

Łukasz Kwadrans¹, Ivan Rác²

**OBJAWY I ZAGROŻENIA NADMIERNEGO
KORZYSTANIA Z INTERNETU PRZEZ MŁODYCH
LUDZI. PRÓBA DEFINICJI ZJAWISKA I RAPORT
Z BADAŃ**

Wprowadzenie

Internet i sieci społecznościowe przynosić mogą przyjemność i relaks. Problem pojawia się, gdy czas w Internecie przekracza rozsądny poziom, zaburza spokój i staje się niezastąpioną częścią życia młodego człowieka. Współcześnie pojawia się coraz więcej młodych ludzi, którzy niemal uzależnili się od aktywności w Internecie. Kwestia ta jest związana z pojęciem „netoholizmu”, określanym jako uzależnienie od Internetu.

Media społecznościowe oraz Internet są częścią naszego życia i zwykle z nich korzystamy, ale musimy też być świadomi towarzyszącego ryzyka i konsekwencji. Kwestia oddziaływań mediów społecznościowych jest bardzo aktualna, dzięki wielu badaniom, dowiadujemy się, że problem nadużywania Internetu przez młodych ludzi rośnie i wiąże się z dużym ryzykiem. Współcześnie większość dzieci i młodzieży spędza znaczną część dnia przed komputerem. Ich śmiech, radość znikają wraz z zaabsorbowaniem nierealną rzeczywistością. Spędzają wolny czas grając w gry online, przeglądając zdjęcia lub oglądając nowe prośby o przyjaźń na portalach społecznościowych. To właśnie media społecznościowe mogą stać się nieodłączną częścią życia.

Nawiązując do ryzyka związanego z nadmiernym korzystaniem z Internetu i sieci społecznościowych, chcemy zaproponować polskiemu czytelnikowi

¹ Dr Łukasz Kwadrans, Wydział Nauk Społecznych, Instytut Pedagogiki, Uniwersytet Śląski w Katowicach, adres e-mail: lukaszkwadrans@poczta.fm

² PhDr. Ivan Rác, PhD. Wydział Nauk Społecznych i Zdrowia, Uniwersytet Konstantyna Filozofa w Nitrze, Słowacja, adres e-mail: irac@ukf.sk

kowi analizę zjawiska „netoholizmu” na podstawie zagranicznej literatury, szczególnie czeskiej i słowackiej, a także badań własnych, aby mógł odnieść to do raportów i publikacji polskich autorów. Wcześniej na łamach „Probacji” nawiązywaliśmy do zjawiska przemocy międzyrówieśniczej, dlatego w tym tekście ograniczymy się do zagadnień nadużywania przez dzieci i młodzież Internetu oraz środków komunikacji elektronicznej. Natomiast zjawiskiem agresji elektronicznej i cyberbullyingu w swoich licznych publikacjach zajmuje się Jacek Pyżalski³. Podobnie jak we wcześniejszych naszych tekstach (np. dotyczących szykanowania), chcemy wskazać na problemy dotyczące młodych ludzi, których nie sposób nie dostrzec we współczesnym świecie, a w kontekście prewencji, probacji, wczesnego reagowania na zjawiska społecznie patologiczne, stają się one wyzwaniem zarówno dla zmian przepisów prawa, profilaktyki, diagnozowania, jak reakcji służb pomocowych czy realizacji funkcji wychowawczej szkoły.

1. Definicja problemu

Niemiecki psychiatra, Manfred Spitzer, w przedmowie swojej publikacji, przytacza dane zawarte w opublikowanym 22 maja 2012 roku corocznym sprawozdaniu pełnomocnika niemieckiego rządu ds. uzależnień, Mechthilda Dyckmansa: „Około dwustu pięćdziesięciu tysięcy osób między czter nastym a dwudziestym czwartym rokiem życia uznaje się za uzależnione od internetu, a milion czterysta tysięcy użytkowników internetu zalicza się do grupy zagrożonych tym uzależnieniem. Podczas gdy konsumpcja alkoholu, nikotyny oraz twardych i miękkich nielegalnych narkotyków wykazuje tendencję spadkową, uzależnienie od komputera i internetu nasila się w sposób dramatyczny. Rząd przygląda się temu bezradnie. Jedyne, na co się do tej pory zdobył, to podwyższenie kar dla właścicieli lokali, którzy zezwalają nieletnim na korzystanie z automatów do gry”⁴. Nicholas Carr⁵

³ Zob. J. Pyżalski, *Agresja elektroniczna wśród dzieci i młodzieży*, Gdańsk 2009; J. Pyżalski, *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Kraków 2012.

⁴ M. Spitzer, *Digitale Demenz: wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen* [Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci] Wydawnictwo Dobra Literatura, Słupsk 2013, s. 11.

⁵ N. Carr, *Nebezpečná Měličina: Jak internet mění náš mozek*. [Niebezpieczna mielizna: W jaki sposób Internet zmienia nasz mózg] Praha: Dauphin, 2017, s. 398.

podaje alarmujące fakty z eksperymentu przeprowadzonego przez psychologa Marcka Bermanna we współpracy z naukowcami z Michigan University. Eksperymenty obejmowały grupę osób, które mierzyły swoją pamięć i zdolność do zarządzania swoją uwagą w oparciu o wymagający i wyczerpujący psychicznie test. Po trudnym teście, ludzie zostali podzieleni na dwie grupy, jedna połowa przeniesiona do natury, a druga połowa do hałaśliwego miasta. Po długim marszu przeszli test ponownie. Naukowcy odkryli, że ludzie idący przez las znacznie poprawili wydajność w rozwiązywaniu wymagającego testu i wykazali większą uwagę. Z kolei ludzie przemierzający przez hałaśliwe miasto wykazywali zupełnie odwrotne wyniki i nie było poprawy w wymagającym teście. Carr⁶ chciał, aby ten eksperyment przyciągnął uwagę do Internetu, ponieważ hałaśliwe miasto porównuje się właśnie do Internetu i mediów społecznościowych. Wzmocnienia, które mają miejsce w sieciach społecznościowych, są takie same, jak impulsy w hałaśliwym mieście, zachęcające i inspirujące. Jednak z drugiej strony są wyczerpujące oraz zakłócają koncentrację i uwagę. Zdenka Macková⁷ informuje, że Internet stał się operatorem mediów społecznościowych, które są częścią codziennego życia młodych ludzi z dużym zainteresowaniem technologią cyfrową. Jak twierdzi Ľudmila Velichová⁸, wraz z rozwojem nowych technologii (Internet, portale społecznościowe, czaty), pojawiają się nowe nałogi i te zależności mają wspólne nazewnictwo, tj. zależności komunikacyjne. Według Ingrid Hupkovej i Kristíny Liberčanovej⁹, objawy nadmiernego korzystania z Internetu określa się w sześciu kryteriach diagnostycznych, które wyznaczają zagrożenie i charakteryzują uzależniające zachowania. Należą do nich silne pragnienie zwane „głodem”, problemy z kontrolą, zwiększoną tolerancją, niezdolność do samokontroli, brak innej aktywności, zaniedbanie interesów i kontynuowanie ryzykownych działań, pomimo niebezpiecznych konsekwencji. Velichová¹⁰ informuje również, że trzy czwarte ludzi w Europie korzysta z sieci społecznościowych i liczba ta

⁶ *Ibidem.*

⁷ Z. Macková, *Vzťah ako „droga“*, w: *Aktuálne problémy drogovej závislosti v SR i v ďalších krajinách EÚ, zborník príspevkov [Relácia jako „narkotyk“*, w: *Aktuálne problémy narkomanii v SR i w innych krajach UE, zbiór tekstów*] Bratislava 2010.

⁸ Ľ. Velichová, *Facebook a závislosť*, w: *Aktuálne problémy drogovej závislosti v SR i v ďalších krajinách EÚ, zborník príspevkov [Facebook i uzależnienie*, w: *Aktuálne problémy narkomanii v SR i w innych krajach UE, zbiór tekstów*] Bratislava 2010.

⁹ I. Hupková, K. Liberčanová, *Drogové závislosti a ich prevencia*, [Narkomania i jej zapobieganie] Trnava 2012.

¹⁰ Ľ. Velichová, *op. cit.*

stale rośnie (nienormowany rozwój przeżywa komunikacja przez tak zwane portale społecznościowe)¹¹.

Istnieją tak zwane profile, które pozwalają innemu użytkownikowi sieci zostać zaproszonym do określonej grupy. Ta procedura tworzy grupy przyjaciół. Grupy te opierają się na komunikacji online i stwarzają możliwość udostępniania materiałów, takich jak zdjęcia, różne teksty, muzyka, wideo, gry komputerowe online i wiele innych. Portale społecznościowe, takie jak Pokec, Instagram, Facebook, MySpace, Icq, Youtube stają się dla młodzieży namiastką społeczeństwa obywatelskiego, symulacją budowania relacji. Młodzi ludzie posiadają profile na portalach społecznościowych, które widzą inni użytkownicy, w tym informacje prywatne (wiek, płeć, zainteresowania, filmy, adres, numer telefonu, zdjęcia itp.). Sieć społecznościowa staje się dla młodych ludzi substytucją kontaktu „tworzą w twarz” i ułatwia nawiązanie i utrzymywanie relacji. Wielkim niebezpieczeństwem jest utrata prywatności i pojawienie się uzależnienia¹². Użytkownicy śledzą wirtualne relacje bez względu na płeć i wiek, w Internecie potrafią pokonać różne bariery komunikacyjne, a nawet zmienić status społeczny. Spitzer¹³ dodaje, że anonimowość to potężne narzędzie, które umożliwia posiadanie fałszywych profili, pseudonimów i ukrytych intencji.

1.1. Netoholizm

Slavomil Fischer i Jiří Škoda¹⁴ w swojej publikacji wskazują, że uzależnienie od Internetu w angielskiej literaturze pojawia się jako IAD (*Internet Addiction Disorder*, zespół uzależnienia od Internetu), a nazwę wprowadził psychiatra Ivan Goldberg. Nowoczesne technologie i komunikacja online przyniosły także nowe rodzaje uzależnienia i zmiany w postrzeganiu świata zewnętrznego. W swoim artykule Ludvík Nábělek¹⁵ pisze o Internecie, który oferuje wiele korzyści i jest integralną częścią życia codziennego. Są też osoby, które uległy atrakcjom internetowym, a teraz uważają się za uzależnionych od Internetu. Pojawiła się nowa koncepcja – weboholizm. Kwe-

¹¹ L. Nábělek, *Hazardné hranie mládeže, internet a sociálne médiá*, „Sociálna prevencia: mediálna výchova” [*Hazard, Internet i media spoločnosti*] 2010, roč. 5, č. 1, s. 16.

¹² E. Velichová, *op. cit.*

¹³ M. Spitzer, *op. cit.*

¹⁴ I. Fischer, J. Škoda, *Sociální patologie [Patologia społeczna]* 1. vyd. Praha 2014, s. 232.

¹⁵ L. Nábělek, *K problematice nelátkových závislostí*. Sociálna prevencia nelátkových návykových chorôb [*W problematyce substancji uzależniających*] 2007, roč. 2, č. 2, s. 9–11.

stię tę rozwiązują różne instytucje badawcze, psychiatrzy, eksperci i testują metody leczenia (m.in. grupy samopomocy). Spitzer¹⁶ w swojej publikacji stwierdza, że media cyfrowe – komputery, telefony komórkowe, telewizja – zasadniczo zmieniają nasze życie. Autor przypomina również badanie z 2009 r., w którym wzięło udział 43 500 uczniów z Niemiec. Badanie to pokazuje, że uczeń klasy dziewiątej w szkole podstawowej spędza 7,5 godziny dziennie na działalności mediów cyfrowych (w tym telefon komórkowy i smartfon nie zostały policzone jako urządzenia do korzystania z Internetu). Fischer, Škoda¹⁷ o uzależnieniu pisali, że jeśli poszkodowany długo zaniedbuje swoje obowiązki w szkole, relacje i kontakty społeczne, to pojawiają się zaburzenia psychosomatyczne (zaburzenie zachowania, koncentracji, uwagi, bóle pleców, oczu). Luboslava Sejčová¹⁸ dodaje, że osoba uzależniona ma świadomość narastającego napięcia i opisuje je jako uczucie dyskomfortu, podwyższonego ciśnienia, a nawet wybuch agresji. Osoba dotknięta chorobą opisuje stan podniecenia i satysfakcji podczas wykonywania działania impulsywnego. Czuje ulgę w napięciu, ale w niektórych przypadkach istnieje poczucie żalu lub skruchy.

Uzależnieniem od Internetu zajmowali się również Nick Nykodym i inni¹⁹, opisując kryteria zależności w Internecie jako:

- niemożność przejścia czasu spędzonego w Internecie,
- brak kontroli nad czasem spędzonym w Internecie,
- działania w Internecie wiążące się z poczuciem euforii,
- nieustanne ponaglanie do wykonywania czynności w Internecie,
- zaniedbanie przyjaciół, rodzin, szkół i obowiązków zawodowych,
- brak odpowiedniej prędkości, niezadowolenie z dostępu do Internetu,
- okłamywanie rodziny, oszukiwanie pracodawcy i nauczycieli na temat czasu spędzonego w Internecie,
- problemy związane ze szkołą, wpływ uzależnienia na relacje i znajomości młodych ludzi,
- problemy z pracą,
- poczucie winy, lęku, wstydu, a ostatecznie depresji w wyniku czasu spędzonego w Internecie,

¹⁶ M. Spitzer, *op. cit.*

¹⁷ I. Fischer, J. Škoda, *op. cit.*

¹⁸ L. Sejčová, *Mladí v sieti závislosti [Młodzi w sieci uzależnieni]* Bratislava 2011, s. 224.

¹⁹ N. Nykodym et. al., *Computer Addiction and Cyber Crime [Uzależnienie od komputera i cyberprzestępczość]* 2009, <http://nabusinesspress.homestead.com/JLAE/nykodym.pdf>, dostęp: 21.06.2019.

- zmiany nawyków, na przykład mniej snu,
- występowanie problemów zdrowotnych (ciśnienie oczu, problemy z kręgosłupem, zmiany masy ciała, chroniczny brak snu i wiele innych problemów),
- akceptacja negatywnych konsekwencji,
- utrata zainteresowania swoim hobby i relacjami interpersonalnymi,
- problem z rosnącym zainteresowaniem seksualnością w Internecie (wirtualne zdrady i cyberseksualizm),
- problem z rosnącym zainteresowaniem wirtualnymi relacjami.

1.2. Zagrożenia i wpływ sieci społecznościowych

Josef Prokeš²⁰ stwierdza, że korzystanie z Internetu, podobnie jak innych mediów przynosi zarówno dobre, jak i złe skutki. Zapewniając przestrzeń do różnych działań, Internet stał się bowiem stałym narzędziem komunikacji, ale także narzędziem możliwych nadużyć. Internet ze względu na łatwą dostępność, dużą liczbę użytkowników, anonimowość i otwartość usług jest środkiem komunikacji, który jest podatny na nadużycia, takie jak oszustwa, manipulacja, molestowanie, kradzież tożsamości, wykorzystywanie danych osobowych i wiele innych. Michal Rybka i Ondřej Malý²¹ donoszą, że internauci często nie zdają sobie sprawy, że mogą łatwo stać się potencjalną ofiarą. Ľubomír Lukič i Pavol Sokol²² w swojej publikacji odnoszą się do kilku pytań, na które szukają odpowiedzi. Pytają, czy ludzie znają portale społecznościowe, czy portale społecznościowe znają ludzi? I czy przypadkiem media społecznościowe nawet nie znają ludzi lepiej niż oni sami? Czy naprawdę właściwie jest oznaczyć swojego przyjaciela na zdjęciu bez jego zgody? Jak ludzie zachowują się w sieci społecznościowej, w jaki sposób komunikują się, co udostępniają tworząc profil i jaką mają reputację w przestrzeni wirtualnej? Bardzo ważne jest, aby świadomie publikować wiadomości w Internecie, pamiętając o prywatności, ponieważ ujawnione zbyt wiele danych osobistych prowadzi do problemów i zagro-

²⁰ J. Prokeš, *Človek a počítač, aneb Svítání digitální kultury* [Człowiek i komputer, czyli Świt kultury cyfrowej] Praha 2000, s. 86.

²¹ O. Malý, M. Rybka, *Jak komunikovat elektronicky* [Jak komunikować się drogą elektroniczną] Praha 2002, s. 92.

²² Ľ. Lukič, P. Sokol, *(Ne)bezpečie sociálnych sietí* [(Nie)zabezpieczenie sieci społecznościowych] 1. vyd. Košice 2014, s. 72.

zeń. Iveta Malá i Zuzana Hamadová²³ uzupełniają listę najbardziej typowych zagrożeń związanych z Internetem oraz mediami społecznościowymi, wymieniając wśród nich: negatywny wpływ na społeczne umiejętności komunikacyjne dzieci i młodzieży, negatywne zjawiska (agresja, cyberprzemoc, uwodzenie), niewłaściwe wykorzystywanie danych osobowych, rozpowszechnianie nieprawidłowych i szkodliwych zawartości (przemoc, narkotyki, anoreksja, bulimia, samobójstwa, depresja), zagrożenia dla zdrowia, poznawanie niebezpiecznych ludzi i ostatecznie uzależnienie.

Serwisy społecznościowe i grooming

Monika Gregussová i Miroslav Drobný²⁴ twierdzą, że sieci społecznościowe umożliwiają szybkie kontakty ludzi, którzy inaczej by się nie poznali, ale wiąże się to również z ryzykiem, a niektóre osoby padają nawet ofiarą oszustów. W rzeczywistości widzimy wiele czynników, które pomagają nam poznać drugą osobę, jak się zachowuje, mówi, wygląda. Na podstawie tych czynników możemy ocenić, czy dana osoba mówi prawdę lub oszukuje, a dzięki temu możemy lepiej oszacować niebezpieczeństwo. W mediach społecznościowych łatwiej jest wprowadzić w błąd lub oznaczyć inną osobę, łatwo jest stworzyć fałszywy profil. Tacy oszuści występują na czatach lub portalach randkowych. Częstym ryzykiem jest poznanie agresora seksualnego, który ukrywa się pod fałszywą tożsamością i łatwiej jest mu zwabić ofiarę na spotkanie w Internecie niż w rzeczywistości. Wykorzystywanie seksualne przez Internet jest określane jako „uwodzenie”, w języku angielskim *grooming*, co oznacza przygotowanie. Agresor seksualny przygotowuje się, dopada ofiarę, czyniąc się jej najlepszym przyjacielem. W większości przypadków agresor w Internecie (w sieci społecznościowej) może łatwo znaleźć podatną ofiarę.

²³ I. Malá, Z. Hamadová, *Internet ako zdroj informácií, kontaktov a rizik v dnešnej spoločnosti u mladých ľudí*, w: *Význam internetu a sociálnych sietí a riziká pri ich využívaní, zborník príspevkov [Internet jako źródło informacji, kontaktów i zagrożeń we współczesnym społeczeństwie wśród młodzieży, w: Znaczenie Internetu i sieci społecznych oraz ryzyko ich wykorzystania, zbiór tekstów]* Trnava 2013, s. 30.

²⁴ M. Gregussová, M. Drobný, *Deti v sieti: ako chrániť seba a naše deti na internete [Dzieci w sieci: jak chronić siebie i nasze dzieci w Internecie]* Lučenec 2013, s. 111.

Cyberprzemoc (cyberszykanowanie)

Varholíková²⁵ et al. opisują cyberszykanowanie jako powtarzające się działanie mające na celu zranienie, krzywdę i upokorzenie ofiary przez Internet. W praktyce zjawisko to zaobserwowano jako jednorazowe i powtarzające się. Działanie jednorazowe koncentruje się na szkodzeniu innej osobie przez Internet, nie jest zjawiskiem cyberprzemocy, ale jest zjawiskiem negatywnym. W przypadku powtarzających się szkód dla osoby za pośrednictwem Internetu, jest to cyberszykanowanie. W Instytucie Psychologii Dziecka i Patofizjologii na Słowacji zrealizowano badania prowadzone przez Gregussovą²⁶ et al., w których wzięło udział 303 uczniów. Badania wskazują, że młodzi ludzie (49,8%) w Internecie napotykają najczęściej wyzwiska i drwiny. Drugim najczęstszym faktem jest zniesławienie i dystrybucja fałszywych informacji w przestrzeni wirtualnej (42,6%). Trzecie miejsce to cyberszykanowanie, które zgłosiło 5,9% respondentów. Škodáček²⁷ dodaje, że cyberdręczenie to niewłaściwe wykorzystanie poczty lub mediów społecznościowych do rozpowszechniania negatywnych i agresywnych wiadomości. Júlia Vančíková²⁸ widzi cyberprzemoc jako przejaw mobbingu prowadzonego przez komunikację, technologię informacyjną, gdzie agresor pozostaje anonimowy, a ofiara nigdy nie może dowiedzieć się, kto był agresorem.

Nieodpowiednie treści publikowane przez sieci społecznościowe

Gregussová, Drobný²⁹ donoszą, że dzieci i młodzież będąc ciekawymi, próbując odkryć coś nowego, nieznanego i nierozpoznanego, często napotykać nieodpowiednie treści w Internecie. Nieodpowiednie treści dotyczą

²⁵ J. Varholíková et al., *Používanie Facebooku deťmi a adolescentm* [Korzystanie z Facebooka przez dzieci i młodzież] 2012, http://www.vudpap.sk/sub/vudpap.sk/images/vystupyZkontraktov/2013/Spravy_z_riesenia_uloh/pouzivanie_facebooku_detmi_a_adolescentami.pdf, dostęp: 21.06.2019.

²⁶ M. Gregussová et al., *Dospievajúci vo virtuálnom svete: výskumná správa* [Nauczyciele w świecie wirtualnym: raport z badań] Bratislava 2011, s. 27.

²⁷ I. Škodáček, *Pôsobenie médií na správanie detí a mládeže*, Sociálna prevencia [Wpływ mediów na zachowanie dzieci i młodzieży] 2014, roč. 4, č. 2, s. 8–10.

²⁸ J. Vančíková et al., *Vplyv médií na psychiku detí: prehľad literatúry a prieskum*, „Psychiatria – Psychoterapia – Psychosomatika” [Wpływ mediów na psyche dzieci: przegląd literatury i ankiety] 2012, roč. 2, č. 2, s. 30–34.

²⁹ M. Gregussová, M. Drobný, *op. cit.*

seksualności, anoreksji lub bulimii, przemocy, agresji, nagości, narkotyków, a także nieodpowiednich przekazów w mediach społecznościowych, które mogą powodować depresję, lęk i niepokój, samookaleczenia czy samobójstwa u dzieci i młodzieży.

Seksualność i molestowanie seksualne w Internecie

Jak zauważono w badaniach Gregussovej³⁰ i innych, molestowania seksualnego doświadczają dziewczęta i również chłopcy, jednak w większym stopniu te pierwsze. W ramach molestowania seksualnego rozumiane są również sygnały o charakterze seksualnym w formie komentarzy na portalu społecznościowym, które można także nazywać seksizmem. Gregussová i Drobny³¹ w swojej publikacji odnoszą się do zjawiska zaspokajania potrzeb seksualnych przez flirtowanie w środowisku wirtualnym czy wysyłanie wiadomości lub fotografii o charakterze erotycznym. Badania Gregussovej³² i innych pokazują, że 37% dziewcząt i 22% chłopców ma doświadczenie z sygnałami o charakterze seksualnym. W badaniu wzięło udział 303 uczniów. Ingrid Hupková³³, podobnie jak Stanislav Kunák³⁴, wśród zagrożeń cyberseksualnych zauważa fora internetowe, portale, strony pornograficzne, które stanowią największe zagrożenie dla rozwoju psychicznego oraz moralnego dzieci i młodzieży.

Ryzyko pogawędki

Rozmowa może być zagrożeniem w postaci uzależnienia, szczególnie dla osoby, która ma problemy w prawdziwych związkach. Komunikacja online zapewnia wiele korzyści. Zapewnia czas na odpowiedź lub celowe unikanie odpowiedzi, ucieczkę od rzeczywistości, tworzenie tożsamości zgodnie z własnymi życzeniami. Mimo to Światowa Organizacja Zdrowia na ten moment oficjalnie nie umieściła uzależnienia od Internetu ani

³⁰ M. Gregussová et al., *op. cit.*

³¹ M. Gregussová, M. Drobny, *op. cit.*

³² M. Gregussová et al., *op. cit.*

³³ I. Hupková, *Sociálne patologické javy*, w: *Aktuálne problémy drogovej závislosti v SR i v ďalších krajinách EÚ, zborník príspevkov* [Zjawiska socjopatologiczne, w: *Aktualne problemy narkomanii w SR i w innych krajach UE, zbiór tekstów*] Bratislava 2010, s. 62.

³⁴ S. Kunák, *Vybrané možnosti primárnej prevencie negatívnych vplyvov na deti a mládež* [Wybrane możliwości prewencyjnego zapobiegania negatywnym skutkom dla dzieci i młodzieży] Bratislava 2007, s. 145.

czatowania³⁵ na liście chorób. Norbert Vrabec³⁶, wśród zagrożeń związanych z czatowaniem, stwierdza anonimowość, niewłaściwe wykorzystanie danych osobowych, nieprawdziwe treści rozpowszechniane w serwisach społecznościowych.

Nadużycie danych osobowych

Głównym ryzykiem jest niewłaściwe wykorzystanie danych osobowych za pośrednictwem mediów społecznościowych. Problem pojawia się, gdy dane osobowe docierają do osoby, której intencją jest ich nadużywanie. Jeśli dane osobowe zostaną opublikowane np. na Facebooku, osoba traci nad nimi kontrolę i mogą zostać niewłaściwie wykorzystane. Oprócz danych osobowych, również informacje z kart kredytowych, zdjęcia i wskaźniki ekonomiczne mogą być użyte niezgodnie z przeznaczeniem. W przypadku nadużycia danych bankowych wyłudzenie informacji prywatnych to działanie, które może doprowadzić do uzyskania danych o karcie kredytowej³⁷.

2. Zwiększenie czasu spędzonego w Internecie i sieciach społecznościowych w kontekście zmian w nawykach życia codziennego – badania własne

Na przełomie 2017 i 2018 roku przeprowadziliśmy badania ilościowe (sondaż diagnostyczny) w szkołach średnich na Słowacji wśród młodzieży w wieku 18 i 19 lat, na próbie 115 respondentów. Celem badania było ustalenie, czy istnieje związek między wybranymi cechami opisowymi a nadmiernym korzystaniem przez młodych ludzi z sieci społecznościowych oraz Internetu. Dodatkowo celem było również ustalenie, w jaki sposób przejawia się to nadużywanie i jakie jest jego oddziaływanie na nawyki dnia codziennego młodzieży. W oparciu o cel główny ustaliliśmy pytania szczegółowe, dotyczące m.in. tego, czy istnieje związek między płcią a czasem

³⁵ I. Hupková, *op. cit.*

³⁶ N. Vrabec, *On-line generácia: informácie, komunikácia a digitálna participácia mládeže v informačnej spoločnosti: vjskumná správa [Pokolenie online: informácia, komunikácia i uczestnictwo młodzieży w społeczeństwie informacyjnym: raport z badań]* Bratislava 2009, s. 61.

³⁷ *Zneužitie osobných údajov*, 2018, <https://www.zodpovedne.sk/index.php/sk/ohrozenia/zneužitie-osobnych-udajov>, dostęp: 21.06.2019.

spędzonym w Internecie. Czy czas spędzony w Internecie wpływa na klasyfikację szkolną uczniów? Czy dziewczęta spędzają więcej czasu na czatach niż chłopcy? Jakie są przejawy i skutki nadmiernego używania Internetu?

Podstawowym podejściem metodologicznym w naszej pracy stało się tzw. podejście ilościowe. W celu uzyskania odpowiednich informacji, posłużyliśmy się bowiem kwestionariuszem ankiety, który wybraliśmy do gromadzenia danych empirycznych. Jest to najczęściej używane, powszechne ze względu na czas i środki przeznaczone na badania, narzędzie przy badaniu postaw, pytaniu o deklaracje młodych ludzi wobec wielu zjawisk świata współczesnego. Kwestionariusz w naszych badaniach składał się z 19 pytań. Były to pytania rozstrzygnięcia, zamknięte z jedną lub więcej odpowiedziami. Większą część kwestionariusza stanowiły jednak pytania częściowo zamknięte, które dodają jedną opcję ponadto – „inne”. Wybraliśmy tę możliwość, ponieważ respondent miał szansę wyrażenia opinii, jeśli nie zgadzał się z zaproponowanymi odpowiedziami. Treść kwestionariusza dotyczyła czasu, który uczniowie spędzają w Internecie, oraz znaczenia sieci społecznościowych dla ich życia codziennego. Próbę stanowili młodzi ludzie – uczniowie szkół średnich w wieku od 18 do 19 lat. Całkowita liczba respondentów była próbą badawczą z udziałem 115 uczniów. Dobór próby był zamierzonym zabiegiem, zdeterminowanym przez cel badań. Celowy wybór, nazywany też wyborem kwotowym, opiera się na kilku zmiennych, w naszym przypadku był to wiek, celowaliśmy w uczniów szkół średnich oraz ich dostęp do Internetu. Warunkiem za włączeniem do próby była dobrowolność i zgoda na udział w badaniach respondenta. Obszarem badań była Obchodná akadémia [Akademia Biznesu] i Piaristické gymnázium sv. Jozefa Kalazanského w Nitrze na Słowacji.

2.1. Rejestracja respondentów na portalach społecznościowych

Odnośnie korzystania z mediów społecznościowych uzyskaliśmy interesujące, choć może nie zaskakujące informacje. Z ogólnej liczby respondentów tylko jeden respondent nie był zarejestrowany w żadnej sieci społecznościowej (0,87%). Najmniej interesująca sieć społecznościowa wśród badanych to Badoo, która została wybrana przez 27 respondentów, co stanowi 23,48%. Wśród respondentów Google+ należy do mniej interesujących stron społecznościowych, ale ma dużą liczbę rejestracji – 73 zarejestrowanych respondentów (63,48%). Podobny wskaźnik sukcesu

(65,22%) osiągnął słowacki serwis społecznościowy Pokec, który został wybrany przez 75 respondentów. Wśród młodych uczniów preferowana sieć społecznościowa Instagram to 71,3% respondentów – 82 na 115 respondentów. Badania wykazały, że Twitter, należy do drugiej najczęściej używanej sieci społecznościowej. Został wybrany przez 89 badanych (77,39%). Pierwszą najczęściej używaną siecią społecznościową wśród 99 respondentów jest Facebook, 86,09% respondentów. Ciekawostką jest to, że 110 respondentów przyznaje, że rejestruje się również na innych, mniej znanych sieciach społecznościowych. Prawie jedna czwarta respondentów była zarejestrowana na portalu Badoo, co było nieoczekiwanym, negatywnym zjawiskiem ze względu na niski wiek badanych i charakter tej grupy społecznościowej.

2.2. Czas spędzony w Internecie

Okazało się, że spośród 115 respondentów najliczniejszą grupą byli uczniowie spędzający w Internecie od 2 do 4 godzin dziennie. Grupę tę reprezentowało 27 respondentów (23,48%). Druga co do wielkości grupa to 24 respondentów – dziennie w Internecie od 1 do 2 godzin (20,87%). Badania wykazały, że 19 respondentów (16,52%) to osoby, które spędzają swój wolny czas w Internecie od 4 do 6 godzin dziennie, a 11 respondentów potwierdzało, że ponad 6 godzin pracuje w wirtualnym świecie. Takie interwały czasowe można potraktować jako ekstremalne, a wynik 9,57% jest niepokojący. Z drugiej strony badania wykazały, że 18 respondentów, 15,65% spędza tylko pół godziny dziennie w Internecie. Mniej niż pół godziny korzysta z Internetu 15 respondentów (13,04%). Badania wykazały, że uczniowie spędzają codziennie w Internecie najczęściej od 1 do 4 godzin, co zapewne jest zbyt długim czasem i budzić powinno niepokój.

2.3. Częstotliwość odwiedzania sieci społecznościowych

Największą grupę stanowią respondenci, którzy odwiedzają portale społecznościowe codziennie, ich liczba to 55, co stanowi 47,83% ogólnej liczby badanych. Drugą grupą z kolei są respondenci, którzy są uczestnikami mediów społecznościowych przez 4 do 5 dni w tygodniu (26), co stanowi prawie jedną czwartą badanych (22,6%). Mniej liczna grupa to 18 respondentów, którzy odwiedzają sieci społecznościowe od 2 do 3 dni w tygodniu (15,65%). Tylko 8,7% respondentów odwiedza portale spo-

łecznościowe raz w tygodniu, w sumie 10 uczniów. Respondenci, którzy odwiedzają serwisy społecznościowe od 1 do 3 razy w miesiącu, nie mają regularnych doświadczeń z portalami społecznościowymi stanowią 4,35% badanych. Z badań wynika, że ponad połowa młodych ludzi w wieku poniżej 19 lat codziennie przebywa w sieciach społecznościowych.

2.4. Nieprzyjemne uczucia podczas spędzania większej ilości czasu w Internecie

Respondenci zaznaczali średnio 3 odpowiedzi, które świadczyły o ich dyskomforcie związanym z nadmiernym używaniem Internetu. Okazało się, że spośród ogólnej liczby respondentów, 99 uczniów (86,09%) zauważyło dyskomfort w jedzeniu podczas czatu lub grania w Internecie. Kolejna duża grupa, bo 83 respondentów, skarży się na ból pleców (72,18%). Prawie połowa ankietowanych uczniów cierpi na bóle głowy, aż 55 respondentów (47,83%) zmaga się z tym dyskomfortem. Wśród nieprzyjemnych uczuć, gdy spędzają więcej czasu w Internecie, pojawia się ból oczu lub kończyn. Ten pierwszy zgłosiło 31 respondentów (26,96%), podczas gdy drugi, 12,17% badanych, 14 uczniów. Z ogólnej liczby respondentów tylko 21 osób nie miało problemu z dłuższym spędzaniem czasu w Internecie, co stanowi 18,26% odpowiedzi. Ośmiu badanych wskazało inne doświadczenia (6,96%), zwracając uwagę na: „lenistwo”, „zmęczenie”, „apatię lub opuszczenie rzeczywistości”, „inną dolegliwość”. Badania wykazały negatywny wpływ długich pobytów w sieciach społecznościowych na młodych ludzi, łącznie z nieprawidłowościami w przyjmowaniu pokarmu lub bólami pleców, głowy, oczu i kończyn. Fakt ten wskazuje na negatywny wpływ nadmiernego czasu spędzanego w Internecie na ogólny stan fizyczny i psychiczny organizmu młodego człowieka.

2.5. Przejawy nadużywania Internetu przez respondentów

Respondenci zaznaczyli 427 odpowiedzi świadczących o przejawach nadużywania czasu spędzanego w Internecie. Pokazuje to, że wśród najliczniejszych przejawów nadmiernego używania sieci społecznościowych respondenci wskazywali używanie Internetu za ważny w życiu jednostki. Opinia ta jest szeroko rozpowszechniona wśród respondentów, a ogólna liczba zgadzająca się z tym, to 102 respondentów (88,7%). Kolejna duża grupa respondentów obejmuje 81 uczniów, którzy wskazali, że uzależnie-

nie przejawia się w objawach abstynencji (70,43%). Badania wykazały, że zmiany nastroju są również oznaką nadmiernego czasu spędzanego w Internecie, ponieważ twierdziło tak 75 respondentów (65,22%). Wzrost ilości czasu spędzanego w środowisku online należy do głównych objawów nadużywania i znacząco wpływa na życie 66 respondentów (57,39%). Ponad 51 respondentów (44,35%) kłóci się z bliskimi i przyjaciółmi o ilość czasu spędzonego w wirtualnym środowisku. Według 40 respondentów (34,78%) uzależnienie od sieci społecznościowych wiąże się z nawrotem i tendencją do powtarzania pierwotnych wzorców niechcianych zachowań. Z ogólnej liczby respondentów tylko 12 uczniów (10,71%) wskazało inną odpowiedź niż wspomniana w kwestionariuszu. Ta grupa uczniów nie charakteryzowała się bliższą znajomością przejawów uzależnień, z wyjątkiem jednego, utraty zainteresowania środowiskiem rówieśniczym, lokalnym, który uważa za znaczący wyraz uzależnienia od Internetu. Ustalenia dotyczące tego problemu są niekorzystne, ponieważ prawie wszyscy respondenci z wyjątkiem około 10%, umieścili dostęp do Internetu za najważniejszą aktywność w życiu człowieka.

W odniesieniu do problemu nadmiernego korzystania przez dzieci i młodzież z sieci społecznościowych ważne jest, aby zwracać na to uwagę samych rodziców. Badania zatytułowane „Bezpieczeństwo dzieci w zakresie korzystania z Internetu i telefonu komórkowego”³⁸ były zorientowane na to, czy rodzice zwracają wystarczającą uwagę i kontrolują aktywność, poczynania swoich dzieci w Internecie. Badania wykazały, że 11,8% rodziców kontroluje swoje dzieci (w wieku od 16 do 19 lat). Odsetek rodziców młodszych dzieci (w wieku od 10 do 15 lat) wzrósł do 30,4%. Rodzice najmłodszych dzieci (w wieku od 6 do 9 lat) poddają je najwyższej kontroli (68,4%). Jednak w badaniach pojawiają się odpowiedzi rodziców, którzy nie mają kontroli nad dziećmi i są obojętni na to, jakie działania preferują ich podopieczni w Internecie. Rodzic powinien również rozważyć sposób połączenia z Internetem w celu lepszej kontroli nad działaniami swojego dziecka. Jak stwierdzono, ogromna liczba dzieci w tym wieku (67%) loguje się do Internetu we własnym pokoju³⁹. Rodzice za najbardziej niebezpieczną z aktywności uważają czas spędzony na czacie internetowym, wskazało tak 68,9%, na drugim miejscu komunikację i używanie telefonu

³⁸ „Bezpieczeństwo dzieci w zakresie korzystania z Internetu i telefonu komórkowego” 2008, <https://medialnavychova.sk/prieskum-bezpecnost-deti-na-internete>, dostęp: 09.12.2019.

³⁹ S. Sláviková, *Závislosť od internetu u detí školského veku*, Diplomová práca [Uzależnienie od Internetu u dzieci w wieku szkolnym. Praca dyplomowa] Nitra 2016, s. 95 i 121.

oraz kamery internetowej (55,4%), na trzecim miejscu (40,8%) wskazali zakupy online. Na podstawie badań można stwierdzić, że młodzi ludzie w Internecie najczęściej wybierają aktywność na czacie (95,65% respondentów). Na podstawie tego możemy podsumować, że młodzież poprzez sieci społecznościowe zastępuje komunikację „twarzą w twarz”.

W odniesieniu do problemów szczegółowych, należy jeszcze wskazać, że z badań wynika, iż czas spędzony w Internecie nie wpływa znacząco na klasyfikację szkolną uczniów. Spośród 115 respondentów ponad połowa potwierdziła, że używanie Internetu i media społecznościowe nie zmieniły ich wyników w nauce (66 respondentów – 57,39%). Pogorszenie średniej wyników w szkole, na podstawie osobistych doświadczeń, potwierdziło 31 respondentów (26,96%). Badania wykazały, że problemów z nauką nie zauważało 18 respondentów, co stanowi 15,65%. Stwierdziliśmy zatem, że negatywny wpływ Internetu na klasyfikację szkolną uczniów nie potwierdził się. Wyniki badania wskazują również, że Internet jako źródło informacji ma bardzo powszechne zastosowanie wśród uczniów. Zgodnie z oświadczeniami 95,65% respondentów, a zatem większość z nich, czatuje (110 respondentów). Kolejny znaczący wynik to udział młodych ludzi w sieciach społecznościowych (90,43%, 104 respondentów). Nie dostrzegliśmy jednak żadnych różnic w czasie spędzonym na czacie przez dziewczęta i chłopców. Z wyników badań można dostrzec, że nie istnieje związek między pcią a czasem spędzonym w Internecie. Taki fakt nie został potwierdzony przez nasze badania.

Zakończenie

Głównym celem niniejszego artykułu było zwrócenie uwagi na coraz większą liczbę młodych ludzi nadużywających korzystania z Internetu, w szczególności mediów społecznościowych. Odnosząc to do praw człowieka i jego wolności, w szczególności należy zwrócić jednak uwagę na szereg zagrożeń dla bezpieczeństwa podczas korzystania z Internetu i używania sieci w ogóle. Poprzez realizowane badania, chcieliśmy wskazać na drugie oblicze komunikacji za pośrednictwem *social media*. Dbłość o respektowanie praw jednostki i zwiększanie zakresu jej wolności wymusza jednocześnie na użytkownikach Internetu większą odpowiedzialność.

Użytkownicy Internetu powinni zdawać sobie sprawę z tego, że prywatność jest zagrożona pomimo wszelkich środków ostrożności. Wszystko co

umieszczamy na portalu społecznościowym (zdjęcia, informacje o naszym statusie, dane osobowe) nie jest bezpieczne, wobec tego, że mogą mieć do tego dostęp osoby, dla których informacji tych nie przeznaczamy i nie powinni ich wykorzystywać. Młodzi ludzie, zwłaszcza dzieci, tworząc wirtualne przyjaźnie na portalach społecznościowych swojej działalności nie poddają głębszej refleksji. Paradoksalnie zazwyczaj w prawdziwym życiu rodzice uczą dzieci jak komunikować się z obcymi, by zachować ostrożność i mieć do nich ograniczone zaufanie. Badania własne potwierdzają niepokojące wnioski z analizowanych prac, raportów i publikacji innych Autorów. Stanowi to jedynie opis i diagnozę problemu, który może skłonić do podejmowania dalszych badań, studiów, analiz, a także poszukiwania jego rozwiązań czy formułowania zaleceń. Należy zwrócić uwagę na możliwości prowadzenia badań porównawczych w tym obszarze.

Zagrożenie dla młodych ludzi stanowią zatem zarówno opisane szczegółowo zjawiska związane z ogólnie traktowanym nadmiernym korzystaniem z Internetu i mediów społecznościowych, jak i społeczny kontekst w postaci kosztów, konsekwencji, skutków jakie wywołują. Przyczyny funkcjonowania coraz większej liczby osób nadużywających Internetu, a także negatywnego wykorzystywania technik informacyjno-komunikacyjnych leżą u podstaw dostępności mediów elektronicznych, ale przede wszystkim są wynikiem dysfunkcji podstawowych środowisk wychowawczych, takich jak rodzina, szkoła czy grupa rówieśnicza i jednocześnie prowadzą do ich dezorganizacji. Możemy sklasyfikować tę kategorię zjawisk społecznie patologicznych jak inne uzależnienia, aby analizować je na wielu poziomach, od mikro, poprzez mezo, makro i mega społeczny.

Zatem zagrożenie stanowią m.in.:

- dewiacyjne sposoby funkcjonowania jednostki, dotyczące jej samej w kontekście zdrowotnym i społecznym, ale i relacji z otoczeniem czy też możliwości stania się ofiarą stalkerów, hejterów, przestępców seksualnych, przemocy, molestowania, szykanowania itp.;
- dysfunkcje rodziny, szkoły, grupy rówieśniczej, ze względu na powierzchowność kontaktów, brak zainteresowania, kontroli, niewłaściwe wypełnianie funkcji wychowawczej kompensowanej w wirtualnym świecie;
- dezorganizacja społeczna, rozluźnienie więzi międzyludzkich, powierzchowność kontaktów, powstawanie organizacji przestępczych wykorzystujących Internet i sieci społecznościowe jako narzędzie do popełniania czynów zabronionych prawem;

- anonimowość i niemal nieograniczony zasięg działania z wykorzystaniem środków elektronicznego komunikowania, mające ponadnarodowy charakter.

Możliwe konsekwencje można by również omawiać na każdym z poziomów, jednak przede wszystkim należy wskazać, że nie różnią się one od innych zjawisk społecznie patologicznych. Obok skutków w postaci zagrożenia zdrowia i życia jednostki należy wskazać na nieprawidłowości w jej społecznym funkcjonowaniu, które prowadzą do kosztów dla całego społeczeństwa, a stają się obecnie problemem światowym. Pomimo podejmowanych środków ochrony, administrowania i kontroli treści umieszczanych w sieci, trudno jest służbom wykonującym te zadania prowadzić skuteczną profilaktykę i prewencję, a możliwości ścigania popełnianych w Internecie przestępstw czy reakcji na nadużycia, stanowią reakcję *post factum*.

Należałoby zatem również wskazać, że przeprowadzona analiza zjawisk społecznych, wraz z ich klasyfikacją i uzupełnieniem w postaci zaprezentowanych badań własnych winna być traktowana jako nie jedynie sygnalizacja problemu, a wskazanie do przełożenia na praktykę stosowania prawa i/lub praktykę jego tworzenia. Mamy tu na myśli konkretne propozycje dotyczące umieszczenia tej formy uzależnienia we wszelkich ich klasyfikacjach, obok uzależnienia od alkoholu, środków psychoaktywnych, pracy, seksu, hazardu itp. Zasadne wydaje się włączenie do programów profilaktycznych dotyczących innych uzależnień, najczęściej od alkoholu i narkotyków, również działań związanych z zapobieganiem „netoholizmowi”. Szczególną rolę winna odegrać w tym zakresie szkoła, w kontekście dostrzeżonego problemu związanego z ograniczonym wypełnianiem przez nią funkcji wychowawczej. Wszystko to winno być wsparte właściwą diagnozą uzależnienia od Internetu i sieci społecznościowych poprzez instytucje do tego powołane, jak poradnie psychologiczno-pedagogiczne czy okręgowe zespoły specjalistów. W te działania należałoby włączyć zarówno instytucje państwowe (m.in. pozostające w domenie resortów zdrowia, sprawiedliwości, edukacji, rodziny, pracy i polityki społecznej), urzędy wojewódzkie, jak i samorządowe na wszystkich poziomach, urzędów marszałkowskich, starostw powiatowych, ale przede wszystkim urzędów gmin. Można by do tego doprowadzić, wpisując na przykład zadania do programów przyjmowanych każdego roku, jak robi się to w kontekście zadań wynikających z Ustawy o przeciwdziałaniu alkoholizmowi i wychowaniu w trzeźwości, Ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie czy Ustawy o ochronie zdrowia psychicznego. Istotne wydawałoby się włączenie do systemu profilaktyki, wsparcia i terapii gmin-

nych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, ośrodków pomocy społecznej, właściwych jednostek organizacyjnych samorządu, ale i sądów rodzinnych, a przede wszystkim kuratorskiej służby sądowej, poprzez zespoły kuratorów wykonujących orzeczenia w sprawach rodzinnych i nieletnich. Odnosnie dzieci i młodzieży można bowiem w ramach obowiązujących przepisów prawa reagować zarówno w wymiarze prewencyjnym, jak w kontekście skutków takiego nadużywania, a przede wszystkim w związku z popełnieniem przestępstwa przy użyciu Internetu.

Wspomniane wyżej wnioski nie stanowią może konkretnych rekomendacji, ale wierzymy, że mogą zainspirować do rozwijania studiów na temat nadmiernego korzystania przez młodych ludzi z Internetu. Zapewne pozwoliły na zdefiniowanie podstawowych pojęć, a poprzez prezentację wyników badań zainspirują do podjęcia działań o charakterze interwencyjnym w kontekście praktyki stosowania prawa, jak i też ewentualnych jego zmian w obszarach pozwalających na prowadzenie profilaktyki, diagnozy, a także terapii i właściwej reakcji społeczeństwa na ten rodzaj zjawisk społecznie patologicznych.

Bibliografia

Literatura

Carr N., *Nebezpečná Měľčina: Jak internet mění náš mozek* [*Niebezpieczna mielizna: W jaki sposób Internet zmienia nasz mózg*] Praha 2017, s. 398.

Ficher I., Škoda J., *Sociální patologie* [*Patologia społeczna*] 1. vyd. Praha 2014, s. 232.

Gregussová M. et al., *Dospievajúci vo virtuálnom svete: výskumná správa* [*Nauczyciele w świecie wirtualnym: raport z badań*] Bratislava 2011, s. 27.

Gregussová M., Drobny M., *Deti v sieti: ako chrániť seba a naše deti na internete*, [*Dzieci w sieci: jak chronić siebie i nasze dzieci w Internecie*] Lučnec 2013, s. 111.

Hupková I., Liberčanová K., *Drogové závislosti a ich prevencia* [*Narkomania i jej zapobieganie*] Trnava 2012, s. 154.

Hupková I., *Sociálno patologické javy*, w: *Aktuálne problémy drogovej závislosti v SR i v ďalších krajinách EÚ, zborník príspevkov* [*Zjawiska socjopatologiczne*, w: *Aktualne problemy narkomanii w SR i w innych krajach UE, zbiór tekstów*] Bratislava 2010, s. 62.

Kunák S., *Vybrané možnosti primárnej prevencie negatívnych vplyvov na detí a mládež* [Wybrane możliwości prewencyjnego zapobiegania negatywnym skutkom dla dzieci i młodzieży] Bratislava 2007, s. 145.

Lukič L., Sokol P., *(Ne)bezpečie sociálnych sietí [(Nie)zabezpieczenie sieci społecznościowych]* 1. vyd. Košice 2014, s. 72.

Macková Z., *Vzťah ako „droga“*, w: *Aktuálne problémy drogovej závislosti v SR i v ďalších krajinách EÚ, zborník príspevkov [Relacja jako „narkotyk“, w: Aktualne problemy narkomanii w SR i w innych krajach UE, zbiór tekstów]* Bratislava 2010, s. 62.

Malá I., Hamadová Z., *Internet ako zdroj informácií, kontaktov a rizík v dnešnej spoločnosti u mladých ľudí*, w: *Význam internetu a sociálnych sietí a riziká pri ich využívaní, zborník príspevkov [Internet jako źródło informacji, kontaktów i zagrożeń we współczesnym społeczeństwie wśród młodzieży, w: Znaczenie Internetu i sieci społecznych oraz ryzyko ich wykorzystania, zbiór tekstów]* Trnava 2013, s. 30.

Malý O., Rybka M., *Jak komunikovat elektronicky [Jak komunikować się drogą elektroniczną]* Praha 2002, s. 92.

Nábělek L., *K problematike nelátkových závislostí, Sociálna prevencia nelátkových návykových chorôb [W problematyce substancji uzależniających]* 2007, roč. 2, č. 2, s. 9–11.

Nábělek L., *Hazardné hranie mládeže, internet a sociálne médiá, „Sociálna prevencia: mediálna výchova“ [Hazard, Internet i media społecznościowe]* 2010, roč. 5, č. 1, s. 16–17.

Prokeš J., *Člověk a počítač, aneb Svítání digitální kultury [Człowiek i komputer, czyli Świt kultury cyfrowej]* Praha 2000, s. 86.

Pyżalski J., *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Kraków 2012.

Sejčová Ľ., *Mladí v sieti závislosti [Młodzi w sieci uzależnień]* Bratislava 2011, s. 224.

Sláviková S., *Závislost od internetu u detí školského veku: Diplomová práca [Uzależnienie od Internetu u dzieci w wieku szkolnym: Praca dyplomowa]* Nitra 2016, s. 121.

Spitzer M., *Digitale Demenz: wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen. [Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci]* Wydawnictwo Dobra Literatura, Słupsk 2013, s. 11.

Škodáček I., *Pôsobenie médií na správanie detí a mládeže, Sociálna prevencia [Wpływ mediów na zachowanie dzieci i młodzieży]* 2014, roč. 4, č. 2, s. 8–10.

Vančíková J. et al., *Vplyv médií na psychiku detí: prehľad literatúry a prieskum*, „Psychiatria – Psychoterapia – Psychosomatika” [Wpływ mediów na psyche dzieci: przegląd literatury i ankiety] 2012, roč. 2, č. 2, s. 30–34.

Velichová Ľ., *Facebook a závislosť*, w: *Aktuálne problémy drogovej závislosti v SR i v ďalších krajinách EÚ*, zborník príspevkov [Facebook i uzależnienie, w: *Aktualne problemy narkomanii w SR i w innych krajach UE*, zbiór tekstów] Bratislava 2010, s. 62.

Vrabec N., *On-line generácia: informácie, komunikácia a digitálna participácia mládeže v informačnej spoločnosti: výskumná správa* [Pokolenie online: informacja, komunikacja i uczestnictwo młodzieży w społeczeństwie informacyjnym: raport z badań] Bratislava 2009, s. 61.

Źródła internetowe

„Bezpieczeństwo dzieci w zakresie korzystania z Internetu i telefonu komórkowego” 2008, <https://medialnavychova.sk/prieskum-bezpecnost-deti-na-internete>, dostęp: 09.12.2019.

Nykodym N. et al., *Computer Addiction and Cyber Crime* [Uzależnienie od komputera i cyberprzestępczość] 2009, <http://nabusinesspress.homestead.com/JLAE/nykodym.pdf>, dostęp: 21.06.2019.

Varholíková J. et al., *Používanie Facebooku deťmi a adolescentmi* [Korzystanie z Facebooka przez dzieci i młodzież] 2012, http://www.vudpap.sk/sub/vudpap.sk/images/vystupyZkontraktov/2013/Spravy_z_riesenia_uloh/pouzivanie_facebooku_detmi_a_adolescentami.pdf, dostęp: 21.06.2019.

Zneužitie osobných údajov, 2018, <https://www.zodpovedne.sk/index.php/sk/ohrozenia/zneužitie-osobnych-udajov>, dostęp: 21.06.2019.

Słowa kluczowe: uzależnienie, Internet, sieci społecznościowe, „netoholizm”, grooming, cyberprzemoc, zagrożenia, ochrona danych osobowych, młodzież, dzieci, profilaktyka, diagnoza, terapia

Streszczenie

Tekst stanowi analizę zjawiska „netoholizmu” na podstawie zagranicznej literatury, szczególnie czeskiej i słowackiej, a także badań własnych. Autorzy wskazują na problemy dotyczące młodych ludzi i wyzwania w zakresie prewencji, probacji, wczesnego reagowania na uzależnienie od Internetu. Staje

się to wyzwaniem zarówno dla zmian przepisów prawa, profilaktyki, diagnozowania czy reakcji służb pomocowych, jak i realizacji funkcji wychowawczej szkoły. Autorzy proponują włączenie do programów profilaktycznych dotyczących innych uzależnień, najczęściej od alkoholu i narkotyków, również działań związanych z zapobieganiem „netoholizmowi”. Badania własne potwierdzają niepokojące wnioski z analizowanych prac, raportów i publikacji innych Autorów. Stanowi to jedynie opis i diagnozę problemu, która może skłonić do podejmowania dalszych badań, studiów, analiz, a także poszukiwania jego rozwiązań czy formułowania zaleceń. Tekst na pewno pozwolił na zdefiniowanie podstawowych pojęć, a poprzez prezentację wyników badań zainspiruje do podjęcia działań o charakterze interwencyjnym w kontekście praktyki stosowania prawa, jak i też ewentualnych jego zmian w obszarach pozwalających na prowadzenie profilaktyki, diagnozy, a także terapii i właściwej reakcji społeczeństwa na ten rodzaj uzależnienia.

Key words: addiction, Internet, social networks, netoholism, grooming, cyberbullying, threats, protection of personal data, youth, children, prevention, diagnosis, therapy

THREATS AND SYMPTOMS OF EXCESSIVE USE OF THE INTERNET BY YOUNG PEOPLE. AN ATTEMPT TO DEFINE THE PHENOMENON AND A RESEARCH REPORT

Abstract

The text is an analysis of the phenomenon of netoholism based on foreign literature, especially Czech and Slovak literature, as well as own research. The authors point out problems affecting young people and challenges in the field of prevention, probation, and early response to Internet addiction. It becomes a challenge both for changes in the law, prevention, diagnosis, or reaction of assistance services, to the implementation of the educational function of the school. The authors propose inclusion in preventive programs regarding other addictions, most often from alcohol and drugs, also activities related to the prevention of netoholism. Own research confirms disturbing conclusions from the analysed works, reports and publications of other authors. This is only a description and diagnosis of the problem, which may lead to further research, studies, analyses, as well as seeking its solutions or formulating recommenda-

tions. The text certainly allowed to define basic concepts, and through the presentation of research results it will inspire to take intervention measures in the context of the practice of applying the law, as well as its possible changes in the areas allowing prevention, diagnosis and treatment as well as proper public response to this type of addiction.

Historia artykułu:

Otrzymano: 13.06.2019 Zaakceptowano: 15.11.2019 Opublikowano: 16.12.2019

DOI: 10.5604/01.3001.0013.6104

Artykuł Oryginalny

Autor do korespondencji: Łukasz Kwadrans; adres e-mail: lukaszkwadrans@poczta.fm
