

**Andrzej Jakubik, Justyna
Popławska**

**Zespół uzależnienia od internetu
(ZUI) a osobowość**

Studia Psychologica nr 4, 123-131

2003

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

ANDRZEJ JAKUBIK, JUSTYNA POPLAWSKA
Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego

ZESPÓŁ UZALEŻNIENIA OD INTERNETU (ZUI) A OSOBOWOŚĆ

Internet addiction syndrome (IAS) and personality

Abstract

The work is empirical in character and concerns finding in the relationship between Internet addiction syndrome and personality (IAS). It was founded that IAS is linked to some personality traits. But the results only suggest – because it was not significant statistical verification of hypothesis – that Internet addiction syndrome probability may be determined by specific personality factors.

1. WSTĘP

Prawdopodobnie pierwszym specjalistą, który w roku 1995 dostrzegł zagrożenie ze strony Internetu, był nowojorski psychiatra Goldberg, ale odmawiał uznania tego zjawiska za uzależnienie. Jego obawy potwierdziły jednak rok później wyniki badań Young (1998), uważanej obecnie za największy autorytet światowy w dziedzinie cyberpsychologii. Nie bez powodu używała ona takich określeń, jak „patologiczne nadużywanie Internetu” (Young, 1996), „zła-pani w Sieć” (Young, 1998a) czy wreszcie „uzależnienie internetowe” (Young, 1998b), traktowane jako zaburzenia zachowania o charakterze klinicznym.

Należy podkreślić, że o ile podobne modele zależności, pomijając oczywiście alkohol i inne substancje psychoaktywne, były już weryfikowane empirycznie, dla m. in. uzależnienia od maszyn (Griffiths, 1996), zależności komputerowej (Shotton, 1991), nałogowego oglądania TV (Kubey i Csikszentmihalyi, 1990, cyt. za Young, 1998) lub obsesyjno-kompulsyjnego stosunku do gier video (Keepers, 1991), o tyle badania autorki nad zależnością od Internetu były pionierskie.

Chociaż Internet powstał już ponad 30 lat temu, a od kilku lat gwałtownie rośnie jego popularność, to nadal naukowcy nie są w stanie dokładnie ocenić wpływu Sieci na użytkowników, a przede wszystkim odpowiedzieć na podstawowe pytanie: Czy można się uzależnić od informacji? Zdania psychiatrów i psychologów są podzielone, aczkolwiek odpowiedź twierdząca ma znacznie więcej zwolenników. Biorąc bowiem pod uwagę wyniki badań Young (1998a, 1998b), a także podsumowując rezultaty uzyskane dotychczas przez innych badaczy (por. Black i in., 1999; Brenner, 1997; Holmes, 2000; Kandell, 1998; Kraut i in., 1998; Orzack, 1999; Scherer, 1997; Turkle i Kiesler, 1997; Wallace, 2001) oraz uwzględniając artykuły *online* wielu pozostałych psychiatrów, psychologów i psychoterapeutów (np. Davisa, Pollacka, Roberts, Smitha, Sulera, Walthera) za-

warte na różnych stronach WWW, można stwierdzić, że oprócz skrajnych sceptyków jak amerykański psychiatra Grohol (1997, 1999), obecnie powszechnie przyjmuje się jednak istnienie zespołu uzależnienia od Internetu. Jeżeli tak, to zjawisko uzależnienia od Internetu staje się zagrożeniem także i w Polsce (por. Dębek, 2000; Jakubik, 2002; Stradowski, 2000; Woronowicz, 2001).

2. KRYTERIA DIAGNOSTYCZNE

Opierając się na kryteriach diagnostycznych uzależnień wg ICD-10 (1997), Woronowicz (2001, s. 193) proponuje, aby sieciorholizm – czyli odpowiednik naszego terminu „zespół uzależnienia od Internetu” (ZUI) – rozpoznawać wówczas, kiedy w okresie ostatniego roku stwierdzono obecność co najmniej trzech z następujących objawów:

- silną potrzebę lub poczucie przymusu korzystania z Internetu;
- subiektywne przekonanie o mniejszej możliwości kontrolowania zachowań związanych z Internetem (tj. osłabienie kontroli nad powstrzymaniem się od korzystania z Internetu oraz nad długością spędzania czasu w Sieci);
- występowanie niepokoju, rozdrażnienia czy gorszego samopoczucia przy próbach przerwania lub ograniczenia korzystania z Internetu oraz ustępowanie tych stanów z chwilą powrotu do Sieci;
- spędzanie coraz większej ilości czasu w Internecie celem uzyskania zadowolenia lub dobrego samopoczucia, które poprzednio osiągnąć było w znacznie krótszym czasie;
- postępujące zaniedbywanie alternatywnych źródeł przyjemności lub dotychczasowych zainteresowań na rzecz Internetu;
- korzystanie z Internetu pomimo szkodliwych następstw (fizycznych, psychicznych i społecznych) mających związek ze spędzaniem czasu w Internecie.

Takie kryteria założono już wcześniej (Jakubik, 2002) i przyjęto na użytek tej pracy.

3. CEL BADAŃ I HIPOTEZY

Wydaje się, że badania nad zespołem uzależnienia od Internetu (ZUI) są potrzebne, zarówno z punktu widzenia poznawczego, jak i praktycznego (diagnostyka, profilaktyka, terapia). Wychodząc z założenia, iż faktycznie istnieją zaburzenia zachowania w postaci zespołu uzależnienia od Internetu, podstawowym celem naszych badań była ocena ewentualnych uwarunkowań osobowościowych tego zespołu psychopatologicznego. Zdając sobie sprawę, iż podobnie jak w alkoholizmie czy narkomanii, nie należy oczekiwać tu swoistego typu osobowości, charakterystycznego dla ZUI, sformułowano dwie ogólne hipotezy badawcze:

H1: Uzależnieni internauci różnią się od ludzi nieuzależnionych od Internetu niektórymi cechami osobowości.

H2: Niektóre zmienne osobowościowe mogą warunkować powstanie zespołu uzależnienia od Internetu.

4. GRUPY BADANE I METODY

Badaniami objęto 46 osób (26 mężczyzn i 20 kobiet), z których 30 było użytkownikami Sieci uczęszczającymi do kawiarni internetowych, a 16 – biorącymi

udział w terapii Warszawskiego Ośrodka Odwykowego (dr L. Szawdyn) i zarejestrowanymi tam jako uzależnione od Internetu.

Do badania poziomu uzależnienia internautów użyto, za zgodą autora, Kwestionariusz B. Szmajdzińskiego, który w naszych badaniach nazwano Kwestionariuszem Callida.

Do pomiaru zmiennych osobowościowych zastosowano Listę Przymiotników (ACL) H. G. Gougha i A. B. Heilbruna w wersji 37-czynnikowej. Wyniki oceniano za pomocą programu komputerowego ACL 1.0 Z. Sienkiewicza.

5. WYNIKI I OMÓWIENIE

Na podstawie rezultatów uzyskanych w Kwestionariuszu Callida podzielono początkowo badanych na cztery podgrupy:

- Grupa A – nieuzależnieni (poniżej 59 pkt),
- Grupa B – zagrożeni uzależnieniem (60-134 pkt),
- Grupa C – średni poziom uzależnienia (135-222 pkt),
- Grupa D – wysoki poziom uzależnienia (223-311 pkt).

Charakterystyka demograficzna badanych internautów przedstawiała się następująco:

Tabela 1. Płeć

Grupy	Mężczyźni	Kobiety	Razem
A	2	4	6
B	13	7	20
C	7	4	11
D	4	5	9
Ogółem	26	20	46

Tabela 2. Wiek

Grupy	Do 20 lat	21-30 lat	31-40 lat
A	1	3	2
B	4	15	1
C	2	7	1
D	2	6	2
Ogółem	9	31	6

Tabela 3. Wykształcenie

Grupy	Podstawowe	Średnie	Wyższe
A	1	5	0
B	3	13	4
C	2	6	3
D	2	4	2
Ogółem	8	28	10

Tabela 4. Stan majątkowy

Grupy	Na utrzymaniu	Bezrobotni	Niezależni
A	2	1	3
B	9	0	11
C	5	2	4
D	3	0	6
Ogółem	19	3	24

Tabela 5. Roszaj wykonywanej pracy

Grupy	Uczeń	Fizyczna	Umysłowa	Naukowa
A	2	1	3	0
B	7	3	10	0
C	5	1	4	1
D	3	0	6	0
Ogółem	17	5	23	1

Tabela 6. Miejsce zamieszkania

Grupy	Do 50000 mieszk.	Do 100000 mieszk.	Powyżej 100000 mieszk.
A	0	0	6
B	1	2	17
C	1	1	9
D	1	1	7
Ogółem	3	4	39

Z danych zilustrowanych w tabelach 1-6 wynika, że większość badanych wyraźnie uzależnionych od Internetu to mężczyźni, osoby w wieku 21-30 lat z wykształceniem średnim i wyższym, niezależne finansowo, pracujące umysłowo i pochodzące z miast powyżej 100 tys. mieszkańców. Dane te nie odbiegają od rezultatów uzyskiwanych przez różne ośrodki badające reprezentacyjne próby z populacji polskich internautów, m. in. przez Instytut Badań Rynku i Opinii Publicznej czy też Katedrę Marketingu AE w Krakowie (por. Jakubik, 2002). Ze względu na ogólnie niewielką liczbę badanych, a po wstępnym wyodrębnieniu na cztery grupy zbyt małą do analizy statystycznej, dokonano podziału badanych – zgodnie zresztą z merytoryczną logiką – na dwie podstawowe grupy: niezależnych („NU”) i uzależnionych („U”) od Internetu. Grupa „NU” składała się z 26 osób (15 mężczyzn i 11 kobiet), które poprzednio tworzyły podgrupy „A” (nieuzależnieni) i „B” (zagrożeni uzależnieniem), natomiast 20-osobowa (11 mężczyzn i 9 kobiet) grupa „U” powstała z połączenia podgrup „C” (11 osób ze średnim poziomem uzależnienia) i „D” (9 osób z wysokim poziomem uzależnienia). W grupie „U” znalazło się wszystkich 16 pacjentów Warszawskiego Ośrodka Odwykowego oraz jedynie 4 osoby (13,3%) z 30 badanych uczęszczających do kawiarni internetowych (por. tabela 7).

Tabela 7. Podział na grupy NZ (A+B) i U (C+D)

Grupy	Internauci z pubów	Pacjenci	Razem
A	6	0	6
B	20	0	20
C	3	8	11
D	1	8	9
Ogółem	30	16	10

Poszukując różnic osobowościowych obie grupy zbadano za pomocą testu ACL. Lista Przymiotników (ACL) posiada 37 skal uporządkowanych w pięć grup. Na pierwszą grupę, składają się cztery skale pełniące funkcję kluczy kontrolnych. Druga grupa dotyczy potrzeb psychicznych, a składa się na nią piętnaście skal, które pozwalają określić osobowościowe korelaty określonych potrzeb. Przy konstrukcji tych skal, autorzy testu korzystali z koncepcji potrzeb psychicznych E. J. Murraya. Do zadań trzeciej grupy, składającej się z dziewięciu skal tematycznych należy badanie różnych elementów zachowań interpersonalnych. Czwarta część, oparta o analizę transakcyjną (podzielona na pięć skal), została skonstruowana na podstawie teorii E. Berne'a. Dotyczy ona społecznej efektywności oraz stopnia przystosowania jednostki. Na piątą, ostatnią część testu, która dotyczy wymiaru oryginalności – inteligencji, składają się cztery skale, które powstały w odniesieniu do teorii G. Welsha. W swojej koncepcji ujmuje on oryginalność jako niezależny wymiar osobowości.

Przedstawione w tabeli 8 wyniki badań obejmują więc następujące skale (czynniki):

- ACL 1. Całkowita liczba wybranych przymiotników (No. Ckd)
- ACL 2. Liczba wybranych przymiotników pozytywnych (Fav)
- ACL 3. Liczba wybranych przymiotników negatywnych (Unfav)
- ACL 4. Typowość (Com)
- ACL 5. Potrzeba osiągnięć (Ach)
- ACL 6. Potrzeba dominacji (Dom)
- ACL 7. Potrzeba wytrwałości (End)
- ACL 8. Potrzeba porządku (Ord)
- ACL 9. Potrzeba rozumienia siebie i innych (Int)
- ACL 10. Potrzeba opiekowania się innymi (Nur)
- ACL 11. Potrzeba afiliacji (Aff)
- ACL 12. Potrzeba kontaktów heteroseksualnych (Het)
- ACL 13. Potrzeba ujawniania się (Exh)
- ACL 14. Potrzeba autonomi (Aut)
- ACL 15. Potrzeba agresji (Agg)
- ACL 16. Potrzeba zmian (Cha)
- ACL 17. Potrzeba doznawania opieki i oparcia (Suc)
- ACL 18. Potrzeba upokorzenia się (Aba)
- ACL 19. Potrzeba podporządkowania się (Def)
- ACL 20. Gotowość na poddanie się poradnictwu psychologicznemu (Crs)
- ACL 21. Samokontrola (S-Cn)

- ACL 22. Zaufanie do siebie (S-Cfd)
- ACL 23. Przystosowanie osobiste (P-Adj)
- ACL 24. Skala idealnego obrazu siebie (Iss)
- ACL 25. Skala osobowości twórczej (Cps)
- ACL 26. Skala zdolności przywódczych (Mls)
- ACL 27. Skala męskości (Mas)
- ACL 28. Skala kobiecości (Fem)
- ACL 29. Krytyczny rodzic (CP)
- ACL 30. Wychowujący rodzic (NP)
- ACL 31. Dorosły (A)
- ACL 32. Wolne dziecko (FC)
- ACL 33. Przystosowane dziecko (AC)
- ACL 34. Wysoka oryginalność – niska inteligencja (A-1)
- ACL 35. Wysoka oryginalność – wysoka inteligencja (A-2)
- ACL 36. Niska oryginalność – niska inteligencja (A-3)
- ACL 37. Niska oryginalność – wysoka inteligencja (A-4).

Różnice istotne statystycznie między grupami „U” i „NU” wystąpiły jedynie w trzech skalach: **No. Ckd** ($p = 0,01$), **Het** ($p = 0,002$) i **A-1** ($0,001$), a bliskie istotności w skali **Fem** ($p = 0,07$) (por. tabela 8).

Co się tyczy skali **No. Ckd**, to wg Matkowskiego (1984) i Ostrowskiej (1986) Polacy wybierają dużo mniej przymiotników na określenie siebie – średnie dla mężczyzn wynoszą 63-75, a dla kobiet 72-74 – niż np. Amerykanie (średnie odpowiednio 99 i 91). Obie badane grupy uzyskały wyniki wyraźnie poniżej średniej krajowej, przy czym grupa „U” istotnie niższe od grupy „NU”. Świadczy to o tym, że osoby uzależnione od Internetu są mało aktywne, spokojne, zrównoważone, nieskłonne do ryzyka, małomówne, ostrożne w kontaktach z ludźmi, zamknięte w sobie, konwencjonalne i o wąskich zainteresowaniach.

Istotnie wyższe wyniki w skali **Het** przemawiają za tym, że osoby uzależnione od Internetu mimo trudności w nawiązywaniu kontaktów mają silną potrzebę szukania towarzystwa, ciepło reagują na ludzi, interesują się płcią przeciwną, mają rozbudzone potrzeby erotyczne, cieszą się dobrym zdrowiem i witalnością. Chcą czerpać emocjonalną satysfakcję z interakcji z płcią przeciwną, doceniając intymność i ciepło kontaktów towarzyskich (wysoki wynik w skali **Fem**). Stąd w Internecie korzystają głównie z czatów (96% badanych z grupy „U”) – rzadziej uczestniczą w grupach dyskusyjnych, chyba że na temat seksu (41%) – gdzie całymi miesiącami poszukują znajomości z nowymi ludźmi oraz możliwości nawiązania bezpośredniego kontaktu towarzyskiego (61%), a przede wszystkim potencjalnego partnera seksualnego (38%). W związku z tym nie stronią nawet od szukania w Sieci ogłoszeń na temat płatnego seksu (5%) czy też pornograficznych stron WWW (36%). Często praktykują spotkania na żywo z uczestnikami czatów (67%). Wysokie wyniki w skali **A-1** sugerują takie cechy jak silne popędy, wyobraźniowy styl poznawczy, zamiłowanie do zabawy i dbałość o własną wygodę. Także i one uzasadniają opisane zachowania uzależnionych internautów.

Nie stwierdzono żadnych różnic między grupami „U” i „NU” w zależności od płci, wieku lub wykształcenia.

Tabela 8. Wyniki testu ACL

ACL	Grupa NU M1	Grupa U M2	Grupa NU S1	Grupa U S2	t	p
No. Ckd	44,30	36,06	12,02	3,80	2,658	0,010
Fav	41,50	41,62	9,22	8,15	-0,045	0,963
Unfav	54,37	55,50	9,68	12,58	-0,340	0,735
Com	33,30	35,87	11,43	8,22	-0,796	0,430
Ach	44,73	51,00	10,17	13,94	-1,746	0,088
Dom	48,67	48,06	7,57	16,75	0,169	0,867
End	42,90	43,62	9,64	12,86	-0,216	0,830
Ord	41,83	43,87	10,95	11,36	-0,594	0,555
Int	39,97	42,75	10,73	6,95	-0,935	0,355
Nur	42,10	40,81	9,13	7,62	0,481	0,633
Aff	44,13	43,87	8,09	8,98	0,099	0,921
Het	49,50	56,62	6,70	8,15	-3,184	0,002
Exh	56,30	53,81	8,01	14,05	0,767	0,447
Aut	54,30	56,19	9,15	13,63	-0,560	0,578
Agg	57,20	55,12	8,62	13,98	0,623	0,536
Cha	50,97	55,37	7,46	8,55	-1,814	0,076
Suc	48,83	53,06	7,85	13,28	-1,360	0,180
Aba	46,33	51,69	7,15	20,73	-1,288	0,204
Def	45,10	41,31	9,19	14,04	1,103	0,276
Crs	46,60	47,50	9,27	14,28	-0,259	0,797
S-Cn	43,93	42,37	8,71	10,77	0,532	0,597
S-Cfd	49,97	51,81	10,85	16,58	-0,456	0,651
P-Adj	41,13	37,81	10,06	10,55	1,049	0,300
Iss	52,00	53,87	9,04	14,09	-0,549	0,585
Cps	52,50	55,69	10,24	10,42	-0,999	0,323
Mls	40,17	41,31	8,70	7,61	-0,443	0,660
Mas	48,60	52,06	7,64	12,38	-1,174	0,247
Fem	43,20	48,12	8,00	9,57	-1,857	0,070
CP	52,57	54,19	9,53	12,30	-0,496	0,622
NP	43,20	42,62	8,36	8,66	0,219	0,827
A	41,07	39,31	7,70	11,55	0,616	0,541
FC	53,97	56,12	7,73	10,25	-0,803	0,426
AC	53,13	55,94	7,07	9,23	-1,150	0,256
A-1	50,17	60,75	8,81	11,28	-3,515	0,001
A-2	53,77	56,00	9,98	8,15	-0,768	0,447
A-3	46,77	43,37	11,00	8,64	1,068	0,291
A-4	44,13	45,87	7,60	7,60	-0,740	0,463

Legenda: M – średnie S – odchylenia standardowe t – test t-Studenta p – poziom istotności

Uzyskane wyniki badań, chociaż potwierdzają częściowo nasze hipotezy (H1 i H2), należy interpretować bardzo ostrożnie ze względu na niereprezentacyj-

ność badanych grup oraz małą liczbę zbadanych osób. Szczególnie ostrożnie należy traktować wniosek implikowany przez hipotezę H2, gdyż ani przeprowadzona przez nas dodatkowo analiza korelacyjna, ani analiza skupień nie dostarczyły żadnych istotnych danych potwierdzających to założenie. Wydaje się, że ewentualne dalsze badania na dużej liczbie osób i prowadzone poprzez Sieć, mogą dać bardziej prawomocną odpowiedź na pytanie o osobowościowe uwarunkowania zespołu uzależnienia od Internetu.

6. WNIOSKI

- Uzależnieni internauci różnią się od ludzi niezależnych od Internetu niektórymi cechami osobowości.
- Niektóre zmienne osobowościowe mogą prawdopodobnie warunkować powstanie zespołu uzależnienia od Internetu.

PIŚMIENNICTWO

- Black, D.W., Belsare, G., Schlosser, S. (1999). Clinical features, psychiatric comorbidity, and healthrelated quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. *Journal of Clinical Psychiatry*, 60, 839-844.
- Brenner, V. (1997). Parameters of Internet use, abuse, and addiction: The first 90 days of the Internet Usage Survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Dębek, P. (2000). Złapani w Sieć. *CHIP*, 4, 48-53.
- DSM-IV (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 4th ed., Washington: APA.
- Griffiths, M. (1996). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, 15, 161-162.
- Grohol, J.M. (1997). Internet addiction disorder: An examination of the facts. *Mental Health Net*, August 1 (Online).
- Grohol, J.M. (1999). Internet addiction guide. *Mental Health Page*, December 1 (Online).
- Holmes, L. (2000). What is „normal” Internet use? *Mental Health Resources*, March 19 (Online).
- ICD-10 (1997). *Klasyfikacja zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania. Opisy kliniczne i wskazówki diagnostyczne*. Kraków-Warszawa: UWM „Vesalius”/IPiN.
- Jakubik, A. (2002). Zespół uzależnienia od Internetu. *Studia Psychologica*, 3, 133-142.
- Kandell, J.J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 11-17.
- Keepers, G. A. (1990). Pathological preoccupation with video games. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 29, 49-50.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological wellbeing? *American Psychologist*, 53, 1017-1031.
- Matkowski, M. (1984). Test Przymiotników jako narzędzie do badania struktury potrzeb jednostki. *Przegląd Psychologiczny*, 27, 519-536.
- Orzack, M. H. (1999). The symptoms of computer addiction. *Computer Addiction Services*, (Online).

- Ostrowska, K. (1986). *Test Przymiotnikowy H. G. Gougha i A. B. Heilbruna. Opracowanie psychometryczne*. Warszawa: ATK.
- Scherer, K. (1997). College life online: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Student Development*, 38, 655-664.
- Shotton, M. (1991). The costs and benefits of „computer addiction”. *Behavior and Information Technology*, 10, 219-230.
- Stradowski, J. (2000). Anonimowi siecioholicy. *Gazeta Komputer*, 10, 3.
- Turkle, S., Kiesler, S. (1997). *Culture of the Internet*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Ass.
- Wallance, P. (2001). *Psychologia Internetu*. Poznań: Rebis.
- Woronowicz, B.T. (2001). *Bez tajemnic o uzależnieniach i ich leczeniu*. Warszawa: IPiN.
- Young, K.S. (1996). Pathological Internet use: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 899-902.
- Young, K.S. (1998a). *Caught in the Net*. New York: J. Wiley & Sons.
- Young, K.S. (1998b). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber-Psychology and Behavior*, 1, 237-244.