

**UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

Laura Brezavšček

**Vpliv psihološkega stanja ter motivov uporabe interneta  
na internetno zasvojenost**

Diplomsko delo

**Ljubljana, 2010**

**UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

Laura Brezavšček

Mentor: doc. dr. Gregor Petrič

**Vpliv psihološkega stanja ter motivov uporabe interneta  
na internetno zasvojenost**

Diplomsko delo

Ljubljana, 2010

## ZAHVALA

*Zahvaljujem se mentorju dr. Gregorju Petriču, za potrpežljivost, spodbudo, ter strokovne nasvete pri nastajanju diplomske naloge.*

*Posebna zahvala pa staršem za podporo in spodbudo pri študiju.*

## **Vpliv psihološkega stanja ter motivov uporabe interneta na internetno zasvojenost**

V diplomski nalogi se bomo posvetili konceptu internetne zasvojenosti. Zanimalo nas je predvsem, ali obstaja internetna zasvojenost med študenti in kateri so njeni dejavniki. Na osnovi teoretskih izhodišč bomo izvedli kvantitativno empirično raziskavo in uporabili regresijsko analizo za preverjanje načrtanih hipotez.

Diplomska naloga je sestavljena iz dveh delov. Prvi del je teoretski, v drugem delu pa je predstavljena operacionalizacija konceptov, zbiranje podatkov, njihova analiza in vsebinska interpretacija. V teoretskem delu bomo podrobneje opisali koncept zasvojenosti: kaj je zasvojenost, kako pride do nje ter kako se kaže v vsakodnevnih navadah posameznika. V nadaljevanju bomo opisali internetno zasvojenost: kako pride do nje, kaj vpliva nanjo, katere vrste internetne zasvojenosti poznamo. V drugem delu nas je zanimalo predvsem, ali obstaja internetna zasvojenost med študenti in kateri so njeni dejavniki. V raziskovalnem delu smo izpostavili trditev, da psihološko stanje posameznika in namen uporabe interneta vplivata na internetno zasvojenost. Po analizi rezultatov, ki smo jih dobili s pomočjo ankete, smo prišli do zaključka, da zgoraj navedena dejavnika ne vplivata na internetno zasvojenost posameznikov.

**KLJUČNE BESEDE: zasvojenost, internet, internetna zasvojenost, osamljenost**

## **Effect of psychological status and motives of the internet on Internet addiction**

The diploma thesis will be devoted to the concept of Internet addiction. We were particularly interested in whether there is an Internet addiction among students and what are its factors. Based on the theoretical positions we performed quantitative empirical survey and used regression analysis to verify the hypotheses outlined. Diploma is composed of two parts. The first part of the theoretical part of the second part presents the operationalization of concepts, data collection, their analysis and contextual interpretation. In theoretical work, we will describe in more detail the concept of addiction, what addiction is, how to avoid addiction and how addiction is reflected in the everyday habits of the individual. Here we describe an Internet addiction. How to avoid internet addiction, what impact on Internet addiction, what kind of Internet addiction is known. In the second part, we were primarily interested in whether there is Internet addiction among students and what are its factors. In research work, we anticipate that the psychological state of the individual, the purpose of Internet use and social status affect individual Internet addiction. According to the results obtained, we got through the survey, we came to the conclusion that the above factors do not affect individual Internet addiction.

**KEY WORDS: addiction, internet, internet addiction, loneliness**

# KAZALO

<b>1 UVOD .....</b>	<b>9</b>
<b>2 ZASVOJENOST.....</b>	<b>10</b>
2.1 OSEBNE ZNAČILNOSTI ZASVOJENIH .....	10
<b>3 INTERNETNA ZASVOJENOST .....</b>	<b>11</b>
3.1 DEFINICIJE INTERNETNE ZASVOJENOSTI.....	12
3.2 SIMPTOMI INTERNETNE ZASVOJENOSTI .....	16
3.3 INDIKATORJI, KI SE UPORABLJAJO ZA MERJENJE INTERNETNE ZASVOJENOSTI .....	16
3.4 KDAJ POSTANE UPORABA INTERNETA PROBLEMATIČNA?.....	17
3.5 ZAKAJ INTERNET ZASVOJI? .....	18
3.6 RIZIČNE SKUPINE .....	19
3.7 INTERNETA RABA IN PSIHOLOŠKO STANJE POSAMEZNIKOV.....	19
3.8 PROBLEMI ZASVOJENOSTI.....	24
<b>4 RAZISKOVALNI OKVIR. ....</b>	<b>27</b>
4.1 POJASNJEVALNI MODEL IN OPRACIONALIZACIJA.....	28
4.1.1 Zasvojenost z internetom .....	29
4.1.2 Psihološko stanje posameznika in internetna zasvojenost.....	30
4.1.3 Motivi uporabe interneta.....	31
4.2 OPIS VZORCA .....	33
4.3 UPORABLJENE METODE .....	37
<b>5 REZULTATI ANALIZE.....</b>	<b>37</b>
5.1 PREVERJANJE MODELA IN HIPOTEZ.....	43
<b>6 INTERPRETACIJA RAZULTATOV ANALIZE TER ZAKLJUČEK.....</b>	<b>45</b>

<b>7 LITERATURA.....</b>	<b>48</b>
<b>8 PRILOGE.....</b>	<b>53</b>
PRILOGA A: Anketni vprašalnik: zasvojenost z internetom .....	53
PRILOGA B: Faktorska analiza.....	56
PRILOGA C: Regresija.....	63

## KAZALO SLIK

Slika 3.1: Groholjev model patološke uporabe interneta .....	13
Slika 4.1: Pojasnjevalni model dveh neodvisnih spremenljivk ter ene odvisne spremenljivke.....	28
Slika 4.2: Starostna struktura anket anketirancev .....	34
Slika 5.1: Seštevek indikatorjev v novo spremenljivko "informiranje".....	40
Slika 5.2: Seštevek indikatorjev v novo spremenljivko »druženje«.....	41
Slika 5.3: Seštevek indikatorjev v novo spremenljivko »osamljenost«.....	43

## KAZALO TABEL

Tabela 4.1: Indikatorji, ki merijo zasvojenost z internetom.....	29
Tabela 4.2: Lestvica za merjenje osamljenosti .....	31
Tabela 4.3: Lestvica za merjenje namena uporabe interneta .....	32
Tabela 4.4: Frekvenčna porazdelitev za spol (n=46).....	33
Tabela 4.5: Frekvenčna porazdelitev za družbeni status (n=46).....	33
Tabela 4.6: Čas uporabe interneta .....	34
Tabela 4.7: Frekvenčna porazdelitev zasvojenosti z internetom (n=46).....	35
Tabela 4.8: Frekvenčna analiza namena uporabe interneta.....	36
Tabela 4.9: Frekvenčna porazdelitev za osamljenost .....	36
Tabela 5.1: Frekvenčna razporeditev spremenljivke »zasvojenost z internetom«.....	38
Tabela 5.2: Povprečne vrednosti in faktorske uteži za spremenljivko motivi uporabe interneta .....	39
Tabela 5.3 : Povprečne vrednosti in faktorske uteži za spremenljivko »osamljenost«.....	42
Tabela 5.4: Regresijska analiza vpliva neodvisnih spremenljivk na odvisno.....	44



# 1 UVOD

Kaj je internetna zasvojenost? Kaj vpliva na internetno zasvojenost? Katere vrste internetne zasvojenosti poznamo? Ali psihološko stanje posameznika, kot sta osamljenost in depresija, vplivata na posameznikovo zasvojenost z internetom? Ali na internetno zasvojenost vpliva tudi posameznikov družbeni status, kot je na primer, ali je posameznik študent, zaposlen ali brezposeln? Ali namen uporabe interneta vpliva na posameznikovo zasvojenost z internetom? To je le nekaj vprašanj, na katere smo skušali odgovoriti v diplomski nalogi.

Za mnoge izmed nas predstavlja internet pomemben del našega življenja, uporabljamo ga za različne namene, na primer pomoč pri študiju, za nakupovanje prek spleta, za komunikacijo, za iskanje raznih informacij (Hamburger in Ben Artzi 2003). Tehnološki deterministi pravijo, da tehnologija spreminja družbo: novejša tehnologija (na primer televizija in računalnik) vpliva na družbo in njen razvoj tako v preteklosti, sedanjosti in prihodnosti (Chandler 2000).

Namen diplomske naloge je ugotoviti, ali ima vsakodnevna uporaba interneta negativne posledice (pri študentih na primer slabši učni uspeh ali izgubo partnerske zveze) kar lahko posledično vodi v zasvojenost z internetom, ali pa je internet le del novodobne družbe, brez katerega si težko predstavljamo vsakdanjik. V ta namen smo izvedli anketo in jo razdelili med študente prvega letnika na Fakulteti za družbene vede v Ljubljani.

Diplomska naloga je sestavljena iz dveh delov. V prvem, teoretskem delu smo podrobneje opisali, kaj je zasvojenost, kaj je internetna zasvojenost, katere so rizične skupine, ali na zasvojenost vpliva psihološko stanje posameznika ter kakšne so posledice internetne zasvojenosti v vsakdanjem življenju. Drugi del je empirični, v okviru katerega smo naredili anketo. Skozi diplomsko delo se ves čas pojavlja vprašanje, ali psihološko stanje posameznika (npr. osamljenost) in motivi uporabe interneta povzročajo zasvojenost z internetom.

## **2 ZASVOJENOST**

Young (1996) pravi, da je zasvojenost nagon ali kontrola, ki pri posamezniku povzroči nekontrolirano vedenje; a kljub problemom, ki jih substanca povzroča, jo zasvojeni še vedno uporablja.

Zasvojenost se povezuje z nagonom, ki ga posameznik ne more nadzorovati in ga pogosto spremlja izguba kontrole uporabe. Zasvojeni posameznik še vedno uporablja ali dela stvari, ki škodujejo njegovemu zdravju ali vedenju; kljub zavedanju, da je to dejanje škodljivo, ne more prenehati (Young 2004).

Zasvojeni postanejo odvisni od navade, tudi če jim ta močno škoduje, in ne morejo živeti brez nje. Skoraj vsi zasvojeni pravijo, da brez svoje škodljive navade ne morejo živeti, zasvojeni z internetom na primer pravijo, da internet potrebujejo in ne morejo brez njega. Internet jim pomeni najvišjo točko v njihovem življenju, zasvojeni posamezniki nimajo več kontrole nad njegovo rabo (Greenfield 2000).

### **2.1 OSEBNE ZNAČILNOSTI ZASVOJENIH**

Veliko zasvojenosti se začne, ker je posamezniku v življenju dolgčas in zato počne nekaj, kar ga vznemiri, na primer pri igrah na srečo se posamezniku dvigne raven adrenalina, vsakič ko stavi ali kadar kupi novo srečko. Dolgčas ali vsakodnevna rutina dasta občutek, da posameznik nekaj zamuja v življenju, lahko tudi občutek apatičnosti; temu občutku hočejo zasvojeni posamezniki ubežati. Rešiti hočejo problem dolgočasje, a se v tem procesu vedno bolj razvija nov problem, zasvojenost. Na primer pri igrah na srečo posameznik hoče ubežati dolgočasje tako, da se mu vsakič, ko kupi srečko ali stavi, dvigne raven adrenalina in pri tem pozabi na vse druge probleme v svojem življenju, medtem pa nastaja nov problem – zasvojenost (Greenfield 2000). Po mnenju Greenfilda večina zasvojenosti nastane prav iz tega razloga (Greenfield 2000). Slaba samopodoba, zatekanje v sanjarjenje, potlačena čustva in nagnjenost k depresiji so le nekatere osebne lastnosti, ki jih imajo zasvojeni posamezniki (Rozman 1997).

Vedenja, ki lahko postanejo zasvojenost, so: spolni odnosi, delo, hrana, telovadba, igre na srečo, nakupovanje, televizija, internet, računalnik in droge ter alkohol. Kaj imajo ta vedenja skupnega in kako lahko posameznik postane zasvojen z njimi? Večino teh vedenj posamezniki srečujemo vsakodnevno in nam ne povzročajo težav. Vsak dan se prehranjujemo, a nismo zasvojeni s hrano; vsak dan hodimo na delo, vendar nismo deloholiki; večina od nas tudi vsakodnevno uporablja internet, vendar z njim nismo zasvojeni (Greenfield 2000). Greenfield (2000) pravi, da če se ta dejanja kombinirajo z določenimi okoliščinami, lahko postanejo zasvojenost. Vzorec zasvojenosti se pogosto ne pokaže na začetku vedenja, ampak šele, ko je posameznik že močno zasvojen z določenim vedenjem in ima to že negativne posledice (Greenfield 2000).

### **3 INTERNETNA ZASVOJENOST**

Zasvojenost z internetom je vedno večji problem, ki lahko vpliva na različne ljudi in pusti negativne posledice na družbenem, finančnem ter akademskem področju življenja posameznika (Griffiths 2000, Young 1998 in drugi). Obstaja več terminov, ki opisujejo prekomerno rabo interneta, in sicer »zasvojenost z internetom« (Chou 2005), »problematična raba interneta« (Shapira 2003) in »patološka raba interneta« (Young v Chih-Hung Ko in drugi 2008). Najbolj pogost termin, ki se uporablja za prekomerno rabo interneta, je prav zasvojenost z internetom (Chih-Hung Ko, Ju-Yu Yen in drugi 2008).

Zaradi razvoja novih tehnologij, kot sta internet in mobilni telefon, prihaja do spremembe načina komuniciranja, vedno bolj izginja tako imenovano komuniciranje iz oči v oči (face-to-face) in prihaja do novega načina komuniciranja prek mobitela, interneta, na primer po raznih forumih, spletnih klepetalnicah in elektronski pošti (Caplan 2003). Narejenih je bilo veliko študij, ki prikazujejo pozitivne in negativne vidike različnih komunikacijskih tehnologij. Mnogi so mnenja, da je »novodobno« komuniciranje (s tem mislim predvsem na komuniciranje po internetu: razni blogi, spletne klepetalnice, elektronska pošta) bolj neosebno kot komuniciranje iz oči v oči (Caplan 2003). Caplan (2003) je mnenja, da prav to komuniciranje lahko vodi v prekomerno rabo interneta, kar posledično vodi v internetno zasvojenost.

### 3.1 DEFINICIJE INTERNETNE ZASVOJENOSTI

Holden (2001) pravi, da lahko skoraj vsaka nekontrolirana aktivnost, kot je na primer nekontrolirano igranje iger na srečo ali nekontrolirano prehranjevanje ter nekontrolirana uporaba interneta, vodi v zasvojenost (Yellowlees in Marks 2005)

Od začetka devetdesetih let prejšnjega stoletja je prekomerna raba interneta predmet psiholoških raziskav in je v znanstvenih krogih dobila ime »motnja zasvojenosti z internetom« (angl. Internet addiction disorder). Goldberg je leta 1995 izraz uvedel ter ga primerjal s patološko obsedenostjo z igrami na srečo (Wallis 1997). Na svoji spletni strani je objavil seznam simptomov, ki jih imajo z internetom zasvojeni posamezniki. Svoje ugotovitve je objavil kot zasmehovanje četrte izdaje publikacije diagnostičnega in statističnega pripomočka mentalnih motenj (Wallis 1997). Čeprav je bila to za Goldberga le šala, je sprožila resen odziv v strokovnem svetu ter podrobnejše zanimanje za problem zasvojenosti z internetom. Zaradi velikega odziva na spletno stran je ustanovil spletno podporno skupino za posameznike, ki so zasvojeni z internetom (Wallis 1997).

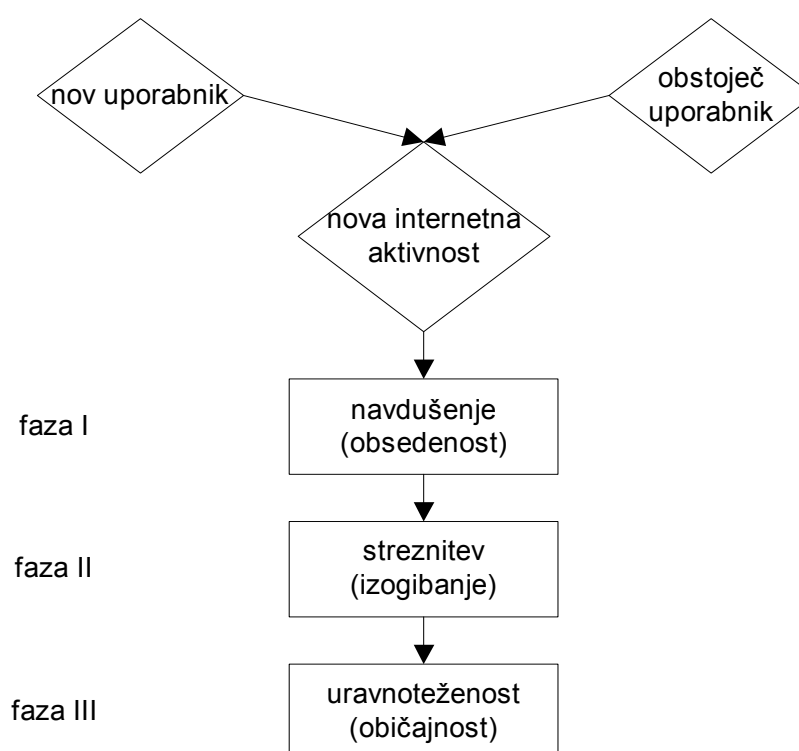
Leta 1997 je psihologinja dr. Kimberly Young naredila raziskavo na področju prekomerne rabe interneta. Na podlagi te raziskave je sklepala na duševno motnjo, ki jo je imenovala »patološka uporaba interneta« (ang. Pathological Internet Use). Posledično je American Psychological Association (APA) klasificirala prekomerno uporabo interneta kot zasvojenost (Young v Young 2004,403).

Youngova pravi, da ima internetna zasvojenost podobne karakteristike kot ostale zasvojenosti. Tako kot alkoholiki razvijejo strpnost do alkohola, z internetom zasvojeni posamezniki razvijejo strpnost do uporabe interneta. Za razliko od zasvojenosti z drogami in alkoholom pri zasvojenosti z internetom ne gre za kemično zasvojenost. Internetni uporabniki morajo za zadovoljevanje svojih potreb vedno več časa preživeti na spletu. Internetno zasvojenost je težje odkriti, saj je internet nepogrešljiv tehnološki pripomoček pri vsakdanjih opravilih (Young 1996).

Se pa vsi ne strinjajo s trditvijo, da prekomerna uporaba interneta posledično vodi v internetno zasvojenost. Grohol pravi, da je problem tistih, ki se ukvarjajo z duševnimi

motnjami, da vse, kar je potencialno škodljivo, označijo kot bolezensko obliko. Po tem kriteriju bi lahko k zasvojenostim šteli tudi pretirano prebiranje knjig ali gledanje televizije, vendar teh vedenj ne štejemo k splošno priznanim oblikam duševne motnje, kot so na primer shizofrenija ali depresija (Grohol 1999). Grohol (1999) pravi, da internet uporabljamo za socializacijo, komuniciranje z drugimi ljudmi, interakcijo; pravi, da to počnemo vsak dan in je del našega življenja, kar pa še ne pomeni, da se bo ta uporaba razvila v zasvojenost z internetom.

Slika 3.1: Groholjev model patološke uporabe interneta



Groholjev (1999) model pravi, da lahko obnašanje, ki je povezano s prekomerno uporabo interneta, razvrstimo v tri časovno odvisne faze. V prvo fazo, ki jo imenuje obsedenost, spadajo predvsem posamezniki, ki so novi med uporabniki interneta in se privajajo na novo okolje, ki jih čisto prevzame. Druga faza se imenuje izogibanje; v to fazo posamezniki preidejo, ko jih mine odkrivanje novega sveta in navdušenje nad internetom. V zadnji, tretji fazi posameznik doseže ravnovesje in jo imenujemo običajnost. Kadar posamezniki ostanejo v prvi fazi oz. se vračajo vanjo – navadno zato, ker želijo odkriti še kaj novega in zanimivega, kar pa na internetu ni težko – takrat lahko pride do prekomerne uporabe interneta. Če prva faza traja predolgo, je treba posamezniku pomagati preiti v tretjo fazo.

Grohol še pravi, da prekomerne uporabe interneta ne gre pripisovati kakšni duševni motnji, temveč le temu, da gre za prilagajanje na novo tehnologijo (Grohol 1999).

Ivan Goldberg je – tako kot Kimberly Young – prekomerno rabo interneta primerjal s patološko obsedenostjo z igrami na srečo (Goldberg 1997). S tem pa se ne strinja Grohol, ki pravi, da je zasvojenost od iger na srečo predvsem izražanje antisocialnega obnašanja, medtem ko je internet v nasprotju z igrami na srečo interaktiven in informativen medij. Grohol pravi, da je internet za razliko od iger na srečo zelo »družaben«, saj posamezniki z njegovo pomočjo spoznavajo nove prijatelje, komunicirajo med seboj ter dobijo ogromno informacij, zato ne vidi povezanosti med tema dvema pojavoma (Grohol 1999).

Razločimo lahko pet glavnih kategorij zasvojenosti z internetom (Center for Internet Addiction Recovery 2008), in sicer:

1. Zasvojenost z virtualno spolnostjo: za posameznike, ki trpijo za zasvojenost z virtualno spolnostjo, je značilno, da so po navadi zaročeni ali poročeni. Pornografija je na spletu zlahka dostopna, posamezniki si jo nalagajo s spleta ali izmenjujejo med seboj. Obstaja več oblik te zasvojenosti: nekateri na spletu samo gledajo pornografske filme, drugi jih tudi presnemavajo, spet tretji sodelujejo v klepetalnicah za odrasle, kar je posebno nevarno za mladostnike. Greenfield je navedel primer 29-letnega moškega, ki je odvisen od pornografije na internetu. Fred je uspešen poslovnež, ki ima obetavno kariero ter zaročenko. Odvisen je od internetne pornografije, ponoči jo gleda, išče, kopira in snema na svoj računalnik ter jo kupuje. Do treh zjutraj ostaja na spletu ter gleda pornografijo, medtem ko ima službo že ob sedmih zjutraj, zato je dostikrat neprespan in utrujen. Včasih tudi na delovnem mestu obišče internetno stran s pornografsko vsebino. Posledica tega je, da nima več kontrole nad svojim vsakdanjim življenjem, s presnemavanjem pornografske vsebine je zapravil ogromno denarja, v službi je utrujen in ne more zbrano opravljati svojega dela, ves čas samo razmišlja, kdaj bo spet lahko obiskal internetno stran s pornografijo (Greenfield 2000).

2. Pri zasvojenosti z virtualnimi odnosi gre predvsem za prekomerno uporabo spletnih klepetalnic, prek katerih posamezniki sklepajo prijateljstva. Spletno prijateljstvo jim postane bolj pomembno kot prijateljstvo in družina v »resničnem« življenju. Lahko pride tudi do tako imenovane virtualne nezvestobe.

3. K zasvojenosti z internetnimi igrkami (Net Gaming – spletne igre) spada več kategorij obnašanja na spletu: od mrežnih iger na srečo, nakupovanja ali trgovanja z delnicami. Pri tej zasvojenosti prihaja do problema, ker posamezniki obiskujejo spletne trgovine in igre na srečo ter pri tem nekontrolirano izgubljajo denar.

4. Zasvojenost z informacijami: zaradi vedno večje količine podatkov oziroma informacij na spletu se pojavlja nova oblika vedenjske motnje, ki se nanaša na tako imenovano »spletno srfanje« (»web surfing«). Posamezniki preživijo veliko časa na spletu, kjer iščejo razne informacije. Za to zasvojenost je značilno, da so posamezniki obsedeni z iskanjem informacij na spletu in so v »resničnem« življenju manj delovno aktivni.

5. Zasvojenost z računalnikom pomeni, da posamezniki veliko časa porabijo za igranje računalniških igrk, predvsem mislimo igrice, kot sta Solitaire in Minesweeper, problem te odvisnosti je predvsem v tem, da posamezniku postane drugo delo nezanimivo in raje igra igrice (Young 2008) .

Poznamo več faktorjev, ki vplivajo na prekomerno rabo interneta. *Multumedijska stimulacija* pomeni, da internet povzroča podobno zasvojenost kot televizija. *Internetna dostopnost* je drugi faktor, internet je namreč lahko dostopen in dokaj enostaven za uporabo, uporabnik lahko kadarkoli dobi ogromno informacij, gleda filme, posluša glasbo, se pogovarja s prijatelji in znanci ali pa spoznava nove prijatelje brez kakršnega koli truda. Pomembna je tudi *časovna dostopnost*, internet je namreč dostopen 24 ur na dan; na splet gremo lahko, kadar hočemo, ne glede na to, ali je dan ali noč. Pri internetni uporabi je pomembno tudi to, da ni meja oziroma jih je manj kot v resničnem življenju. Posamezniki gredo lahko na splet, kadar koli se jim zahoče, na njem lahko počnejo marsikaj, ob tem pa vsakič – glede na razpoložnje – lahko počnejo kaj drugega. Eden od faktorjev je tudi *izguba občutka za čas*, to velja predvsem za posameznike, ki nimajo preveč zapolnjenega življenja in imajo preveč prostega časa, ko pa so na spletu, jim čas hitreje mine (Greenfield 1999). Ni natančnih podatkov, kateri od zgoraj navedenih faktorjev povzroča zasvojenost z internetom (Greenfield 1999).

### **3.2 SIMPTOMI INTERNETNE ZASVOJENOSTI**

Sprememba spalnega vzorca, omejevanje družbenih aktivnosti ter socialnih stikov in zanemarjanje zdravja so le nekateri simptomi, ki kažejo na prekomerno uporabo interneta (Goldberg 1997).

K. Young (1999) navaja simptome patološke uporabe interneta: obsesivne misli, povezane z uporabo interneta (razmišljanje o predhodni in naslednji uporabi interneta), razvoj tolerance (potreba za povečanje časa, predvidenega za uporabo interneta) ter nezmožnost kontroliranja uporabe interneta, kar posledično vodi v ogrožanje družbenih odnosov, kariere ali partnerske zveze zaradi prekomerne uporabe interneta.

Poleg navedenih tudi drugi strokovnjaki opisujejo različne simptome internetne zasvojenosti: Chou (2001) in Treus (2001) na primer pravita, da je eden izmed simptomov zasvojenosti z internetom tudi preokupacija z internetom, Kraur (1998) navaja simptome, kot so kompulzivna uporaba interneta, občutek, da je svet zunaj interneta dolgočasen, in zmanjšanje družbenih odnosov v »realnem« življenju (Iskander 2009).

### **3.3 INDIKATORJI, KI SE UPORABLJAJO ZA MERJENJE INTERNETNE ZASVOJENOSTI**

Young je v svoji knjigi »Cought in The Net« skušala odgovoriti na številna vprašanja v zvezi z zasvojenostjo z internetom, vendar je naletela na težave že pri samem definiranju, saj za določanje te zasvojenosti ni bilo meril. Zato je Youngova (1996) naredila vprašalnik, ki vsebuje osem vprašanj in je prirejen po merilih za merjenje zasvojenost z igrami na srečo (po četrti izdaji diagnostičnega in statističnega priročnika mentalnih motenj, DSM-IV) (Young 2004,404). Ta seznam vprašanj nam lahko pomaga, ko poskušamo definirati, kaj je zasvojenost z internetom ter kako bi jo lahko merili, vendar pa lahko pride tudi do napak, saj se uporaba interneta od kulture do kulture razlikuje. V nekaterih družbah je raba interneta večja kot v drugih. To velja predvsem za razvite države, kjer si dneva brez računalnika, interneta, telefona in podobnih naprav sploh ne znamo več predstavljati,



medtem ko je v državah z manjšo razvitostjo dostop do internetnih povezav težji zaradi oddaljenosti ali pomanjkanja finančnih sredstev (Young 2004).

Indikatorji, ki jih je razvila Young (1996) in merijo zasvojenost z internetom (Young 2004,404):

1. Ali se počutite prezaposleni (preveč okupirani) z internetom (pomislite na zadnjo spletno aktivnost),
2. Ali uporabljate internet za zadovoljitev vaših potreb veliko časa?
3. Ali imate ponavljajoče se neuspešne poskuse, da bi kontrolirali, nehali uporabljati ali vsaj zmanjšali uporabo interneta?
4. Ali se počutite depresivno, slabe volje ali stresno, če skušate zmanjšati uporabo interneta?
5. Ali ste na spletu dlje, kot je to potrebno?
6. Ali ste kdaj zaradi uporabe interneta ogrozili pomembno partnersko zvezo, službo, izobrazbo ali karijerne možnosti?
7. Ali ste glede količine časa, ki ga preživite na internetu, lagali družini, terapeutom ali komu drugemu?
8. Ali uporabljate internet, da bi pobegnili pred težavami ali če se počutite nemočne, če dobite občutek krivde ali tesnobe?

Young (1996) pravi, da je oseba zasvojena z internetom, če je na vsaj pet od zgoraj navedenih indikatorjev odgovorila pritrdilno, vendar moramo pri teh indikatorjih upoštevati, da jih je Young razvila leta 1996, ko informacijska tehnologija še ni bila tako razvita kot sedaj. Tako bi lahko pri drugem indikatorju, ki vsebuje vprašanje, ali uporabljate internet za zadovoljevanje vaših potreb, odgovorili pritrdilno, saj veliko uporabnikov uporablja na primer facebook in elektronska sporočila, ki nam olajšajo življenje, saj nam ta način komunikacije prihrani čas in denar.

### **3.4 KDAJ POSTANE UPORABA INTERNETA PROBLEMATIČNA?**

Pri Psych Central so ugotovili, da večina njihovih uporabnikov uporablja internet v povprečju od 7 do 14 ur na teden (Grohol 2007). Young (2004) pravi, da čas, ki ga posameznik preživi na internetu, ni direkten pokazatelj internetne zasvojenosti, na splošno pa nekateri za pretirano uporabo štejejo, če je posameznik na internetu od 40 do 80 ur na

teden, ob tem pa posamezne seanse lahko trajajo tudi do 20 ur. Istega mnenja je tudi Grohol (2007), ki pravi, da ne moremo definirati prekomerne uporabe interneta samo na podlagi časa, ki ga posameznik preživi na internetu, ker še vedno ni natančno definirano, kaj velja za normalno uporabo interneta; nekateri pravijo, da naj bi bila običajna raba od 5 do 20 ur na teden (Grohol 2007).

Na podlagi zgoraj navedenih raziskav lahko pridemo do zaključka, da je na podlagi časovnega okvira težko definirati internetno zasvojenost. Grohol (1999) meni, da časa, ki ga porabimo na internetu, ne moremo povezovati s prekomerno rabo interneta; najprej moramo ugotoviti, kdo uporablja internet in s kakšnim namenom. Poleg časa uporabe moramo upoštevati tudi druge faktorje: ali internet uporablja študent (uporaba interneta za pomoč pri študiju), ali je internet sestavni del posameznikove službe. Pomembno je tudi, če ima posameznik kakšno duševno motnjo, na primer depresijo, saj depresivna oseba dlje časa uporablja internet kot oseba, ki te bolezni nima, saj lahko uporablja razne virtualne skupine za pomoč proti depresiji. Posamezniki s težavami, kot so na primer zakonske težave, na internetu preživijo več časa kot posamezniki, ki teh težav nimajo. Če ne preverimo okoliščin, nima smisla govoriti o internetni zasvojenosti.

### **3.5 ZAKAJ INTERNET ZASVOJI?**

Obstaja več razlogov, zakaj uporaba interneta lahko vodi v zasvojenost. Eden izmed vzrokov za prekomerno rabo interneta in posledično za zasvojenost je družinski razlog, tukaj mislimo predvsem na to, da posamezniki uporabljajo internet z namenom, da bi se izognili konfliktom v družini. Naslednji vzrok oziroma dejavnik, ki lahko vodi v internetno zasvojenost, je socialni aspekt, ko posameznik ne more izpolniti socialnih potreb nikjer drugje kot na internetu. Pogost razlog je tudi različnost vlog, ki jih lahko ima posameznik na internetu. Upoštevati moramo tudi kulturni faktor, pri čemer gre za spodbujanje družbe, da bi postala »tehnološko napredna družba«, s tem da na primer v šoli spodbuja uporabo interneta do točke, ko je lahko škodljiv za posameznike (Beard v Shapira in drugi 3003).

Dr. Kimberly Young (2004) meni, da nekatere posameznike internet tako prevzame, da postane pomembnejši od realnega sveta. Internet slabo vpliva na njihovo produktivnost in

medosebne odnose, takšno vedenje pa kaže znake zasvojenosti, kar lahko pomeni tudi beg iz realnega življenja.

Posamezniki na internetu preživijo veliko časa zaradi socialne interakcije; lahko bi se reklo, da je socializacija tisto, kar lahko povzroči internetno zasvojenost. Veliko časa porabijo za izmenjavo informacij z drugimi uporabniki, za igranje spletnih igranic, za pogovor s sebi podobnimi osebami v spletnih klepetalnicah ali pa za dopisovanje po elektronski pošti. Prek interneta lahko navežemo stike z drugimi, nam podobnimi posamezniki, in se z njimi pogovarjamo (Grohol 2008).

### **3.6 RIZIČNE SKUPINE**

Najbolj rizična skupina so mladostniki, saj še niso zmožni kritično presojati, kaj je zanje koristno in dobro. Podatki Eurobarometra iz leta 2008 kažejo, da internet uporablja 42 odstotkov šestletnikov in 72 odstotkov devetletnikov v Sloveniji (Safe 2009). Douglas A. Gentile je naredil raziskavo med mladimi, ki so bili stari med osem in osemnajst let, in prišel do zaključka, da skoraj vsak deseti kaže znake zasvojenosti od videoigric. Ob tem jih kar 8.5 odstotka kaže negativne posledice prekomernega igranja, na primer slab učni uspeh in poslabšane odnose z družino ter prijatelji (Safe 2009). Yu-Yu Yen in Chih Hung Ko (2008) pravita, da so za internetno zasvojenost dovzetnejši mladostniki, ki imajo nizko samopodobo ali pa trpijo za depresijo.

### **3.7 INTERNETA RABA IN PSIHOLOŠKO STANJE POSAMEZNIKOV**

Kaj je osamljenost? Peplau in drugi (1979) pravijo, da se osamljenost pojavi takrat, ko je socialna mreža posameznika manjša, kot bi on želel (v Morahan in Schumacher 2003). Weeks in drugi so mnenja, da je osamljenost kronično stanje. Osamljeni imajo težavo pri navezovanju novih stikov oziroma le s težavo oblikujejo tesnejša prijateljstva zaradi negativne izkušnje, ki so jo imeli v preteklosti, ali zaradi pomanjkanja socialnih veščin (Burger v Morahan in Schumacher 2003). Chelune in drugi pravijo, da se osamljenost ne meri s stopnjo socialnih stikov, ki jih ima posameznik v življenju, ali z družbenimi

aktivnostmi, ki se jih posameznik udeležuje. Če je posameznik osamljen, to še ne pomeni, da ima majhen socialni krog, saj gre tu za subjektivno izkušnjo, ki je povezana s pomanjkanjem medsebojne intimnosti (Morahan in Schumacher 2003).

Internet je medij, ki ga večinoma povezujejo s komuniciranjem, a njegova prekomerna uporaba se kljub temu že od začetka povezuje z osamljenostjo. Eni prvih uporabnikov interneta so bili tako imenovani hekerji, za katere je veljalo, da so družbeni izobčenci, da imajo raje računalnik kot ljudi; raje so na spletu, v realnem svetu pa imajo le malo prijateljev (Shotte in Turkle v Morahan in Schumacher 2003). Internet ponuja dokaj varno in zabavno življenje (Morahan-Martin 1999), zato je privlačen za osamljene, ki ga uporabljajo, da ubežijo pritisku, ki ga imajo v življenju; internet jim pomeni svet, v katerem so počutijo zaželene (Rheingold v Morahan in Schumacher 2003)

Dokazano je, da posamezniki, ki trpijo za depresijo ali osamljenostjo, v »resničnem« svetu težje najdejo prijatelje in so manj komunikativni kot posamezniki, ki teh težav nimajo (Caplan 2003).

Strokovnjaki stare šole (Kraut, Patterson, Ludmark, Kiesler, Mukopadhyay in Scherlis 1998) pravijo, da prekomerna uporaba interneta povečuje občutek osamljenosti med uporabniki ter da ima negativne posledice, ki se kažejo v vsakodnevnem življenju. Prekomerna uporaba interneta vodi v socialno izolacijo (Stoll in Brenner v Hamburg in Ben-Artzi 2003) in zanemarjanje aktivnosti v realnem življenju, kar lahko pripelje do zasvojenosti z internetom. Shapiro (1999) se ne strinja, da prekomerna uporaba interneta pri vseh uporabnikih vodi v internetno zasvojenost, saj je treba upoštevati še druge dejavnike, kot so na primer psihološko ter socialno stanje posameznikov, ali je oseba nagnjena k psihološkim težavam in ali je v preteklosti že imela težave s katero koli obliko zasvojenosti (Hamburg in Ben-Artzi 2003).

Nastali sta dve hipotezi, ki opisujeta razmerje med internetno zasvojenostjo in osamljenostjo. Prva pravi, da prekomerna raba interneta povzroča osamljenost, druga pa pravi, da internet bolj privlači posameznike, ki so osamljeni (Hamburg in Ben-Artzi 2003).

### *Internet povzroča osamljenost*

Zagovorniki te teorije pravijo, da čas, ki ga posameznik preživi na spletu, posega v »realno« življenje in da prekomerna uporaba interneta izolira posameznike pred »realnim« svetom. Ljudje, ki prekomerno uporabljajo internet, preživijo veliko časa na spletu s spletnimi prijatelji, pri tem pa pozabljajo na razmerja, ki jih imajo v »realnem« življenju, kar ima v »realnem« življenju negativne posledice, na primer razpad partnerske zveze ali izguba službe (Hamburg in Ben-Artzi 2003).

Raziskava, ki so jo opravili Kurt in drugi (1998), je pokazala, da na začetku uporabe interneta ni bilo razlik med osebami, ki so osamljene, in tistimi, ki niso, vendar pa se je s povečano uporabo interneta povečal tudi občutek osamljenosti. Kraut in drugi pravijo, da se s povečanjem stopnje osamljenosti, ki nastane zaradi prekomerne uporabe interneta, v »realnem« življenju zmanjša komunikacija med družinskimi člani, zmanjšajo se socialne aktivnosti in občutek sreče v »realnem« življenju ter posameznikov socialni krog, kar posledično vodi v problem zasvojenosti z internetom (Hamburg in Ben-Artzi 2003). Podobno raziskavo so naredili Wasterlund, Norlander in Archer (2001), in sicer so primerjali čas, ki ga posameznik porabi na internetu, ter duševne motnje, kot je na primer osamljenost. Prišli so do zaključka, da med njimi ni povezav (Caplan 2003,626).

Hamburrger in Ben-Artzi (2003) se ne strinjata z raziskavo, ki so jo naredili Kraut in drugi, in pravita, da če hočemo proučiti, kako prekomerna uporaba interneta vpliva na vsakodnevno življenje posameznika, moramo upoštevati njegovo vsestranskost. Internet nam namreč ponuja različne možnosti uporabe, na primer za pomoč v službi ali pri študiranju; kot način komuniciranja ali za navezovanje novih prijateljskih stikov, torej iz socialnega vidika; lahko pa internet uporabljamo, ker nam je dolgčas. Kraut in drugi tega niso upoštevali in so posploševali problem internetne zasvojenosti ne glede na namen, s katerim posameznik uporablja internet. Prav tako so problem zasvojenosti z internetom posploševali na celotno populacijo in niso upoštevali različnih motivov ter potreb posameznika, ki uporablja internet. Hamburger in Ben-Artz (2003) pravita, da moramo pri raziskavi vpliva prekomerne uporabe interneta na vsakdanje življenje upoštevati tudi osebnost posameznika tako na individualni kot na družbeni ravni. Kar je dobro za nekoga, ni nujno dobro za celotno populacijo. Pravita tudi, da so Kraut in drugi v raziskavi

zanemarili namen uporabe interneta ter psihološko stanje posameznika, zato njihovo raziskavo kritizirata (Amichai-Hamburg in Ben-Artzi 2003).

Podobne raziskave o vplivu interneta na družbeno življenje posameznika je naredil tudi O'Toole in prišel do rezultatov, da je četrтина udeležencev potrdila vpliv interneta na njihovo družbeno življenje. Če internet uporabljajo več kot pet ur na teden, to negativno vpliva na čas, ki je bil namenjen prijateljem in družini. Kljub temu imamo raziskave, ki dokazujejo nasprotno in pravijo, da prekomerna raba interneta ne vpliva na komunikacijo z družino ali prijatelji (Robinson in drugi v Morahan-Martin in Schumacher 2003). Katz in drugi (1997) celo pravijo, da internet ustvarja novo socialno mrežo. A tudi v teh raziskavah je bil majhen odstotek udeležencev mnenja, da ima uporaba interneta negativni vpliv na družabno življenje (Morahan-Martin in Schumacher 2003).

#### *Osamljene posameznike bolj privlači internet*

Druga hipoteza pravi, da osamljene posameznike bolj privlači internet zaradi njegove razširjene socialne mreže, ki omogoča drugačen način komuniciranja, ter občutka pripadnosti, katerega pogrešajo v realnem življenju, to pa lahko vodi v prekomerno uporabo interneta, katera posledica je zasvojenost (Morahan-Martin v Morahan in Schumacher 2003).

Zakaj internet privlači osamljene? Internet omogoča socialno okolje, razširjeno socialno mrežo, ki omogoča komuniciranje. Za osamljene velja, da so občutljivi na reakcije drugih (Russel in drugi 1980), imajo slabe socialne veščine, le s težavo navezujejo prijateljstva, niso za timska dela, imajo slabo samopodobo; Weeks in drugi pravijo, da se osamljenost povezuje z depresijo. In prav internet omogoča anonimnost, intimnost, pomanjkanje osebnega stika, kar daje možnost osamljenim, da se lahko predstavijo na svoj način, ter omogoča razširjeno socialno mrežo, kjer lahko posameznik izbira, s kom želi komunicirati, kar mu daje občutek, da nadzira komunikacijo (Morhan-Martin in Schumacher 2003). Zaradi anonimnosti omogoča internet posamezniku idealiziranje samopredstave in prestavlja meje, ki jih povzroča komunikacija iz oči v oči (McKenna v Morhan-Martin in Schumacher 2003). Turkle (1995) pravi, da je internet privlačen za osamljene posameznike prav zaradi tega, ker se tam drugače predstavijo kot v komunikaciji iz oči v oči; pravi, da je

internet lahko »trgovina identitet«, kjer se osamljeni počutijo varno (Morahan-Martin in Schumacher 2003).

Morahan-Martin in Schumascher (2003) sta naredila raziskavo o razmerju med osamljenostjo in prekomerno uporabo interneta, kjer sta za merjenje osamljenosti uporabila UCLA Loneliness Scale in prišla do rezultatov, da osamljeni internet uporabljajo za sprostitev, spoznavanje novih prijateljev, za emocionalno podporo, za pogovor z osebami z istimi interesi in iz dolgčasa. Raje imajo spletno komunikacijo kot komunikacijo iz oči v oči, na spletu se sprostijo, s spletnimi prijatelji se imajo bolje kot s tistimi v realnem življenju, na internetu imajo tudi večjo socialno mrežo.

McKenna, Green in Gleason (2002) pravijo, da imajo osamljeni ljudje občutek, da se na internetu lahko bolje predstavijo in spoznajo več ljudi kot v »resničnem« življenju (Caplan 2003). Kandell in drugi (1998) pravijo, da ima internet pozitivne učinke na osamljene posameznike, saj ustvari neko varno okolje, kjer osamljeni lahko bolje razvijejo socialne veščine, lažje spoznavajo in rešujejo psihološke težave, kar jim pomaga v »realnem« življenju, čeprav pravijo, da prekomerna raba negativno vpliva na aktivnosti, ki jih imajo v »realnem« življenju (Morahan-Martin, Schumacher 2003).

Kurt in kolegi (1998) pravijo, da se depresija in osamljenost pojavita, še preden posameznik začne uporabljati internet. Primerjali so rabo interneta z depresijo in osamljenostjo pri posameznikih, ki so začeli uporabljati internet, ter potem še enkrat čez eno leto. Na začetku so ugotavljali, da sta se depresija in osamljenost z uporabo interneta še povečala, v raziskavi, ki je sledila čez eno leto, pa so ugotovili, da so negativne posledice, ki jih ima internet na posameznika, zbledle (Caplan 2003).

McKenn in Brigha (2000) menita, da so osamljeni posamezniki, ki so stigmatizirani, na primer homoseksualci ali osebe, ki so osamljene sli depresivne, dovzetni za uporabo interneta predvsem zaradi tega, ker internet v primerjavi s komunikacijo iz oči v oči ponuja relativno anonimnost ter varnost (Cerar 2006).

### 3.8 PROBLEMI ZASVOJENOSTI

Razdrti zakoni, izgubljene službe, slabši učni uspeh in neredno prehranjevanje so samo nekatere od posledic, ki jih navajajo številni strokovni članki, in opisujejo posameznike, ki so zasvojeni z internetom ( King 1996).

Internet ima negativen vpliv na akademsko, družbeno, finančno ter poklicno življenje – tako kot katera koli druga odvisnost. Raziskava je pokazala, da ima internet negativen vpliv na vsaj šest odstotkov posameznikov, ki ga uporabljajo (Greenfield 2000).

Tako kot druge zasvojenosti tudi internetna zasvojenost sčasoma povzroči težave v življenju zasvojenega posameznika, saj ta vedno več časa preživi na spletu, zato ima vedno manj časa za družino, prijatelje in druge ljudi, ki jih ima rad. Ker hočejo prijatelji ali družina pomagati zasvojenemu, ta pogosto laže, koliko časa je preživel na spletu, to pa vodi v nezaupanje (Young 2004).

Primer internetne zasvojenosti je opisala tudi Sandra Hacker. Zaradi zasvojenosti z internetom je zapostavljala in zanemarjala svoje otroke, zapirala se je v sobo z računalnikom in modemom ter dneve in noči preživela na internetu. Ta primer dokazuje, da lahko posameznik zaradi internetne zasvojenosti zapostavi celo svoje otroke. Ta zasvojenost lahko privede do ločitev, izgube skrbništva nad otroci, izgube službe, denarja ter prijateljev (Greenfield 2000).

Zasvojeni posameznik ne more več kontrolirati, koliko časa bo preživel na internetu, zato vedno manj časa porabi za aktivnosti, v katerih je včasih užival. V vsakodnevem življenju zasvojeni zanemara pomembna dela oziroma vsakodnevne dejavnosti, kot so sprehod, druženje s prijatelji, nakupovanje in še bi lahko naštevali; vsako delo, ki ni povezano z internetom, mu predstavlja težavo in oviro. Najbolj pogoste aktivnosti, ki jih posameznik zanemara, so: preživljanje časa z družino ali partnerjem, opravljanje dnevnih opravil, spanje, branje, gledanje televizije, preživljanje prostega časa s prijatelji, fizična aktivnost, razni hobiji in podobno (Young v Young 2004).



Ena izmed posledic, ki jih ima prekomerna uporaba interneta na posameznika, je tudi spremenjen vzorec spanja, ki nastane, ko je zasvojeni posameznik na internetu tudi do dveh, treh ali štirih ponoči, zjutraj pa ima že ob sedmih službo, šolo ali druge obveznosti, zato je čez dan zaspan in svojega dela ne more opravljati učinkovito in zbrano (Young 2004).

Posledica internetne zasvojenosti so tudi spletne afere ali varanje prek interneta. To pomeni, da se posameznik zaplete v romantično ali spolno razmerje na internetu. Young (1998) je ugotovila, da ima 53 % zasvojenih posameznikov resne probleme v razmerju s partnerjem, kar je posledica spletnih afer, to pa lahko vodi v prepire in razveze zakonov. Problemi, ki nastanejo pri spletnih aferah, so: sprememba vzorca spanja, nenehna zahteva po zasebnosti (nekatera spletna razmerja se lahko spremenijo v realna razmerja, ki jih hočejo posamezniki na vsak način prikriti partnerju; ko si na internetu dopisujejo z osebo, s katero imajo afero, se zaklepajo v sobo, spreminjajo svoje geslo za računalnik, da jih nihče ne bi mogel razkrinkati), zanemarjanje drugih obveznosti (na primer pomivanje posode; svoj prosti čas porabijo za internet in ne za družino), laganje, osebne spremembe, izguba zanimanja za spolne odnose s svojim partnerjem in izguba zanimanja za zvezo, v kateri so (Young 2004).

Prekomerna raba interneta ima posledice tudi pri študentih ali zaposlenih.

Razne raziskave so pokazale, da je kar 86 % učiteljev, knjižničark in računalniških koordinatorjev mnenja, da uporaba interneta ne izboljšuje učnega uspeha učencev: pravijo, da so informacije na internetu neorganizirane in niso povezane s šolskim učnim načrtom, zato pri učencih lahko povzročijo zmedo, namesto da bi jim pomagale (Barber v Young 2004).

Young (1998) je ugotovila, da ima 58 % učencev zaradi prekomerne uporabe interneta slabše učne navade, slabše ocene, včasih zaradi tega celo ne končajo šole. Internet je med študenti priljubljen, ker je brezplačen in ima neomejeno uporabnost, izraža svobodo brez kontrole staršev, na internetu lahko komunicirajo s komer koli iz kjer koli in ni jim potrebno paziti na svoje besede (Young 2004).

Prav tako kot pri študentih ima prekomerna raba interneta lahko posledice tudi pri zaposlenih. Nove raziskave so pokazale, da v delovnem času zaposleni uporabljajo internet za osebne namene. S tem izgubljajo produktivnost, posledično pa tudi čas in denar delodajalcev (Young 2004).

## 4 RAZISKOVALNI OKVIR

V empiričnem delu nas je predvsem zanimalo, kakšen je namen uporabe interneta pri študentih prvega letnika Fakultete za družbene vede ter ali ima uporaba interneta negativen vpliv na vsakodnevno življenje študentov – če na primer zaradi prekomerne uporabe interneta zanemarjajo partnerske odnose, komunikacijo z družinskimi člani ali če se počutijo stresno, slabe volje in depresivno, ko skušajo zmanjšati uporabo interneta. Zanimalo nas je torej, ali obstaja problem zasvojenosti z internetom med študenti. Pogledali si bomo, koliko časa v povprečju študentje preživijo na spletu in s kakšnim namenom; ali uporabljajo internet za druženje in spoznavanje novih prijateljev ali z namenom pridobivanja informacij oziroma kot pomoč pri študiju. Skozi empiričen del se pojavlja vprašanje, ali psihološko stanje študenta, kot je občutek osamljenosti, vpliva na prekomerno rabo interneta, kar posledično vodi v problem zasvojenosti z internetom.

Podatke za diplomsko nalogo smo zbrali med izrednimi študenti na Fakulteti za družbene vede v Ljubljani januarja 2009, in sicer s pomočjo anketnega vprašalnika. V anketi je sodelovalo 46 izrednih študentov in je trajala približno pet minut.

Anketni vprašalnik je vseboval 30 vprašanj in je bil razdeljen na pet sklopov. V prvem delu nas je zanimalo, koliko časa posamezniki uporabljajo internet. Drugi sklop vprašanj meri internetno zasvojenost (vprašanja od v3 do v10). Tretji sklop vprašanj (vprašanja od v11 do v17) sprašuje, kakšen je namen uporabe interneta pri študentih. Četrty sklop vprašanj (v18 do v27) meri osamljenost posameznikov, v petem sklopu pa so demografska vprašanja.

## 4.1 POJASNJEVALNI MODEL IN OPRACIONALIZACIJA

V nadaljevanju bomo skušali pojasniti, ali neodvisni spremenljivki, kot sta namen rabe interneta ter psihološko stanje osebe, vplivata na odvisno spremenljivko – zasvojenost z internetom.

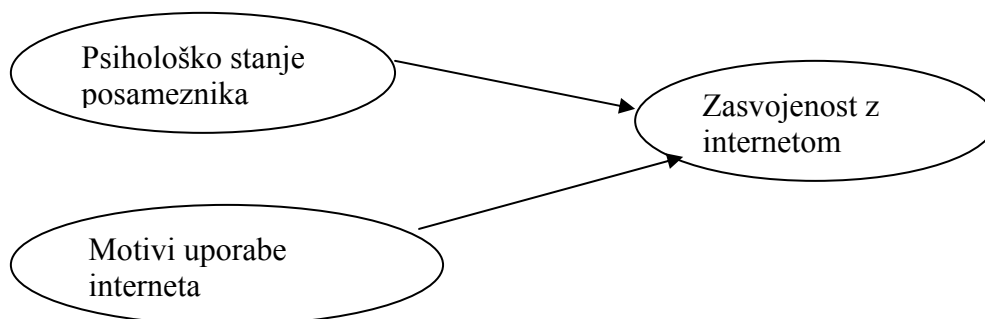
Kot smo že omenili, imamo dve hipotezi, in sicer: Psihološko stanje posameznika

**Hipoteza 1:** Posamezniki, ki imajo določene psihološke lastnosti, na primer občutek osamljenosti, so bolj dojemljivi za internetno zasvojenost.

Motivi uporabe interneta

**Hipoteza 2:** Večja je verjetnost, da bodo posamezniki, ki interneta ne uporabljajo v namene informiranja ter za študijske ali službene namene, zasvojeni z internetom.

Slika 4.1: Pojasnjevalni model dveh neodvisnih spremenljivk ter ene odvisne spremenljivke.



### 4.1.1 Zasvojenost z internetom

Zasvojenost z internetom je označena kot nezmožnost kontroliranja uporabe interneta, kar vodi v negativne posledice v vsakodnevem življenju. Te posledice so lahko zanemarjanje odnosov v družini, v službi, izguba prijateljev v realnem življenju (Shapira in drugi 2003)

Za merjenje internetne zasvojenosti smo uporabili lestvico, ki jo je razvila Young (2004) in vsebuje osem vprašanj (tabela 4.1). Oseba, ki je zasvojena z internetom, je na vsaj pet od osmih vprašanj odgovorila pritrdilno (Young 2004).

Tabela 4.1: indikatorji, ki merijo zasvojenost z internetom

<b>Indikatorji, ki merijo internetno zasvojenost</b>	DA	NE
1. Ali se počutite preobremenjene z internetom?		
2. Ali uporabljate internet za zadovoljevanje vaših potreb preveč časa?		
3. Ali imate ponavljajoče se neuspešne poskuse, da bi kontrolirali, nehali uporabljati ali pa vsaj zmanjšali uporabo interneta?		
4. Ali se počutite depresivno, slabe volje ali stresno, če skušate zmanjšati uporabo interneta?		
5. Ali ste na spletu dlje, kot je to potrebno?		
6. Ali ste kdaj zaradi uporabe interneta ogrozili pomembno partnersko zvezo, službo, izobrazbo ali karijerne možnosti?		
7. Ali ste glede količine časa, ki ga preživite na internetu, lagali, družini, terapevtom ali komu drugemu?		
8. Ali uporabljate internet, da bi pobegnili pred težavami ali če se počutite nemočne, če dobite občutek krivde ali tesnobe?		

#### **4.1.2 Psihološko stanje posameznika in internetna zasvojenost.**

**Hipoteza 1:** Posamezniki, ki imajo določene psihološke lastnosti, kot so na primer depresija ali osamljenost, so bolj dojemljivi za internetno zasvojenost.

Za zasvojene z internetom velja, da so pri delu manj učinkoviti, postanejo izolirani od sveta, se ne pogovarjajo s prijatelji in družino, na spletu so dlje, kot je potrebno, ter trpijo zaradi motnje socialnih stikov (Young 1996). Večina strokovnjakov obravnava motnjo zasvojenosti z internetom kot psihofizično motnjo (Cerar 2006). Zanj so značilni simptomi motenj socialnih stikov (Cerar 2006). Osamljenost je indikator, ki pokaže, ali je posameznik vključen v družbo ali ne (Cerar 2006).

Moharan-Martin in Schumacher (2003) pravita, da internet bolj privlači osamljene osebe, saj na spletu lahko najdejo družbo. Socialna interakcija, ki je na internetu drugačna, jim omogoča, da postanejo nevidni in le opazujejo interakcijo drugih.

Za merjenje osamljenosti smo uporabili UCLA Loneliness Scale (tabela 4.2). Ta lestvica je bila narejena z namenom merjenja občutka osamljenosti ter socialne izoliranosti. Vsebuje deset vprašanj, na katere odgovarjamo s števili od 1 do 4, pri čemer ena pomeni, da se posameznik nikoli ne počuti osamljenega, štiri pa pomeni, da se pogosto počuti osamljenega. Lestvica osamljenosti je vrednotena s točkami, pri kateri lahko posameznik dobi najmanj 10 točk, kar pomeni, da je na vse trditve odgovoril z ena – to pomeni, da se nikoli ne počuti tako, kot navaja trditev, torej se nikoli ne počuti osamljenega. Največjo število točk, ki jih posameznik lahko dobi, je 40, kar pomeni, da se posameznik strinja z vsako navedeno izjavo – to pomeni, da se počuti osamljenega. Oseba je klasificirana kot osamljena, če je dosegla 30 ali več točk.

Tabela 4.2: Lestvica za merjenje osamljenosti

	NIKOLI	REDKO	VČASIH	POGOSTO
Kako pogosto se počutite nesrečno, ko delate stvari sami?	1	2	3	4
Kako pogosto se počutite, da nimate nikogar za pogovor ?	1	2	3	4
Kako pogoste se počutite, da ne morete tolerirati samote?	1	2	3	4
Kako pogoste se počutite, da vas nihče ne razume?	1	2	3	4
Kako pogosto čakate, da vas nekdo pokliče oz. vam piše?	1	2	3	4
Kako pogosto se počutite, kot da ste popolnoma sami?	1	2	3	4
Kako pogoste se počutite, kot da se ne ujamete z okolico oz. da ne morete komunicirati z osebami okoli vas?	1	2	3	4
Kako pogosto pogrešate oz. »stradate« po družbi?	1	2	3	4
Kako pogosto se počutite, da težko spoznavate nove prijatelje?	1	2	3	4
Kako pogosto se počutite izključene iz okolice?	1	2	3	4

### 4.1.3 Motivi uporabe interneta

**Hipoteza 2:** Večja je verjetnost, da bodo posamezniki, ki interneta ne uporabljajo v namene informiranja ter za študijske ali službene namene, zasvojeni z internetom.

Večina strokovnjakov je mnenja, da je čas, ki ga posamezniki porabijo na internetu, eden izmed indikatorjev, ki merijo internetno zasvojenost. S tem se ne strinja Grohol, ki pravi, da čas ne more definirati internetne zasvojenosti, ker moramo poleg njega upoštevati še vrsto drugih faktorjev. Eden od njih je status osebe – študent, ki večino časa uporablja internet kot pomoč pri študiju; zaposleni, ki uporablja internet kot pomoč pri svojem delu (za zbiranje informaciji na ekonomskem trgu ali za komuniciranje s strankami). Pomemben faktor je lahko tudi brezposelnost, pri čemer posameznik uporablja internet zaradi dolgočasnja ali ker hoče »pobegniti« pred problemi, ki jih ima v realnem življenju (Grohol 2005).

Jones (1998) pravi, da je računalnik stroj, ki ga uporabljamo za komuniciranje (Oblak 2002). Uporabniki interneta želijo vzpostaviti nove stike z drugimi uporabniki ali pa ohraniti že obstoječe socialne vezi. Po njegovem mnenju torej uporabniki interneta želijo uresničiti svoje interaktivne potrebe (Oblak 2002). Želeli smo izvedeti, ali se internet

uporablja za instrumentalne oblike delovanja (za dostop do specifičnih informacij, saj se s pomočjo interneta hitreje in učinkovitejše informiramo), ali pa se internet uporablja, kot pravi Jones, za ritualne oblike delovanja (Oblak 2002).

V diplomski nalogi smo uporabili lestvico »razlogi za uporabo interneta«, ki vsebuje sedem vprašanj, označenih z vrednostmi od ena do pet, pri čimer ena pomeni, da izjava sploh ne velja, pet pa pomeni, da izjava v celoti velja. Lestvico smo povzeli po raziskavi Življenjski stili v medijski družbi, CDK-FDV 2001 (Oblak 2002). (tabela 4.3)

Tabela 4.3: Lestvica za merjenje namena uporabe interneta

INTERNET UPORABLJAM,, DA	sploh ne velja	deloma velja	ni ne velja ni velja	deloma velja	v celoti velja
dobim strokovno gradivo (podatke, literaturo), ki ga potrebujem	1	2	3	4	5
se bolje in hitreje informiram	1	2	3	4	5
ker v »srfanju« uživam	1	2	3	4	5
ohranjam stike z drugimi ljudmi	1	2	3	4	5
se vključujem v razprave o stvareh, ki me zanimajo	1	2	3	4	5
spoznavam nove ljudi	1	2	3	4	5
preganjam dolgčas	1	2	3	4	5



## 4.2 OPIS VZORCA

V anketi je sodelovalo več žensk (56,5 %) kot moških (43,5 %). (Tabela 4.4)

Tabela 4.4: Frekvenčna porazdelitev za spol

	n	%
Moški	20	43,5
Ženska	26	56,5
skupaj	46	100

### Družbeni status

Ker je bila anketa narejena med študenti prvega letnika, je bilo, kot smo pričakovali, med anketiranci največ študentov (84,8 %), zaradi izbire izrednega študija imajo nekateri izmed njih že redno zaposlitev in so se opredelili kot zaposleni (15,2 %). (Tabela 4.5)

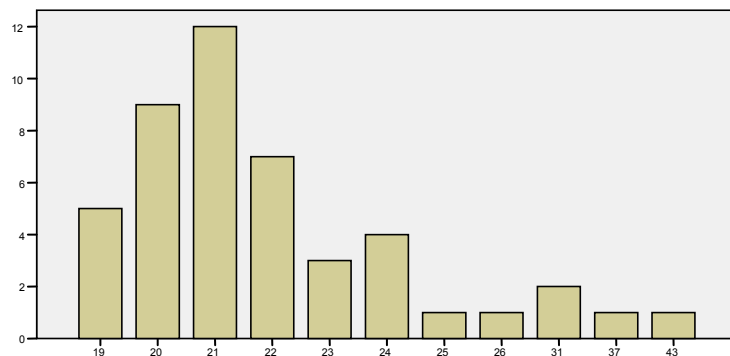
Tabela 4.5: Frekvenčna porazdelitev za družbeni status

	n	%
Študent	39	84,8
Zaposlen	7	15,2
Skupaj	46	100

### Starostna struktura anketirancev

Povprečna starost med anketiranci je bila 21 let, najmlajši je bil star 19 in najstarejši 43 let. (Slika 4.2.)

Slika 4.2.: Starostna struktura anketirancev



V raziskavi je sodelovalo več žensk kot moških, povprečna starost anketirancev je bila 21 let, med njimi je največ študentov.

### Raba interneta

Na vprašanje, kako pogosto uporabljajo internet, je večina – 76,1 % – odgovorila, da internet uporablja vsak dan. 21,7 % jih internet uporablja skoraj vsak dan, nihče pa interneta ne uporablja le enkrat letno in nihče ni odgovoril, da interneta nikoli ne uporablja. Internet uporabljajo največ 1-3 ure na dan (43,5%), nihče izmed anketirancev pa ga ne uporablja več kot 12 ur na dan (Tabela 4.6).

Tabela 4.6: Čas uporabe interneta

	n	%
Vsak dan	35	76,1
Skoraj vsak dan	10	21,7
Nekajkrat mesečno	1	2,2
Manj kot 1 uro	12	26,1
1-3 ure	20	43,5
3-5 ur	9	19,6
5-8 ur	4	8,7
8-12 ur	1	2,2
SKUPAJ	46	100

## Zasvojenost z internetom

Če si pogledamo spodnjo tabelo (tabela 4.7), lahko vidimo, da se večina anketirancev ne počuti preobremenjena z internetom, prav tako niso doživeli neuspešnih, ponavljajočih se poskusov zmanjšanja uporabe interneta; le trije se počutijo depresivno, če zmanjšajo uporabo interneta. Večina anketirancev zaradi prekomerne uporabe interneta ni ogrozila partnerske zveze, ni lagala glede časa, ki ga preživi na internetu, ter ne uporablja interneta za pobeg pred težavami, ki jih ima v »realnem« življenju.

Z izjavo, ali so na spletu dlje, kot je to potrebno, se je strinjalo kar 22 študentov.

Tabela 4.7: Frekvenčna porazdelitev zasvojenosti z internetom

indikatorji, ki merijo internetno zasvojenost	NE	%	DA	%
1. Ali se počutite preobremenjene z internetom?	34	73,9	12	26,1
2. Ali uporabljate internet za zadovoljevanje vaših potreb?	34	73,9	12	26,1
3. Ali imate ponavljajoče se neuspešne poskuse, da bi kontrolirali, nehali uporabljati ali pa vsaj zmanjšali uporabo interneta?	39	86,8	7	15,2
4. Ali se počutite depresivno, slabe volje ali stresno, če skušate zmanjšati uporabo interneta?	43	93,5	3	6,5
5. Ali ste na spletu dlje, kot je to potrebno?	24	52,2	22	47,8
6. Ali ste kdaj zaradi uporabe interneta ogrozili pomembno partnersko zvezo, službo, izobrazbo ali karijerne možnosti?	45	97,8	1	2,2
7. Ali ste glede količine časa, ki ga preživite na internetu, lagali, družini, terapevtom ali komu drugemu?	41	89,1	5	10,9
8. Ali uporabljate internet, da bi pobegnili pred težavami ali če se počutite nemočne, če dobite občutek krivde ali tesnobe?	42	91,3	4	8,7

## Motivi uporabe interneta

Iz raziskave je razvidno, da večina študentov uporablja internet predvsem, da dobi strokovno gradivo ali pa da se hitreje in bolje informira. Malo manj jih internet uporablja, ker v »srfanju« uživa in za navezovanje stikov z drugimi ljudmi. Torej večina študentov internet uporablja predvsem v namen informiranja ter pomoč pri študiranju. (Tabela 4.8)

Tabela 4.8: Frekvenčna analiza namena uporabe interneta

<b>INTERNET UPORABLJAM, DA</b>	sploh ne velja %	deloma ne velja %	ni ne velja ni velja %	deloma velja %	v celoti velja %
dobim strokovno gradivo (podatke, literaturo), ki ga potrebujem	0	2,2	2,2	43,5	52,2
se bolje in hitreje informiram	0	2,2	8,7	43,5	45,7
ker v »srfanju« uživam	6,5	10,9	28,3	34,8	19,6
ohranjam stike z drugimi ljudmi	6,5	6,5	15,2	50	21,7
se vključujem v razprave o stvareh, ki me zanimajo	19,6	17,4	30,4	17,4	15,2
spoznavam nove ljudi	17,4	23,9	21,7	23,9	13
preganjam dolgčas	10,9	4,3	23,9	39,1	21,7

### Osamljenost

Iz ankete lahko vidimo, da se anketiranci večinoma ne počutijo nesrečno, če opravljajo stvari sami; da ima večina anketirancev nekoga za pogovor; da jih večinoma ne moti, če so sami; da se počutijo, da se ujamejo z okolico, ter da jih večina posameznikov razume. Večina anketirancev ne pogreša družbe in nima občutka, da težko spoznava nove prijatelje. (Tabela 4.9)

Tabela 4.9: Frekvenčna porazdelitev za osamljenost

	NIKOLI %	REDKO %	VČASI H %	POGOSTO %
Kako pogosto se počutite nesrečno, ko delate stvari sami?	19,6	45,7	32,6	2,2
Kako pogosto se počutite, da nimate nikogar za pogovor?	43,5	39,1	15,2	2,2
Kako pogosto se počutite, da ne morete tolerirati samote?	50	39,1	6,5	4,3
Kako pogosto se počutite, da vas nihče ne razume?	43,5	37	19,6	0
Kako pogosto čakate, da vas nekdo pokliče oz. vam piše?	23,9	41,3	30,4	4,3
Kako pogosto se počutite, kot da ste popolnoma sami?	63	23,9	10,9	2,2
Kako pogosto se počutite, kot da se ne ujamate z okolico oz. da ne morete komunicirati z osebami okoli vas?	45,7	37	10,9	6,5
Kako pogosto pogrešate oz. »stradate« po družbi?	43,5	41,3	15,2	0
Kako pogosto se počutite, da težko spoznavate nove prijatelje?	52,2	32,6	10,9	4,3
Kako pogosto se počutite izključene iz okolice?	63	26,8	6,5	4,3

### 4.3 UPORABLJENE METODE

S pomočjo SPSS smo analizirali osnove statistike in frekvenčne porazdelitve. Ker nas je zanimalo, kakšna je povezanost med odvisno spremenljivko in neodvisnima spremenljivkama, smo naredili faktorsko analizo. Faktorska analiza nam poskuša poenostaviti kompleksnost povezav med množico opazovanih spremenljivk z razkritjem skupnih faktorjev, ki omogočajo vpogled v osnovno strukturo podatkov. Faktorsko analizo smo naredili, ker želimo odkriti manjše število latentnih spremenljivk, ki jih imenujemo faktorji. Namen faktorjev je pojasniti zvezo med opazovanimi spremenljivkami. Uporabili smo metodo glavnih osi (PAF – Principal Axis Factoring), izhodišče te metode so komunalitete, ki predstavljajo tisti del variance opazovanih spremenljivk, ki je pojasnjen s skupnimi faktorji. Zanimala nas je zanesljivost merjenja, zato smo uporabili Crombachov Alpha, ki je definiran na intervalu (0,1); merski inštrument je zanesljiv, če je njegova vrednost več kot 0,70, kar pomeni, da s ponavljanjem istega pojava v istih okoliščinah dobimo iste rezultate (Ferligoj 1995 v Petrovčič 2008).

## 5 REZULTATI ANALIZE

Spremenljivka zasvojenost je sestavljena iz osmih indikatorjev, ki merijo zasvojenost z internetom; da bi dobili indeks »zasvojenost z internetom«, smo dali Ne v 0 in Da v 1. Iz frekvenčne porazdelitve spremenljivke »zasvojenost z internetom« (Tabela 5.1) lahko vidimo, da je 16 anketirancev, ki predstavljajo 34,8 %, na vsa vprašanja odgovorilo z NE. 12 anketirancev oziroma 26,1 % je le na eno vprašanje odgovorilo z DA, na ostalih 7 pa z NE. 9 anketirancev je na dve vprašanji odgovorilo z DA, na ostalih 6 vprašanj pa z NE. 3 anketiranci so na tri vprašanja odgovorili z DA, na ostalih pet pa z NE. Na štiri vprašanja so štiri anketiranci odgovorili z DA. Le en anketiranec je na pet vprašanj odgovoril za DA, prav tako je le en anketiranec na 6 vprašanj odgovoril za DA. Dr. Kimberly Young pravi, da posameznik kaže znake zasvojenosti, če na vsaj pet zgoraj navedenih vprašanj odgovori pritrdilno. Na podlagi naše ankete bi lahko rekli, da le dva izmed 46 anketirancev kažeta znake zasvojenosti, saj sta le dva posameznika odgovorila na vsaj ali več kot pet vprašanj pritrdilno.

Tabela 5.1: Frekvenčna razporeditev spremenljivke »zasvojenost z internetom«

Anketiranci so odgovorili	frekvence	%
na vsa vprašanja z NE	16	34,8
na eno vprašanje z DA	12	26,1
na dve vprašanji z DA	9	19,6
na tri vprašanja z DA	3	6,5
na štiri vprašanja z DA	4	8,7
na pet vprašanj z DA	1	2,2
na več kot šest vprašanj z DA	1	2,2
SKUPAJ	46	100

Pri odvisni spremenljivki »zasvojenost« gre za zelo asimetrično porazdelitev in je posledično potrebno rezultate jemati z določeno mero previdnosti.

### **Motivi uporabe interneta**

Spremenljivko »motivi uporabe interneta« sestavlja sedem indikatorjev, ki so merjeni na ordinalni lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni, da se oseba ne strinja z navedeno trditvijo, in 5 pomeni, da se oseba popolnoma strinja z navedeno trditvijo. Če si pogledamo spodnjo tabelo (tabela 5.2), lahko vidimo, da imata najvišje povprečje spremenljivki »Internet uporabljam, da dobim strokovno gradivo, ki ga potrebujem« (4,46) in »Internet uporabljam, da se bolje in hitreje informiram« (4,33), kar pomeni, da večina anketirancev uporablja internet, da se hitreje in bolje informira, ter za strokovno gradivo. Pri ostalih spremenljivkah povprečje ne presega 4, zato lahko rečemo, da anketiranci za vključevanje v razprave ali za spoznavanje novih prijateljev malo uporabljajo internet.

Tabela 5.2: Povprečne vrednosti in faktorske uteži za spremenljivko motivi uporabe interneta

Anketno vprašanje	n	min	max	povprečje	stad. Odklon	faktor 1	faktor 2
V11 Internet uporabljam, da dobim strokovno gradivo, ki ga potrebujem	46	1	5	4,46	0,657	-,158	,670
V12 Internet uporabljam, da se bolje in hitreje informiram	46	1	5	4,33	0,732	,327	,650
V13 Internet uporabljam, ker v "srfanju" uživam	46	1	5	3,5	1,13	,687	,026
V14 Internet uporabljam, da ohranjam stike z drugimi ljudmi	46	1	5	3,74	1,084	,454	,237
V15 Internet uporabljam, da se vključujem v razprave o stvareh, ki me zanimajo	46	1	5	2,91	1,33	,793	,086
V16 Internet uporabljam, da spoznavam nove ljudi	46	1	5	2,91	1,314	,646	-,243
V17 Internet uporabljam, da preganjam dolgčas	46	1	5	3,57	1,205	,469	-,306

Ker spremenljivka meri stališča študentov, smo naredili faktorsko analizo, metodo glavnih osi. Naredili smo »scree diagram« (priloga B), s pomočjo katerega lahko pojasnimo razpršenost podatkov, torej določimo najprimernejše število komponent. Dobili smo dve novi komponenti, ki sta »informiranje« in »druženje«.

Na osnovi povprečja smo izračunali indeks za novo spremenljivko »informiranje« ((V11+V12)/2). Spremenljivka »informiranje« vsebuje indikatorje, ki opisujejo namen rabe interneta pri študentih; ta namen je predvsem, da dobijo strokovno gradivo ter da se bolje in hitreje informirajo.

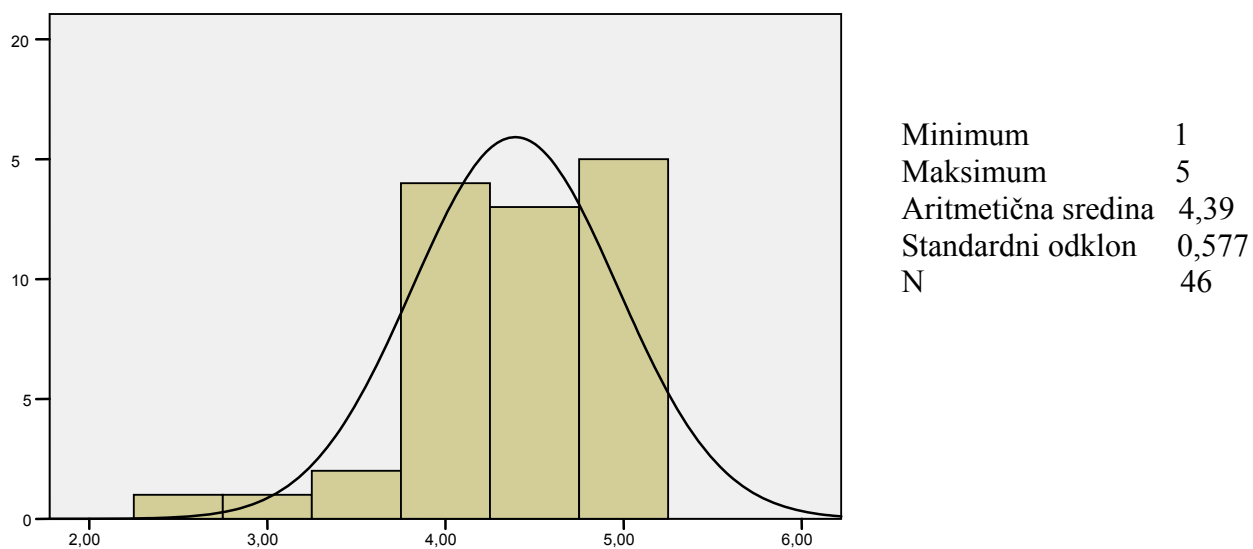
Indikatorji, ki opisujejo novo spremenljivko »informiranje«, so:

- Internet uporabljam, da dobim strokovno gradivo, ki ga potrebujem.
- Internet uporabljam, da se bolje in hitreje informiram.

Zanesljivost nove spremenljivke »informiranje« je slaba, saj je Cronbachov Alpha le 0,545. Spodnja slika (slika 5.1) prikazuje statistiko nove spremenljivke »informiranje«, ki

je porazdeljena rahlo v levo, kar pomeni, da večina študentov uporablja internet, da se bolje in lažje informira.

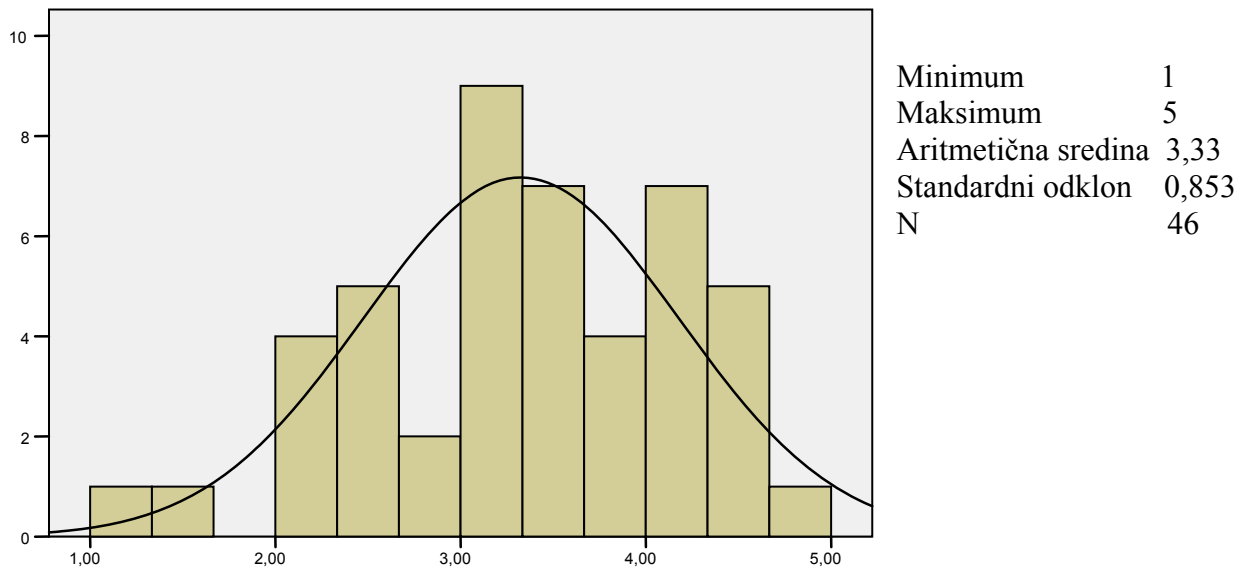
Slika 5.1: Seštevek indikatorjev v novo spremenljivko "informiranje"



Prav tako smo na osnovi povprečja izračunali nov indeks »druženje« ( $(V13+V14+V15+V16+V17)/5$ ). Spodnja slika (slika 5.2) prikazuje osnovne statistike nove spremenljivke »druženje«, ki je porazdeljena v levo, povprečje je 3,33, standardni odklon pa je 0,853. Crombachov Alpha je 0,742, kar pomeni, da je v primeru nove spremenljivke »druženje« zanesljiv merski inštrument.



Slika 5.2: Seštevek indikatorjev v novo spremenljivko »druženje«



### **Psihološko stanje posameznika – osamljenost**

Želeli smo izvedeti, ali se študentje počutijo osamljene. Naredili smo faktorsko analizo, iz katere lahko vidimo, da ima najvišje povprečje 2,17 spremenljivka V18, povprečje nikjer ne presega 4, kar pomeni, da se študentje v večini ne strinjajo z navedenimi izjavami, torej se ne počutijo osamljene.

Tabela 5.3: Povprečne vrednosti in faktorske uteži za spremenljivko »osamljenost«

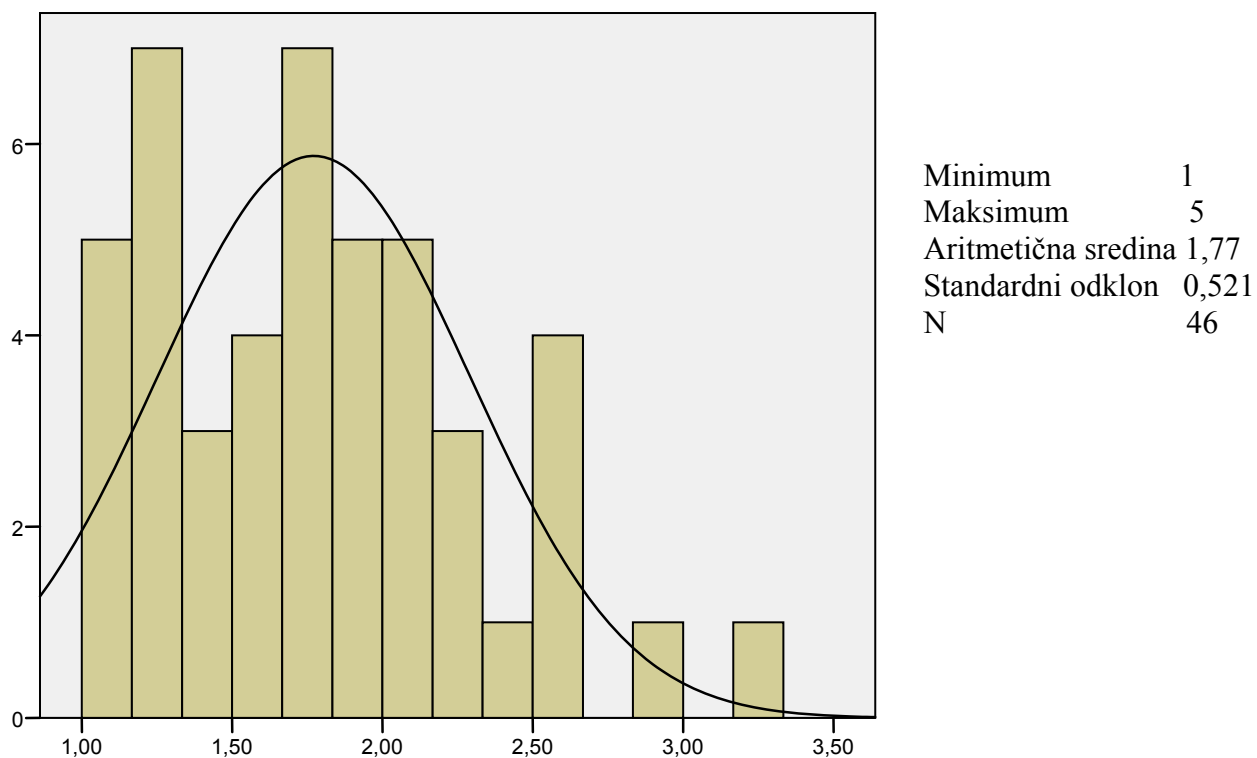
Anketno vprašanje	n	min	max	povprečje	stand.odklon	faktor 1	faktor 2
V18 Kako pogosto se počutite nesrečno, ko delate stvari sami?	46	1	5	2,17	0,769	<b>0,441</b>	-0,167
V19 Kako pogosto se počutite, da nimate nikogar za pogovor?	46	1	5	1,76	0,794	<b>0,675</b>	-0,073
V 20 Kako pogosto se počutite, da ne morete tolerirati samote?	46	1	5	1,65	0,795	<b>0,463</b>	0,081
V21 Kako pogosto se počutite, da vas nihče ne razume?	46	1	5	1,76	0,766	<b>0,57</b>	0,062
V22 Kako pogosto čakate na to, da vas nekdo pokliče ali vam piše?	46	1	5	2,15	0,842	0,498	<b>0,798</b>
V23 Kako pogosto se počutite, kot da ste popolnoma sami?	46	1	5	1,52	0,781	<b>0,771</b>	-0,019
V24 Kako pogosto se počutite, kot da se ne ujamate z okolico oz. da ne morete komunicirati z osebami okoli vas?	46	1	5	1,78	0,892	<b>0,796</b>	-0,371
V25 Kako pogosto pogrešate oz. "stradate" po družbi?	46	1	5	1,72	0,72	<b>0,667</b>	-0,133
V26 Kako pogosto se počutite, da težko spoznavate nove prijatelje?	46	1	5	1,67	0,845	<b>0,526</b>	0,15
V27 Kako pogosto se počutite izključene iz okolice?	46	1	5	1,52	0,809	<b>0,657</b>	-0,043

Zanimalo nas je, ali indikator meri eno samo dimenzijo spremenljivke. Iz zgornje tabele lahko vidimo, da smo dobili dve dimenziji te spremenljivke, vendar je na drugem faktorju močna le ena utež pri spremenljivki (V22 »Kako pogosto čakate na to, da vas nekdo poklice ali vam piše?«), ki pa ima močno utež tudi na prvem faktorju (0,498), saj je večja od 0,4. Tako lahko rečemo, da smo dobili eno dimenzijo te spremenljivke. Crombachov Alpha je 0,847, kar pomeni, da smo dobili zanesljiv merski inštrument.

Tako lahko na osnovi povprečja izračunamo indeks »osamljenost«  
 $((V18+V19+V20+V21+V22+V23+V24+V25+V26+V27)/10)$ .

Spodnja slika (slika 5.3) prikazuje osnovne značilnosti sestavljene spremenljivke, ki je porazdeljena asimetrično v desno, kar pomeni, da se večina študentov ne počuti, kot navaja trditev – torej se ne počuti osamljene.

Slika 5.3: Seštevek indikatorjev v novo spremenljivko »osamljenost«



## 5.1 PREVERJANJE MODELA IN HIPOTEZ

Zanimal nas je odnos med odvisno spremenljivko »zasvojenost z internetom« ter neodvisnimi spremenljivkami »informiranje«, »druženje« in »osamljenost«, zato smo naredili regresijsko analizo.

Iz spodnje tabele (Tabela 5.3) lahko preučimo vpliv vsake neodvisne spremenljivke na odvisno spremenljivko. S pomočjo t-statistike in stopnje značilnosti lahko vidimo, da nobena od neodvisnih spremenljivk ne vpliva na odvisno spremenljivko, saj je stopnja značilnosti v vseh primerih večja od 0,05. Smer in moč povezanosti posamezne spremenljivke nam pove standardizirani koeficient  $\beta$ .

Popravljen  $R^2$  nam pove, kako dobro smo uspeli pojasniti odvisno spremenljivko z linearnim vplivom vseh neodvisnih spremenljivk (Koprivnik in drugi 2006). V našem

primeru je  $R^2_{POP} = 6,7\%$ , kar predstavlja delež variiranja odvisne spremenljivke, ki je pojasnjen z neodvisnimi spremenljivkami,

Tabela 5.4: Regresijska analiza vpliva neodvisnih spremenljivk na odvisno

REGRESIJSKA ANALIZA OB ODVISNI SPREMENLJIVKI "ZASVOJENOST"			
Spremenljivke	Standardiziran regresijski koeficient $\beta$	t-statistika	stopnja značilnosti
Konstanta		1,026	0,311
Druženje	-0,039	-0,249	0,805
Informiranje	-0,038	-0,245	0,808
Osamljenost	-0,026	-0,168	0,867
R= ,061    R <sup>2</sup> = ,004		R <sup>2</sup> POV= -,067	
		F=,052	

Zanimalo nas je, ali obstaja vpliv neodvisnih spremenljivk »druženje«, »informiranje« in »osamljenost« na odvisno spremenljivko »zasvojenost z internetom«. Na podlagi zgornje tabele lahko trdimo, da neodvisne spremenljivke ne vplivajo na odvisno spremenljivko, saj je stopnja značilnosti povsod večja od 0,05. Na podlagi stopnje značilnosti lahko ovržemo obe hipotezi, ki pravita, da na internetno zasvojenost vplivata psihološko stanje posameznika ter motivi uporabe interneta.

## 6 INTERPRETACIJA RAZULTATOV ANALIZE TER ZAKLJUČEK

Skozi diplomsko nalogo smo odgovorili na v uvodu zastavljeno vprašanje, ali psihološke težave posameznika, kot je občutek osamljenosti, ter motivi uporabe interneta vplivajo na zasvojenost z internetom. Ker kot večina študentov tudi mi vsakodnevno po več ur uporabljamo internet, nas je zanimalo, kaj povzroča zasvojenost z njim. Zato smo naredili raziskavo med 46 študenti prvega letnika Fakultete za družbene vede. Raziskava je vsebovala nekaj demografskih vprašanj, kot sta na primer spol in starost anketirancev. Zasvojenost z internetom smo merili z lestvico zasvojenosti z internetom, ki jo je razvila Young, osamljenost pa smo merili po UCLA lestvici za osamljenost.

V raziskavi je sodelovalo več žensk (56,5 %) kot moških (43,5 %). Večina (76,1 %) študentov uporablja internet vsak dan, in sicer od 1 do 3 ure (43,5 %). Povprečna starost anketirancev je 21 let, najmlajši je star 19 in najstarejši 43 let. Do takšnih starostnih razlik je prišlo, ker smo raziskavo naredili med študenti izrednega študija. Da bi lahko preverjali hipoteze, smo se najprej posvetili vprašanju, ali med študenti obstaja zasvojenost z internetom, zato smo po Young uporabili indikatorje za merjenje internetne zasvojenosti. Lestvica vsebuje osem indikatorjev. Da smo dobili indeks »zasvojenost z internetom«, smo dali odgovore Ne v 0 in odgovore Da v 1. Po frekvenčni porazdelitvi »zasvojenosti z internetom« lahko vidimo, da med študenti, ki so bili zajeti v raziskavo, ne obstaja problem zasvojenosti z internetom, saj sta le dva študenta pritrdilno odgovorila na pet ali več vprašanj, kar 34,8 % pa jih je na vsa vprašanja odgovorilo z Ne. Večina anketirancev se ne počuti preobremenjene z internetom (73,3 %), prav tako interneta ne uporabljajo za zadovoljevanje potreb (73,3 %), kar 93,5 % anketirancev se ne počuti stresno, slabe volje ali depresivno, če zmanjšajo uporabo interneta, 47,8 % jih meni, da so na internetu dlje kot je to potrebno, 89,1 % vprašanih se nikoli ni lagalo glede uporabe interneta, 91,3 % pa jih ne uporablja interneta kot sredstvo za pobeg pred težavami, ki jih imajo v »realnem« življenju.

Glede na to, da večina študentov uporablja internet vsak dan, nas je zanimalo, s kakšnim namenom ga uporabljajo: kot sredstvo za spoznavanje novih ljudi; za ohranitev stikov z drugimi; da se vključujejo v razprave; da ohranjajo stare socialne vezi ali da ustvarjajo nove; torej za tako imenovane ritualne oblike delovanja (Oblak 2002); ali internet

uporabljajo kot pripomoček pri učenju, torej da se bolje in hitreje informirajo ali da dobijo strokovno gradivo, ki ga potrebujejo, torej za instrumentalne oblike delovanja (Oblak 2002). Večina v raziskavo zajetih študentov uporablja internet, da dobi strokovno gradivo (52,2 %) ter da se bolje in hitreje informira (45,7 %). Deloma se tudi strinjajo, da internet uporabljajo, ker v »srfanju« uživajo (34,8 %). 21,7 % jih internet uporablja za ohranjanje stikov, 23,9 % z namenom spoznavanja novih prijateljev in 39,1 zaradi dolgčasa. Torej lahko rečemo, da študentje, ki so sodelovali v raziskavi, uporabljajo internet predvsem za instrumentalne oblike delovanja. Poleg motivov uporabe interneta nas je zanimalo tudi, če anketiranci trpijo za kakšno psihološko težavo, kot je občutek osamljenosti, zato smo uporabili ULCA lestvico za merjenje osamljenosti. Iz frekvenčne porazdelitve lahko vidimo, da večina študentov nima težav z osamljenostjo, saj se le redko počutijo nesrečne (45,7 %); 50 % vprašanih se ne »boji« samote; 43,5 % študentov ima okoli sebe ljudi, ki jih razumejo, ter kar 63 % anketirancev imajo nekoga, na koga se lahko obrnejo, zato se ne počutijo, kot da so sami. Le 6,5 % študentov se ne ujame z okolico in s težavo komunicira z osebami okoli njih, prav tako le 4,3 % vprašanih le s težavo spoznava nove prijatelje. Iz frekvenčnih porazdelitev za indikatorje, ki merijo zasvojenost z internetom, motive uporabe interneta ter osamljenost, lahko vidimo, da študentje ne kažejo znakov zasvojenosti z internetom, prav tako se ne počutijo osamljene kljub vsakodnevni uporabi interneta, saj ga uporabljajo predvsem z namenom informiranja.

Za preverjanje hipotez smo naredili faktorsko analizo, in sicer metodo glavnih osi, tako smo za spremenljivko »motivi uporabe interneta« s pomočjo izračunanega povprečja na faktorjih dobili dve novi spremenljivki, in sicer »informiranje« ter »druženje«. Pri spremenljivki »informiranje« je Crombachov Alpha 0,545, kar pomeni, da je zanesljivost te spremenljivke slaba, medtem ko je Crombachov Alpha za spremenljivko »druženje« 0,742, v tem primeru imamo torej zanesljiv merski inštrument. Prav tako smo naredili faktorsko analizo za indikatorje, ki merijo osamljenost študentov, in dobili novo spremenljivko »osamljenost«; test zanesljivosti pri tej spremenljivki je pokazal, da imamo zadovoljiv merski inštrument (Crombachov Alpha je 0,847).

Na osnovi statističnih značilnosti v modelih ter vrednosti ocen parametrov lahko zavržemo obe hipotezi. Vpliv namena uporabe interneta ter osamljenosti na zasvojenost z internetom

je namreč zelo šibak in ni statistično značilen. Torej lahko rečemo, da osamljenost in motivi rabe interneta ne vplivajo na internetno zasvojenost.

Vendar pa je treba rezultate raziskave vzeti z določeno mero previdnosti, saj smo indikatorje za merjenje internetne zasvojenosti povzeli po vprašalniku, ki ga je Young razvila leta 1996. Upoštevati moramo namreč časovno razliko, saj se je informacijska družba od obdobja 1996 do 2010 zelo razvila in napredovala (RIS 2009). Povečano uporabo interneta bi lahko pripisali drugačnemu načinu življenja, saj bi lahko rekli, da internet na nek način »briše« časovne in geografske meje.

V zaključku diplomske naloge bi se na nek način lahko strinjali z Groholom, ki pravi, da je internet le del sodobne družbe, posamezniki ga uporabljajo vsak dan za različne namene, kot so komuniciranje, sodelovanje v raznih podpornih skupinah in informiranje. Kot je pokazala naša raziskava na študentih, vsakodnevna uporaba interneta še ne pomeni, da bo imel posameznik motnje v »resničnem« življenju oziroma da bo zasvojen z internetom. Seveda pa ne bomo rekli, da internetna zasvojenost ne obstaja; prekomerna in nekontrolirana raba interneta lahko povzročita resne težave v posameznikovem »resničnem« življenju. Vendar je treba pri zasvojenosti z internetom upoštevati veliko različnih dejavnikov, na primer, ali je posameznik študent, ali ima kakšno duševno bolezen, ali na internetu išče oporo, da bi mu pomagala rešiti probleme v »realnem« življenju. Zasvojenost z internetom lahko povzroči resne težave v vsakodnevem življenju posameznika, saj kot vsaka druga zasvojenost vpliva na vsa področja posameznikovega delovanja, tako na akademsko, družbeno kot poklicno sfero.

## 7 LITERATURA

Block, Jerald J. 2008. Issues for DSM-V: Internet Addiction. *Am J Psychiatry* 165 (3):306-307. Dostopno prek: <http://ajp.psychiatryonline.org/cgi/content/full/165/3/306> (12. maj 2010).

Byun, Sookeun, Celestino Ruffini, Juline E. Mills, Alecia C. Douglas, Mamadou Niang, Svetlana Stepchenkova, Seul Ki Lee, Jihad Loutfi, Joung-Kook Lee, Mikhail Atallah, Marina Blanton. 2009. Internet Addiction: Metasynthesis of 1996–2006 Quantitative Research. *CyberPsychology&Behavior* 12(2):203.207.

Caplan, Scott E. 2003. *Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet use and Psychosocial Well-Being*. Dostopno prek: [http://test.informatics.iupui.edu/\\_assets/docs/hci/Thesis\\_content\\_example2.pdf](http://test.informatics.iupui.edu/_assets/docs/hci/Thesis_content_example2.pdf) (15. februar 2008).

Center for Internet Addiction Recovery . 2008. *What is Internet addiction*. Dostopno prek: <http://www.healthyplace.com/addictions/center-for-internet-addiction-recovery/what-is-internet-addiction/menu-id-1105/> (23. marec 2009).

Cerar, Maja. 2006a. Primerjava socialnih interakcij in komunikacijskih praks mladostnikov v virtualnem in realnem okolju. *Socialna pedagogika* 11(1): 38-60.

--- 2006b. *Internet – Virtualno shajališče mladih: primerjave socialnih interakcij v realnem in virtualnem okolju*. Diplomsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Chandler, Dainel. 2000. *Technological or Media Determinism*. Dostopno prek: <http://www.aber.ac.uk/media/Documents/tecdet/tdet03.html> ( 24. maj 2010).



Chih Ko, Ju Yu Yen, Cheng-Sheng Chen, Cheng-Chung Chen in Chen-Fang Yen. 2008. Psychiatric Comorbidity of Internet Addiction in College Students: An Interview Study. *CNS spectrums* 13(2):147-53.

Conner, Michael G. 2008. *Internet Addiction and Internet Sex*.

Dostopno prek: <http://www.crisiscounseling.com/articles/internetaddiction.htm> (25. februar 2010).

DeAngelis, Tori. 2000. Is Internet addiction real?. *Monitor on Psychology* 31 (4): 1-5.

Goldberg, Ivan. 1997. *Just click on*. Dostopno prek: <http://www.psycom.net/iadcriteria.html> (3. februar 2009).

Greenfield, David. 1999. *Virtual addiction: Sometimes New Technology Can Create New Problems*. Dostopno prek: [http://www.virtual-addiction.com/pdf/nature\\_internet\\_addiction.pdf](http://www.virtual-addiction.com/pdf/nature_internet_addiction.pdf) (22. april 2009).

--- 2000. *The Net Effect: Internet Addiction and Compulsive Internet Use*.

Dostopno prek: [http://www.virtual-addiction.com/pages/a\\_neteffect.htm](http://www.virtual-addiction.com/pages/a_neteffect.htm) (23. december 2008).

Griffiths, Mark. 1998. *Does Internet and Computer "Addiction" Exist?: Some Case Study Evidence*. Dostopno prek: <http://faculty.mwsu.edu/psychology/dave.carlston/Writing%20in%20Psychology/Internet/4/i12.pdf> (November 2008).

Grohol, John. 1999. *Internet Addiction guide*. Dostopno prek: <http://psychcentral.com/netaddiction/> (22. marec 2009).

--- 2005. *More Spin in "Internet Addiction Disorder"*. Dostopno prek: <http://psychcentral.com/blog/archives/2005/04/16/internet-addiction-disorder/> (12. januar 2009).

Hamburger, Amaichai Y. in Ben-Artzi, E. 2003. Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior* 19 (1): 71-80.

Yellowlees, Peter, M. in Shayna Marks. 2005. Problematic Internet use or Internet addiction?. *Computers in Human Behavior* 23 (3):1447-145.

Klen, Maja. 2008. *Zasvojenost z internetom*. Diplomsko delo, Ljubljana:Fakulteta za družbene vede.

King, Storm. 1996. *Is Internet addictive, or Are Addicts Using the Internet?*.

Dostopno prek: <http://webpages.charter.net/stormking/iad.html> (2. februar 2009).

Morahan-Martin, Janet in Phyllis Schumacher. 2000. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers and Human Behavior* 16(1): 13-29.

--- 2003. Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior* 19 (6):659-671.

Morahan-Martin, Janet. 2005. Internet Abuse: Addiction? Disorder? Symptom? Alternative Explanations?. *Social Science Computer Review* 23 (1): 39 - 48.

Murat, Iskender in Akin Ahmet. 2010. Social self-efficacy, academic locus of control and internet addiction. *Computers & Education* 54 (4):1101-1106.

Oblak, Tanja. 2002. *Internet kot nov dejavnik družbenega razlikovanja?*. Dostopno prek: <http://dk.fdv.uni-lj.si/dr/dr40Oblak.PDF> (12. december 2008).

Papacharissi, Zizi in Alan M. Rubin. 2000. Predictors of Internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 44 (2): 175-196. Dostopno prek: [http://findarticles.com/p/articles/mi\\_m6836/is\\_2\\_44/ai\\_n25029542](http://findarticles.com/p/articles/mi_m6836/is_2_44/ai_n25029542) ( 2. januar 2009).

Petrovčič, Andraž. 2005. *Deliberativnost komuniciranja v spletnih forumih*. Diplomaska naloga. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

RIS .(2009). Raba interneta v Sloveniji. Dostopno na: <http://www.ris.org/>. (7. avgust 2009)

Rozman, Sanja. 1997. *Nekemične odvisnosti: Odvisnost od odnosov in odvisnost od hrane*. Dostopno prek: <http://www.kdm.si/> (22. marec 2009).

---2007. *Peklenska gugalnica*. Ljubljana: Vale Novak

Safe.2009. *Zasvojenost z internetom je vse pogostejša*. Dostopno prek: [http://www.safe.si/db/6/1870/Novice/Zasvojenost\\_z\\_internetom\\_je\\_vse\\_pogostejša/](http://www.safe.si/db/6/1870/Novice/Zasvojenost_z_internetom_je_vse_pogostejša/) (23. september 2010)

Shapira, Nathan A., Mary C. Lessing, Toby D. Goldsmith, Steven T. Szabo, Martin Lazoritz, Mark S. Gold in Dan J. Stein. 2003. Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety* 17 (4):207-216. Dostopno prek: [http://vitorazevedo.com/blogfiles/PROBLEMATIC\\_INTERNET\\_USE.pdf](http://vitorazevedo.com/blogfiles/PROBLEMATIC_INTERNET_USE.pdf) (juni 2010).

Skalar, Maja. 1985. *Samovrednotenje in učna uspešnost*. Magistrska naloga. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Suler, John. 1999. Healthy and pathological Internet use. *Cyberpsychology and Behavior* 2: 385-394. Dostopno prek: <http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/getneed.html> (2. december 2008).

--- 2004. Computer and Cyberspace Addiction.. *International Journal od Applied Psychoanalytic Studes* 1: 395-362. Dostopno prek: <http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/cybaddict.html> ( 2. december 2008).

Storm, King A. 1996. *Is Internet Addictive, or Are Addicts Using the Internet?*. Dostopno prek: <http://webpages.charter.net/stormking/iad.html> (2. februar 2009).

Young, Kimberly. 1996. *Cought in the Net-How to Recognize the Signs of Internet Addiction-and a Winning Strategy for Recovery*. New York: John Wiley & Sons

--- 1997. *What Makes the Internet Addictive: Potential Explanations for Pathological Internet use*. Dostopno prek: <http://www.netaddiction.com/articles/habitforming.htm> (3. februar 2008).

--- 1999. Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment. Dostopno prek: <http://www.netaddiction.com/articles/symptoms.pdf> (3. februar, 2009).

--- 2004. Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientists* 48(4): 402-415.

Young, Kimberly in Robert C. Rodgers.1998. The relationship between depression and Internet addiction. *CyberPsychology and Behavior* 1(1):25-28.

Wallis, David. 1997. *Just Click No*.Dostopno prek: <http://www.psycom.net/iasg.html> (avgust 2010).

## **PRILOGA A: ANKETNI VPRAŠALNIK: ZASVOJENOST Z INTERNETOM**

### RAZISKAVA O ZASVOJENOSTI Z INTERNETOM

Pozdravljeni!

Moje ime je Laura Brezavšček in vas prosim, da odgovorite na spodnja anketna vprašanja, kar bi mi zelo pomagalo pri izdelavi diplomske naloge z naslovom *Zasvojenost z internetom*.

Za vaš čas in vaše informacije se vam že vnaprej zahvaljujem, zagotavljam pa vam varovanje tajnosti in zasebnosti vaših odgovorov.

 Na začetku bi vam rada zastavila nekaj vprašanj o internetu. 

1 .Kako pogosto uporabljate internet? ( prosim obkrožite trditev, ki velja za vas)

- a) vsak dan
- b) skoraj vsak dan
- c) nekajkrat tedensko
- d) nekajkrat mesečno
- d) nekajkrat letno
- e) nikoli

2. Koliko ur na dan v povprečju preživite na internetu (izven delovnega časa ali časa ki je namenjen izobraževanju)?

- a)manj kot 1 uro
- b) 1-3 ure
- c) 3-5 ur
- d) 5-8 ur
- e) 8-12 ur
- f) Več kot 12 ur

Prosim, da preberete spodnja vprašanja, ter obkrožite trditev, ki velja za vas.

	DA	NE
3. Ali se počutite preobremenjene z internetom ?	1	2
4. Ali uporabljate internet preveč časa za zadovoljevanje vaših potreb?	1	2
5. Ali imate ponavljajoče neuspešne poskuse, da bi kontrolirali, nehali uporabljati ali pa vsaj zmanjšali uporabo interneta?	1	2
6. Ali se počutite depresivno, slabe volje ali stresno, če skušate zmanjšati uporabo interneta?	1	2
7. Ali ste na spletu dlje kot je to potrebno?	1	2
8. Ali ste kdaj zaradi uporabe interneta ogrozili izgubo pomembne partnerske zveze, službe, izobrazbe ali karijerne možnosti ?	1	2
9. Ali ste glede količine časa, ki ga preživite na internetu, lagali družini, terapevtom ali komu drugemu?	1	2
10. Ali uporabljate internet, da bi pobegnili pred težavami, ali če se počutite nemočne, če dobite občutek krivde ali tesnobe?	1	2

❧ Vprašanja od 11. do 16. se nanašajo na namen uporabe interneta. ❧

Prosim, da obkrožite trditev, ki velja za vas ( pri čemer 1 pomeni, da trditev sploh ne velja za vas, in 5 pomeni da trditev v celoti velja za vas)

INTERNET UPORABLJAM,, DA	sploh ne velja	deloma velja	niti ne velja niti velja	deloma velja	v celoti velja
11. dobim strokovno gradivo (podatke, literaturo), ki ga potrebujem	1	2	3	4	5
12. se bolje in hitreje informiram	1	2	3	4	5
13. ker v »srfanju« uživam	1	2	3	4	5
14. ohranjam stike z drugimi ljudmi	1	2	3	4	5
15. se vključujem v razprave o stvareh ki me zanimajo	1	2	3	4	5
16. spoznavam nove ljudi	1	2	3	4	5
17 .da preganjam dolgčas	1	2	3	4	5

❧ Vprašanja od 18. do 26. merijo osamljenost posameznikov. ❧

Prosim da obkrožite trditev, ki velja za vas ( pri čemer 1 pomeni, da se nikoli ne počutite tako, kot navaja trditev, medtem ko 4 pomeni, da se pogosto počutite tako, kot navaja trditev)

KAKO POGOSTO...	NIKO LI	REDKO	VČASIH	POGOSTO
19. se počutite nesrečno, ko delate stvari sami?	1	2	3	4
20. se počutite, da nimate nikogar za pogovor ?	1	2	3	4
21. se počutite ,da ne morete tolerirati samote?	1	2	3	4
22. se počutite, da vas nihče ne razume?	1	2	3	4
23. čakate na to da vas nekdo pokliče oz. vam piše?	1	2	3	4
24. se počutite kot ,da ste popolnoma sami?	1	2	3	4
25. se počutite, kot da se ne ujamete z okolico oz. da ne morete komunicirati z osebami okoli vas?	1	2	3	4
26. pogrešate oz. »stradate« po družbi?	1	2	3	4
27. se počutite,da težko spoznavate nove prijatelje?	1	2	3	4
28. se počutite, izključene iz okolice okoli sebe?	1	2	3	4

❧ Za konec le še nekaj splošnih demografskih vprašanj. ❧

27. Kakšen je vaš spol?

- a) moški
- b) ženska

28 .Kakšen je vaš dosedanji status?

- a) zaposlen
- b) samozaposlen
- c) kmetovalec
- d) otrok, učenec, dijak, študent
- e) upokojenec
- f) gospodinja
- g) brezposeln
- h) nezmožen za delo zaradi invalidnosti, bolezni

29. Prosim, da na spodnjo črto napišete vašo starost.

-----

❧ Hvala za sodelovanje ❧

## PRILOGA B: Fakorska naliza

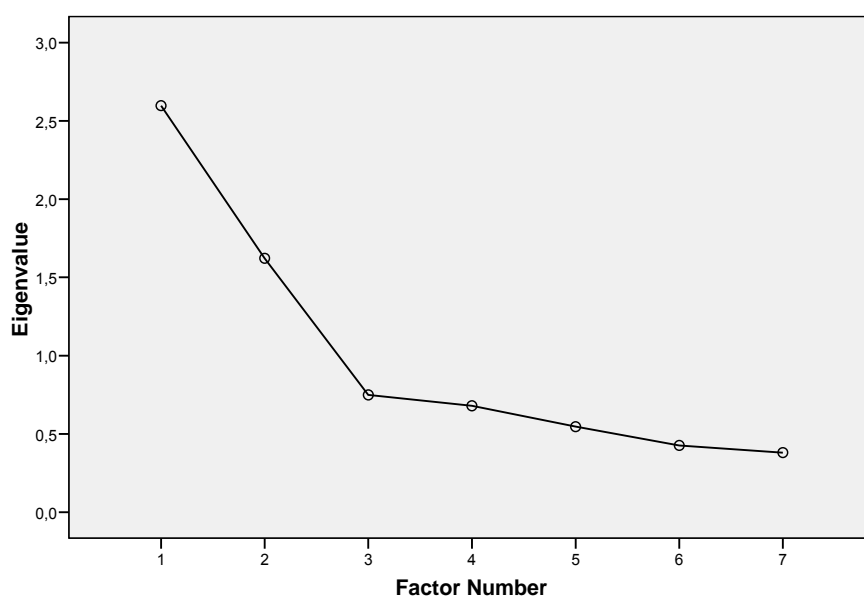
### *Motivi uporabe interneta- vsi indikatorji*

#### Pojasnjena varianca

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	2,597	37,105	37,105	2,078	29,689	29,689
2	1,622	23,170	60,275	1,087	15,533	45,222
3	,749	10,698	70,973			
4	,679	9,703	80,676			
5	,546	7,801	88,477			
6	,426	6,090	94,568			
7	,380	5,432	100,000			

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Scree Plot





## Matrika uteži

	Factor	
	1	2
Internet uporabljam, da dobim strokovno gradivo, ki ga potrebujem	-,158	,670
Internet uporabljam, da se bolje in hitreje informiram	,327	,650
Internet uporabljam, ker v "srfanju" uživam	,687	,026
Internet uporabljam, da ohranjam stike z drugimi ljudmi	,454	,237
Internet uporabljam, da se vključujem v razprave o stvareh, ki me zanimajo	,793	,086
Internet uporabljam, da spoznavam nove ljudi	,646	-,243
Internet uporabljam, da preganjam dolgčas	,469	-,306

Extraction Method: Principal Axis Factoring.  
a 2 factors extracted. 10 iterations required.

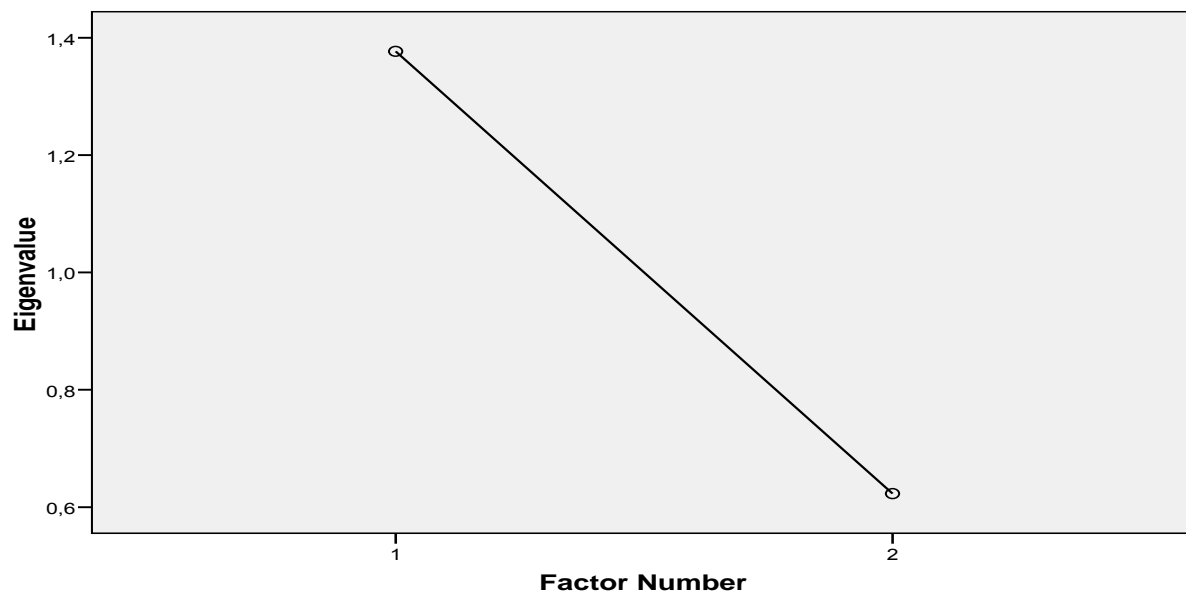
## MOTIVI UPORABE INTERNETA- INFORMIRANJE

### Pojasnjena varianca

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	1,377	68,841	68,841	,752	37,591	37,591
2	,623	31,159	100,000			

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

**Scree Plot**



**Matrika uteži**

	Factor
	1
Internet uporabljam, da se bolje in hitreje informiram	,613
Internet uporabljam, da dobim strokovno gradivo, ki ga potrebujem	,613

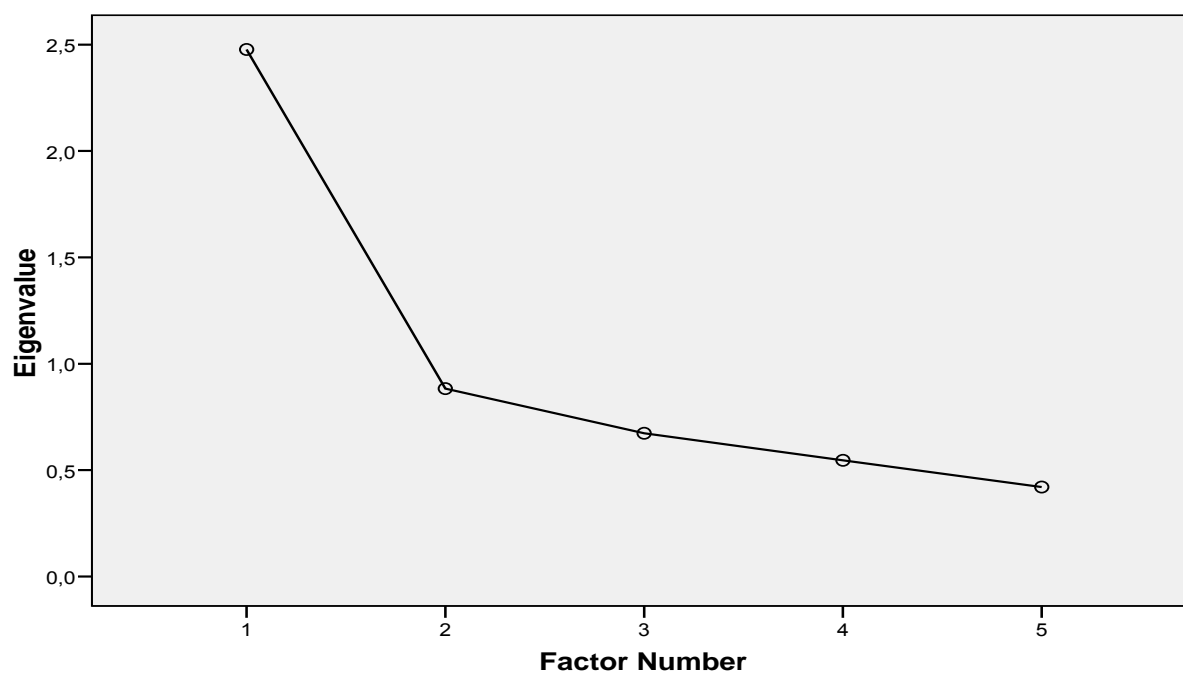
## MOTIVI UPORABE INTERNETA- DRUŽENJE

### Pojasnjena varianca

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	2,477	49,549	49,549	1,915	38,290	38,290
2	,883	17,661	67,210			
3	,673	13,469	80,678			
4	,546	10,918	91,596			
5	,420	8,404	100,000			

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

**Scree Plot**



## Faktorska analiza

	Factor
	1
Internet uporabljam, ker v "srfanju" uživam	,669
Internet uporabljam, da ohranjam stike z drugimi ljudmi	,437
Internet uporabljam, da se vključujem v razprave o stvareh, ki me zanimajo	,785
Internet uporabljam, da spoznavam nove ljudi	,664
Internet uporablja, da preganjam dolgčas	,468

Extraction Method: Principal Axis Factoring.  
a 1 factors extracted. 8 iterations required.

## OSAMLJENOST

### Pojasnjena varianca- vsi faktorji

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	4,319	43,185	43,185	3,818	38,180	38,180
2	1,115	11,150	54,335	,861	8,607	46,787
3	,947	9,470	63,805			
4	,923	9,226	73,031			
5	,751	7,507	80,538			
6	,624	6,242	86,780			
7	,474	4,741	91,521			
8	,391	3,909	95,430			
9	,277	2,765	98,195			
10	,180	1,805	100,000			

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

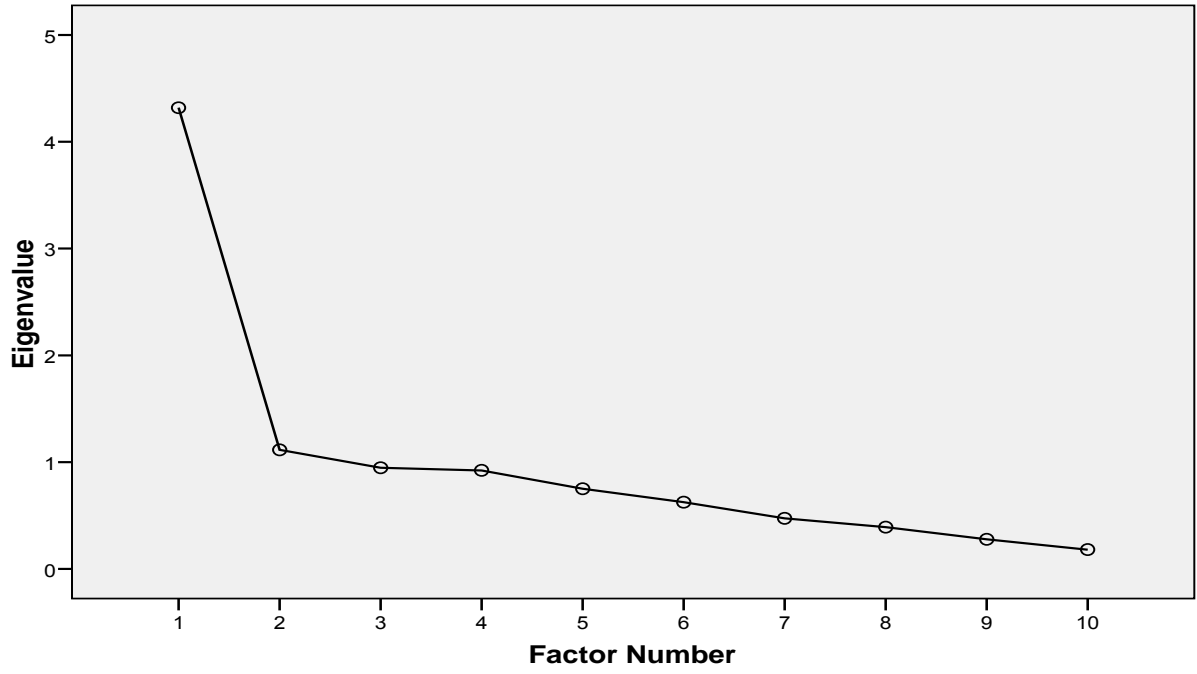
## Matrika uteži

	Factor	
	1	2
Kako pogosto se počutite, nesrečno ko delate stvari sami?	,441	-,167
Kako pogosto, se počutite da nimate nobenega za pogovor?	,675	-,073
Kako pogosto se počutite da ne morete toreirati biti sami?	,463	,081
Kako pogosto se počutite, da vas nihče ne razume?	,570	,062
Kako pogosto čakate na to da vas nekdo poklice ali vam piše?	,498	,798
Kako pogosto se počutite, kot da ste popolnoma sami?	,771	-,019
Kako pogosto se počutite, kot da se ne ujamete z okolico oz. da ne morete komunicirati z osebami okoli vas?	,796	-,371
Kako pogosto pogršate oz. "stradate" po družbi?	,667	-,133
Kako pogosto se počutite, da težko spoznavate nove prijatelje?	,526	,150
Kako pogosto se počutite, izključeni iz okolice okoli sebe?	,657	-,043

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

a Attempted to extract 2 factors. More than 25 iterations required. (Convergence=,009). Extraction was terminated.

**Scree Plot**



## PRILOGA C: REGRESIJA

### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,061(a)	,004	-,067	1,46230

a Predictors: (Constant), novoo, novad, noval

### ANOVA(b)

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	,335	3	,112	,052	,984(a)
	Residual	89,809	42	2,138		
	Total	90,144	45			

a Predictors: (Constant), novoo, novad, noval

b Dependent Variable: ZASVOJENOST

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	5% Confidence Interval for	
		B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound
1	(Constant)	2,111	2,057		1,026	,311	-2,040	6,262
	novad	-,064	,258	-,039	-,249	,805	-,584	,456
	noval	-,094	,383	-,038	-,245	,808	-,867	,680
	novoo	-,072	,426	-,026	-,168	,867	-,932	,788

a. Dependent Variable: ZASVOJENOST

### Coefficient Correlations(a)

Model			Nova odvisnost	Nova druženje	Nova informiranj
1	Correlations	Novo odvisnost	1,000	-,113	,154
		novadr uženje	-,113	1,000	-,068
		Nova info	,154	-,068	1,000
	Covariances	Nova odv.	,182	-,012	,025
		Nova družen	-,012	,066	-,007
		Nova inf	,025	-,007	,147

a Dependent Variable: ZASVOJENOST