

Jolanta Jarczyńska

Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

Problematyczne używanie Internetu przez młodzież i młodych dorosłych – przegląd narzędzi do przesiewowej oceny tego zjawiska

Jedną z grup najbardziej zagrożonych problematycznym używaniem Internetu jest młodzież oraz młodzi dorośli. Dla większości z nich Internet jest narzędziem pracy, rozrywki i komunikacji, jednak dla pewnej grupy osób okazać się może pułapką. Korzystanie z sieci może wymykać się spod kontroli i mieć negatywny wpływ na ich życie. Problem nadużywania Internetu zainteresował badaczy już pod koniec lat 90. minionego stulecia, a w ciągu ostatniej dekady stał się przedmiotem ożywionej dyskusji naukowej psychologów, psychiatrów, pedagogów, socjologów i innych badaczy. Od tego czasu nastąpił intensywny rozwój prac nad konstruowaniem i walidacją narzędzi do oceny oraz rozpoznawania problematycznego użytkowania Internetu i uzależnienia od niego. Metody używane w początkowym okresie badań nad zjawiskiem problematycznego używania Internetu (PUI) dalekie były od standardów, jakie muszą obecnie spełniać narzędzia psychometryczne.

W artykule dokonano przeglądu krajowych oraz zagranicznych narzędzi do przesiewowej oceny i rozpoznawania problematycznego użytkowania Internetu oraz uzależnienia od niego, które wykorzystuje się w badaniu populacji młodzieży szkolnej i dorosłych. Ukazano skalę zagrożenia omawianym zjawiskiem, zaprezentowano kluczowe dla podjętego problemu definicje, przybliżono kryteria diagnostyczne problematycznego używania Internetu, a także sformułowano zalecenia pod adresem przyszłych prac badawczych nad dalszym udoskonaleniem i rozwojem narzędzi pomiarowych służących do identyfikacji młodzieży szkolnej i młodych dorosłych zagrożonych uzależnieniem od Internetu i jego zasobów.

Słowa kluczowe: problematyczne używanie Internetu, nadużywanie Internetu, uzależnienie od Internetu, narzędzia przesiewowe, młodzież, młodzi dorośli

Wstęp

Problematyczne używanie Internetu (PUI) przez młodzież i młodych dorosłych stanowi coraz większy problem psychospołeczny. Korzystanie z nowych technologii komunikacyjnych uznawane jest za zjawisko,

od którego można się uzależnić i które nie bez znaczenia negatywnie rzutować może na rozwój psychiczny, fizyczny i emocjonalny człowieka. Na jego istotę znaczącą uwagę zwracają w ostatnich latach głównie psychiatrzy, psycholodzy, pedagodzy, socjolodzy oraz terapeuci uzależnień, którzy wyjaśniając i analizując je, przyjmują różnorodne podstawy teoretyczne i empiryczne.

Znaczącym czynnikiem ryzyka sprzyjającym problematycznemu korzystaniu z Internetu, a w konsekwencji uzależnieniu się od niego jest łatwy dostęp do niego, który nie jest już domeną komputerów osobistych. Obecnie niemal wszystkie urządzenia przenośne (telefony komórkowe, smartfony, tablety, iPody itp.) są rozwijane z myślą o korzystaniu z usług online. Bezpłatne sieci bezprzewodowe są coraz częściej dostępne w szkołach, na uczelniach, w centrach handlowych, kawiarniach, środkach masowej komunikacji. Rozwój nowych mediów spowodowany szybkim postępowaniem technologicznym umożliwia między innymi zaspokajanie wielu potrzeb młodzieży i młodych dorosłych. Są to głównie potrzeby „tożsamości, informacji o świecie zewnętrznym, wzorów zachowań, kompensacji, rozrywki, akceptacji i interakcji społecznej” (Sowińska, 2010, s. 169).

Naukowe zainteresowanie dysfunkcyjnym/problematycznym używaniem Internetu i uzależnieniem od niego rozpoczęło się dopiero w połowie lat 90. minionego stulecia i ma ono związek z pionierskimi badaniami K. Young (1996; 1998), choć sam termin *Internet Addiction Disorder* (IAD) został użyty po raz pierwszy już w 1995 roku przez amerykańskiego psychiatrę I. Goldberga. W marcu 1995 roku *New York Times* opublikował artykuł *The Lure and Addiction of Life On Line*, w którym zwrócono uwagę na możliwość niekontrolowanego Internetu, stosując takie określenie, jak *computerism*. W 1996 roku K. Young, na 104. konferencji Amerykańskiego Stowarzyszenia Psychologów (*American Psychological Association*) przedstawiła pierwsze empiryczne badania na temat uzależnienia od Internetu. Od tej pory powstało wiele prac badawczych, które za cel stawiały sobie bardziej szczegółową diagnozę tego zjawiska i monitorowanie jego rozpowszechnienia zarówno w populacji młodzieży, jak i dorosłych.

W Polsce i na świecie powstaje coraz większa liczba narzędzi przesiewowych, dzięki którym szybko i łatwo można identyfikować grupy młodzieży i młodych dorosłych problemowo użytkujące Internet i jego zasoby, które angażując się w tę czynność, doświadczają poważnych problemów i narażone są na ryzyko uzależnienia od niego. Większość z tych narzędzi nie zawsze jednak bazuje na jednolitym systemie kryteriów diagnostycznych, co rzutuje na rozbieżność wyników ukazujących skalę rozpowszechnienia problemów diagnozowaną nawet w tych samych populacjach (Ogińska-Bulik, 2010; Poprawa, 2011; 2012).

W artykule dokonano przeglądu narzędzi do przesiewowej oceny i rozpoznawania problematycznego użytkowania Internetu i uzależnienia od niego, które wykorzystywane są zarówno w naszym kraju, jak i za jego granicą w badaniu populacji młodzieży szkolnej i dorosłych. Zaprezentowano kluczowe dla podjętego problemu definicje, przybliżono kryteria diagnostyczne problematycznego używania Internetu, a także sformułowano zalecenia pod adresem przyszłych prac badawczych nad dalszym udoskonaleniem i rozwojem narzędzi pomiarowych służących do identyfikacji młodzieży szkolnej i młodych dorosłych zagrożonych uzależnieniem od Internetu i jego zasobów.

Funkcjonalne, dysfunkcjonalne, problematyczne używanie Internetu – definicje pojęć

W literaturze naukowej i potocznym dyskursie dysfunkcjonalnemu użytkownikowi Internetu przypisuje się wiele terminów, które oddają po części stopień zależności czy uzależnienia od tego medium. Najbardziej popularne określenia to: *siecioholizm (nataholics)* lub *sieciozależność (netaddiction)*; *cyberzależność (cyberaddiction)* lub *cybernałóg*; internetoholizm, internetozależność, uzależnienie internetowe lub uzależnienie od Internetu (*Internet addiction*); zaburzenie spowodowane zależnością od Internetu (*Internet Addiction Disorder – IAD*); infoholizm, infozależność (*information addiction*) (Pyżalski, 2012) czy też problematyczne używanie Internetu (Poprawa, 2012).

Funkcjonalne korzystanie z Internetu oznacza takie jego użytkowanie, które nie powoduje szkód i problemów w psychospołecznym funkcjonowaniu człowieka, nie niesie ono ryzyka rozwoju uzależnienia od sieci. Przed pojawieniem się *uzależnienia od Internetu* często dochodzi do *nadużywania i dysfunkcjonalnego używania Internetu*.

Nadużywanie Internetu definiuje się jako „zachowanie charakteryzujące się utratą kontroli nad korzystaniem z Internetu. Może ono prowadzić do izolacji oraz zaniedbywania różnych form aktywności społecznej, nauki, aktywnego wypoczynku, higieny osobistej oraz zdrowia” (Tomaszewska, 2012, s. 4).

Dysfunkcyjne korzystanie z Internetu jest terminem szerszym niż nadużywanie i „obejmuje zarówno nadużywanie Internetu, jak i zagrożenie nadużywaniem (tj. przejawianie tylko niektórych objawów)” (Tomaszewska, 2012, s. 4).

Uzależnienie od Internetu, zwane inaczej *internetoholizmem* lub *siecioholizmem*, to stosunkowo nowe zjawisko, które rozwija się w sposób bardzo dynamiczny. Opisywane jest jako „dysfunkcyjny wzorec elementów poznawczych i zachowań związanych z używaniem Internetu, którego rezultatem jest utrata kontroli nad zachowaniem (czasem i sposobem korzystania z Internetu) oraz znaczące pogorszenie w społecznym, zawodowym lub innym istotnym obszarze funkcjonowania podmiotu” (Kaliszewska, 2007, s. 44). Najczęstsze podtypy uzależnienia od Internetu to: uzależnienie od internetowych kontaktów społecznych nazywane *socjomanią internetową (cyberrelationship addiction)*, *uzależnienie od sieci internetowej (net compulsions)*, *przeciążenie internetowe (information overload)*, *erotomania internetowa (cybersexual addiction)* (Andrzejewska, 2014).

Poprzez pojęcie *problematycznego używania Internetu (PIU)* określa się zaś problemy związane z nałogowym zaangażowaniem w korzystanie z Internetu. R. Poprawa (2012) twierdzi, że jest to termin jak najbardziej neutralny, nie przesądza on charakteru problemu ani jego trwałości, nie jest powiązany również z żadną nozologią psychiatryczną. Podkreśla on wyraźnie problematyczny charakter zaangażowania w używanie Internetu, którego następstwem są szeroko rozumiane problemy, trudności w funkcjonowaniu jednostki, zarówno behawioralne, przystosowawcze czy emocjonalne, jak i zdrowotne. PIU to „nadmierne, rodzące problemy psychologiczne, społeczne i zdrowotne, zaangażowanie w korzystanie z pewnych aplikacji Internetu (głównie związanych z interaktywnością), mające wyraźne cechy zachowania nałogowego” (Poprawa, 2012, s. 59).

Kryteria diagnostyczne problematycznego używania Internetu

Kryterium nadużywania Internetu nie jest tylko czas spędzany w sieci. Aby mówić o problematycznym używaniu Internetu, muszą się pojawić dodatkowe okoliczności. W ujęciu najbardziej ogólnym o nadużywaniu lub wręcz uzależnieniu od Internetu możemy mówić, gdy spełnione są następujące warunki (Shapira i in., 2003): (1) *Czas i intensywność korzystania z Internetu wymyka się spod kontroli, użytkownik spędza w sieci więcej czasu, niż planował, odczuwa trudną do odparcia potrzebę korzystania z sieci*; (2) *Korzystanie z Internetu prowadzi do zaniedbywania innych aspektów życia, przysparza problemów na różnych płaszczyznach lub powoduje cierpienie uzależnionego bądź osób z jego otoczenia*.

B.T. Woronowicz (2009) wskazuje na następujące objawy „siecioholizmu”: (1) *spędzanie przy komputerze coraz większej ilości czasu kosztem innych zainteresowań*; (2) *zaniedbywanie obowiązków rodzinnych i szkolnych z powodu aktywności w Internecie*; (3) *pojawianie się konfliktów rodzinnych związanych z Internetem*; (4) *kłamstwa dotyczące czasu spędzanego w Internecie*; (5) *podejmowanie nieudanych prób ograniczenia korzystania z Internetu*; (6) *reagowanie rozdrażnieniem lub nawet agresją, gdy korzystanie z Internetu jest utrudnione lub niemożliwe*.

Za punkt odniesienia w ustalaniu kryteriów diagnostycznych PUI dla wielu badaczy służy również lista kryteriów diagnostycznych uzależnienia od komputera i Internetu opracowana przez M. Griffithsa. Autor wyróżnia w niej sześć symptomów, z których spełnienie przynajmniej trzech może wskazywać na problem z nadużywaniem Internetu. Są to: (1) *Dominacja* – występuje, gdy korzystanie z Internetu staje się najważniejszą czynnością w życiu. Objawia się m.in. zaabsorbowaniem emocjonalnym i myślowym, także wtedy gdy osoba nie może korzystać z sieci; (2) *Zmiana nastroju* – występuje, gdy użytkownik korzysta z Internetu po to, aby poprawić sobie nastrój albo zapomnieć o problemach; (3) *Zwiększona tolerancja* – rozumiana jako proces zwiększającego się zapotrzebowania na korzystanie z Internetu (pojawienie się poprawy nastroju spowodowanej korzystaniem z Internetu wymaga coraz dłuższego czasu spędzonego online); (4) *Zespół abstynencyjny* – ograniczenie lub brak możliwości korzystania z Internetu powoduje nieprzyjemne stany psychiczne, takie jak: rozdrażnienie, poirytowanie, niepokój; (5) *Konflikt* – rozumiany zarówno jako konflikt pomiędzy użytkownikiem a jego otoczeniem (rodziną, znajomymi), jak i jako konflikt pomiędzy spędzaniem czasu w Internecie a innymi typami aktywności (nauką, sportem); (6) *Nawroty* – intensywne, niekontrolowane korzystanie z Internetu pojawiające się po okresach ograniczonego lub kontrolowanego użytkowania (za: Kaliszewska, 2007).

Badacze tego zjawiska zwracają również uwagę na to, że o nadużywaniu Internetu nie można myśleć jednowymiarowo, ponieważ sama sieć jest wyjątkowo zróżnicowanym medium. Termin „korzystanie z Internetu” nie mówi wiele o tym, co właściwie jego użytkownik robi w sieci i co go tak naprawdę w niej angażuje. Dlatego też, mówiąc o problemach z Internetem, należy dookreślać, o jakiego rodzaju aktywnościach mówimy. W literaturze przedmiotu, w kontekście nadużywania Internetu, najczęściej wyróżnia się następujące aktywności: gry internetowe, sieci/portale społecznościowe i komunikatory, pornografia i cyberseks, hazard online.

Narzędzia przesiewowe do oceny problematycznego używania Internetu przez młodzież szkolną i młodych dorosłych

W celu poszukiwania narzędzi badawczych służących do przesiewowej oceny i rozpoznawania problematycznego użytkowania Internetu i uzależnienia od niego w populacji młodzieży szkolnej i dorosłych dokonano przeglądu literatury opublikowanej od 1998 roku w polskich i zagranicznych (anglojęzycznych) czasopismach naukowych oraz monografiach naukowych. W tym celu przejrano również trzy największe bazy elektroniczne EBSCO, Science Direct oraz Web of Knowledge, a także przeanalizowano piśmiennictwo zawarte w wyszukanych doniesieniach. Kryterium wyszukiwania były następujące słowa kluczowe: uzależnienie behawioralne (*behavioral addiction*), uzależnienie od Internetu (*Internet addiction*), problematyczne używanie Internetu (*problematic using of the Internet*), nadmierne użytkowanie Internetu (*excessive using of the Internet*) oraz testy i narzędzia przesiewowe do badania uzależnienia od Internetu (*Internet addiction tests, Internet screening tools*), a także przegląd literatury (*literature review*) i badania empiryczne (*empirical research*).

Na podstawie zgromadzonych materiałów (liczba rekordów: 4894) do dalszej analizy wybrano 59 doniesień zagranicznych i 12 krajowych, w których poruszany był problem nadmiernego użytkowania Internetu i uzależnienia od niego. Istotnym punktem odniesienia była metaanaliza 68 badań epidemiologicznych dotyczących uzależnienia od Internetu, sporządzona przez D.J. Kussa i in. (2014), która obejmowała pełnotekstowe artykuły opublikowane w języku angielskim zamieszczone w bazie elektronicznej Web of Science. Analizowanymi pozycjami były teksty naukowe, raporty i doniesienia z badań prowadzone nad uzależnieniem od Internetu, które zostały opublikowane po 2000 roku, zawierały ilościowe dane empiryczne i prowadzone były na próbach badawczych liczących minimum 1000 osób.

Przegląd badań wykazał istnienie 21 różnych instrumentów do oceny problematycznego korzystania z Internetu czy też uzależnienia od niego. Większość tych narzędzi bazowała na różnych kryteriach diagnostycznych (głównie DSM-IV lub ICD-10), które opierały się na symptomach diagnostycznych uzależnienia od substancji psychoaktywnych lub patologicznego hazardu. Przyjęcie różnorodnych kryteriów diagnostycznych rzutowało na rozbieżność uzyskiwanych wyników ukazujących skalę rozpowszechnienia problemów. Dla przykładu z przeglądu wykonanego przez Kussa i in. (2014) wynika, że rozpowszechnienie problemów wynikających z nadużywania Internetu waha się od 0,8% we Włoszech do 26,7% w Hong Kongu.

Poniżej opisowi poddane zostały najbardziej popularne zagraniczne i krajowe narzędzia diagnostyczne służące do identyfikacji osób (młodzieży i dorosłych) zagrożonych uzależnieniem od Internetu.

Narzędzia zagraniczne

Jak wspomniano powyżej, istnieje ponad 20 narzędzi diagnostycznych do przesiewowej oceny i rozpoznawania problematycznego/problemowego użytkowania Internetu. W badaniach naukowych i/lub praktyce klinicznej najczęściej wykorzystywane jest kilka z nich. Są to: *Young's Diagnostic Questionnaire* (1996) (autorstwa K. Young), *Young's Internet Addiction Test* (1998) (opracowany przez K. Young), *Chen Internet Addiction*

Scale (2003) (w opracowaniu Chen), *Internet Related Problem Scale* (IRPS) (autorstwa Armstrong, Phillips i Saling, 2000), *Online Cognition Scale* (OCS) (w opracowaniu Davisa, Fletta, Bassera, 2002), *Generalized Problematic Internet Use Scale* (GPIUS) (autorstwa Caplana, 2002), *Nichols Internet Addiction Scale* (NIAS) (w opracowaniu Nicholasa, Nickiego, 2004), *Problematic Internet Usage Scale* (PIUS) (w opracowaniu Ceyhan, Ceyhan, Gurcan, 2007), *The Compulsive Internet Use Scale* (CIUS) (autorstwa Meerkerk, Van Den Eijnden, Vermulst, Garretsen, 2009) oraz *Thatcher's Problematic Internet Use Questionnaire* (PIUQ) (w opracowaniu Thatcher, Goolam, 2005).

Young's Diagnostic Questionnaire (1996) vs Young's Internet Addiction Test (1998)

Najbardziej popularnym na świecie narzędziem do diagnozowania uzależnienia od Internetu jest test opracowany w 1998 roku przez amerykańską psycholog K. Young o nazwie *Internet Addiction Test* (IAT). Ma on obecnie najlepiej udokumentowane właściwości psychometryczne i doczekał się największej liczby adaptacji na świecie. Występuje w wersji chińskiej, angielskiej, francuskiej, włoskiej i tureckiej. Jego polską adaptację opracowali P. Majchrzak i N. Ogińska-Bulik (2006), tworząc *Test Użytkownika Internetu*. Również R. Poprawa (2011) na podstawie tego testu opracował *Test Problematycznego Używania Internetu*.

IAT nie był jednak pierwszym narzędziem, który zastosowano w celu diagnozy uzależnienia od Internetu. Dwa lata wcześniej takie próby podjęli O. Egger i M. Rautenberg (1996). Opracowali oni 46-itemowy test, który na celu miał diagnozę tego zjawiska. Test ten nie został poddany jednak ocenie pod kątem właściwości psychometrycznych i nie znalazł szerszego zastosowania. Rok później V. Brenner (1997) zaproponował test, zwany Inwentarzem Zachowania Uzależniającego (*Addictive Behavior Inventory*), konstruując go w oparciu o kryteria diagnostyczne uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Test ten nie zyskał uznania wśród badaczy.

IAT jest modyfikacją opracowanego przez K. Young w 1996 roku Kwestionariusza Diagnostycznego (*Diagnostic Questionnaire*) i rezultatem prowadzonych przez autorkę od tego roku badań. K. Young w 1996 roku jako pierwsza opublikowała szczegółowe studium przypadku problemowego użytkownika Internetu¹. Jej „pacjentem zerowym” była 43-letnia niepracująca matka rodziny, prowadząca „udane życie rodzinne, bez uzależnień czy zaburzeń psychicznych w wywiadzie”. W ciągu trzech miesięcy od momentu odkrycia portali dyskusyjnych (*chat rooms*) pacjentka poświęcała do 60 godzin tygodniowo na rozmowy przez Internet. Mówiła, że siadając przed komputerem, czuje się podniecona i pełna entuzjazmu, a po wylogowaniu staje się przygnębiona, niespokojna i drażliwa. Opisała, że jest uzależniona od tego środka przekazu „tak, jak byłaby uzależniona od alkoholu”. W ciągu roku od zakupienia komputera przestała wykonywać obowiązki domowe, zaniechała spotkań towarzyskich, które dawniej lubiła i odseparowała się od obu swoich nastoletnich córek i męża. Na podstawie tego przypadku i wywiadów przeprowadzonych z innymi pacjentami K. Young zaproponowała pierwszy zestaw kryteriów diagnostycznych dla diagnozowania zaburzenia, które nazwała *uzależnieniem*

¹ K.S. Young (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological Report*, 79, 899-902.

od Internetu (*Internet addiction*). Przy jego opracowywaniu wzorowała się na podanej w DSM-IV definicji uzależnienia od substancji psychoaktywnych, ponieważ zauważyła podobieństwo do stanów tolerancji i zespołu abstynencyjnego. W 1998 roku K. Young zaktualizowała swoją definicję, uwzględniając w swoim *Diagnostic Questionnaire* kryteria DSM-IV opracowane dla patologicznego hazardu, czyli zaburzenia kontroli impulsów, często opisywanego jako uzależnienie behawioralne. W zaproponowanym przez nią w 1996 roku kwestionariuszu do rozpoznania uzależnienia od Internetu wymagane jest wskazanie co najmniej pięciu z ośmiu kryteriów kwestionariusza.

Young's Internet Addiction Test (IAT) jako modyfikacja wcześniejszego *Diagnostic Questionnaire* i rekomendowany jest to badań na populacjach młodzieży i dorosłych. Składa się z 20 pytań typu „jak często?”. Każde z nich oceniane jest na 5-stopniowej skali Likerta (1 = rzadko; 2 = od czasu do czasu; 3 = dość często; 4 = często; 5 = zawsze). Maksymalny wynik możliwy do uzyskania na skali to 100 punktów. Wynik od 20 do 49 punktów oznacza przeciętnego użytkownika Internetu, wynik od 50 do 79 punktów oznacza użytkownika Internetu, który odczuwa sporadyczne bądź częste problemy spowodowane Internetem, zaś wynik 80 lub więcej punktów wskazuje na problemowe użytkowanie Internetu. Uzależnienie od Internetu rozumiane jest jako zaburzenie kontroli impulsów, a pojęcie „Internetu” odnosi się do wszystkich typów aktywności online. Test mierzy, w jakim stopniu Internet wpływa na aspekty naszego życia codziennego (np. codziennej rutyny, wzór snu, wydajności, życia społecznego, uczucia). Psychometryczne właściwości narzędzia zbadano na grupie 86 osób. Wyodrębniono w kwestionariuszu sześć czynników: wyrazistość, użytkowanie nadmierne, zaniedbywanie pracy, antycypowanie/przewidywanie, brak samokontroli oraz zaniedbywanie życia towarzyskiego. Czynniki te wykazywały dobrą trafność diagnostyczną i spójność wewnętrzną. Wyrazistość wyjaśniała większość wariancji, stwierdzono także, że ma najwyższą rzetelność, o czym świadczy współczynnik α Cronbacha wynoszący dla sześciu podskal od 0,54 do 0,82. Francuska adaptacja testu dokonana przez Khazaala, Billieu i in. (2008) wśród 246 badanych studentów wykazała, że skala posiada nieco wyższą rzetelność α Cronbacha wynosi 0,93. Chińska adaptacja narzędzia dokonana przez Ngai (2007) w Hong Kongu wśród 988 uczniów w wieku 10-15 lat wykazała, że współczynnik rzetelności α Cronbacha liczony dla sześciu podskal wynosił od 0,63 do 0,82.

Chen Internet Addiction Scale (Chen, 2003)

Jest to skala będąca narzędziem samoopisowym złożonym z 26 stwierdzeń ocenianych na 4-punktowej skali szacunkowej typu Likerta. Za jej pomocą ocenia się pięć kategorii problemów związanych z Internetem: użytkowanie kompulsywne, objawy abstynencyjne, tolerancja, konsekwencje interpersonalne i zdrowotne oraz trudności z zarządzaniem czasem. Stwierdzenia te odnoszą się do trzech ostatnich miesięcy. Badany proszony jest o to, aby mając na uwadze trzy ostatnie miesiące, wskazał, na ile każde ze stwierdzeń pasuje do jego doświadczenia, odnosząc się do skali czterostopniowej typu: 1 = wcale nie pasuje; 2 = raczej nie pasuje; 3 = raczej pasuje; 4 = zdecydowanie pasuje.

Wyniki zawierają się w granicach od 26 do 104 punktów. W oryginalnym badaniu nad tym narzędziem uczestniczyło 454 badanych osób (młodociani i młodzi dorośli), którzy wypełnili skalę, a następnie poproszeni

zostali o zgodę na udział w ustrukturalizowanym wywiadzie diagnostycznym. Wyniki badania wykazały, że punkt odcięcia na poziomie 64 punktów ma wysoką trafność diagnostyczną i specyficzność odpowiednio 88% i 96%). Wewnętrzna rzetelność skali i podskal w oryginalnym badaniu wahała się od 0,79 do 0,93 a Cronbacha.

Internet Related Problem Scale (IRPS) (Armstrong, Phillips, Saling, 2000)

Jest to 20-iteńowa skala, na której odpowiedzi badanych oceniane są na 10-stopniowej skali typu Likerta wg schematu 1 = w ogóle nieprawda do 10 = bardzo prawdziwe. Sumy punktów dla każdego stwierdzenia są zliczane i zsumowane. Skala rekomendowana jest do badań wśród osób dorosłych. Opiera się na kryteriach DSM-IV odnoszących się do kryteriów diagnostycznych uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Podstawa teoretyczna, jaką przyjmują autorzy tego narzędzia, odwołuje się do istoty uzależnienia. Autorzy stoją na stanowisku, że uzależniającą właściwością Internetu jest poszukiwanie interaktywnej stymulacji lub ucieczki od rzeczywistości. Dlatego też skala ta została zaprojektowana tak, aby ocenić dwie właściwości, jakimi są: poszukiwanie wrażeń i słabe poczucie własnej wartości, na podstawie których można prognozować wyższy poziom zagrożenia problemowym korzystaniem z Internetu. Skala posiada tylko wersję anglojęzyczną.

Własności psychometryczne skali są zadowalające. W badaniach Armstronga i in. (2000) prowadzonych wśród 50 uczestników grupy wsparcia dla osób uzależnionych od Internetu współczynnik α Cronbacha wyniósł 0,88. Trafność teoretyczna narzędzia też okazała się wysoka. Skala istotnie koreluje z czasem spędzonym przez badanego w Internecie ($r = 0,76$) oraz ze skalą potencjalnego uzależnienia (MMPI-2) ($r = 0,30$). W kwestionariuszu wyodrębniono dziewięć znaczących czynników: tolerancja, ucieczka od innych problemów, zmniejszenie aktywności, utrata kontroli, związanych z nim działań, efekty negatywne, wycofanie, pragnienie i introwersja. Czynniki te wykazywały dobrą trafność diagnostyczną i spójność wewnętrzną. W 2004 roku Widyanto i in. za pomocą tej skali przebadali 79 uczestników rekrutowanych przez internetowe grupy dyskusyjne. Badanie walidacyjne wykazało, że skala posiada zadowalającą rzetelność. Współczynnik α Cronbacha dla sześciu wyłonionych podskal wyniósł od 0,54 do 0,82. Podskalami tymi są: wyrazistość, nadmierne używanie Internetu, zaniedbanie pracy, przewidywanie, brak samokontroli, zaniedbanie życie społecznego. Skala, podobnie jak w badaniach Armstronga i in., istotnie koreluje z czasem spędzonym przez badanego w Internecie ($r = 0,76$) oraz ze skalą potencjalnego uzależnienia (MMPI-2) ($r = 0,30$).

Online Cognition Scale (OCS) (Davis, Flett, Basser, 2002)

W 2002 roku R.A. Davis, G.L. Flett i A. Basser, wychodząc z poznawczo-behawioralnej koncepcji problematycznego używania Internetu, opracowali *Online Cognition Scale*. Narzędzie to koncentruje się na poznawczym komponentcie uzależnienia, a nie na behawioralnym. Składa się z 36 pozycji, które ujęto w cztery podskale: samotność/depresja, zmniejszona kontrola impulsów, komfort społeczny i rozproszenie. Odpowiedzi oceniane są na 7-punktowej skali Likerta poprzez zsumowanie wszystkich punktów. Narzędzie posiada wersję angielską, chińską i turecką. Rekomendowane jest do badań na populacji młodzieży i dorosłych. Skala posiada

wysoką rzetelność i trafność. W badaniach oryginalnych prowadzonych przez Davisa i in. (2002) wśród 211 studentów studiów psychologicznych rzetelność skali liczona współczynnikiem α Cronbacha wyniosła 0,94. Całkowita pozycja korelacji dla skali komfortu społecznego wyniosła $r = 0,47-0,77$, dla skali samotności/depresji $r = 0,49-0,81$, dla skali zmniejszonej kontroli impulsów $r = 0,50-0,76$, zaś dla skali rozproszenia $r = 0,55-0,80$. Turecka adaptacja tego narzędzia dokonana przez N.C. Ozcana i in. (2005) na grupie 148 studentów potwierdziła rzetelność skali. Współczynnik α Cronbacha wyniósł 0,91.

Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIUS) (Caplan, 2002)

Skala ta została opracowana na gruncie poznawczo-behawioralnej koncepcji problematycznego używania Internetu autorstwa Davisa (2001), w której zdefiniowane zostało pojęcie problematycznego użytkownika Internetu. Koncepcja ta koncentruje się na poznawczych i behawioralnych aspektach użytkowania Internetu oraz wpływie Internetu na psychospołeczne funkcjonowanie człowieka i jego zdrowie, w tym na powstawanie negatywnych konsekwencji zdrowotnych i psychospołecznych. Skala składa się z siedmiu podskal, w których analizowane są następujące czynniki: zmiany nastroju (korzystanie z Internetu, aby zmienić nastrój); korzyści społeczne (postrzegane korzyści społecznych płynących ze społeczności online); negatywne następstwa (odczuwanie problemów w relacjach z przyjaciółmi/rodziną z powodu nadmiernego korzystania z Internetu); kompulsywne używanie Internetu (niemożność kontrolowania użytkowania Internetu i towarzyszące temu poczucie winy); nadmierne poświęcanie czasu na przebywanie w Internecie (utrata poczucia czasu w trakcie korzystania z Internetu); wycofanie (odczuwanie trudności/dyskomfortu z powodu niespędzania czasu w Internecie); kontrola społeczna (poczucie kontroli społecznej w interakcji z innymi użytkownikami będącymi online). Zawiera ona 29 stwierdzeń, które oceniane są na 5-punktowej skali Likerta typu 1 = zdecydowanie się nie zgadzam, 5 = zdecydowanie się zgadzam. Skala rekomendowana jest do badań osób dorosłych. Została opracowana w wersji angielskiej, posiada również chińską adaptację. W badaniach oryginalnych prowadzonych przez S.E. Caplana (2002) na grupie 386 studentów studiów licencjackich potwierdzona została rzetelność skali. Współczynnik α Cronbacha wyniósł od 0,78 do 0,85. Trafność narzędzia została również potwierdzona przez badania korelacyjne. Wszystkie podskale statystycznie istotnie skorelowane były z narzędziem badającym dobre samopoczucie psychospołeczne.

Nichols Internet Addiction Scale (NIAS) (Nichols, Nichi, 2004)

W 2004 roku L.A. Nichols opracował *Skalę do badania Uzależnienia od Internetu*. Skala ta opiera się na kryteriach uzależnienia od substancji psychoaktywnych ujętych w klasyfikacji DSM-IV, szczególnie takich jak wyrazistość i zmiana nastroju, które rekomendowane są przez M. Griffithsa (1996). Pierwotnie składała się ona z 36 stwierdzeń, w późniejszym czasie zredukowanych do 31, na które odpowiedzi udziela się na 5-punktowej skali Likerta i punktuje się je następująco: 1 = nigdy, 2 = rzadko, 3 = czasami, 4 = często, 5 = zawsze. Wynik na skali wynosi od 0 do 155 pkt. 93 punkty uznaje się za punkt odciążenia świadczący o występowaniu uzależnienia od Internetu. Narzędzie rekomendowane jest do badań na populacjach dorosłych. Występuje w wersji angielskiej. Badania nad właściwościami

psychometrycznymi prowadzonymi przez L.A. Nicholisa i R. Nickiego (2004) na grupie 207 studentów Uniwersytetu of New Brunswick wykazały, że narzędzie posiada wysoką rzetelność. Współczynnik α Cronbacha wyniósł 0,95. Trafność teoretyczną narzędzia potwierdziły statystycznie istotne korelacje pomiędzy skalą IAS a takimi zmiennymi, jak rodzinne i społeczne osamotnienie. Skala ma budowę jednoczynnikową.

Problematic Internet Usage Scale (PIUS) (Ceyhan, Ceyhan, Gurcan, 2007)

Problematic Internet Usage Scale jest skalą trójczynnikową składającą się z 33 itemów (pierwotnie skala liczyła 59 stwierdzeń), które obejmują pomiar takich zmiennych, jak: negatywne konsekwencje używania Internetu (17 stwierdzeń), korzyści społeczne/komfort społeczny (10 stwierdzeń) oraz nadmierne użytkowanie Internetu (6 stwierdzeń). Odpowiedzi na stwierdzenia punktowane są na 5-punktowej skali typu Likerta. Skala zawiera się w przedziale punktowym od 33 do 165 punktów, nie posiada punktu odcięcia. Im wyższą liczbę punktów na skali uzyskuje badany, tym wyższe jest zagrożenie patologicznym użytkowaniem Internetu. Narzędzie rekomendowane jest do badań na populacji osób dorosłych. Posiada wersję angielską i turecką. Badanie nad walidacją narzędzia przeprowadzone w Turcji przez E. Ceyhan, A.A. Ceyhan i A. Gurcan (2007) na grupie 1 658 studentów uniwersytetu wykazało jego zadowalającą rzetelność. Współczynnik α Cronbacha wyniósł 0,94. Sprawdzanie trafności narzędzia odbyło się poprzez skorelowanie skali z turecką wersją *Online Cognition Scale* (Davis, 2002). Wyniki badania potwierdziły znaczącą korelację między tymi skalami ($r=0,61$).

The Compulsive Internet Use Scale (CIUS) (Meerkerk, Van Den Eijnden, Vermulst, Garretsen, 2009)

The Compulsive Internet Use Scale uznawane jest za proste i krótkie (tylko 14-itemowe) w użyciu oraz rzetelne narzędzie do badania kompulsywnego użytkowania Internetu przez młodzież i dorosłych. Skala została opracowana w oparciu o kryteria patologicznego hazardu ujętego w klasyfikacji DSM-IV oraz kryteria uzależnień behawioralnych zaproponowane przez M. Griffithsa (1996). Mierzy ona nasilenie uzależnienia od Internetu. Składa się z 14 stwierdzeń, na które udziela się odpowiedzi na 5-punktowej skali Likerta typu: 0=nigdy, 1=rzadko, 2=czasami, 3=często, 4=bardzo często. Nie posiada punktu odcięcia. Wynik interpretuje się w taki sposób, że im wyższa liczba punktów uzyskanych na skali, tym większe nasilenie kompulsywnego użytkowania Internetu/uzależnienia od niego. Skala uznawana jest za narzędzie o potwierdzonej własności psychometrycznej. W trzykrotnie wykonanych badaniach holenderskich prowadzonych przez G.J. Meerkerk i in. (2009) rzetelność skali wynosiła α Cronbacha od 0,89 do 0,90. Skala znacząco korelowała z *Online Cognition Scale* ($r=0,70$) oraz z zmienną, jaką był czas spędzany w Internecie ($r=0,33$; w kolejnych badaniach $r=0,42$). Analiza czynnikowa potwierdziła, że skala jest modelem jednoczynnikowym. Narzędzie dostępne jest w wersji anglojęzycznej.

Thatcher's Problematic Internet Use Questionnaire (PIUQ) (Thatcher, Goolam, 2005)

Thatcher's Problematic Internet Use Questionnaire jest kwestionariuszem do badania nasilenia problematycznego używania Internetu w grupach adolescentów i dorosłych. Wybrane twierdzenia kwestionariusza zostały

opracowane na podstawie skali *South Oaks Gambling Screen* (SOGS), która jest narzędziem przesiewowym służącym do rozpoznawania występowania problemu patologicznej gry hazardowej. Oryginalna wersja kwestionariusza PIUQ składała się z 16 twierdzeń, obecna, zmodyfikowana wersja zawiera 20 twierdzeń, za pomocą których dokonuje się pomiaru trzech czynników: odczuwanie niepokoju online (10 stwierdzeń), niepożądane działania (7 stwierdzeń) i społeczne interakcje (3 stwierdzenia). Odpowiedzi udziela się na 5-stopniowej skali Likerta wg następującego schematu: 1=rzadko (nie dotyczy), 5=zawsze (tak/nie). Kwestionariusz dostępny jest w wersji anglojęzycznej. Badanie walidacyjne nad narzędziem wykonane na grupie 1795 osób przeprowadzone przez A. Thatchera i S. Goolama (2005) wykazały jego zadowalającą rzetelność i trafność. Współczynnik α Cronbacha wyniósł 0,90. Sprawdzanie trafności narzędzia odbyło się poprzez skorelowanie kwestionariusza z 8-iteowym kwestionariuszem Diagnostycznym K. Young (8-item Diagnostic Questionnaire) ($r=0,72$).

Krajowe propozycje narzędzi przesiewowych do badania problematycznego używania Internetu i uzależnienia od niego

W naszym kraju powstaje coraz większa liczba narzędzi służących do przesiewowej oceny i rozpoznawania problematycznego użytkownika Internetu oraz uzależnienia od niego. Obecnie najczęściej do badań naukowych wykorzystywane są cztery rodzaje narzędzi. Są to:

1. Polska adaptacja testu do badania uzależnienia od Internetu autorstwa K. Young (IAT), której w 2006 roku dokonali P. Majchrzak i N. Ogińska-Bulik (2006), tworząc *Test Użytkownika Internetu* (TUI);
2. *Test Problematycznego Używania Internetu* (PUI), który na podstawie IAT w 2011 roku opracował R. Poprawa, a następnie poddał dalszej modyfikacji (Poprawa, 2011) oraz *Test Korzystania z Internetu* (TKI) autorstwa R. Poprawy (2011, 2012);
3. *Skala Ryzyka Nadmiernego Używania Internetu* (SNUI) opracowana przez K. Kaliszewską (2007).

Test Użytkownika Internetu (TUI) w opracowaniu P. Majchrzaka i N. Ogińskiej-Bulik (2006)

Test Użytkownika Internetu (TUI) – *Internet Addiction Test* K. Young w adaptacji P. Majchrzaka i N. Ogińskiej-Bulik (2006) składa się z 20 pytań określających stopień, w jakim Internet wpływa na codzienne obowiązki, życie towarzyskie, produktywność, uczucia i relacje z innymi. Badany odpowiada na pytania, posługując się skalą 5-stopniową, od rzadko do zawsze. Zakres wyników wynosi od 20 do 100 punktów. Im wyższy wynik, tym większa skłonność do angażowania się w wirtualną rzeczywistość, a tym samym większe ryzyko uzależnienia od niej. Zgodnie z przyjętymi przez K. Young kryteriami, za wyniki średnie (zagrożenie patologicznym użytkowaniem) przyjmuje się przedział 50-79 punktów, zaś wynik powyżej 80 punktów świadczy o patologicznym użytkowaniu Internetu. Stosując to narzędzie, uzyskano satysfakcjonujące właściwości psychometryczne (α Cronbacha=0,91). Na podstawie analizy czynnikowej wyłoniono trzy czynniki, które łącznie wyjaśniają 54,1% wariancji całkowitej. Są to: 1) zaniedbywanie życia społecznego i zawodowego, 2) nadmierne używanie Internetu w wymiarze czasowym oraz 3) psychiczne zaabsorbowanie Internetem (Majchrzak, Ogińska-Bulik, 2006).

Test Problematycznego Używania Internetu (PUI) w opracowaniu R. Poprawy (2006, 2011, 2012) oraz Test Korzystania z Internetu w opracowaniu R. Poprawy (2011, 2012)

R. Poprawa w 2006 roku dokonał adaptacji i oceny psychometrycznej polskiej wersji *Testu Uzależnienia od Internetu (Internet Addiction Test)*, opracowanego w 1998 roku przez K. Young. W trakcie prac nad adaptacją i walidacją testu autor zmienił nazwę polskiej wersji na „mniej stygmatyzującą i kontrowersyjną”. Termin *uzależnienie od Internetu* zastąpił określeniem *problematyczne używanie Internetu (PUI)*. PUI oznacza interaktywność, nawiązywanie relacji, granie, poszukiwanie wrażeń w sieci, ucieczkę od realnych problemów życia, dążenie do zaspokojenia sfrustrowanych potrzeb, wzmocnienia Ja i kompensacji własnych słabości poprzez nadmierną aktywność w Internecie.

W oparciu o przeprowadzone online na przełomie 2006 i 2007 roku badania walidacyjne nad TPUI22 (na próbie liczącej 6119 osób) potwierdzona została wartość psychometryczna testu. Badania walidacyjne wykazały, że TPUI posiada wysoką trafność i rzetelność. Współczynnik zgodności wewnętrznej testu α Cronbacha = 0,93. Moc dyskryminacyjna poszczególnych pozycji wahała się od 0,40 do 0,70. Obliczono również dla testu rzetelność połówkową, wynoszącą 0,95, przy korelacji międzypołówkowej równej 0,91. Analiza czynnikowa (metodą czynników głównych) uzyskanych wyników wykazała jednoczynnikową strukturę narzędzia, o wartości własnej 9,0 i 41% wyjaśnianej wariancji, z ładunkami 0,42 do 0,73. Wynik TPUI22 statystycznie istotnie oraz wysoko i pozytywnie korelował z niektórymi wynikami *Kwestionariusza Efektów Używania Internetu*, który mierzy oczekiwane pozytywne efekty oraz negatywne skutki korzystania z Internetu (Poprawa, 2006, 2009). Korelacje te dotyczyły: spostrzeganych negatywnych skutków własnego używania Internetu ($r=0,78$), oczekiwanej kompensacji osobistych braków i deficytów poprzez aktywność w Internecie ($r=0,68$) oraz oczekiwanej rozrywki i poprawy nastroju poprzez aktywność w Internecie ($r=0,59$). Wynik TPUI22 statystycznie istotnie ($p<0,001$) i pozytywnie, choć słabo korelował z czasem dobowej aktywności online ($r=0,28$), ujawniając ogólną prawidłowość, że im dłuższy czas bycia aktywnym non-stop na dobę w Internecie, tym silniejsze objawy PUI. Na podstawie uzyskanych wyników z tych badań przyjęto, że na wynik Testu Problematycznego Używania Internetu (TPUI) składa się suma ocen 22 stwierdzeń, która na skali może przybierać wartość od 0 do 110 punktów. Im wyższy wynik, tym silniejsze nałogowe uwikłanie w Internet i więcej potwierdzonych symptomów PUI.

Test Korzystania z Internetu (TKI) (Poprawa, 2011, 2012)

Na podstawie przyjętej koncepcji problematycznego używania Internetu R. Poprawa opracował kwestionariuszowe narzędzie do jego pomiaru zwane *Testem Korzystania z Internetu (TKI)*. Przy jego konstrukcji autor wykorzystał wcześniej opracowane przez siebie narzędzie – *Test Problematycznego Używania Internetu* (2006), będący zmodyfikowaną adaptacją *Internet Addiction Test* autorstwa K. Young. Konstruując stwierdzenia, opierał się również na *Online Cognition Scale (OCS)* Davisa, Fletta i Bassera (2002) oraz kwestionariuszu Rowińskiego zatytułowanym *Aktywność w Internecie* (2006) do pomiarów symptomu PUI. Ostatecznie w pier-

wotnej pilotażowej wersji TKI znalazło się 45 zapożyczonych oraz samodzielnie opracowanych stwierdzeń odnoszących się do każdego z ośmiu symptomów PUI. Do każdego symptomu przyporządkowano od 5 do 6 stwierdzeń. Do listy stwierdzeń dołączono 6-punktową skalę odpowiedzi, gdzie 1 oznacza nigdy, a 5 zawsze. Badania pilotażowe tak przygotowanej eksperymentalnej wersji TKI przeprowadzono na próbie młodzieży i studentów (N=221). Po dokonaniu analizy własności psychometrycznej skali ostatecznie do badań właściwych przygotowano 37-pozycyjny TKI. Badania właściwe przeprowadzono metodą klasyczną papier-ołówek na próbie 654 użytkowników Internetu w wieku 15-19 lat. Po przeprowadzeniu serii confirmacyjnych analiz czynnikowych ustalono, że ostateczne dopasowanie uzyskanego rozkładu empirycznego odpowiada siedmiu kategoriom symptomów. Każdą z tych kategorii można potraktować oddzielnie jako niezależną podskalę testu, co potwierdzają analizy spójności wewnętrznej i mocy dyskryminacyjnej pozycji składających się na każdą z podskal. TKI liczący 37 pozycji posiadał bardzo wysoką rzetelność półkową, co sugerowało możliwość jego skrócenia. W tym celu wybrano 23 pozycje o najlepszych parametrach i przeprowadzono analizę właściwości psychometrycznych tak skróconej wersji TKI23. Analiza czynnikowa metodą czynników głównych wykazała jednoznacznie jednoczynnikową strukturę skróconej wersji TKI23, z ładunkami czynnikowymi od -0,575 do -0,818. W wersji skróconej 23 pozycje wyjaśniają ponad 47% wariancji wyniku testu. Wynik analizy rzetelności wskazuje na równie wysokie właściwości psychometryczne wersji skróconej. Moc dyskryminacyjna poszczególnych pozycji testu jest wysoka i waha się od 0,566 do 0,787. Wysokie walory psychometryczne TKI23 pozwalają na rekomendowanie go jako rzetelnego i trafnego narzędzia pomiaru do wstępnego diagnozowania PUI szczególnie wśród młodzieży (Poprawa, 2012).

Skala Ryzyka Nadmiernego Używania Internetu (SNUI) w opracowaniu K. Kaliszewskiej (2007)

Skala Ryzyka Nadmiernego Używania Internetu (SNUI) autorstwa K. Kaliszewskiej opiera się na założeniach koncepcji Davisa (2001). Autorka termin *nadmierne używanie Internetu* zdefiniowała jako „dysfunkcjonalny wzorec elementów poznawczych i zachowań związanych z używaniem Internetu, którego rezultatem jest utrata kontroli nad zachowaniem (czasem i sposobem korzystania z Internetu) oraz znaczące pogorszenie w społecznym, zawodowym lub innym istotnym obszarze funkcjonowania podmiotu” (Kaliszewska, 2007, s. 85). Stosownie do tak przyjętej definicji opracowała ona SNUI, która składa się z trzech podskal i mierzy: (1) treściowe aspekty struktur poznawczych w zakresie negatywnych myśli na własny temat, otoczenia i relacji Ja z otoczeniem; (2) korzystanie z Internetu w celu odwlekania zadań i regulacji nastroju; (3) negatywne następstwa nadmiernego używania Internetu w różnych sferach funkcjonowania jednostki. Dodatkowym elementem pomiaru jest stopień utraty kontroli nad korzystaniem z Internetu. Analiza rzetelności skal przeprowadzona na podstawie zgodności obliczona została według wzoru a Cronbacha i dała zadawalające rezultaty. Wyraźnie słabsze wartości uzyskano dla podskali mierzącej stopień utraty kontroli. Trafność teoretyczną narzędzia określono na podstawie eksploracyjnej i confirmacyjnej analizy czynnikowej. Rezultaty tych analiz okazały się zadawalające (Kaliszewska, 2007).

Porównywalność wyników – problem niezgodności

Analizując doniesienia badawcze oraz dokonując przeglądu literatury krajowej i zagranicznej nad zjawiskiem problematycznego używania Internetu przez młodzież i młodych dorosłych, zauważyć można problem niezgodności w zakresie porównywalności wyników dotyczących rozpowszechnienia odsetka młodzieży i młodych dorosłych korzystających z Internetu w sposób dysfunkcyjny. Owa niezgodność wyników może mieć różnorodne uwarunkowania. Różnice szacunków rozpowszechnienia wskaźników problematycznego używania Internetu czy też uzależnienia od niego prawdopodobnie obciążone są działaniem wielu zmiennych sytuacyjnych i pomiarowych. Takie zmienne mogą obejmować np. różne procedury pobierania próbek (badania online, klasyczne badania kwestionariuszowe typu papier-ołówek, badania kliniczne – wywiad z pacjentem), stosowanie odmiennych narzędzi pomiarowych i schematów punktacji wyników, wdrażanie skróconych i zmodyfikowanych narzędzi, niespójność grup docelowych pod względem wieku i płci oraz różnic kulturowych.

Przeprowadzone do tej pory na świecie badania sondażowe nad rozpowszechnieniem PUI można ogólnie podzielić na dwie główne kategorie: w trybie *online* lub *offline*. W tych pierwszych zazwyczaj uzyskuje się wyższe wskaźniki, najprawdopodobniej z powodu siłą rzeczy tendencyjnego doboru próby (Young, 2010).

Istotnym problemem wśród badaczy jest brak zgodności co do kryteriów diagnostycznych problemowego użytkownika Internetu oraz różnorodność przyjmowanych definicji. Dokonany przegląd literatury dowodzi, że jednym z problemów mogących rzutować na trafne postawienie diagnozy może być wieloznaczność i różnorodność stosowanych terminologii przez badaczy, np. *uzależnienie od Internetu*, *kompulsywne używanie Internetu*, *namierne korzystanie z Internetu* czy *problemowe* lub *problematyczne jego użytkowanie*. Takie spostrzeżenia skłonić powinny badaczy tego zjawiska do pracy nad standaryzacją terminologii i definicji pojęć. Próbę tę na gruncie badań krajowych podjął już R. Poprawa (2011, 2012). Warto zatem prowadzić dyskusje i debaty nad definicją terminów: *uzależnienie od Internetu*, *nadużywanie Internetu* czy też jego *problematyczne użytkowanie*.

Większość zaprezentowanych w artykule narzędzi nie posiada potwierdzenia wyników uzyskanych na drodze badań klinicznych, co wskazuje na słabość procedury diagnostycznej problematycznego używania Internetu i uzależnienia od niego.

W związku z powyższym pytanie o porównywalność wyników uzyskanych za pomocą różnych narzędzi i zgodność co do wskazywanych wskaźników rozpowszechnienia problematycznego używania Internetu przez młodzież i młodych dorosłych podane zostaje pod wątpliwość. Oznaczać to może, że zgłoszone odsetki nastolatków i młodych dorosłych doświadczających problemów wynikających z nadużywania Internetu mogą być czasami niedoszacowane, a niekiedy wysoce przeszacowane. One ostatecznie pozwolą stymulować rozwój nowych kryteriów i udoskonalać istniejące narzędzia przesiewowe. Zasadne wydaje się również prowadzenie badań nad grupowaniem objawów problemowego korzystania z Internetu. Dotychczasowe badania wskazują bowiem na to, że osoby, które w sposób dysfunkcyjny użytkują Internet, nie są jednorodną grupą, mogą zatem wymagać rozwoju różnych kryteriów oceny oraz narzędzi pomiarowych.

Podsumowanie

Zaprezentowany powyżej dorobek w zakresie narzędzi służących do przesiewowej oceny i rozpoznawania problematycznego użytkowania Internetu i uzależnienia od niego oraz jego rozpowszechnienia w populacji młodzieży szkolnej i młodych dorosłych stanowi inspirację do prowadzenia pogłębionych badań, opracowania, adaptacji i walidacji nowych wersji narzędzi przesiewowych. Jak wynika z przeglądu literatury, metody używane w początkowym okresie badań nad zjawiskiem PUI dalekie były od standardów, jakie muszą obecnie spełniać narzędzia psychometryczne. Na przestrzeni dwóch ostatnich dekad nastąpił intensywny rozwój prac nad ich konstruowaniem i walidacją. To właśnie w populacji młodzieży i młodych dorosłych, jako grupy największego ryzyka zagrożeniem uzależnienia od Internetu, przeprowadzono najwięcej badań diagnostycznych nad rozpowszechnieniem tego zjawiska. W badaniach tych wykorzystywano różne metody pomiaru. Przy konstrukcji narzędzi odwoływano się do różnorodnych systemów kryteriów diagnostycznych oraz koncepcji teoretycznych, przyjmując odmienne terminologie. Jednak pomimo tej rozbieżności wielu badaczy przedstawia podobny i dość spójny obraz problemów związanych z dysfunkcyjnym użytkowaniem Internetu oraz zbieżne rezultaty badań nad korelatami tego zjawiska, co ilustruje podobny obraz jego mechanizmów etiologicznych (Poprawa, 2012).

Trafne rozpoznanie problematycznego użytkowania Internetu przez młodzież oraz młodych dorosłych pozwala na szybką identyfikację grup ryzyka (osób zagrożonych nadmiernym korzystaniem z Internetu) i podjęcie interwencji, działań pomocowych w stosunku do osób zagrożonych już problematycznym jego użytkowaniem, które doświadczają negatywnych konsekwencji własnych działań (głównie konsekwencji społecznych, psychicznych i zdrowotnych).

Bibliografia

- Aboujaoude E. (2010). Problemowe użytkowanie Internetu – przegląd literatury. *Postępy Psychiatrii i Neurologii* 19(4), 247-252.
- Andrzejewska A. (2014). *Dzieci i młodzież w sieci zagrożeń realnych i wirtualnych. Aspekty teoretyczne i empiryczne*. Warszawa: Difin.
- Armstrong L., Phillips J.G., Saling L.L. (2000). Potential determinants of heavier Internet use age. *International Journal of Human Computer Studies*, 53, 537-550.
- Augustynek A. (2010). *Uzależnienie komputerowe. Diagnostyka, rozpowszechnienie, terapia*. Warszawa: Difin.
- Bargh J.A., McKenna K.Y.A. (2009). Internet a życie społeczne. W: W.J. Paluchowski (red.), *Internet a psychologia. Możliwości i zagrożenia* (s. 25-45). Warszawa: Wyd. Naukowe PWN.
- Caplan S.E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553-575.
- CBOS (2012). *Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących w odniesieniu do hazardu, w tym hazardu problemowego (patologicznego) oraz innych uzależnień behawioralnych*. Warszawa: CBOS. Zacierpnięte 20 lutego 2014. Strona internetowa http://www.kbpn.gov.pl/portal?id=15&res_id=2264442

- CBOS (2012). *Korzystanie z Internetu*. Warszawa. Zaczepnięte 3 czerwca 2013. Strona internetowa http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2012/K_081_12.PDF
- CBOS (2013). *Młodzież 2013*. Warszawa. Zaczepnięte 30 maja 2014. Strona internetowa <http://www.narkomania.org.pl/raporty/mlodziez-2013-badania-cbos>
- Ceyhan E., Cyhan A.A., Gurcan A. (2007). The validity and reliability of the Problematic Internet Usage Scale. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 7(1), 411-416.
- Chang M.K., Man Law S.P. (2008). Factor structure for Young's Internet Addiction Test: A confirmatory study. *Computers in Human Behavior*, 24, 2597-2619.
- Chocholska P., Osipczuk M. (2009). *Uzależnienie od komputera i internetu u dzieci i młodzieży*. Warszawa: Hachette.
- Davis R.A. (2001). A cognitive behavioral model of pathological internet use (PIU). *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- 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 and Behavior*, 5(4), 331-345.
- Griffiths M. (1996) Behavioural addictions: An issue for everybody? *Journal of Workplace Learning*, 8(3), 1925.
- Griffiths M. (1996a). Internet "addiction": An issue for clinical psychology? *Clinical Psychology Forum*, 97, 32-36.
- Griffiths M. (2000) Does Internet and Computer "Addiction" Exist? Some Case Study Evidence. *CyberPsychology and Behavior*, 3(2), 211-218.
- Kaliszewska K. (2007). Skale Ryzyka Nadmiernego Używania Internetu. *ASK. Społeczeństwo, Badania, Metody*, 16, 115-131.
- Kaliszewska K. (2010). *Nadmierne używanie Internetu. Charakterystyka psychologiczna*. Poznań: Wyd. UAM.
- Khazaal Y., Billieux J., Thorens G., Khan R., Louati Y., Scarlatti E., Theintz F., Lederrey J., Van Der Linden M., Zullino D. (2008). French validation of the Internet Addiction Test. *CyberPsychology and Behavior*, 11(6), 703-706.
- Kirwil L. (2011). *Polskie dzieci w Internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2*. Częściowy raport z badań EU Kids Online II. Warszawa: SWPS.
- Kmieciak A. (2010). Internet jako medium w relacjach międzyludzkich. W: E. Laskowska, M. Kuciński (red.), *Internet a relacje międzyludzkie*. Bydgoszcz: Wyd. UKW.
- Kuss D.J., Griffiths M.D., Karila L., Billieux J. (2014). Internet Addiction: A Systematic Review of Epidemiological Research for the Last Decade. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4026-4052.
- Majchrzak P. (2010). Czynniki ryzyka uwikłania w sieć w świetle badań własnych. W: P. Majchrzak, M. Ogińska-Bulik, *Uzależnienie od Internetu*. Łódź: Wyd. WSHE.
- Majchrzak P., Ogińska-Bulik N. (2006). Zachowania ryzykowne związane z cyberprzestrzenią – polska adaptacja Internet Addiction Test. W: N. Ogińska-Bulik (red.), *Zachowania ryzykowne dzieci i młodzieży* (s. 59-78). Łódź: Wyd. WSHE.
- Majchrzak P., Ogińska-Bulik N. (2010). *Uzależnienie od internetu*. Łódź: Wyd. AHE.
- Meerkerk G.J., Van Den Eijnden R.J.J.M., Vermulst A.A., Garretsen H.F.L. (2009). The compulsive Internet use scale (CIUS): Some psychometric properties. *CyberPsychology and Behavior*, 12(1), 1-6.
- Morahan-Martin L. (2005). Internet Abuse. Addiction? Disorder? Symptom? Alternative Explanations? *Social Science Computer Review*, 23(1).
- Ngai S.S.Y. (2007). Exploring the validity of the Internet addiction test for students in grades 5-9 in Hong Kong. *International Journal of Adolescence and Youth*, 13, 221-237.

- Nichols L.A., Nicki R. (2004). Development of a psychometrically sound Internet Addiction Scale: A preliminary step. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18(4), 381-384.
- Ogińska-Bulik N. (2010). *Uzależnienie od czynności. Mit czy rzeczywistość?* Warszawa: Difin.
- Ozcan N.K., Buzlu S. (2005). An assistive tool in determining problematic Internet use: Validity and reliability of the "Online Cognitions Scale" in a sample of university students. *Journal of Addiction*, 6(1), 19-26.
- Pawłowska B., Potemska E. (2011). Objawy zagrożenia uzależnieniem i uzależnienia od Internetu mierzonego Kwestionariuszem do Badania Uzależnienia od Internetu, autorstwa Pawłowskiej i Potembskiej u młodzieży polskiej w wieku od 13 do 24 lat. *Current Problems of Psychiatry*, 12(4), 439-442.
- Petersen K.U., Weymann N., Schelb Y., Thiel R., Thomasius R. (2009). Pathological Internet use – epidemiology, diagnostics, co-occurring disorders and treatment. *Fortschritte der Neurologie-Psychiatrie*, 77(5), 263-271.
- Poprawa R. (2006). W poszukiwaniu psychologicznych mechanizmów problematycznego używania Internetu. W: M. Sokołowski (red.), *Oblicza Internetu. Internet w przestrzeni komunikacyjnej XXI wieku* (s. 113-124). Elbląg: Wyd. PWSZ w Elblągu.
- Poprawa R. (2011). Test problematycznego używania Internetu. Adaptacja i ocena psychometryczna Internet Addiction Test K. Young. *Przegląd Psychologiczny*, 54(2), 193-216.
- Poprawa R. (2012). Problematyczne używanie internetu – symptomy i metoda diagnozy. Badania wśród dorastającej młodzieży. *Psychologia Jakości Życia*, 11(1), 57-82.
- Potemska E. (2011). *Uzależnienie i zagrożenie uzależnieniem od Internetu u młodzieży*. Praca na stopień doktora nauk medycznych. Promotor: dr hab. Beata Pawłowska, Lublin.
- Pyżalski J. (2012). *Agresja elektroniczna i cyber bullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*. Kraków: Impuls.
- Sierka M. (2002). *Człowiek w pajęczynie. Internet jako zjawisko kulturowe*. Wrocław: Oficyna Wydawnicza ATUT.
- Shapira N.A., Lessig M.C., Goldsmith T.D., Szabo S.T., Lazowitz, M., Gold M., Stein D.J. (2003). *Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria*. *Depression and Anxiety*, 17, 207-216.
- Sowińska B. (2010). *Miejsce Internetu w życiu młodzieży ponadgimnazjalnej*. W: E. Laskowska, M. Kuciński (red.), *Internet a relacje międzyludzkie* (s. 169-200). Bydgoszcz: Wyd. UKW.
- Thatcher A., Goolam S. (2005). Development and psychometric properties of the problematic Internet use questionnaire. *South African Journal of Psychology*, 35(4), 793-809.
- Thatcher A., Wretschko G., Fridjón P. (2008). Online flow experiences, problematic Internet use and Internet procrastination. *Computers in Human Behavior*, 24, 2236-2254.
- Tomaszewska H. (2012). *Młodzież, rówieśnicy i nowe media. Społeczne funkcje technologii komunikacyjnych w życiu nastolatków*. Warszawa: Wyd. Akademickie Żak.
- Widyanto L., Griffiths M. (2005). Internet Addiction: A Critical Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31-51.
- Widyanto L., McMurran M. (2004). The psychometric properties of the Internet Addiction Test. *CyberPsychology and Behavior*, 7(4), 443-450.
- Wojtasik Ł. (2009). Rodzice wobec zagrożeń dzieci w Internecie. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 26(1), 90-99.
- Woronowicz B.T. (2009). *Uzależnienia. Geneza, terapia, powrót do zdrowia*. Poznań-Warszawa: Media Rodzina – PARPA-MEDIA.
- Young K.S. (2009). Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39, 241-246.

Young K.S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1 (3), 237-244.

Young K.S. (2010). Uzależnienie od Internetu w ubiegłej dekadzie: spojrzenie wstecz z perspektywy osobistej. *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 19(4), 253-254.

Summary

Problematic Internet use by adolescents and young adults – a review of tools for screening analysis of this phenomenon

One of the groups most at risk of problematic use of the Internet is the youth and young adults. For most of them, the Internet is a tool for work, entertainment and communication, but for a certain group of people, it could be a trap. Using the network can get out of control and have a negative impact on their lives. The problem of Internet abuse has attracted researchers in the late 90s of the past century, and over the last decade has become the subject of intense scientific discussion among psychologists, psychiatrists, educators, sociologists, and other researchers. Since then, there has been an intensive development of work on constructing tools to evaluate and recognize the problematic use of the Internet and addiction to it. The methods used in the initial stage of research on the phenomenon of problematic Internet use (PIU) fell short of the standards that psychometric tools must now meet.

The paper presents a review of national and international tools for screening assessment and recognition of problematic Internet use and dependence on it, which is used in the population study of adolescents and young adults. It shows the scale of the threat of the discussed phenomenon, presents the key definitions and diagnostic criteria for problematic Internet use as well as formulates recommendations for future research on the further improvement and development of measurement tools used to identify adolescents and young adults at risk of addiction to the Internet and its resources.

Keywords: problematic using of the Internet, excessive using of the Internet, Internet addiction, screening tools, adolescents, young adults