

*Oryginalna praca badawcza*

DOI: 10.34858/SNB.1.2019.010

## **Dorota Zbroszczyk**

Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny  
im. K. Pułaskiego w Radomiu  
ORCID: 0000-0002-5777-4934  
e-mail: d.zbroszczyk@wp.pl

## **Katarzyna Zaremba**

Wyższa Szkoła Handlowa  
w Radomiu  
e-mail: zarembakatarzyna@op.pl

## **FACEBOOK JAKO DETERMINANT UZALEŻNIENIA BEHAVIORALNEGO**

## **FACEBOOK, AS DETERMINANT OF BEHAVIORAL ADDICTION**

**Zarys treści:** Współcześnie to już nie tylko przemoc czy przestępczość klasyfikują się do nieprawidłowych zachowań – ten wachlarz znacznie się rozszerzył o zachowania określane jako behawioralne. Zagadnienie to jest niezwykle złożone, dlatego że nie ma jednoznacznego określenia, czym jest, a czym nie jest tzw. uzależnienie behawioralne. Celem badań było określenie poziomu aktywności i uzależnienia od portalu społecznościowego Facebook, klasyfikowanego do wskazanego uzależnienia.

**Słowa kluczowe:** Facebook, uzależnienie behawioralne.

**Keywords:** Facebook, behavioral addiction.

### **Wprowadzenie**

Człowiek jako istota społeczna potrzebuje kontaktów z drugim człowiekiem. W ten sposób zaspokaja jedną z potrzeb dotyczących akceptacji i afiliacji. Dzięki temu rozwija się zarówno w aspekcie psychicznym, jak i społecznym. Jeszcze zaledwie dekadę temu potrzeba wymiany spostrzeżeń dotyczących doświadczeń tych radosnych, jak i tych trudniejszych do przyjęcia wymagała spotkania człowieka z człowiekiem. Spotkanie odbywało się w konkretnej przestrzeni publicznej związanej z rzeczywistym miejscem. Aktualnie wszechobecny Internet umożliwia spotkania w przestrzeni wirtualnej. Oferta komunikacyjna Internetu przełamała barierę czasu i przestrzeni. Stała się

substytutem towarzystwa i swoistego spotkania, w związku z tym rejestruje się duże zainteresowanie programami interaktywnymi, czatami, komunikatorami<sup>1</sup>. I tu pojawia się dobrze wszystkim znane dążenie do czegoś nowego, jeszcze nie do końca poznanego. Termin „dążenie” oznacza różne działania ludzkie, których wspólnym mianownikiem jest potrzeba. Dążenie jest zatem formą spełnienia potrzeby. Nieraz spełnienie potrzeby powadzi do takiego stanu rzeczy, po którym jakiś etap dążenia zostaje zamknięty. Zazwyczaj jednak dążenie realizowane jest jako kierunek, powtarzający się rytm wciąż nowych spełnień kończącego się szeregu pragnień<sup>2</sup>. To na cieszącej się dużym zainteresowaniem platformie społecznościowej Facebook dochodzi do spełniania potrzeb, np. poprzez spotkania pomiędzy konkretnymi osobami, a nawet grupami osób. Spotkania, które uniemożliwiają wyrażenie niewerbalnych gestów związanych z mimiką, tonem głosu czy mową ciała. Ograniczają się jedynie do obrazków, emotikonów, treści pisanych. Jak słusznie zauważa M. Golka, współcześnie obserwujemy nie tyle zanik kontaktów międzyludzkich, ale ich przekształcanie się w powierzchowne związku z ludźmi i wartościami<sup>3</sup>. Bardziej zaangażowani użytkownicy mediów społecznościowych rejestrują niemalże każdą swoją aktywność, realizowaną od momentu wstania z łóżka do momentu ponownego pójścia spać. I tak krok po kroku, minuta po minucie, działanie po działaniu rejestrowane jest na Facebooku. To tam użytkownicy obrazują przeżywane emocje, wrzucają zdjęcia i filmy z odwiedzanych w ciągu dnia miejsc, pokazują, co lubią, a czego nie akceptują, wyrażają swoją przynależność do określonych grup społecznych. Wysoki poziom aktywności na Facebooku wymaga czasu i nieustannego bycia online. Presja wywołana potrzebą „nieprzegapienia” czegoś – w subiektywnej ocenie – istotnego, a związanego z działaniem znajomych wyzwala nieustanne napięcia i potrzebę obserwacji konta Facebooka. Ta sieć społecznościowa powstała jako „współczesna odpowiedź cyfrowego świata na pierwotną potrzebę człowieka poszukiwania kontaktu z drugim człowiekiem, potrzebę łączenia się w grupy społeczne”<sup>4</sup>. Zbyszko Melosik<sup>5</sup>, prowadząc rozważania na temat wpływu Facebooka na człowieka, zauważa, że pozwala on „na podtrzymanie relacji z osobami, z którymi nie ma możliwości interakcji w rzeczywistości oraz daje poczucie wsparcia społecznego”. Dodaje również, iż portale społecznościowe umożliwiają ich użytkownikom pewnego rodzaju zaspokojenie potrzeby, którą określa się jako psychologiczny status bycia członkiem społeczności. Efekt Facebooka to masowe rozpowszechnianie informacji, a inicjatorami transmisji informacji są przede wszystkim zwykli ludzie. Po raz pierwszy

<sup>1</sup> W. Śmid, *Internet jako medium*, [w:] *Leksykon komunikacji medialnej*, W. Śmid (red.), Kraków 2010, s. 59.

<sup>2</sup> D. Zbroszczyk, *Internet – pomoc czy zagrożenie dla młodego pokolenia*, [w:] *Bezpieczeństwo człowieka a rozwój naukowo-techniczny*, E. Jarmoch, A.W. Swiderski, A. Trzpil (red.), Wyd. UPH, Siedlce 2012, s. 235; cyt. za: K. Obuchowski, *Galaktyka potrzeb. Psychologia potrzeb ludzkich*, Wyd. Zysk i S-ka, Poznań 2000, s. 17.

<sup>3</sup> M. Golka, *Bariery w komunikowaniu i społeczeństwo (dez)informacyjne*, Warszawa 2008, s. 145.

<sup>4</sup> J. Strykowska, *Znaczenie mediów społecznościowych w procesie komunikowania i uczenia się*, [w:] *Media, Edukacja, Kultura. W stronę edukacji medialnej*, Strykowski, S. Dylak (red.), Poznań–Rzeszów, PTTIME 2012, s. 327.

<sup>5</sup> Z. Melosik, *Facebook i społeczne konstrukcje narcyzmu (o tożsamości zamkniętej w celi wizerunku)*, „Studia Edukacyjne” 2013, nr 26, s. 99.

w dziejach ludzkości każdy człowiek może przekazać swoją informację reszcie świata, bez uzyskania na to zgody czy potwierdzenia eksperta, że jest ona prawidłowa. Nie trzeba mieć także żadnej szczególnej wiedzy ani umiejętności, żeby zapoczątkować ten proces<sup>6</sup>. Facebook to narzędzie, które zmienia sposób porozumiewania się ze sobą ludzi, zmienia sposób sprzedawania produktów, kontaktowania się władz z obywatelami, a nawet zmienia prowadzenie działalności przez firmy<sup>7</sup>.

Należy zauważyć, że Internet występuje w roli obiektu uzależnienia oraz w roli czynnika, który sprzyja uzależnieniom, gdyż sam w sobie nie warunkuje ich powstania<sup>8</sup>. R. Poprawa wyróżnia kilka typów uzależnienia w związku z aktywnością w Internecie:

- uzależnienie od związków wirtualnych, kontaktów społecznych;
- uzależnienie od komputera polegające na niekontrolowanym czasie spędzonym przy komputerze;
- uzależnienie od sieci, czyli przymusie bycia w Internecie;
- przeciążenie informacyjne wynikające z nałogowego surfowania w sieci;
- erotomania internetowa związana z oglądaniem filmów i zdjęć z materiałami erotycznymi;
- przebywanie w kilku pokojach dyskusyjnych na raz, czyli udział w wielu listach dyskusyjnych<sup>9</sup>.

Uzależnienie definiowane jest jako fizyczna i psychiczna potrzeba wykonania określonej czynności w celu uniknięcia przykrych skutków jej braku<sup>10</sup>. Uzależnienie od Internetu, zwane inaczej internetoholizmem lub siecioholizmem, to zjawisko dynamicznie się rozwijające. Należy zauważyć, że dotyczy nie tylko dzieci i młodzieży, ale również osób dorosłych. K. Kaliszewska podkreśla, że nadużywanie Internetu to „dysfunkcyjny wzorzec 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”<sup>11</sup>. Pionierami w badaniu uzależnienia od Facebooka są Cecile S. Andreassen, Torbjørn Torsheim, Geir S. Brunborg i Ståle Pallesen z Norwegii. Opracowali oni skalę pozwalającą badać poziom uzależnienia od Facebooka (BFAS). Uzasadniając potrzebę tego rodzaju badań, twierdzą, że „ponieważ korzystanie z Facebooka rośnie bardzo

<sup>6</sup> D. Kirkpatrick, *Efekt Facebooka*, przeł. M. Lipa, Warszawa 2011, s. 15–16; cyt. za: A. Bąk, *Serwisy społecznościowe – efekt Facebooka i nie tylko*, „Media i społeczeństwo” 2016, nr 6, s. 142.

<sup>7</sup> *Ibidem*, s. 142.

<sup>8</sup> J. Bednarek, A. Andrzejewska, *Wprowadzenie*, [w:] *Cyberswiat, możliwości i zagrożenia*, J. Bednarek, A. Andrzejewska (red.), Warszawa 2009, s. 17.

<sup>9</sup> R. Poprawa, *W pułapce Internetu*, [http://www.podglebokie-mow.pl/dokumenty/pulap\\_inter.pdf](http://www.podglebokie-mow.pl/dokumenty/pulap_inter.pdf) (dostęp: 25.01.2018).

<sup>10</sup> E. Krygier, *Nadużywanie Internetu przez studentów drogą do uzależnienia*, [w:] *Internet jako narzędzie komunikacji globalnej*, J. Olchowski, M. Mencil (red.), Poznań 2012, s. 74.

<sup>11</sup> K. Kaliszewska, *Nadmierne używanie Internetu. Charakterystyka psychologiczna*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza, Poznań, 2007, s. 44.

szybko, istnieje konieczność przeprowadzenia psychometrycznie solidnej procedury dla oceny możliwego uzależnienia”<sup>12</sup>.

Umiejętność poruszania się po Internecie i korzystania z jego możliwości jest jedną z dobrze opanowanych umiejętności młodego człowieka, a korzystanie z niego nie jest wyłącznie sprawą wyboru, lecz koniecznością narzuconą przez cywilizację. Zatem komunikowanie się przez młodego człowieka nie jest izolacją, a sposobem, który pomaga utrzymać kontakt z przyjaciółmi, rodziną oraz formować związki<sup>13</sup>. Zarówno zwolenników, jak i przeciwników tego rodzaju komunikacji jest wielu. Przeciwnicy twierdzą, że porozumiewanie się poprzez sieć nie jest tożsame z takim kontaktem, z jakim mamy do czynienia w rzeczywistości<sup>14</sup>. Jednostka nadużywająca Internetu nierzadko traci nad tym kontrolę, co w konsekwencji skutkuje izolacją społeczną, zaniedbywaniem obowiązków związanych z nauką i pracą oraz porzuceniem konstruktywnej aktywności społecznej<sup>15</sup>. Jak zauważa A. Giddens, w dzisiejszych czasach jednostka w znacznie większym stopniu niż kiedykolwiek przedtem może sama kształtować własne życie. Znaczenie wartości i tradycji nie ma już takiego znaczenia jak kiedyś, rozmywają się wzory tożsamościowe, trudno więc o znaczący drogowskaz w życiu<sup>16</sup>. Psychologowie twierdzą, że ten sposób komunikacji może sprawić, że młodzi ludzie zapomną, jak komunikować się w prawdziwym świecie ludzi żyjących.

W związku z powyższym zasadne wydaje się podjęcie eksploracji badawczych w tym zakresie tematycznym, co pozwoli na aktualizację obrazu aktywności młodzieży w aspekcie korzystania z Internetu. Celem badań jest określenie poziomu aktywności i uzależnienia od portalu społecznościowego Facebook.

## Uwagi metodologiczne

Przedmiotem badań uczyniono korzystanie z Facebooka jako portalu społecznościowego, który prowadzi do uzależnienia behawioralnego. Podstawowy problem badawczy zawiera się w pytaniach:

- 1) Jaki jest poziom aktywności młodzieży na Facebooku?
- 2) Czy płeć różnicuje badaną młodzież pod względem aktywności na Facebooku?
- 3) Czy wiek różnicuje młodzież pod względem aktywności na Facebooku?
- 4) Jakie są konsekwencje nadmiernego korzystania z Facebooka?

<sup>12</sup> S.C. Andreassen, T.Torsheim, G.S. Brunborg, S. Pallesen, 2012, *Development of a Facebook Addiction Scale*, "Psychological Reports", vol. 110, no 2, s. 503; cyt. za: W. Czerski, E. Gonciarz, *Ryzyko uzależnienia studentów od mediów społecznościowych na przykładzie Facebooka*, „Lubelski Rocznik Pedagogiczny” 2017, t. XXXVI, z. 4, Lublin 2017, s. 140.

<sup>13</sup> D. Zbroszczyk, *Internet – pomoc czy zagrożenie dla młodego pokolenia*, [w:] *Bezpieczeństwo człowieka a rozwój naukowo-techniczny*, E. Jarmoch, A.W. Swiderski, A. Trzpił (red.), Wyd. UPH, Siedlce 2012, s. 231.

<sup>14</sup> J. Lipiński, *Internet i młode pokolenie. Przeciwdziałanie potencjalnym zagrożeniom*, Wyd. Maternus Media, Tychy 2008, s. 34.

<sup>15</sup> H. Tomaszewski, *Młodzież, rówieśnicy i nowe media. Społeczne funkcje technologii komunikacyjnych w życiu nastolatków*, Warszawa 2012, s. 4.

<sup>16</sup> A. Giddens, *Socjologia*, Warszawa 2004, s. 84.

W procesie badawczym posłużono się metodą sondażu diagnostycznego i techniką ankiety. Badania przeprowadzono w 2017 roku w województwie mazowieckim. Wzięło w nich udział 111 młodych osób. Wiek badanych ograniczył się w przedziale od 16 do 19 lat. W badaniach wykorzystano kwestionariusz ankietowy *Skala Uzależnienia od Facebooka* opracowany przez naukowców Uniwersytetu w Bergen w Norwegii (*the Bergen Facebook Addiction Scale*). Skala stanowi jedyne dostępne narzędzie o właściwościach psychometrycznych i składa się z sześciu pozycji. Autorzy oryginalnej wersji narzędzia w jego interpretacji dotyczącej uzależniania wyróżniają podejście liberalne i konserwatywne. Zgodnie z liberalnym podejściem, o wystąpieniu uzależniania świadczą wskazania „3” (w skali 1–5) w co najmniej 4 z 6 pozycji skali. Natomiast w świetle podejścia konserwatywnego wskazania „3” lub więcej powinno zostać wybrane w przypadku wszystkich pozycji<sup>17</sup>.

W analizie statystycznej zastosowano test  $\chi^2$ . Wartości statystycznie istotne ustalono na poziomie  $p < 0,05$ .

### **Poziom uzależniania młodzieży od Facebooka**

Stosując powyższe założenia, uzyskane wyniki badań w niniejszym badaniu wskazują, że prezentując podejście liberalne, uzależnienie od Facebooka wystąpiło u 21 osób (18,9%) badanych. Natomiast w podejściu konserwatywnym – w tym badaniu nie występują osoby doświadczające tego problemu.

### **Poziom zaangażowania młodzieży w aktywności na Facebooku**

Poszukując odpowiedzi na pytanie dotyczące poziomu zaangażowania badanej młodzieży w aktywność na portalu społecznościowym Facebook, dokonano zestawienia uzyskanych wyników badań z podziałem na percentyle, dzięki temu uzyskano trzy miary położenia, wyszczególniając poziom niski, średni i wysoki. Pomiar niski dotyczył sumy wyników na poziomie 7, co oznaczało, że respondent co najmniej w dwóch z sześciu pytań wskazał odpowiedź „rzadko”, a pozostałe „bardzo rzadko”. Kolejnym poziom – średni został wygenerowany spośród osób, które uzyskały wyniki w przedziale od 8 do 9. Poziom wysoki dotyczył osób, które uzyskały wyniki powyżej 12 punktów.

<sup>17</sup> C.S. Andreassen T. Torsheim, G.S. Brunborg, S. Pallesen S., *Development of a Facebook Addiction Scale*, „Psychological Reports” 2012, nr 110(2), s. 512.

Poziom korzystania i uzależnienia od Facebooka

Tabela 1

Level of using and addiction to Facebook

Table 1

Poziom aktywności od Facebooka	N	%
Niski	31	29,9
Średni	29	26,1
Wysoki	51	45,8
Ogółem	111	100,0

Źródło: badanie własne.

Jak wynika z danych zamieszczonych w tabeli 1, dominująca liczba badanych przejawia wysoki poziom zaangażowania w aktywność na portalu społecznościowym Facebook.

### Zaabsorbowanie Facebookiem

Kwestię związaną z zaabsorbowaniem badanej młodzieży portalem społecznościowym Facebook analizowano na podstawie odpowiedzi dotyczących pytania: *Czy spędzasz dużo czasu, myśląc o Facebooku i planując, co będziesz robić?* Okazało się, że 73,0% badanej młodzieży bardzo rzadko lub rzadko skupia swoją uwagę, myśląc o Facebooku. Ten problem ma 10,8 % badanych, bowiem ich odpowiedzi dotyczyły wskazań „często” i „bardzo często”.

### Tolerancja

Tolerancja to inaczej wytrwałość, wytrzymałość na coś, co może wpływać na jednostkę pozytywnie lub negatywnie. W kontekście uzależnienia R. Poprawa definiuje tolerancję jako potrzebę coraz dłuższego korzystania z Internetu w celu doświadczenia zadowolenia<sup>18</sup>. Badane osoby zostały zapytane o częstotliwość odczuwania potrzeby coraz większego korzystania z Facebooka. Okazało się, że młodzież ma dystans do tej aktywności, bowiem 79,2% badanych taką potrzebę odczuwa bardzo rzadko lub rzadko. Zaledwie 6,3% młodzieży często lub bardzo często ma ochotę korzystać z Facebooka, w związku z tym ta subgrupa obserwuje u siebie wyraźny, stopniowy spadek satysfakcji osiągananej przez tę samą ilość czasu online na Facebooku.

<sup>18</sup> R. Poprawa, *W pułapce internetu*, [http://www.podglebokie-mow.pl/dokumenty/pulap\\_inter.pdf](http://www.podglebokie-mow.pl/dokumenty/pulap_inter.pdf) (dostęp: 25.01.2018).

## Modyfikacja, zmiana nastroju w związku z korzystaniem z Facebooka

Jednostka uzależniona od danej substancji czy też określonych czynności ucieka od świata rzeczywistego, w którym doświadcza trudności i problemów w obszar, w którym znajduje zapomnienie i ukojenie. Przedmiot uzależnienia zwykle stanowi substytut zaspokojenia określonej potrzeby, która może dotyczyć poczucia bezpieczeństwa, akceptacji lub samorealizacji. W ten sposób osoba uzależniona od Internetu ucieka od niezrealizowanych obowiązków w świat wirtualny, gdzie zapomina o ich istnieniu. Jedno z pytań skali dotyczyło częstotliwości korzystania z Facebooka w celu zapomnienia o problemach. Okazało się, że Facebook nie stanowi miejsca ucieczki i izolacji od problemów, bowiem 92,8% badanych bardzo rzadko lub rzadko stosuje tę praktykę. Zaledwie 7,2% wskazało, że logując się na portalu społecznościowym czasami, rzadko lub bardzo rzadko, motywowana jest ucieczką od problemów.

## Nawrót

Kolejne pytanie dotyczyło częstotliwości podejmowania prób ograniczenia korzystania z serwisu społecznościowego, które kończyło się niepowodzeniem. Zaledwie 2,7% badanych podejmuje takie próby często i bardzo często. Dominująca subgrupa, tj. 85,6% bardzo rzadko i rzadko stosowała takie praktyki, natomiast 11,7% badanej młodzieży czasami stara się ograniczyć aktywność na Facebooku, ale próby te kończą się niepowodzeniem.

## Symptomy odstawienne

Uzależnieniom behawioralnym, jak również uzależnieniom od substancji towarzyszą określone symptomy odstawienne, charakteryzujące się przykrymi objawami, takimi jak: pobudzenie psychoruchowe, obsesyjne myślenie o tym, co się dzieje na Facebooku, niepokój oraz lęk, wyraźne obniżenie nastroju, fantazje i marzenia senne na temat Internetu, celowe lub mimowolne poruszanie palcami w sposób charakterystyczny jak na klawiaturze<sup>19</sup>.

Badani zostali zapytani, czy w sytuacji niemożliwości zalogowania się na konto Facebook towarzyszy im niepokój i zmartwienie. Okazało się, że tego typu dotkliwości bardzo często odczuwa 4,5% badanej młodzieży, natomiast często tego typu objawy doświadcza 2,7% badanych. Dominująca większość badanych, tj. 71,2% bardzo rzadko jest smutna z powodu braku możliwości bycia online.

## Konflikt

Jednostka uzależniona porzuca wszelką konstruktywną aktywność na rzecz przedmiotu uzależnienia, który staje się dla niej najważniejszy. W związku z tym u osób uzależnionych obserwuje się obniżenie poziomu aktywności społecznej, ograniczenie

<sup>19</sup> *Ibidem.*

kontaktów interpersonalnych, rażące zaniedbywanie obowiązków domowych, szkolnych lub pracowniczych. Ostatnie z pytań w analizowanej skali dotyczyło częstotliwości zaobserwowanych zaniedbań związanych z nauką szkolną w związku z aktywnością na portalu społecznościowym Facebook. Duży problem w związku z tym ma 3,6% badanych, bowiem wskazali oni odpowiedź z kategorii „bardzo często”, tyle samo osób udzieliło odpowiedzi „często”. Rzadko i bardzo rzadko naukę szkolną z powodu Facebooka zaniedbuje odpowiednio 64,9% badanych i 12,6% badanych.

### Korelacje pomiędzy poszczególnymi zmiennymi

W analizach statystycznych poszukiwano również korelacji pomiędzy badanymi zmiennymi.

Table 2

#### Korelacje

Table 2

#### Correlations

	Zaabsorbowanie	Tolerancja	Modyfikacja	Nawrót	Symptomy odstawienne	Konflikt
Zaabsorbowanie	-	0,711**	0,304**	0,125	0,313**	0,131
Tolerancja	0,711**	-	0,250**	0,426**	0,474**	0,144
Modyfikacja	0,304**	0,250**	-	0,113	0,280**	0,445**
Nawrót	0,125	0,426**	0,113	-		
Symptomy odstawienne	0,313**	0,474**	0,336**	0,280**	-	0,352**
Konflikt	0,131	0,144	0,240*	0,445**	0,353**	-

\* Korelacja istotna na poziomie istotności  $p < 0,05$  (dwustronna).

\*\* Korelacja istotna na poziomie istotności  $p < 0,01$  (dwustronna).

Źródło: badania własne.

Jak wynika z danych zamieszczonych w tabeli 2, brak istotnych związków zarejestrowano pomiędzy czterema analizowanymi zmiennymi. Nie ma istotnego związku pomiędzy **nawrotem**, czyli częstotliwością podejmowanych prób ograniczenia korzystania z Facebooka a **zaabsorbowaniem**, czyli czasem, w którym młodzież planuje i myśli o Facebooku oraz **nawrotem** a **modyfikacją** związaną z negatywną zmianą nastroju w przypadku niemożliwości korzystania z portalu. Brak związku zarejestrowano również pomiędzy konfliktem, czyli zaniedbywaniem obowiązków szkolnym a zaabsorbowaniem.

Okazuje się, że największą siłą związku (0,474), istotną statystycznie, zarejestrowano pomiędzy potrzebą coraz większego korzystania z portalu a występowaniem symptomów odstawianych, objawiających się niepokojem i zmartwieniem w związku z niemożliwością korzystania z Facebooka. Na kolejnej pod względem



siły związku (0,445) uplasowały się zmienne „konflikt” i „modyfikacja”, a więc okazuje się, że im więcej prób ograniczenia korzystania z portalu, tym większe problemy związane z nauką szkolną. Taki stan rzeczy wynikać może z faktu, że młodzież coraz częściej przesyła sobie wyniki prac domowych zadawanych przez nauczycieli w szkołach.

W żadnej ze skal nie zarejestrowano zróżnicowania istotnego statystycznie pomiędzy badanymi zmiennymi a płcią badanych i ich wiekiem.

## Zakończenie

Wyniki przeprowadzonych badań pokazują, że populacja młodzieży w wieku od 16 do 19 roku życia posiada konto na portalu społecznościowym Facebook. Jak się okazuje, większość młodzieży nie przejawia wysokiego poziomu uzależnienia od aktywności na tym portalu, nie oznacza to jednak, że problem nie istnieje.

Podsumowując, należy podkreślić, że istnienie portali społecznościowych od pewnego czasu stało się normą i nie jest możliwa ich całkowita eliminacja. Jak każdy obiekt pojawiający się w przestrzeni, tak i portale społecznościowe niosą ze sobą szanse i zagrożenia dla ich użytkowników. Z pewnością służą one odświeżeniu i nawiązaniu ponownych znajomości, zapomnianych lub zagubionych z biegiem czasu. Ponadto stanowią niezastąpiony kanał przekazu informacji adresowanych do określonych grup i osób. Inną stroną portali społecznościowych jest spłylenie relacji interpersonalnych, bowiem kontakty ograniczają się jedynie do pisania i przesyłania zdjęć, obrazów, w których transfer pozbawiony jest obserwacji emocji i pozawerbalnych gestów towarzyszących rozmówcom w rzeczywistości. Niestety, inny negatywny ładunek to zagrożenie uzależnieniem od aktywności na portalu. I tutaj istotną rolę do odegrania ma sam użytkownik, jak również osoby odpowiedzialne za jego wychowanie i egzystencję. Należy kształtować u młodzieży kompetencje interpersonalne poprzez inicjowanie jak największej liczby spotkań w realnej rzeczywistości, a kontakty wirtualne zsuwać na margines życia społecznego.

## Bibliografia

- Andreassen C.S., Torsheim T., Brunborg G.S., Pallesen S., *Development of a Facebook Addiction Scale* „Psychological Reports” 2012, nr 110(2).
- Bąk A., *Serwisy społecznościowe – efekt Facebooka i nie tylko*, „Media i społeczeństwo” 2016, nr 6.
- Bednarek J., Andrzejewska A., *Wprowadzenie*, [w:] *Cyberświat, możliwości i zagrożenia*, J. Bednarek, A. Andrzejewska (red.), Żak, Warszawa 2009.
- Giddens A., *Socjologia*, Warszawa 2004.
- Golka M., *Bariery w komunikowaniu i społeczeństwo (dez)informacyjne*, Warszawa 2008.
- Kaliszewska K., *Nadmierne używanie Internetu. Charakterystyka psychologiczna*, Poznań 2007.

- Kirkpatrick D., *Efekt Facebooka*, przeł. M. Lipa, Warszawa 2011.
- Krygier E., *Nadużywanie Internetu przez studentów drogą do uzależnienia*, [w:] *Internet jako narzędzie komunikacji globalnej*, J. Olchowski, M. Mencil (red.), Poznań 2012.
- Lipiński J., *Internet i młode pokolenie. Przeciwdziałanie potencjalnym zagrożeniom*, Wyd. Maternus Media, Tychy 2008.
- Obuchowski K., *Galaktyka potrzeb. Psychologia potrzeb ludzkich*, Wyd. Zysk i S-ka, Poznań 2000.
- Tomaszewska H., *Młodzież, rówieśnicy i nowe media. Społeczne funkcje technologii komunikacyjnych w życiu nastolatków*, Warszawa, 2012.
- Śmid W., *Internet jako medium*, [w:] *Leksykon komunikacji medialnej*, W. Śmid (red.), Kraków 2010.
- Poprawa R., *W pułapce Internetu*, [http://www.podglebokie-mow.pl/dokumenty/pulap\\_inter.pdf](http://www.podglebokie-mow.pl/dokumenty/pulap_inter.pdf) (dostęp: 25.01.2018).
- Zbroszczyk D., *Internet – pomoc czy zagrożenie dla młodego pokolenia*, [w:] *Bezpieczeństwo człowieka a rozwój naukowo-techniczny*, E. Jarmoch, A.W. Świdorski, A. Trzpił (red.), Wyd. UPH, Siedlce 2012.

### Summary

Nowadays it is not only violence or crime which are classified as incorrect. There is a wide range of actions extended by behavioral ones. This issue is very complex because there is no clear-cut definition of what behavioral addiction is and what it isn't. The aim of the research is to define the level of use and addiction to social media, e.g. Facebook.