

RAPORT Z PROJEKTU BADAWCZEGO 2020

Związek uzależnienia od telefonów komórkowych z funkcjonowaniem społecznym i zdrowotnym: rola motywacji do korzystania z telefonów komórkowych



Badanie naukowe nastolatków, w ramach zadań Narodowego Programu Zdrowia. Realizacja: KUL.
Dostęp: www.kbpn.gov.pl



Projekt dotyczy uzależnienia od telefonu komórkowego w powiązaniu z funkcjonowaniem społecznym nastolatków oraz ich dbałością o zdrowie. Szczególnie zwrócono uwagę na aspekt motywacji.

GRUPA
BADAWCZA:
młodzież
od 12 do 18
roku życia
1699 uczniów

SYMPTOMY UZALEŻNIENIA
OD TELEFONU KOMÓRKOWEGO:

- korzystanie w sytuacjach emocjonalnie trudnych, np. smutku, złości, niechęci, obniżonego nastroju, euforii,**
- korzystanie wtedy, kiedy jest to niebezpieczne lub zabronione,**
- podczas nauki i pracy, kiedy nie jest wymagane korzystanie z telefonu,**
- bezsenność i problemy ze snem,**
- utrata zainteresowań, hobby,**
- zaniedbywanie obowiązków, kontaktów z bliskimi, przyjaciółmi.**

Metodologia badań



Badania były realizowane przez zespół badawczy w Lublinie, Żarach, Żaganiu, Warszawie i Szczecinie.

Cel badań:

określenie roli funkcjonowania społecznego jako determinantu uzależnienia od telefonów komórkowych, a także związku uzależnienia od telefonów z depresją i zaburzeniami snu.

Narzędzia badawcze do pomiaru cech i funkcjonowania zdrowotnego:

1. Skala motywacji do korzystania z telefonów komórkowych.
2. Skala osamotnienia.
3. Skala Lęku Społecznego Młodzieży
4. Skala Satysfakcji z Rodziny.
5. Skala umiejętności społecznych dzieci.
6. Skala Depresji.
7. Zaburzenia snu.
9. Inwentarz Somatyczny Dzieci.



Narzędzia do pomiaru uzależnienia od telefonów:

1. Skala uzależnień od smartfonów (10 pytań).
2. Metryczka.

W badaniu wzięło udział 1699 uczniów w wieku od 12 do 18 lat ($M = 15,38$ lat, $SD = 1,77$). Byli to uczniowie szkół podstawowych i liceum. Dziewczęta stanowiły 53,9% całej grupy badanej.

CODZIENNIE

68,4% korzysta z internetu i sprawdza czas
63,6% korzysta z portali społecznościowych (FB, Instagram, Snop i inne)
54 % korzystanie z budzika i słuchanie muzyki
37% rozmowy telefoniczne
35% robienie zdjęć i wysyłanie MMS i SMS
16,8% granie.

Kilka razy w miesiącu:

29% korzysta z kalkulatora, stopera i GPS
27% zapisywanie ważnych wydarzeń
25% granie
20% rozmowy, robienie zdjęć

wyniki badań dotyczących częstotliwości korzystania z wybranych funkcji telefonów

NIGDY:

77,5% udział w konkursach SMS i loteriach
51% korzystanie z organizera
46% korzystanie z dyktafonu
36,7% oglądanie telewizji
34% ściąganie muzyki
17.9% granie
9% korzystanie z portali społecznościowych i internetu

Kilka razy w tygodniu:

33% korzystanie z kalkulatora
29% rozmowy
28% robienie zdjęć
22% granie w gry, robienie filmów
19% słuchanie muzyki, wysyłanie SMS i MMS.

NAJWAŻNIEJSZE KORELACJE:



1

TELEFON A LĘK

Problematyczne korzystanie z telefonów komórkowych współwystępuje z wysokim poziomem lęku społecznego, samotnością oraz niskim poziomem umiejętności społecznych. Z drugiej strony LĘK NASILA problematyczne korzystanie z telefonów!

2

RÓŻNICE MIĘDZYPŁCIOWE

Większe nasilenie zjawiska negatywnego korzystania z telefonów komórkowych występuje w grupie dziewcząt niż chłopców. W tej grupie jest też wyższy poziom objawów somatycznych i depresji, wyższy poziom umiejętności społecznych, niższa satysfakcja z rodziny oraz wyższy poziom lęku społecznego.

3

TELEFON A SEN

Negatywne korzystanie z telefonów nasila zaburzenia snu, współwystępuje z wyższym poziomem depresji oraz z większą ilością objawów somatycznych.

WNIOSKI I REKOMENDACJE



Ocena ryzyka uzależnienia od telefonu

Należy uwzględniać kontekst społeczny i funkcjonowanie nastolatka w najbliższym otoczeniu.

Lęk

Lęk społeczny może nasilać uzależnienie od telefonu, ale też może powstać na skutek problematycznego używania.

Zdrowie

Problemатyczne korzystanie z telefonu nasila problemy zdrowotne, szczególnie związane z trybem życia i snem.

Motywacja

Traktowanie telefonu jako źródła rozrywki, szczególnie w trudnych emocjonalnie chwilach, może przyczyniać się do uzależnienia od telefonu.

Dziewczęta

korzystające problematycznie z telefonu są bardziej narażone na zaburzenia lękowe, depresję oraz inne problemy związane z lękiem społecznym.

PROFILAKTYKA

Działania profilaktyczne powinny skupiać się na rozeznaniu społecznych i motywacyjnych czynników chroniących, podejmowaniu interwencji oraz wsparciu w sytuacjach kryzysu.