



Finansowane ze środków
Komisji Europejskiej
Program Safer Internet plus



EU NET ADB – Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie

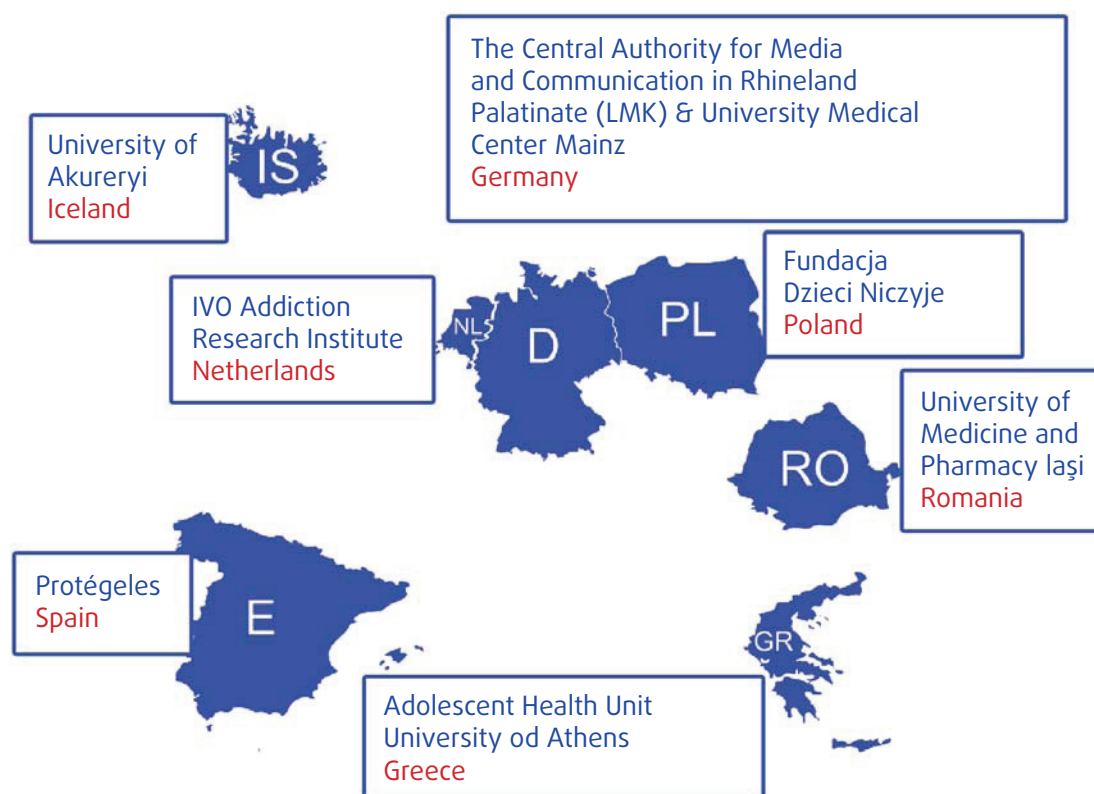


Opracowanie i redakcja: Katarzyna Makaruk, Szymon Wójcik



Fundacja Dzieci Niczyje
Warszawa 2012

Informacje o konsorcjum EU NET ADB



Główny koordynator, koordynator części ilościowej oraz współkoordynator części jakościowej

Grecja
Adolescent Health Unit (A.H.U.)
Second Department of Pediatrics
University of Athens
"P. & A. Kyriakou" Children's Hospital

Koordynator części jakościowej

Niemcy
Outpatient Clinic for Computer Game and Internet Addictive Behaviour
Clinic and Polyclinic for Psychosomatic Medicine and Psychotherapy
University Medical Center of the Johannes Gutenberg
University of Mainz

Koordynator polskiej części badań

Fundacja Dzieci Niczyje
ul. Katowicka 31
03-932 Warszawa
tel./faks: +48 22 616 02 68
badania@fdn.pl

Cele badania

1. Określenie skali występowania oraz czynników ryzyka zjawiska nadużywania internetu wśród młodzieży.
2. Jakościowa analiza zjawiska nadużywania internetu wśród młodzieży.
3. Podniesienie społecznej świadomości dotyczącej problemu nadużywania internetu przez młodzież.
4. Dostarczenie danych, które mogą stać się podstawą działań profilaktycznych i pomocowych.

Metodologia

I. Część ilościowa

- Respondenci: młodzież w wieku 14–17 lat
- Reprezentatywna próba młodzieży w każdym z 7 krajów
 - 2045 kwestionariuszy w Polsce
 - łącznie 13 300 kwestionariuszy w 7 europejskich krajach
- Czas realizacji badania: październik 2011–maj 2012
- Kwestionariusz składał się z następujących części:
 1. Korzystanie z internetu (dane socjodemograficzne, informacje o rodzinie, osiągnięcia szkolne, charakterystyka używania internetu, kontrola rodzicielska)
 2. Test na uzależnienie od internetu (IAT; Young, 1998)
 3. Test na uzależnienie od gier online (AICA-S; Wölfling, Müller & Beutel, 2010)
 4. Test na uzależnienie od hazardu (SOGS-RA; Winters, Stinchfield & Fulkerson, 1993)
 5. Kwestionariusz samooceny (YSR, Achenbach & Rescorla, 2001)

II. Część jakościowa

- Respondenci: młodzież w wieku 14–17 lat wykazująca przynajmniej niektóre symptomy nadużywania internetu (wynik testu IAT pow. 30 pkt)
- Indywidualne wywiady pogłębione z młodzieżą wykazującą symptomy dysfunkcyjnego używania internetu
- Od 12 do 20 wywiadów w każdym kraju (łącznie 124 wywiady)
- Zastosowanie teorii ugruntowanej (Strauss & Carbin, 1990)
- Czas realizacji badania: czerwiec 2011–czerwiec 2012

I. Część ilościowa

Autorzy: Tsitsika Artemis (Grecja), Janikian Mari (Grecja), Tzavela Eleni (Grecja), Schoenmakers Tim (Holandia), Olafsson Kjartan (Islandia), Halapi Eva (Islandia), Tzavara Chara (Grecja), Wójcik Szymon (Polska), Markaruk Katarzyna (Polska), Critselis Elena (Grecja), Müller Kai W. (Niemcy), Dreier Michael (Niemcy), Holtz Sebastian (Niemcy), Wölfling Klaus (Niemcy), Iordache Andreea (Rumunia), Oliaga Ana (Hiszpania), Chele Gabi (Rumunia), Macarie George (Rumunia), Richardson Clive (Grecja)

1. Nadużywanie internetu

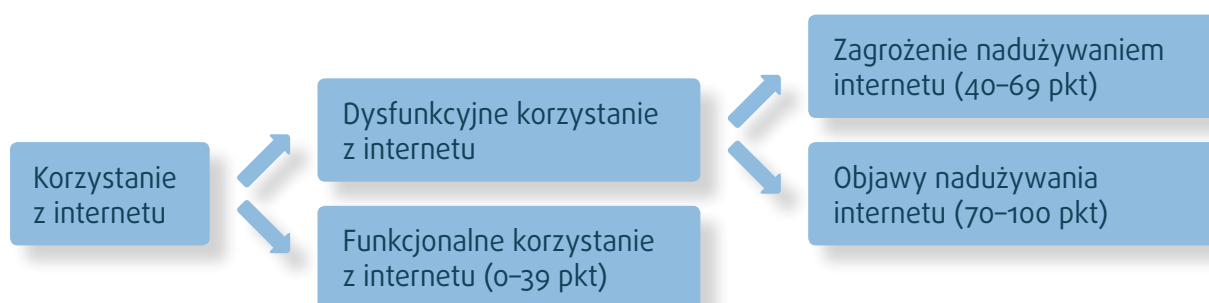
TERMINY UŻYWANE W RAPORCIE

Nadużywanie internetu – zachowanie charakteryzujące się utratą kontroli nad korzystaniem z internetu. Może prowadzić do izolacji oraz zaniedbywania różnych form aktywności społecznej, nauki, aktywnego wypoczynku, higieny osobistej oraz zdrowia.

Dysfunkcyjne korzystanie z internetu – termin szerszy niż nadużywanie internetu. Obejmuje zarówno nadużywanie internetu, jak i zagrożenie nadużywaniem (tj. przejawianie tylko niektórych objawów).

Test IAT

W badaniu EU NET ADB do pomiaru użyto testu psychologicznego IAT (Internet Addictive Test) autorstwa Kimberly Young. Jest to najczęściej używane narzędzie pomiarowe w badaniach dotyczących tego problemu, zaś jego właściwości psychometryczne zostały potwierdzone w wielu badaniach. Test składa się z opisu 20 symptomów nadużywania internetu. Badany ma za zadanie określić, jak często obserwuje u siebie dane zachowanie. W teście można osiągnąć wynik od 0 do 100 pkt.



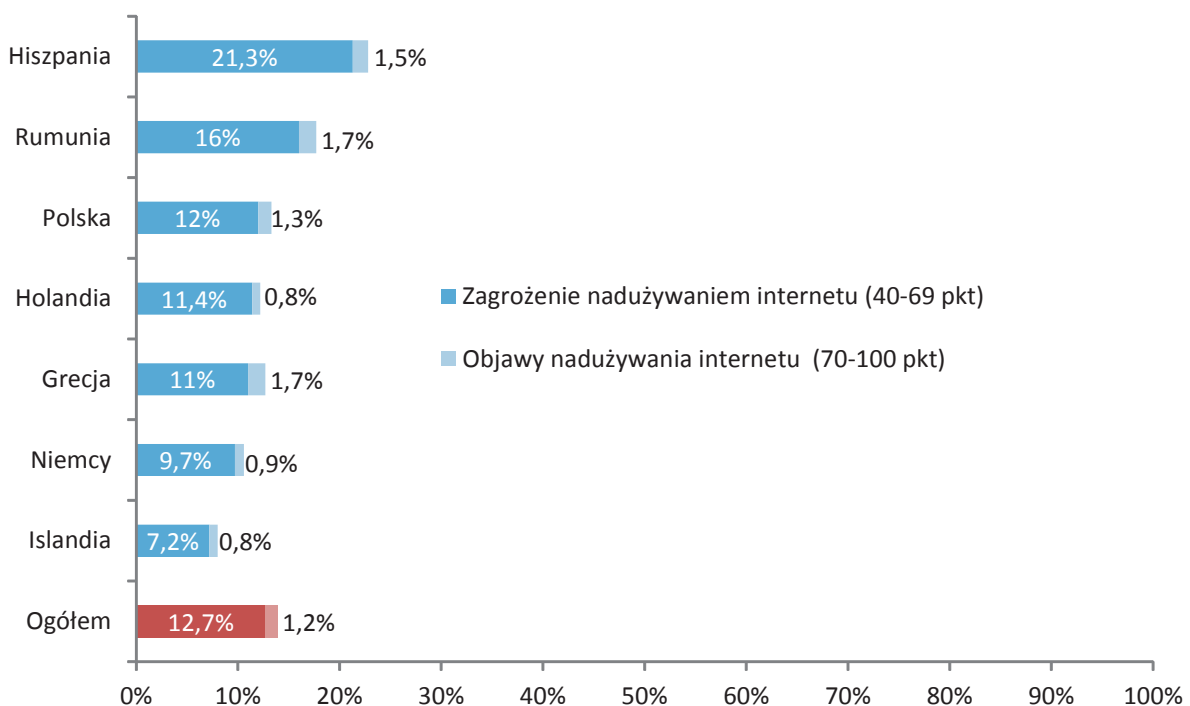
Nadużywanie internetu

Najważniejsze wnioski z badania EU NET ADB

- 1,3% polskich respondentów (1,2% dla próby europejskiej) przejawia objawy nadużywania internetu, podczas gdy 12,0% (12,7% dla próby europejskiej) jest zagrożonych nadużywaniem. Łącznie 13,3% (13,9% dla próby europejskiej) dysfunkcyjnie używa internetu.
- Odsetek osób korzystających z internetu w sposób dysfunkcyjny jest najwyższy w Hiszpanii, Rumunii oraz w Polsce, natomiast najniższy – w Niemczech oraz w Islandii.
- Dysfunkcyjne korzystanie z internetu częściej wykazują chłopcy, starsze nastolatki i te osoby, których rodzice mają wykształcenie podstawowe.
- Osoby dysfunkcyjnie korzystające z internetu częściej cierpią na zaburzenia psycho-społeczne.

Istnieje silna zależność między uprawianiem **hazardu**, korzystaniem z **portali społecznościowych** oraz **graniem** w gry online a dysfunkcyjnym korzystaniem z internetu. Dysfunkcyjne korzystanie z internetu nie jest skorelowane z oglądaniem klipów/filmów w sieci. Istnieje natomiast odwrotna zależność między odrabianiem prac domowych przy pomocy internetu/poszukiwaniem informacji a dysfunkcyjnym korzystaniem z internetu, co oznacza, że osoby, które częściej używają sieci do odrabiania lekcji i poszukiwania informacji, rzadziej wykazują symptomy dysfunkcyjnego korzystania z internetu.

Wykres 1. Dysfunkcyjne korzystanie z internetu według krajów



Wykres 1. Dysfunkcyjne korzystanie z internetu według płci, wieku i wykształcenia rodziców

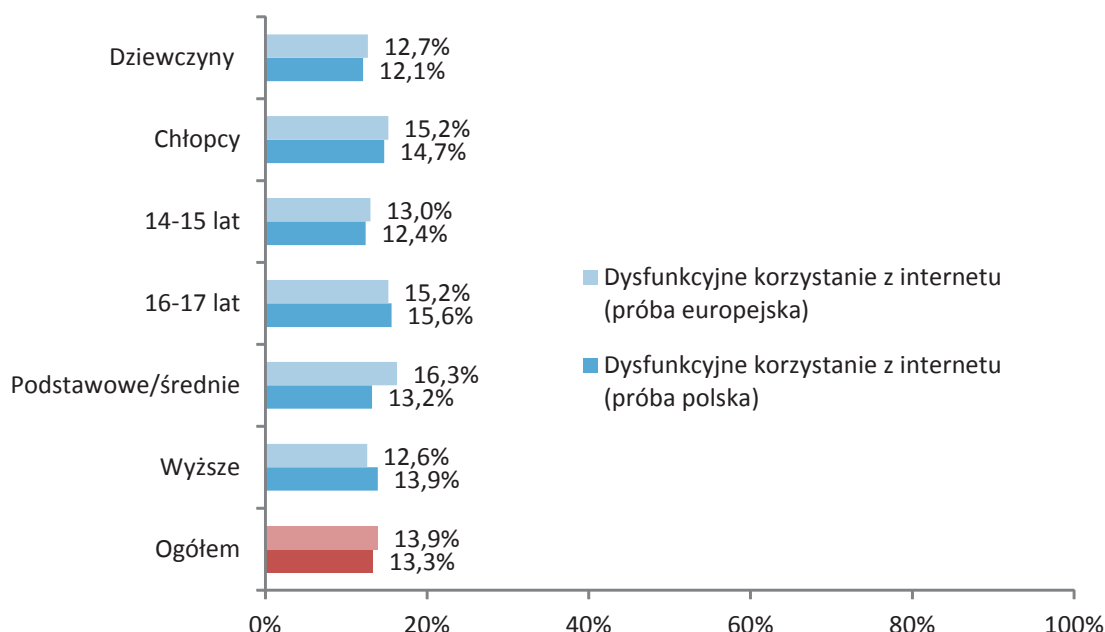


Tabela 1. Psychospołeczna charakterystyka młodzieży funkcjonalnie oraz dysfunkcyjnie korzystającej z internetu

		Funkcjonalne korzystanie z internetu [w %]	Dysfunkcyjne korzystanie z internetu [w %]	Istotność
Kompetencje społeczne	norma	93.4	76	<0,001
	obszar graniczny/obszar kliniczny	6.6	24	
Zaburzenia myśli	norma	88.9	70.3	<0,001
	obszar graniczny/obszar kliniczny	11.1	29.7	
Zaburzenia uwagi	norma	91.5	70.8	<0,001
	obszar graniczny/obszar kliniczny	8.5	29.2	
Zachowania agresywne	norma	93.8	71.8	<0,001
	obszar graniczny/obszar kliniczny	6.2	28.2	
Problemy ogółem	norma	92.3	63.9	<0,001
	obszar graniczny/obszar kliniczny	7.7	36.1	

Tabela 2. Iloraz szans¹ (OR) – wpływ aktywności internetowych na dysfunkcyjne korzystanie z internetu

	Iloraz szans	Przedział ufności (95%)
Hazard	2.97	2.52–3.49
Portale społecznościowe	2.62	1.95–3.51
Gry online	2.58	2.26–2.95
Oglądanie filmów/klipów	1.01	0.68–1.48
Odrabianie pracy domowej/ poszukiwanie informacji	0.68	0.57–0.83

¹ Iloraz szans – stosunek szansy wystąpienia A do szansy wystąpienia B, np. stosunek szansy wystąpienia dysfunkcyjnego korzystania z internetu wśród osób uprawiających hazard do szansy wystąpienia dysfunkcyjnego korzystania z internetu wśród osób nie uprawiających hazardu wynosi 2,97, co oznacza, że ryzyko dysfunkcyjnego korzystania z internetu jest niemal trzykrotnie większe w przypadku osób uprawiających hazard.

2. Ryzykowne zachowania

Uwodzenie dzieci w internecie

- 68,6% (63,0% dla próby europejskiej) respondentów kontaktuje się w internecie z osobami, których wcześniej nie spotkało twarzą w twarz.
- 5,4% (5,9% dla próby europejskiej) osób przyznało, że doświadczenie kontaktu z nieznajomymi w internecie było dla nich niepokojące lub nieprzyjemne. Wśród osób, które miały kontakty z nieznajomymi w internecie odsetek ten wyniósł 9,2% (9,3% dla całej próby europejskiej).
- 30,8% (28,4% dla próby europejskiej) respondentów wybrało się na spotkanie z osobą poznaną w sieci. Wśród osób, które kontaktują się w internecie z nieznajomymi było to aż 45,5% (45,7% dla próby europejskiej).

Pornografia

- 67,3% (58,8% dla próby europejskiej) respondentów zetknęło się w internecie z różnego rodzaju materiałami pornograficznymi.
- 32,8% (37,4% dla próby europejskiej) osób, które natrafiło w internecie na tego typu materiały przyznało, że doświadczenie to było dla nich niepokojące lub nieprzyjemne.
- Kontakt z materiałami pornograficznymi w internecie miało więcej chłopców niż dziewczyn.

Cyberprzemoc

- 21,5% (21,9% dla próby europejskiej) respondentów doświadczyło przemocy w internecie.
- 50,1% (53,5% dla próby europejskiej) osób, które doświadczyły przemocy w internecie twierdzi, że było to dla nich nieprzyjemne lub wprowadziło ich to w zaniepokojenie.
- Dziewczyny są bardziej narażone na cyberprzemoc niż chłopcy.
- Odsetek osób doświadczających cyberprzemocy jest najwyższy w Rumunii oraz Grecji, natomiast najniższy – w Islandii i Hiszpanii.

2. Aktywności online

Portale społecznościowe

- 90,0% (92,0% dla próby europejskiej) respondentów ma konto przynajmniej na jednym z portali społecznościowych.
- Z portali społecznościowych korzystają częściej dziewczyny niż chłopcy.
- 32,0% (39,4% dla próby europejskiej) młodzieży w ciągu dni szkolnych spędza na portalach społecznościowych przynajmniej 2 godziny.
- Osoby, które spędzają przynajmniej 2 godziny dziennie na portalach społecznościowych, częściej wykazują dysfunkcyjne korzystanie z internetu.
- Istnieje pozytywna zależność między liczbą znajomych na portalach społecznościowych a dysfunkcyjnym korzystaniem z internetu.

Hazard

- 6,3% (5,9% dla próby europejskiej) respondentów uprawia hazard w sieci, natomiast 9,7% (10,6% dla próby europejskiej) robi to poza nią.
- Odsetek osób uprawiających hazard (w sieci i poza nią) jest najwyższy w Rumunii i Grecji.
- Ryzyko dysfunkcyjnego korzystania z internetu jest trzykrotnie większe w przypadku osób uprawiających hazard.

Gry

- 62,75% (61,80% dla próby europejskiej) respondentów gra w gry online.
- Ryzyko dysfunkcyjnego korzystania z internetu jest dwukrotnie większe w przypadku osób grających w gry online.
- Istnieje pozytywna zależność między czasem spędzanym na graniu online a dysfunkcyjnym korzystaniem z internetu.
- Nadużywanie internetu związane z grami online częściej dotyczy chłopców niż dziewczyn.

II. Część jakościowa

Autorzy: Dreier Michael (Niemcy), Tzavela Eleni (Grecja), Wölfling Klaus (Niemcy), Mavromati Foteini (Grecja), Duven Eva (Niemcy), Karakitsou Chryssoula (Grecja), Macarie George (Rumunia), Veldhuis Lidy (Holandia), Wójcik Szymon (Polska), Halapi Eva (Islandia), Sigursteinsdóttir Hjördis (Islandia), Oliaga Ana (Hiszpania), Tsitsika Artemis (Grecja)

Internetowe drogi młodzieży: analiza używania i nadużywania internetu przez młodzież metodą teorii ugruntowanej

1. Rola internetu w okresie dojrzewania

- Internet pełni w życiu młodzieży szczególną rolę, ze względu na cechy rozwojowe wieku dojrzewania takie jak pragnienie wrażeń oraz ciekawość. Atrakcyjność internetu wynika z możliwości:
 - uzyskania szybkiej odpowiedzi na różnorodne pytania,
 - szybkiego zdobywania najbardziej aktualnych informacji,
 - podtrzymywania już istniejących kontaktów oraz zawieranie nowych znajomości,
 - dostępu do różnorodnej rozrywki.
- Internet ułatwia codzienne życie nastolatków. Może być także źródłem dodatkowych bodźców (pozytywnych wzmocnień psychologicznych).
- Wzmocnienia psychologiczne następują w wyniku pozytywnych doświadczeń internetowych (takich jak zawieranie przyjaźni, osiągnięcie dobrych wyników w grach online, odczuwanie przynależności czy wypełnianie wolnego czasu).
- Pozytywne wzmocnienia internetowe nabierają szczególnego znaczenia w przypadku młodzieży z deficytami umiejętności społecznych.
- Dzięki internetowi młodzież, której kompetencje społeczne nie są w pełni rozwinięte, może zyskać uznanie i poczucie sprawstwa. Może się to przyczynić do powiązania tych uczuć z korzystaniem z internetu, a tym samym doprowadzić do rozwoju dysfunkcyjnego korzystania z internetu.

2. Strategie

- Poruszając się w internecie, młodzież opracowuje różne strategie, aby sprostać konieczności bycia „non-stop online”:

- **Strategie adaptacyjne**

(prowadzące do osiągnięcia równowagi w życiu online i offline):

- samokontrola
- ustalanie priorytetów
- poszukiwanie alternatyw offline

- **Strategie dezadaptacyjne**

(prowadzące do utrzymania wzmożonej aktywności w sieci):

- obchodzenie kontroli rodzicielskiej
- normalizacja (utwierdzanie się w przekonaniu, że wykazywana intensywność używania internetu jest „normalna”)
- legitymizacja (znajdowanie istotnych powodów, dla których „konieczne” jest bardzo intensywne używanie internetu)

Czynniki decydujące o wyborze strategii to przede wszystkim:

- umiejętność samoregulacji
- gotowość do zmiany

3. Typy intensywnych użytkowników internetu

- Cechy rozwojowe nastolatków oraz atrakcyjność internetu w oczach młodych ludzi powodują, że intensywnie korzystają oni z internetu.
- Mechanizmy samoregulacji, jak również gotowość do zmiany, wpływają na wybór strategii (adaptacyjnych i dezadaptacyjnych) stosowanych do radzenia sobie z tą aktywnością.
- W wyniku stosowanych strategii młodzi ludzie kształtują swoją aktywność online, wykazując cechy charakterystyczne dla czterech typów intensywnych użytkowników internetu.
- Cztery typy intensywnych użytkowników internetu wyróżniono na podstawie relacji pomiędzy aktywnością w świecie pozainternetowym oraz subiektywnie odczuwaną potrzebą bycia online.

Tabela 3. Typy intensywnych użytkowników internetu

Aktywność pozainternetowa ► Potrzeba bycia online ▼	Niska	Wysoka
Niskie	D. zabijanie czasu	C. pełny krąg
Wysokie	A. wciągnięci w sieć	B. wszystko naraz

A. „Wciągnięci w sieć”



Cały czas praktycznie siedzę przy komputerze i jest mi z tym dobrze. Strasznie mnie tak ciągnie do niego. Jak odejdę, to wrócę jeszcze na chwilę (...). Ciągnie mnie strasznie do niego i nie mogę się oderwać, albo ktoś dzwoni do mnie i mówię: „Chodź na chwilę na dwór” i ja nie schodzę, tylko: „Chodź ty do mnie, bo ja coś sprawdzam” i z nim nie rozmawiam, albo z nim rozmawiam i mówię: „Cześć” i się zawieszam w internet”. [Dziewczyna, 15 lat]

- nadmierne korzystanie z internetu
- zaniedbywanie ważnych obszarów codziennego życia (szkoła, życie towarzyskie, obowiązki domowe)
- koncentracja na konkretnym typie aktywności w sieci
- negatywne konsekwencje nadużywania internetu (zaburzenia snu, niepokój i rozdrażnienie w sytuacji braku dostępu do sieci)
- trudności w ograniczeniu korzystania z internetu, nawet w sytuacji zdawania sobie sprawy z negatywnych konsekwencji jego nadużywania

Młodych ludzi z tej kategorii może charakteryzować głód doświadczeń zdobywanych poza internetem. Z powodu braku odpowiednich kompetencji społecznych czują się oni jednak wykluczeni, gnębieni przez rówieśników, bądź rozczarowani swoim życiem, co w rezultacie prowadzi do zamykania się w świecie internetu.

B. „Wszystko naraz”



Jestem bardzo zajęta, a oprócz tego spędzam dużo czasu w internecie. Trudno jest to wszystko ogarnąć. Ale zawsze jakoś udaje mi się wszystko zrobić. [Dziewczyna, 15 lat]

- równoważenie codziennych zajęć z intensywnym korzystaniem z internetu
- aktywność zarówno w sieci, jak i poza nią
- stres spowodowany przetładowanym harmonogramem dnia

Młodych ludzi z tej kategorii cechuje głód życia i doświadczeń zarówno online i offline. Udaje im się go zaspakajać dzięki wysokiemu poziomowi kompetencji społecznych. Aktywność online może w tym przypadku być silnie związana z aktywnością poza internetem (np. nastolatki mające wielu przyjaciół są jednocześnie bardzo aktywne na Facebooku itp.).

C. „Pełny krąg”



No kiedyś siedziałem dużo na Naszej Klasie, na Facebooku. Teraz to wejść raz może na tydzień, coś luknąć, coś zobaczyć co jest, kto jest dostępny. Jak ktoś jest to popiszę. I tylko tyle. [Chłopiec, 15 lat]

- okres nadużywania internetu, po którym następuje autokorekta (zatoczenie „kręgu”)
- zmiana zachowania może nastąpić w wyniku:
 - a. przesyty (poczucie że „ma się dosyć”)
 - b. uświadomienia sobie negatywnych konsekwencji nadużywania internetu (np. problemy zdrowotne, niskie wyniki w nauce, konflikty z rodzicami)
 - c. nowych motywacji (np. relacje miłosne)

Ten typ jest otwarty na nowe doświadczenia życiowe oraz chętnie nawiązuje kontakty z rówieśnikami. Na skutek silnych zmian psychofizycznych związanych z wiekiem dojrzewania wchodzi w fazę nadmiernego korzystania z internetu, która kończy się autokorektą zachowań.

D. „Zabijanie czasu”



Tak mi się wydaje, jak przykładowo nie mam co robić, bo skończę naukę, to po prostu wchodzę na ten komputer, żeby zabić swój czas, jakoś tak żeby spędzić, bo na przykład już telewizor to już nie jest to co mnie kiedyś fascynowało, to teraz nie ma to tak dla mnie tam jakichś ciekawych rzeczy, więc bardziej internet, bo tam więcej mogę się dowiedzieć, znaczy obejrzeć, posłuchać, więc no tak chyba po prostu wchodzę, żeby zabić czas. [Dziewczyna, 15 lat]

- świat pozainternetowy jest postrzegany jako nudny
- brak alternatywnych zajęć
- aktywność online jest wygodnym „wypełniaczem” czasu
- korzystanie z internetu jako mechaniczna reakcja na nudę

Ten typ zamknięty jest na nowe doświadczenia życiowe. Może również charakteryzować się ograniczonymi kompetencjami społecznymi.

Powstała typologia może stanowić narzędzie do kategoryzacji i diagnozy użytkowników, którzy wykazują symptomy dysfunkcyjnego używania internetu.

- W przypadku użytkowników typu A („Wciągnięci w Sieć”) oraz D („Zabijanie nudy”) nadużywanie internetu może się wiązać z innymi problemami (lęki, depresje, zaburzenia uwagi itp.). W tych przypadkach nadużywanie internetu często jest zaledwie „wierzchołkiem góry lodowej” – widoczną oznaką głębszych problemów psychospołecznych wymagających dalszej interwencji. Z powodu niewielkiego prawdopodobieństwa autokorekty zazwyczaj niezbędna jest profesjonalna pomoc.
- Użytkownicy typu B („Wszystko naraz”) oraz C („Pełny Krąg”) wydają się mieścić w normie, a ich problemy z nadużywaniem internetu mogą być związana ze specyficznymi cechami rozwojowymi okresu dojrzewania. Występujące w tych przypadkach problemy z nadużywaniem internetu najprawdopodobniej skorygują się same. Osoby te przeważnie nie wymagają profesjonalnej pomocy. „Zataczanie kręgu” w przypadku typu C może jednak zająć dużo czasu i w związku z tym niejednokrotnie konieczna jest dodatkowa pomoc.



Projekt został sfinansowany w całości przez **Komisję Europejską** w ramach programu **Safer Internet plus** (dotacja nr SI-2010-KEP-4101007) mającego na celu promocję bezpiecznego używania internetu.

www.eunetadb.eu

KONTAKT

Fundacja Dzieci Niczyje

ul. Katowicka 31

03-932 Warszawa

tel./faks: +48 22 616 02 68

badania@fdn.pl



© Fundacja Dzieci Niczyje 2012