpracy z innymi w używaniu instrumentów i możliwości jakie daje Social Network uczestnicząc w nim w sposób aktywny i twórczy.

Byłoby rzeczą właściwą i znaczącą opracować propozycje formacyjne dla uczniów poprzez tworzenie i kierowanie stronami wirtualnymi promującymi własną szkołę czy klasę, gdzie sami uczniowie stają się aktywnymi członkami społeczności, tworząc informacje użyteczne dla innych lub kreując bezpieczne platformy komunikacyjne, używane na rzecz dydaktyki szkolnej czy w tworzeniu społeczności wirtualnych. Proponuje się dla nauczycieli i rodziców serię spotkań formacyjnych na temat bezpiecznego używania Internetu, z ukazaniem niektórych możliwości i programów, które ograniczają możliwości korzystania z niektórych stron internetowych, proponując lepsze poznanie świata wirtualnego młodzieży, aby móc im towarzyszyć w byciu w tym świecie.

Zakończenie

Jest sprawą ciągle aktualną i podstawową, aby osoby zajmujące się zawodowo zdrowiem psychicznym i dobrostanem społeczeństwa studiowały i pogłębiały znajomość problemów związanych z ciągle wzrastającym znaczeniem Internetu (przestrzeni wirtualnej) i jego wpływem na zdrowie psychiczne, zarówno w wymiarze prewencyjnym, jak i tym związanym z problematyką nadużywania Internetu, mogących prowadzić do problemów o charakterze psychopatologicznym. Zarówno literatura przedmiotu jak i badania przedstawione w tym artykule potwierdzają, że grupa rówieśnicza jest „środkiem-przestrzenią” bardzo ważnym w okresie dojrzywania indywidu-

alnego i społecznego młodego człowieka. Grupa rówieśnicza jest jednym z ważniejszych środków wzrastania dla młodzieży, jest miejscem, w którym czuje się ona bezpieczna, z którym się identyfikuje, gdzie rozwija poprzez konfrontację swoją osobowość, gdzie przeżywa proces separacji-indywidualizacji dla dorastającej rodziny, dążąc do osiągnięcia autonomii osobistej na różnych poziomach swojego rozwoju. Biorąc pod uwagę te powszechnie akceptowane procesy rozwojowe młodego człowieka, możemy tłumaczyć używanie Social Network i grupy rówieśnicze tworzone wewnątrz jako zjawisko typowe, z punktu psychospołecznego dla dorastającej młodzieży. W tym kluczu również należałoby odczytywać popularność obecności młodzieży w portalach społecznościowych bardziej niż innych grup społecznych. Można zatem mówić tu o tworzeniu grup społecznościowych rówieśniczych wirtualnych, różnych od tych realnych, które charakteryzują się brakiem kontaktu fizycznego bezpośredniego, dzielenia się i wspólnego przeżywania na poziomie emocjonalnym, braku oddziaływania języka nie-werbalnego. Pozostanie, jako wskazówka do dalszych badań i przemyśleń, fakt związany z pytaniami o rozwój tożsamości dorastającego człowieka i o możliwość jej rozwoju całościowego, adekwatnego i funkcjonalnego w obrębie grup wirtualnych w konfrontacji z tymi realnymi. Istotne byłoby tu badanie korelacji pomiędzy różnymi zmiennymi, znajdującymi się w używanych instrumentach badawczych, a także zastosowanie innych instrumentów i technik badawczych, aby z większą uwagą studiować ewentualny profil i kierunki zmian rozwoju tożsamości młodzieży. Pozwoli to na dostosowywanie adekwatnych propozycji formacyjnych, jako właściwych i funkcjonalnych w stosunku do osoby i jej środowiska wzrastania.

Bibliografia

Aboujaoude, E., Koran, L. M., Gamel, N., Large, M. D., & Serpe, R. T. (2006). Potential markers for problematic internet use: a telephone survey of 2,513 adults. *CNS Spectrums*, 11(10), 750-755.

American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5. Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*. Milano: Cortina Raffaello.

Bandini, G. (2012). Gli adolescenti in Rete. Competenze, esperienze e stili di vita. In C. Betti & C. Benelli (Eds.), *Gli adolescenti tra reale e virtuale. Scuola, famiglia e relazioni sociali*. Milano: Unicopli, 187-198.

Boyd, D. (2014). It's complicated. *La vita sociale degli adolescenti sul web*. Roma: Castelvecchi.

Cantelmi, T. (2000). Presi nella Rete: studi sulla dipendenza psicologica da Internet. *Cultura e Libri*, 128, 21-25.

Davis, R. A., Flett, G. L., & Besser, A. (2002). Validation of a New Scale for Measuring Problematic Internet

Use: Implications for Pre-employment Screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4), 331-345.

Hobbs, R. (2010). *Digital and Media Literacy: A Plan of Action*. Washington: Aspen Institute.

Kershaw, S. Hooked on the Web: Help Is on the Way. *The New York Times*. <http://www.nytimes.com/2005/12/01/fashion/thursdaystyles/hooked-on-the-web-help-is-on-the-way.html>. (15.05.2015).

Meyers, E. M., Erickson, I., & Small, R. V. (2013). Digital literacy and informal learning environments: an introduction. *Learning, Media and Technology*, 38(4), 355-367.

Montag, C., Kirsch, P., Sauer, C., Markett, S., & Reuter M. (2010). The role of the CHRNA4 gene in Internet addiction: a case-control study. *Journal of addiction medicine*. 6(3). 191-195.

Nicoli, M., Formella, Z., & Baiocco, R. (w druku). La validazione italiana della forma breve della scala Usa, Abuso e Dipendenza da Internet: il UADI - III. *Psicologia della salute*.

Orzack, M. H. *Computer Addiction Services*. <http://www.computeraddiction.com/>. (2.02.2015).

Ranieri, M., & Manca, S. (2013). *I social network nell'educazione. Basi teoriche, modelli applicativi e linee guida*. Trento: Centro Studi Erickson.

Seybert, H., & Reinecke, P. (2014). Internet and cloud services - statistics on the use by individuals - Statistics Explained. *Statistics in focus*, 16. http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Internet_and_cloud_services_-_statistics_on_the_use_by_individuals. (2.04.2015).

Tapper, J. Internet addicts face constant temptation, non-believers.. *Toronto Star*. http://www.thestar.com/life/health_wellness/news_research/2013/02/01/internet_addicts_face_constant_temptation_nonbelievers.html. (10.04.2015).

Volpi, B. (2014). *Gli adolescenti e la Rete*. Roma: Carocci.

Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Paper presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association, August 11, 1996. Toronto, Canada.

10% українців виходять в інтернет зі своїх мобілок. <http://life.pravda.com.ua/society/2013/06/3/130514/>. (22.03.2015).

Современная молодежь Украины: свободное время http://institute.gorshenin.ua/researches/122_sovremennaya_molodezh_ukraini.html. (23.05.2015).

