

RAPORT Z PROJEKTU BADAWCZEGO 2019

Związek uważności i samokontroli oraz uzależnienia od telefonów komórkowych moderowany podatnością na nudę i samotnością, a także odczuwanie emocji pozytywnych i negatywnych jako skutek tego uzależnienia.

→ Badania wśród uczniów szkół średnich i studentów
Dostęp: www.kbpn.gov.pl
Kierownik projektu: prof. Agata Błachnio





Korelaty nadmiernego korzystania ze smartfonów

na podstawie badań dotyczących uzależnień behawioralnych

SAMOKONTROLA

- wysoka wiąże się z realną samooceną i umiejętnościami interpersonalnymi
- niska może wiązać się z uzależnieniami i problematycznym korzystaniem z portali społecznościowych

UWAŻNOŚĆ

- ma dodatni związek z klarownym postrzeganiem siebie
- wysoka chroni przed ryzykownym używaniem internetu
- niska jest czynnikiem ryzyka uzależnień

SAMOTNOŚĆ

- może być czynnikiem ryzyka uzależnienia od internetu, szczególnie portali społecznościowych
- może przyczynić się do nadmierneo korzystania z telefonów komórkowych

PODATNOŚĆ NA NUDE

- ma dodatni związek z depresją, samotnością i lękiem
- może prowadzić do ryzykownych zachowań, uzależnień od substancji oraz nadmiernego korzystania z telefonów

EMOCJE

- nadmierne korzystanie ze smartfonów może powodować odczuwanie niepokoju, dyskomfortu i lęku,
- trudne emocje mogą być czynnikiem ryzyka uzależnienia od internetu

Informacje o badaniach



CELE:

Zbadanie i pokazanie czynników, które:

- współwystępują z uzależnieniem od smartfona
- stanowią emocjonalne skutki uzależnienia

GRUPA BADAWCZA:

1609 OSÓB
49% adolescenti (uczniowie szkół średnich)
51% młodzi dorośli (studenci)
miejsce badań: Lublin, Katowice, Warszawa, Szczecin

NARZĘDZIA BADAWCZE:

1. Skala Problematicznego Używania Telefonu Komórkowego
2. Skala Problematicznego używania Telefonu Komórkowego przez Młodzież
3. Skala Świadomej Obecności
4. Krótka Skala Samokontroli
5. Skala do Badania Samotności
6. Skala Podatności na Nudę
7. Skala Pozytywnego i Negatywnego Doświadczenia

Model teoretyczny

TEORIA GRATYFIKACJI związanej z KORZYSTANIEM Z MEDIÓW

WYNIKI BADAŃ



Kto jest bardziej narażony na uzależnienie?

Uczniowie szkół średnich są bardziej narażeni na uzależnienie niż studenci.

Samotność

Uzależnienie od smartfonów jest związane z poczuciem osamotnienia. Nadużywający czują się bardzo samotni, mimo, że telefony służą im do nawiązywania kontaktów.

Uważność

Uważność może pełnić rolę moderatora między uzależnieniem od telefonów komórkowych a także lękiem i depresją.

Samokontrola

Uzależnienie od smartfonów jest negatywnie związane z samokontrolą. Dysfunkcje w samoregulacji i samokontroli są powiązane z uzależnieniem od portali społecznościowych.

Poczucie nudy

Uzależnienie od smartfonów jest związane z nudą zewnętrzną, ale nie wewnętrzną, tzn. osoby, które potrzebują stymulacji z zewnątrz, żeby dostarczyć sobie optymalnego poziomu pobudzenia i dobrze się czuć, są bardziej podatne na uzależnienie.

Emocje

Uzależnienie jest związane z emocjami trudnymi, natomiast emocje pozytywne mogą pojawić się, kiedy osoba sięga po telefon w sytuacji nudy i robi to w celu podniesienia stymulacji czy też żeby poczuć się lepiej.

Podsumowanie

Uczniowie szkół średnich

Zaobserwowano związek między samokontrolą a samotnością, uzależnieniem od telefonu, nudą wewnętrzną i zewnętrzną.

Na podstawie analiz wykazano, że istnieje zależność między uzależnieniem od smartfonu a emocjami pozytywnymi.

Studenci

Istnieje statystycznie istotna ścieżka między samokontrolą a samotnością, uzależnieniem od telefonu i nudą. Na podstawie analiz wykazano, że uzależnienie od telefonu jest powiązane z emocjami pozytywnymi i negatywnymi.

Badania są pomocne w przygotowywaniu programów profilaktycznych oraz terapeutycznych dla młodzieży.

