

Ako diagnostikovať problémy s internetom

I. Trgiňová, I. Macková, M. Huštaty, A. Kantorková, Ľ. Okruhlica

AT konferencia Bojnice 2015

Úvod

Časť verejnosti i odborníkov rieši

závislosť od internetu

ako novú formu nelátkovej závislosti



- Existuje závislosť od internetu ako samostatná duševná porucha?
 - Aké sú kritériá?
- Koľko času stráveného za počítačom, na webe je ešte normálne?

Terminológia

Závislosť od internetu nie je ani v MKCH-10 ani v DSM-5.

Prvýkrát odbornej verejnosti predstavil **závislosť od internetu** Goldberg (1996) myslenú ako žart.

Závislosť od internetu je považovaná za podskupinu širšej skupiny „**technologických závislostí**“, *obsesia od rádia* (od r. 1930), *TV* (od r. 1960) (Rosen et al. 2012).

PUI

Dnes je preferovaný pojem ***problémové užívanie internetu*** (*PUI*) (Moreno et al. 2011, 2013) popri pojmoch: patologické, kompulzívne, excesívne UI (Beard, Wolf 2012).

PUI sa rozpadá na podtypy podľa aktivity: emaily, sociálne siete, hry, pornografia, nakupovanie.

Mnohí sú názoru, že PUI samostatne neexistuje, ale sa jedná len o prejav inej známej duševnej poruchy – napr. patologické hranie, alebo ide o prejav depresie, sociálnej fóbie, či OCD (*Goldberg and Bishop, 2006*).

Oponenti tvrdia, že kompulzívne správanie nemusí byť závislosťou (*Byun et al. 2009*).

Diagnostika

Prehľadová štúdia (*Kuss et al. 2014*) demonštrovala v štúdiách nejednotnosť kritérií - 21 rôznych nástrojov na stanovenie *internetovej závislosti*.

Používané sú dg. kritériá pre substančné závislosti alebo gambling, čas strávený online a následné problémy.

Z našich autorov sa dlhoročne venujú problematike Benkovič (2007), Hupková (2007).

Ciele skúmania

Na vzorke našich adolescentov pilotne presondovať, koľko času a akým aktivitám sa venujú na internete.

Probandi

Stredoškóáci

N = 87

vek = 17,5 rokov (SD \pm 1,0)

40 % mužov

Metódy

Štúdia: pilotná

prospektívna

anonymná

dotazníková

seba-posudzovacia

Metódy

Nami vytvorený dotazník

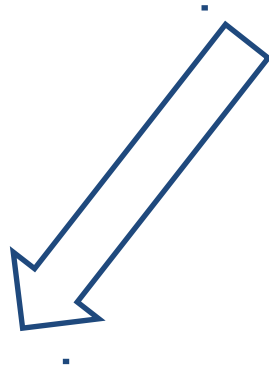
- **Koľko času denne ste na počítači online/offline kvôli škole a štúdiu?**
- **Koľko času denne ste na počítači online/offline vo voľnom čase pre **aktivity** nesúvisiace so školou?**
- **Ktorým nasledujúcim aktivitám a koľko času denne sa venujete na počítači online/ offline a vo Vašom voľnom čase?**

Výsledky

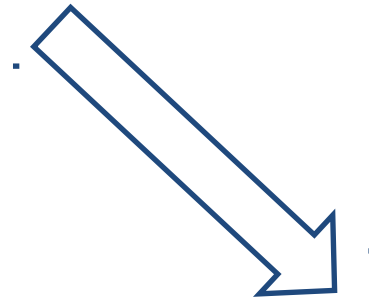
- Pre školské účely 87 % študentov používa internet do 2 hodín denne
- Voľnočasovo 68 % používa PC do 3 hodín denne
- Viac ako 4 hodiny denne voľnočasovo 14 % študentov

Študenti - čas na počítači

4,5 hodiny denne

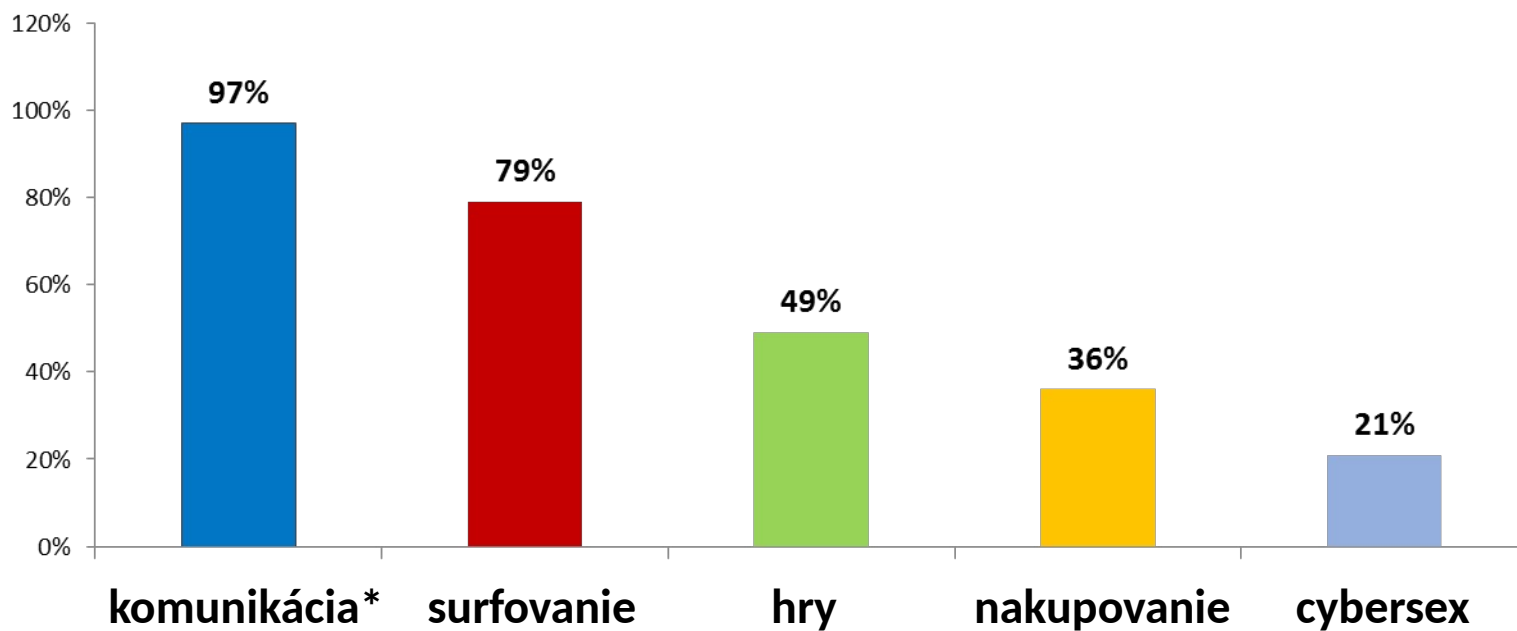


1,5 hod.
škola



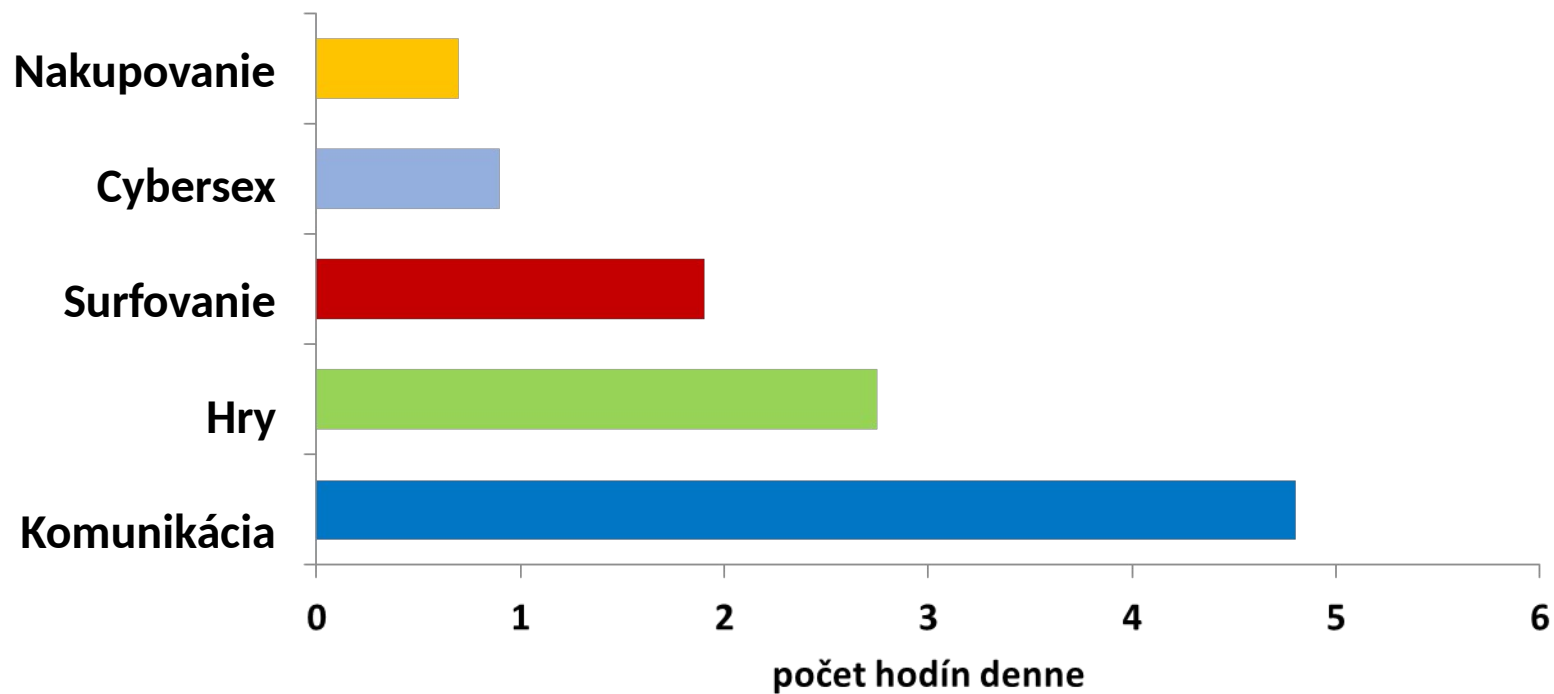
3 hod.
voľný čas

Podiel študentov v rôznych mimoškolských PC aktivitách



* e-mail, chat, sociálne siete

Priemerné trvanie PC aktivity



Priemerné trvanie aktivity:

SERIÁLY a FILMY

4 hodiny

Diskusia

Prieskum poukazuje na to, že počítače a internet sa stali pevnou súčasťou života mladých ľudí.

Hoci prevažuje používanie na zábavu, filmy, sociálne siete, pravidelne ho používajú aj pre školské účely.

Aktivity sú rôznorodé. Časovo ďaleko prevláda venovanie sa aktivitám súvisiacich s komunikáciou.

Väčšina je na webe okolo 4 hodín denne, čo bolo kedysi považované za kritické, dnes je to u nás len bežný priemer.

Diskusia

Zdá sa, že samotný čas strávený na internete nestačí na určenie problému.

Dá sa očakávať, že s vekom jednotlivca a zmenami doby sa bude zvyšovať.

Práca nerieši problém toho, či možno hovoriť o závislosti od internetu.

Skúsenosť autorov naznačuje, že u väčšiny ich pacientov sa jednalo o prejav inej poruchy, napr. gambling, alebo o samomedikáciu podobne ako pri prejedaní sa v čase zvýšeného stresu.

Závery

Mladí ľudia bežne strávia niekoľko hodín denne na internete. Je to sociálna norma.

Koncept tzv. internetovej závislosti zostáva v odbornej literatúre nejasný.

Podstatné je poznanie obsahu a typu aktivít.

Škola si žiada a neskôr práca bude vyžadovať často dlhé hodiny strávené za počítačom.

Literatúra

Benkovič, J.: Nelátkové závislosti v ambulancii praktického lekára. *Via practica*, 2007, 11, s. 530 – 533

Benkovič, J.: Novodobé nelátkové závislosti. *Psychiatr. prax*, 8, 2007, 6, s. 263 – 266

Benkovič, J. – Hířovská, Z. – Dubovcová, Z.: Počítačové hry, dôsledky na život a fungovanie mladého jedinca. *Psychiatr. prax*, 12, 2011, 2, s. 76 – 80

Byun, S. et al. (2009): Internet Addiction: Metasynthesis of 1996–2006

Goldberg, I., Bishop. (2006): "Experts debate Internet addiction". *Physorg.com*. 2006-11-14.

Kuss, D.J., Griffiths, M.D., Karila, L., Billieux, J. (2014): Internet addiction: a systematic review of epidemiological research for the last decade. *Curr Pharm Des*. Vol. 20(25). S. 4026-52.

Literatúra

Moreno, M.A., Jelenchick, L.A., Cox, E., Young, H., Christakis, D.A (2011): Problematic Internet Use Among US Youth A Systematic Review. Arch Pediatr Adolesc Med. Vol.165(9), s.797-805.

Moreno, M.A., Jelenchick, L.A., Christakis, D.A.: (2013): Problematic internet use among older adolescents: A conceptual framework. Computers in Human Behavior, Vol. 29, (4), s. 1879-1887.

Nábělek, L.: Načo žiť a milovať v reálnom svete, keď je všetko na internete? Závislosť od chatovania a internetového sexu. In: Sociálna prevencia – Prevencia nelátkových návykových chorôb, 2008. č. 1, s. 11-13. ISSN 1336-9679

Rosen et al. (2012): iDisorder: Understanding Our Obsession with Technology and Overcoming Its Hold On Us. New York: Palgrave Macmillan. iDisorder: Understanding Our Obsession with Technology and Overcoming Its Hold On Us. New York: Palgrave Macmillan. ISBN 9780230117570.

Quantitative Research. Cyber Psychology and Behavior. Vol. 12,(2), s. 203-207.

Ďakujeme za pozornost'