

Raport z projektu badawczego
„Znaczenie impulsywności oraz wczesnych
nieadaptacyjnych schematów jako czynników ryzyka
uzależnienia od portali społecznościowych oraz gier
komputerowych. Analiza i porównanie z osobami
uzależnionymi od narkotyków”

Projekt współfinansowany ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych pozostającego w dyspozycji Ministra Zdrowia, w ramach umowy zawartej między Ministrem Zdrowia reprezentowanym przez Dyrektora Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, a Katolickim Uniwersytetem Lubelskim Jana Pawła II, obowiązującej na okres 15.01.2019 – 31.12.2019.

Wprowadzenie

Specyficzne uzależnienie od Internetu

W ciągu ostatnich dekad nastąpił intensywny rozwój Internetu, który przyczynił się z kolei do coraz większych zmian społecznych. Z narzędzia, które służyło przede wszystkim wymianie wiadomości stał się miejscem, do którego przeniesiono wiele czynności, np. zakupy, obsługa kont bankowych, kontakt z urzędami państwowymi, seanse filmowe, itp. Ma to służyć ułatwieniu każdemu człowiekowi dostępu do informacji, możliwości efektywniejszego działania oraz uproszczenia czynności życia codziennego. Jednakże oprócz pozytywnych rezultatów korzystania z Internetu również możemy spotkać się z negatywnymi konsekwencjami jego użytkowania. Najczęściej mamy z tym do czynienia w sytuacji, kiedy Internet lub jego element (np. portale społecznościowe, gry komputerowe), zastępuje interakcje w realnym świecie poza siecią (Cudo, Kopiś, Stróżak, 2016; Young, 2015; Griffiths i in., 2016). Należy w tym miejscu zwrócić uwagę, że w populacji polskiej 2,5% osób, czyli około 750 tysięcy jest zagrożonych uzależnieniem od Internetu (CBOS 2012). Ponadto objawy uzależnienia od Internetu ujawniało 0,3 % badanych, czyli około 100 tysięcy osób, przy czym dzieci i młodzież stanowią około dwie trzecie osób zagrożonych uzależnieniem. (CBOS 2012). Z kolei w grupie mężczyzn w okresie młodszej dorosłości problematyczne używanie Internetu przejawia 6,3% badanych, natomiast w grupie kobiet 4,3% (Cudo, Kopiś, Stróżak, 2016). Z kolei w Chwaszcz, Wiechetek i Przybyłek (2016) wskazują, że problematyczne używanie Internetu dotyczy 8,6% młodych osób.

Zgodnie z wynikami badań Makaruk i Wójcik (2013) osoby, które nałogowo używają Internetu ponad dwa razy częściej grają w gry typu MMORPG (Massively Multi-player Online Role-Playing Games). Autorzy wskazują również na to, że osoby nałogowo korzystające z sieci trzy razy częściej grają w gry on-line z nagrodami pieniężnymi oraz w dwa razy częściej w wieloosobowe gry typu FPS (First-Person Shooter) w porównaniu z osobami korzystającymi z sieci w sposób funkcjonalny. Ponadto zgodnie z wynikami badań przeprowadzonych w Europie wśród młodzieży w wieku 14-17 lat wskazują, że odsetek osób uzależnionych od gier komputerowych w Internecie wynosi w poszczególnych krajach: 1,6%, - Niemcy, 2,5%, - Grecja, 1,8% - Islandia, 1% - Holandia, 1,3%, - Rumunia. 0,6% - Hiszpania 0,6% oraz 2% - Polska. Ponadto wykazano, że w grupie osób w młodszej dorosłości odsetek

osób nałogowo korzystających z gier komputerowych wynosi 3,6% (Cudo i in., 2018). Zaobserwowano również, że pomimo różnych predyktorów nałogowe korzystanie z gier komputerowych powiązane jest z uzależnieniem od Internetu (Cudo i in., 2018).

Zgodnie z danymi CBOS (2014) ponad 92% osób w wieku od 18 do 24 lata jest zarejestrowana na portalach społecznościowych, natomiast w grupie osób wieku od 25 do 34 odsetek ten wynosi 78%. Natomiast zgodnie z danymi CBOS (2017) 94% osób w wieku od 18 do 24 lata jest zarejestrowana w portalach społecznościowych, natomiast w grupie osób wieku od 25 do 34 odsetek ten wynosi 86%. Oznacza to, iż w przeciągu trzech lat zwiększył się odsetek osób korzystających z portali społecznościowych. Należy przy tym zaznaczyć, że wśród młodzieży największą popularnością cieszy się portal społecznościowy – Facebook. W przypadku którego 78,4% młodzieży deklaruje korzystanie z niego (Makaruk, 2013). Ponadto w grupie studentów 93,2% studentek wymieniło Facebook jako jeden z portali społecznościowych, z których korzystają, natomiast do tego samego przyznało się 84% studentów płci męskiej (Cudo, Kopiś, Stróżak 2016). Dlatego też uzależnienie od portali społecznościowych, a w szczególności od Facebooka oraz uzależnienie od gier komputerowych stanowi istotny problem, przed którym stają terapeuci jak również badacze (Lopez-Fernandez i in., 2016; Błachnio, Przepiorka, 2016; Błachnio, Przepiorka, Rowiński, 2014; Griffiths i in., 2014; Kotyśko i in. 2014).

W zakresie kryteriów uzależnienia od portali społecznościowych Kotyśko i współpracownicy (2014) zaproponowali następujące kryteria tego typu uzależnienia w oparciu o klasyfikację DSM-IV-TR: 1) wzrost tolerancji, czyli potrzeba spędzania coraz większej ilości czasu na portalu, aby uzyskać ten sam poziom zadowolenia; 2) symptomy odstawienia, czyli pogorszenie samopoczucia, kiedy dochodzi do zaprzestania korzystania z sieci społecznościowej, w tym: stany lękowe, depresyjne, rozdrażnienie; 3) korzystanie z sieci społecznościowej w większym wymiarze niż to było zakładane; 4) utrata kontroli, czyli niemożność zapanowania nad czasem spędzonym na korzystaniu z portali; porażki doświadczane przy próbach ograniczenia lub zaprzestania użytkowania; 5) podejmowanie działań mających na celu wygospodarowanie większej ilości czasu na korzystanie z portalu, podporządkowanie temu wszystkich aktywności; 6) redukcja lub porzucenie aktywności w sferze społecznej, zawodowej lub rekreacyjnej z powodu korzystania z portali; 7) korzystanie z portali mimo problemów wywołanych przez ich użytkowanie.

Natomiast w odniesieniu do uzależnienia od gier komputerowych według kryteriów DSM-5 znajdujących się w Sekcji III o uzależnieniu od gier on-line możemy mówić wtedy, kiedy występuje pięć z poniższych kryteriów w ciągu 12 ostatnich miesięcy: 1) zaabsorbowanie grami on-line – osoba rozmyśla o grze po jej zakończeniu oraz planuje kolejne sesje grania, przy czym gry internetowe stają się dominującą częścią życia; 2) objawy odstawienia związane niemożnością grania – opisywane jako drażliwość, niepokój, smutek bez żadnych objawów abstynencji farmakologicznej; 3) tolerancja – potrzeba spędzania coraz większej ilości czasu na graniu w gry internetowe; 4) nieudane próby kontrolowania korzystania z gier komputerowych; 5) utrata poprzednich zainteresowań i form spędzania wolnego czasu w wyniku korzystania z gier internetowych; 6) kontynuacja nadmiernego korzystania z gier internetowych, pomimo znajomości problemów psychospołecznych; 7) oszukiwanie członków rodziny, terapeutów i innych osób w zakresie ilości czasu poświęcanego na gry internetowe; 8) korzystanie z gier internetowych, aby uniknąć lub złagodzić negatywny nastrój; 9) zagrożenie lub utrata istotnych relacji, pracy, możliwości kształcenia lub kariery ze względu na udział w grach internetowych (APA, 2013).

Ponadto w klasyfikacji ICD 11 opracowanej przez WHO zaburzenie związane z nałogowym graniem w gry komputerowe charakteryzowane jest jako uporczywy lub powtarzających wzorzec zachowań związanych z graniem w gry, które mogą mieć charakter online lub offline przejawiający się: 1) utratą kontroli nad graniem (np. w zakresie częstotliwości, intensywności, długości grania); 2) przedkładanie grania nad inne ważne życiowo działania oraz codzienne czynności oraz 3) kontynuacją lub eskalacją grania pomimo wystąpienia negatywnych konsekwencji. Ponadto wzorzec zachowania jest wystarczająco dotkliwy, aby spowodować znaczne upośledzenie funkcjonowania w sferze osobistej, rodzinnej, społecznej, edukacyjnej, zawodowej lub innym ważnych obszarze funkcjonowania. Wzorzec zachowań może mieć charakter ciągły lub epizodyczny i powtarzalny.

Brand i współpracownicy (2016) zaproponowali model specyficznego uzależnienia od Internetu, który nazwali Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE). Jest on oparty na poznawczo-behawioralnym modelu patologicznego używania Internetu Davisa (2009) oraz wcześniejszym modelu zaproponowanym przez Brand, Young i Laier (2014). Davis (2009) zaproponował rozróżnienie między uogólnioną formą patologicznego korzystania z Internetu, a formą specyficzną. Pierwsza z nich jest związana z korzystaniem z różnych aplikacji i stron w sieci, a użytkownik nie ma sprecyzowanego celu korzystania z

niej. Natomiast druga z nich powiązana jest ze specyficznym obszarem funkcjonowania w Internecie (m.in. gry, hazard, pornografia, portale społecznościowe itp.). Użytkownik korzysta z sieci w określonym celu, przy czym cel ten może realizować również poza siecią, np. dostęp do pornografii. W tym zakresie uzależnienie od portali społecznościowych, a w szczególności od Facebooka oraz uzależnienia od gier komputerowych wpisująoby się w model specyficznego uzależnienia od Internetu (por. Davis, 2009). W modelu zaproponowanym przez Brand i współpracownicy (2016) wskazują oni, że nałogowe korzystanie z Internetu jest konsekwencją neurobiologicznych i psychologicznych czynników predysponujących, które są między innymi moderowane przez styl radzenia sobie oraz błędy poznawcze. Ponadto zwracają oni (Brand i in., 2016) uwagę, że poznawcze i afektywne sposoby reagowania w sytuacji korzystania z sieci połączone ze zmniejszeniem efektywności w zakresie kontroli poznawczej pełniącymi rolę mediatorów. Zgodnie z modelem osoba korzystająca z danych aplikacji np. portali społecznościowych, czy gier komputerowych w pierwszej kolejności zaczyna odczuwać przyjemność z osiągnięcia określonych celów. Początkowa satysfakcja może prowadzić do coraz częstszego używania aplikacji. Jednakże wraz z rozwojem uzależnienia korzystanie z określonych aplikacji odczuwana gratyfikacja staje się coraz mniej znaczącym czynnikiem ich używania. Natomiast coraz bardziej korzystanie z aplikacji staje się sposobem kompensacji pojawiających się deficytów w funkcjonowaniu jednostki, np. w sferze społecznej lub emocjonalnej. Oprócz tego jednostka w konsekwencji większej wrażliwości na bodźce związane z określoną aplikacją, np. portalem społecznościowym, grą może zwiększać częstotliwość korzystania z sieci. Może być to spowodowane zmniejszeniem się zdolności do hamowania reakcji związanej z używaniem aplikacji i/lub tendencją do impulsywnego podejmowania decyzji. Należy w tym miejscu zaznaczyć, że zgodnie z modelem Branda i współpracowników (2016) impulsywność może mieć istotne znaczenie w mechanizmie specyficznego uzależnienia od Internetu, gdyż nie tylko jest bezpośrednim predyktorem tego typu uzależnienia lecz również może być powiązana pośrednio z redukcją funkcji wykonawczych, tendencjami poznawczymi oraz reakcjami afektywnymi i poznawczymi. Ponadto wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze mogą tworzyć ramę funkcjonowania osoby, która wpływa na określanie celów przez jednostkę oraz poszukiwanie gratyfikacji w aspekcie korzystania z portali społecznościowych i gier komputerowych.

Znaczenie impulsywności oraz wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych

Impulsywność jest konstruktem wielowymiarowym, który można scharakteryzować jako predyspozycję jednostki do szybkich, niezaplanowanych reakcji pojawiających się w odpowiedzi na bodźce zewnętrzne i wewnętrzne bez zwracania uwagi na potencjalne negatywne konsekwencje tych zachowań (Moellera i in. 2001). Może być ona powiązana z jednej strony z nadmierną reakcją emocjonalną na bodźce, z drugiej zaś z zaburzeniami kontroli w zakresie hamowania zachowania (Jakubczyk, Wojnar, 2009a). Ponadto, wykazano związek impulsywności z uzależnieniem od Internetu (Cao i in., 2007) oraz innymi uzależnieniami (Jakubczyk, Wojnar, 2009b; 2009c; Kałwa, 2013). Impulsywność połączona jest również z zaburzeniami w zakresie elastyczności poznawczej m.in. ze sztywnością reakcji pomimo zmieniającego się kontekstu sytuacji (Zhou i in., 2014) oraz trudnościami w hamowaniu reakcji nawykowych (Dong i in., 2014). Gerson i współpracownicy (2016) wykazali, że osoby z wysokim poziomem impulsywności korzystają częściej z portalu społecznościowego jakim jest Facebook niż osoby o niskim poziomie impulsywności. Ponadto wyniki badań wskazują, że impulsywność jest predyktorem uzależnienia od substancji psychoaktywnych, Internetu, gier komputerowych oraz hazardu (Kim i in., 2008; Lawrence i in., 2009; Belin i in., 2008; Mottram, Fleming, 2009; Shokri, Potenza, Sanaeepour, 2017). W tym miejscu należy wrócić uwagę, że w dotychczasowych badaniach traktowano impulsywność jako konstrukt jednowymiarowy. Jednakże Stanford i współpracownicy (2009) wskazują, że impulsywność składa się z kilku wymiarów. W tym względzie Patton, Stanford, Barratt utrzymują, że impulsywność można rozpatrywać w trzech wymiarach związanych z (1) nieplanowaniem działań, (2) nieuważnością oraz (3) w sposobie wykonywania działania. Dlatego też istotnym jest analiza znaczenia różnych wymiarów impulsywności w kontekście uzależnienia od gier komputerowych oraz Facebooka. Tym bardziej, że zgodnie z modelem Branda i współpracowników (2016) różne wymiary impulsywności mogą odnosić się do odmiennych mechanizmów związanych ze specyficznym uzależnieniem od Internetu.

Schemat poznaczy w ujęciu Younga (2014) jest to ogólny wzorzec, na który składają się emocje, wspomnienia i przekonania, dotyczące relacji osoby z innymi. Wzorzec ten zdaniem Younga (2014) jest wykształcony w dzieciństwie i utrwalany w toku życia jednostki. Jednakże wczesne nieadaptacyjne schematy (ang. early maladaptive schemas), czyli ogólne,

dysfunkcyjne, wszechogarniające, wykształcone w dzieciństwie lub adolescencji przyczyniają się na kompensacji niezaspokojonych potrzeb co może prowadzić w dalszej konsekwencji do występowania wielu zaburzeń psychicznych w okresie późniejszym (Young, 2014; Mącik, Shchhehelska, 2015). Należy przy tym zaznaczyć, że schematy te powstają w wyniku niezaspokojonych potrzeb w okresie dzieciństwa, a mianowicie potrzeby bezpiecznego przywiązania do innych, kompetencji, autonomii i poczucia tożsamości, zabawy i spontaniczności, wolności wyrażania prawdziwych potrzeb i emocji, samokontroli i realistycznych granic. Younga (2014; Oettingen i in., 2017) wyróżnia osiemnaście głównych wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych: Emocjonalna deprywacja, Porzucenie/niestabilność, Nadużycie/utrata zaufania, Społeczna izolacja, Defekt/wstyd, Porażka, Zależność/niekompetencja, Podatność na zranienie, Zmieszanie/nie rozwinięte ja, Podporządkowanie, Samopoświęcenie, Poszukiwanie aprobaty, Wielkościowość, Niewystarczająca samokontrola, Zahamowanie emocjonalne, Wysokie standardy, Negatywizm/pesymizm oraz Samokaranie. Przykładowo, biorąc pod uwagę schematu Podatność na zranienie, jednostka może mieć ciągłą, nieuzasadnioną obawę że w każdej chwili może wydarzyć się jakaś katastrofa, przy czym źródłem tego schematu może być ciągle zamartwianie się rodziców, którzy taką wizję świata jako niebezpiecznego i nieprzewidywalnego miejsca przekazali dziecku Younga (2014). Z kolei schemat Samopoświęcenie jest związany z tendencją do rezygnowania z własnych potrzeb i poświęcania się na rzecz innych osób, przy czym źródłem tego schematu może być obarczanie osoby odpowiedzialnością za dobre samopoczucie rodziców w dzieciństwie. Dlatego też wczesne nieadaptacyjne schematy prowadzić mogą w dorosłym życiu do wielu trudności w codziennym funkcjonowaniu, w szczególności w sytuacjach deprywacji potrzeb jednostki (zob. Mącik, 2016). Ponadto jednostka może w różny sposób radzić sobie ze schematami, przy czym może przybierać to formę nieadaptacyjną. Można wyróżnić trzy główne nieadaptacyjne strategie radzenia sobie ze schematami: 1) podporządkowanie schematowi, które związane jest z akceptacją schematów jako prawdy o sobie, co może prowadzić do negatywnej samooceny i skłonnościami do depresji; 2) unikanie schematu, które związane jest z podejmowaniem różnego rodzaju aktywności w celu jego zagłuszenia lub nieujawniania jego świadomości, co może prowadzić do skłonności do różnego rodzaju uzależnień; 3) nadkompensacja schematu, która związane jest z przeciwdziałaniem jemu w sposób poprzez zwielokrotnione podejmowanie działań niewspółmiernych do problemu

(Mącik, 2018). Dlatego też analiza wczesnych nieadaptacyjnych schematów w kontekście uzależnienia od portali społecznościowych i gier komputerowych jest istotna z punktu widzenia profilaktyki oraz terapii nakierowanej na zmianę schematu poznawczego jednostki (zob. terapia poznawczo-behawioralna; terapia schematów; Young, 2014).

W odniesieniu do uzależnienia od substancji psychoaktywnych Shorey, Stuart i Anderson (2013) wykazali, że osoby uzależnione od substancji psychoaktywnych w porównaniu z osobami nieuzależnionymi przejawiają następujące wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze: porzucenie/niestabilność, nadużycie/utrata zaufania, defekt/wstyd, porażka, zależność/niekompetencja, podatność na zranienie, podporządkowanie, samopoświęcenie, poszukiwanie aprobaty oraz negatywizm/pesymizm. Ponadto wykazano dodatni związek pomiędzy poziomem uzależnienia od hazardu a następującymi wczesnymi nieadaptacyjnymi schematami: emocjonalna deprivacja, zahamowanie emocjonalne, samokaranie, niewystarczająca samokontrola, zależność/niekompetencja oraz izolacja społeczna (Shorey, Anderson, Stuart, 2012). Ponadto Mącik i Shchhehelska (2015) zaobserwowały, że w przypadku depresji dominujące są następujące wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze: negatywizm, porażka, społeczna izolacja oraz zahamowanie emocjonalne. Natomiast w przypadku uogólnionego zaburzenia lękowego: porzucenie, utrata zaufania, a tak że wysokie standardy i negatywizm. Należy przy tym zaznaczyć, że wskazuje się na związek depresji oraz lęku z uzależnieniem od portali społecznościowych (Błachnio, Przepiórka, Pantic, 2015; Hong i in., 2014) i gier komputerowych (Brunborg, Mentzoni, Frøyland, 2014; Mehroof, Griffiths, 2010). W tym przypadku istotnym wydaje się sprawdzenie na ile wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze wpływają na mechanizm powstawania wyżej wymienionych uzależnień behawioralnych oraz na ile schematy te oraz samo uzależnienie może prowadzić do negatywnych skutków w funkcjonowaniu psychicznym osoby związanym z depresją, lękiem oraz niską satysfakcją z życia.

Podsumowując impulsywność oraz wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze mają istotne znaczenie w kontekście uzależnienia od portali społecznościowych oraz gier komputerowych, przy czym większość dotychczasowych badań nie uwzględniała wielowymiarowej struktury impulsywności. Ponadto analiza wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych pozwoli lepiej zrozumieć przyczyny obu typów uzależnień oraz efektywniej prowadzić oddziaływania terapeutyczne i profilaktyczne. Należy przy tym zaznaczyć, że impulsywność traktowana jako element temperamentu jednostki (Gray, 1970)

ma znaczenie w modyfikacji nieadaptacyjnych schematów poznawczych (Young, 2014). W tym względzie istotnym jest również analiza związku między depresją, lękiem i satysfakcją z życia a specyficznym uzależnieniem od Internetu. Oprócz tego ważnym jest porównanie między uzależnieniami od substancji psychoaktywnych a wspomnianymi uzależnieniami behawioralnymi.

Na podstawie przeglądu literatury oraz wcześniejszych wyników badań przeprowadzonych w ramach projektów realizowanych ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych (KBPN, 2016; KBPN, 2017a, 2017b; KBPN, 2018) można postawić następujące hipotezy:

H1: nałogowe korzystanie z portali społecznościowych (H1a) oraz gier komputerowych (H1b) jest powiązane z wysokim poziomem impulsywności związanej z podejmowaniem decyzji;

H2: nałogowe korzystanie z portali społecznościowych (H2a) oraz gier komputerowych (H2b) jest powiązane z wysokim poziomem impulsywności w wykonywaniu działań;

H3: nałogowe korzystanie z portali społecznościowych (H3a) oraz gier komputerowych (H3b) jest powiązane z wysokim poziomem impulsywności związanej z uwagą

H4: nałogowe korzystanie z portali społecznościowych (H4a) oraz gier komputerowych (H4b) jest powiązane z wczesnymi nieadaptacyjnymi schematami poznawczymi;

H5: istnieje bezpośredni związek pomiędzy nałogowym korzystaniem z portali społecznościowych (H5a) oraz gier komputerowych (H5b) a nasileniem lęku;

H6: istnieje bezpośredni związek pomiędzy nałogowym korzystaniem z portali społecznościowych (H6a) oraz gier komputerowych (H6b) a nasileniem objawów depresyjnych;

H7: istnieje bezpośredni związek pomiędzy nałogowym korzystaniem z portali społecznościowych (H7a) oraz gier komputerowych (H7b) a niską satysfakcją z życia.

H8: osoby przejawiające specyficzne uzależnienia od Internetu oraz osoby uzależnione od narkotyków będą przejawiały wyższy poziom impulsywności niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych;

H9: osoby przejawiające specyficzne uzależnienia od Internetu oraz osoby uzależnione od narkotyków będą przejawiały większe nasilenie wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych

Osoby badane

W celu odpowiedzi na postawione hipotezy badawcze zostały przeprowadzone badania na grupie młodych dorosłych ($N = 1500$) pochodzących z różnych rejonów Polski. Średni wiek wynosił 21,77 lat z odchyleniem standardowym wynoszącym 4,02 lat. Ponadto zostały zaproszone do badań osoby uzależnione od narkotyków ($N = 100$), które posiadały odpowiednie rozpoznanie według ICD-10. Przy czym z powodu braków danych z analiz usunięto dane piętnastu osób. Badanie odbyło się z zachowaniem wymagań określonych w Helsińskiej Deklaracji Praw Człowieka oraz w Kodeksie Etycznym Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Metody

1) Kwestionariusz uzależnienia od Facebooka (Facebook Intrusion Scale; Elphinston, Noller, 2011), który składa się z 8 twierdzeń. Osoby badane mają za zadanie ustosunkować się do twierdzeń na 7-stopniowej skali od 1 - zupełnie się nie zgadzam do 7 - całkowicie się zgadzam. Wyższe wyniki świadczą o większym nasileniu nałogowego korzystania z Facebooka, równa 0,84. Kwestionariusz był jak do tej pory wykorzystywany w wielu badaniach także na próbach polskich (por. Błachnio, Przepiórka, Pantic, 2015).

2) Skala Uzależnienia od gier komputerowych (IGDS9-SF; Pontes, Griffiths, 2015) w polskiej adaptacji Schivinski i in. (2018). Skala służy do oceny stopnia uzależnienia do gier komputerowych online i offline. Osoba badana odpowiada na dziewięć pytań dotyczących korzystania z gier komputerowych w ostatnich dwunastu miesiącach przy wykorzystaniu 5-punktowej skali: 1 = "nigdy;" 2 = "rzadko;" 3 = "czasami;" 4 = "często" i 5 = "bardzo często". Wyniki są uzyskiwane poprzez zsumowanie odpowiedzi, a łącznych wynik może się mieścić w zakresie od 9 do 45 punktów. Wyniki wyższe wskazują na większy poziom uzależnienia od gier komputerowych. Współczynnik alfa Crombacha dla polskiej adaptacji wynosi 0,82. Skala Uzależnienia od gier komputerowych (IGDS9-SF; Pontes, Griffiths, 2015) jest metodą wykorzystywaną w wielu krajach do badania uzależnienia od gier komputerowych (zob. Pontes, Stavropoulos i Griffiths, 2017; Wu i in., 2017).

3) Skala Impulsywności Barratta (The Barratt Impulsiveness Scale; BIS-11; Patton, Stanford, Barratt, 1995) w polskiej adaptacji Grzesiak, Beszlej i Szechiński (2008), zawierająca 30 pozycji z odpowiedziami na skali czterostopniowej (od "rzadko/nigdy" do "prawie

zawsze/zawsze"). Skala składa się z trzech podskal związanych z wymiarami impulsywności: impulsywność uwagowa, impulsywność motoryczna, impulsywność w podejmowaniu decyzji. Współczynnik alfa Crombacha równa się 0,85.

4) Szpitalna Skala Samoopisu Lęku i Depresji (ang. Hospital Anxiety and Depression Scale; Zigmond, Snaith, 1983) w polskiej adaptacji Watrowski, Rohde (2014) jest skalą służącą do badania przesiewowego lęku i depresji. Skala zawiera 16 pytań na które osoba udziela odpowiedzi na czterostopniowej skali od 0 do 3. Współczynnik alfa Crombacha równa się 0,88.

5) Kwestionariusz Wczesnych Nieadaptacyjnych Schematów (YSQ-S3; Younga, 2005) w polskiej adaptacji (Oettingen i in.,) zawiera 90 itemów, na które osoba musi ustosunkować się na 6-stopniowej skali: 1 - zupełnie nieprawdziwe; 6 – doskonale mnie opisuje. Kwestionariusz składa się z 18 podskal, które odpowiadają wczesnym nieadaptacyjnym schematom wg Younga: emocjonalna deprywacja porzucenie/niestabilność, nadużycie/utrata zaufania, społeczna izolacja, defekt/wstyd, porażka, zależność/niekompetencja, podatność na zranienie, zmieszanie/nie rozwinięte ja, podporządkowanie, samopoświęcenie, poszukiwanie aprobaty, wielkościowość, niewystarczająca samokontrola, zahamowanie emocjonalne, wysokie standardy, negatywizm/pesymizm oraz samokaranie. Współczynnik alfa Crombacha dla poszczególnych podskal wynosi od 0,44 do 0,84.

6) Skala satysfakcji z życia (ang. Satisfaction With Life Scale; Dienera i in., 1985) w polskiej adaptacji Juczyńskiego (2001) służy do oceny poczucia zadowolenia z życia. Osoba badana udziela odpowiedzi na siedmiostopniowej skali od 1 – „zdecydowanie się nie zgadzam”, do 7 – „całkowicie się zgadzam”. Współczynnik alfa Crombacha wynosi 0,78.

Model analiz

Do analizy danych w celu weryfikacji hipotez od 1 do 7 zostanie wykorzystana metoda modelowania równań strukturalnych analizę równań strukturalnych w oparciu o metodę największej wiarygodności. Ocenę jakości modelu wyznaczono w oparciu o następujące miary: χ^2 , χ^2/df , RMSEA, SRMR, GFI, CFI, IFI. Wynik nieistotny ($p > 0.05$) testu χ^2 jest wskaźnikiem dobrego dopasowania modelu. Również wartość χ^2/df mniejsza niż 2 jest wskaźnikiem dobrego dopasowania modelu do danych. Indeks RMSEA mniejszy niż 0,06 oraz indeks SRMR mniejszy niż 0,08 są wskaźnikami dobrego dopasowania modelu. Indeksy GFI, CFI, IFI, TLI większe od 0,90 również są wskaźnikami dobrego dopasowania

modelu. W analizie uwzględniono korelacje pomiędzy predyktorami. Analiza modelu strukturalnego prowadzono od modelu pełnego odejmując w kolejnych krokach ścieżki, które nie były istotne statystycznie do uzyskania zbieżności modelu z danymi. W analizach dotyczących nałogowego korzystania z gier komputerowych uwzględniono jedynie osoby grające w tego typu gry. Do analizy modeli strukturalnych zostanie wykorzystanie oprogramowanie AMOS dostępne w pakiecie SPSS.

Natomiast analiza w celu weryfikacji hipotezy numer 8 i numer 9 oparta była na modelu jednoczynnikowej MANOVA-y, w której czynnikiem międzygrupowym była przynależność do analizowanej grupy. Analizy wykonano oddzielnie dla nałogowego korzystania z Facebooka i nałogowego korzystania z gier komputerowych. Natomiast zmiennymi zależnymi były poszczególne zmienne mierzone za pomocą wymienionych wcześniej kwestionariuszy. Ponadto w celu spełnienia założeń potrzebnych do przeprowadzenia analizy każda z analizowanych grup liczyła po 100 osób.

Wyniki

Na podstawie przeprowadzonych obliczeń w odniesieniu do modelu powiązań między analizowanymi zmiennymi a nałogowym korzystaniem z Facebooka oraz gier komputerowych wykazano akceptowalne dopasowanie modelu finalnego: $\chi^2(df = 1) = 56,12$; $p < 0,001$, $\chi^2/df = 2,93$, RMSEA = 0,053, SRMR = 0,039, GFI = 1,00, CFI = 0,991, IFI = 0,991. Szczegółowe wyniki przedstawiono na wykresie 1.

Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano istnienie statystycznie istotnych zależności między nałogowym korzystaniem z Facebooka a impulsywnością motoryczną ($\beta = 0,09$, $p = 0,029$), impulsywnością związaną z nieplanowaniem ($\beta = 0,10$, $p = 0,050$), schematem zależność/niekompetencja ($\beta = 0,15$, $p = 0,004$), schematem poszukiwanie akceptacji i uznania ($\beta = 0,15$, $p < 0,001$) oraz schematem izolacja społeczna/wyobcowanie ($\beta = -0,25$, $p < 0,001$). Ponadto na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano istnienie statystycznie istotnych zależności między nałogowym korzystaniem z gier komputerowych a impulsywnością motoryczną ($\beta = 0,14$, $p = 0,001$), schematem zależność/niekompetencja ($\beta = 0,19$, $p < 0,001$), schematem opuszczenie/niestabilność więzi ($\beta = 0,09$, $p = 0,004$) oraz schematem podporządkowanie się ($\beta = 0,18$, $p = 0,001$). Pozostałe ścieżki były nieistotne statystycznie. Oprócz tego zanotowano istnienie statystycznie istotnej korelacji między

The diagram illustrates the research model with the following paths and standardized coefficients:

- Predictors to Mediators:**
 - Impulsywność motoryczna to Depresja: 0.09*
 - Impulsywność nieplanowanie to Depresja: 0.10*
 - Depresja to Zależność/Niekompetencja: -0.06
 - Depresja to Deprywacja emocjonalna: 0.01
 - Depresja to Opuszczenie/Niestabilność więzi: 0.01
 - Depresja to Nieufność/Skrzywdzenie: 0.19***
 - Depresja to Podporządkowanie się: 0.02
 - Depresja to Bezwzględna surowość: 0.09
 - Depresja to Roszczeniowość/Wielkościowość: 0.06
 - Depresja to Poszukiwanie akceptacji i uznania: -0.05
 - Depresja to Podatność na zranienie lub zachorowanie: 0.18**
 - Impulsywność motoryczna to Zależność/Niekompetencja: 0.14**
 - Impulsywność motoryczna to Deprywacja emocjonalna: 0.01
 - Impulsywność motoryczna to Opuszczenie/Niestabilność więzi: 0.02
 - Impulsywność motoryczna to Nieufność/Skrzywdzenie: 0.09
 - Impulsywność motoryczna to Podporządkowanie się: 0.06
 - Impulsywność motoryczna to Bezwzględna surowość: 0.14**
 - Impulsywność motoryczna to Roszczeniowość/Wielkościowość: 0.06
 - Impulsywność motoryczna to Poszukiwanie akceptacji i uznania: 0.05
 - Impulsywność motoryczna to Podatność na zranienie lub zachorowanie: 0.04
 - Impulsywność nieplanowanie to Zależność/Niekompetencja: 0.01
 - Impulsywność nieplanowanie to Deprywacja emocjonalna: 0.02
 - Impulsywność nieplanowanie to Opuszczenie/Niestabilność więzi: 0.09
 - Impulsywność nieplanowanie to Nieufność/Skrzywdzenie: 0.06
 - Impulsywność nieplanowanie to Podporządkowanie się: 0.14**
 - Impulsywność nieplanowanie to Bezwzględna surowość: 0.06
 - Impulsywność nieplanowanie to Roszczeniowość/Wielkościowość: 0.05
 - Impulsywność nieplanowanie to Poszukiwanie akceptacji i uznania: 0.06
 - Impulsywność nieplanowanie to Podatność na zranienie lub zachorowanie: -0.06
- Mediators to Outcomes:**
 - Zależność/Niekompetencja to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.15**
 - Zależność/Niekompetencja to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: 0.02
 - Deprywacja emocjonalna to Nalogowe korzystanie z Facebooka: -0.07
 - Deprywacja emocjonalna to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: -0.25***
 - Opuszczenie/Niestabilność więzi to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.09
 - Opuszczenie/Niestabilność więzi to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: 0.09
 - Nieufność/Skrzywdzenie to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.14**
 - Nieufność/Skrzywdzenie to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: 0.05
 - Podporządkowanie się to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.06
 - Podporządkowanie się to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: -0.01
 - Bezwzględna surowość to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.04
 - Bezwzględna surowość to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: 0.04
 - Roszczeniowość/Wielkościowość to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.06
 - Roszczeniowość/Wielkościowość to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: -0.06
 - Poszukiwanie akceptacji i uznania to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.04
 - Poszukiwanie akceptacji i uznania to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: 0.04
 - Podatność na zranienie lub zachorowanie to Nalogowe korzystanie z Facebooka: 0.04
 - Podatność na zranienie lub zachorowanie to Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: 0.04
- Outcomes:**
 - Nalogowe korzystanie z Facebooka: $R^2 = 0.13$
 - Nalogowe korzystanie z gier komputerowych: $R^2 = 0.14$
 - Correlation between e1 and e4: 0.14***

Legend:

- *** $p < 0.001$
- ** $p < 0.01$
- * $p < 0.05$

Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic pomiędzy grupami osób bez symptomów nałogowego korzystania z Facebooka, z symptomami nałogowego korzystania z Facebooka oraz osób uzależnionych od narkotyków w zakresie analizowanych zmiennych ($F_{(48,582)} = 3,46$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,21$). Różnice te zanotowano w przypadku następujących zmiennych: impulsywność uwagowa ($F_{(2,313)} = 12,70$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,08$), impulsywność motoryczna ($F_{(2,313)} = 5,04$; $p = 0.007$; $\eta^2_p = 0,03$), impulsywność związana z trudnościami w planowaniu ($F_{(2,313)} = 5,27$; $p = 0.006$; $\eta^2_p = 0,03$), impulsywność wynik ogólny ($F_{(2,313)} = 9,77$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,06$), zadowolenie z życia ($F_{(2,313)} = 13,83$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,08$), lęk ($F_{(2,313)} = 7,93$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,05$) oraz depresja ($F_{(2,313)} = 4,69$; $p = 0.010$; $\eta^2_p = 0,03$). Ponadto wykazano istnienie różnic pomiędzy analizowanymi grupami w zakresie następujących wczesnych nieadaptacyjnych schematów

poznawczych: deprywacja emocjonalna ($F_{(2,313)} = 16,72$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,10$), opuszczenie/niestabilność więzi ($F_{(2,313)} = 16,13$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,09$), nieufność/skrzywdzenie ($F_{(2,313)} = 10,83$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,06$), izolacja społeczna/wyobcowania ($F_{(2,313)} = 9,38$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,06$), wadliwość/wstyd ($F_{(2,313)} = 8,45$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,05$), porażka ($F_{(2,313)} = 9,33$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,06$), zależność/niekompetencja ($F_{(2,313)} = 17,63$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,10$), podatność na zranienie lub zachorowanie ($F_{(2,313)} = 16,24$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,09$), uwikłanie/nie w pełni rozwinięte Ja ($F_{(2,313)} = 11,49$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,07$), podporządkowanie się ($F_{(2,313)} = 12,31$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,07$), samopoświęcenie ($F_{(2,313)} = 5,58$; $p = 0.004$; $\eta^2_p = 0,03$), zahamowanie emocjonalne ($F_{(2,313)} = 4,40$; $p = 0.013$; $\eta^2_p = 0,03$), roszczeniowość/wielkościowość ($F_{(2,313)} = 8,30$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,05$), Niedostateczna samokontrola i samodyscyplina ($F_{(2,313)} = 8,46$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,05$), poszukiwanie akceptacji i uznania ($F_{(2,313)} = 16,64$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,10$), negatywizm/pesymizm ($F_{(2,313)} = 11,99$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,07$) oraz bezwzględna surowość ($F_{(2,313)} = 7,61$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,05$). Pozostałe porównania były nieistotne statystycznie. Szczegółowe wyniki przedstawiono w Tabeli 1.

W przypadku impulsywności uwagowej wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic pomiędzy osobami uzależnionymi narkotyków a osobami nie korzystającymi nałogowo z Facebooka ($p < 0,001$), oraz między osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka oraz osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka ($p < 0,001$). W zakresie impulsywności motorycznej wykazano istnienie różnic pomiędzy osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka oraz osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka ($p = 0,005$). W zakresie impulsywności związanej z nieplanowniem wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,025$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,008$). W odniesieniu do wyniku ogólnego w zakresie impulsywności zaobserwowano różnice między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,001$). W przypadku zadowolenia z życia wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami uzależnionymi od narkotyków a pozostałymi dwiema grupami (odpowiednio: $p < 0,001$ oraz $p < 0,001$). W odniesieniu do poziomu lęku wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od

Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,031$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). W zakresie objawów związanych z depresją wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,011$). W zakresie schematu deprywacja emocjonalna wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami uzależnionymi od narkotyków a osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka ($p < 0,001$) oraz osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p < 0,001$). Zanotowano również istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w zakresie schematu opuszczenie/niestabilność więzi. W odniesieniu do schematu nieufność/skrzywdzenie zanotowano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,008$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Zaobserwowano również istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami uzależnionymi od narkotyków a osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka ($p = 0,031$) oraz osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p < 0,001$) w zakresie schematu izolacja społeczna/wyobcowanie. Ponadto w kontekście schematu wadliwość/wstyd wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami uzależnionymi od narkotyków a osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka ($p < 0,001$) oraz osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,006$). Zauważono również istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami uzależnionymi od narkotyków a osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka ($p < 0,001$) oraz osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,042$) w zakresie schematu porażka. Zaobserwowano istnienie statystycznie istotnych różnic w kontekście schematu zależność/niekompetencja między wszystkimi trzema grupami. Ponadto wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,002$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w zakresie schematu podatność na zranienie lub zachorowanie. W kontekście schematu uwikłanie/nie w pełni rozwinięte Ja zaobserwowano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,003$) oraz

osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Wykazano również istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,023$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w zakresie schematu podporządkowanie się. W kontekście schematu samopoświęcenie się zanotowano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,003$). Wykazano także istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami przejawiającymi symptomy uzależnienia od Facebooka a osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,011$) w zakresie schematu zahamowanie emocjonalne. Zanotowano również w kontekście schematu roszczeniowość/wielkościowość istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,017$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). W zakresie schematu niedostateczna samokontrola i samodyscyplina zaobserwowano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,004$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Zanotowano również istnienie statystycznie istotnych różnic pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w kontekście schematu poszukiwanie akceptacji i uznania. Ponadto wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,002$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w odniesieniu do schematu negatywizm/pesymizm. W zakresie schematu bezwzględna surowość zaobserwowano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami uzależnionymi od narkotyków a osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od Facebooka ($p = 0,001$) oraz osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p = 0,016$).

Tabela 1. Różnice w zakresie analizowanych zmiennych pomiędzy grupami osób bez symptomów nałogowego korzystania z Facebooka, z symptomami nałogowego korzystania z Facebooka oraz osób uzależnionych od narkotyków.

Zmienne		Bez symptomów nałogowego korzystania z Facebooka		Osoby z symptomami nałogowego korzystania z Facebooka		Grupa osób uzależnionych od narkotyków (N = 116)		F	p	η^2_p
		M	SD	M	SD	M	SD			
Impulsywność	Uwagowa	16,41	3,20	18,89	4,22	18,56	3,92	12,70	0,001	0,08
	Motoryczna	22,14	4,88	24,60	6,32	23,68	5,36	5,04	0,007	0,03
	Nieplanowanie	23,69	4,60	25,57	4,91	25,77	5,58	5,27	0,006	0,03
	Wynik ogólny	62,24	9,85	69,06	13,12	68,01	12,21	9,77	0,001	0,06
Zadowolenie z życia		21,07	7,07	21,38	5,80	17,22	6,64	13,83	0,001	0,08
Lęk		7,75	5,09	9,41	4,39	10,23	4,37	7,93	0,001	0,05
Depresja		6,11	4,42	6,51	3,87	7,76	4,20	4,69	0,010	0,03
Wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze	Deprywacja emocjonalna	10,76	6,09	10,37	5,33	14,54	6,23	16,72	0,001	0,10
	Opuszczenie/Niestabilność więzi	12,69	6,12	16,20	6,68	17,67	6,76	16,13	0,001	0,09
	Nieufność/Skrzywdzenie	12,49	6,43	15,23	6,39	16,52	6,45	10,83	0,001	0,06
	Izolacja społeczna/Wyobcowanie	13,81	6,69	12,26	5,92	16,05	6,75	9,38	0,001	0,06
	Wadliwość/Wstyd	10,18	6,46	10,80	5,98	13,53	6,74	8,45	0,001	0,05
	Porażka	11,40	6,47	12,97	5,91	15,00	6,06	9,33	0,001	0,06
	Zależność/Niekompetencja	9,79	4,75	12,17	5,03	14,01	5,71	17,63	0,001	0,10
	Podatność na zranienie lub zachorowanie	10,55	5,63	13,47	5,62	15,16	6,49	16,24	0,001	0,09
	Uwikłanie/Nie w pełni rozwinięte Ja	9,16	4,41	11,65	5,15	12,51	5,97	11,49	0,001	0,07
	Podporządkowanie się	10,43	5,30	12,44	4,88	14,06	5,80	12,31	0,001	0,07
	Samopoświęcenie	14,81	5,26	16,40	5,39	17,24	5,47	5,58	0,004	0,03
	Zahamowanie emocjonalne	13,25	6,46	12,46	5,67	14,84	6,00	4,40	0,013	0,03
	Nadmierne wymagania/Nadmierny krytycyzm	14,97	5,52	15,72	5,48	16,53	5,25	2,25	0,107	-
	Roszczeniowość/Wielkościowość	13,59	4,39	15,53	4,73	16,29	5,58	8,30	0,001	0,05
	Niedostateczna samokontrola i samodyscyplina	13,73	5,46	16,29	5,70	16,71	5,75	8,46	0,001	0,05
	Poszukiwanie akceptacji i uznania	14,04	5,66	18,63	6,03	17,82	6,36	16,64	0,001	0,10
	Negatywizm/Pesymizm	13,10	6,48	16,10	5,98	17,16	6,23	11,99	0,001	0,07
	Bezwzględna surowość	12,30	5,18	12,99	4,89	15,01	5,82	7,61	0,001	0,05

Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic pomiędzy grupami osób bez symptomów nałogowego korzystania z gier komputerowych, z symptomami nałogowego korzystania z gier komputerowych oraz osób uzależnionych od narkotyków w zakresie analizowanych zmiennych ($F_{(48,582)} = 3,40$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,22$). Różnice te zanotowano w przypadku następujących zmiennych: impulsywność uwagowa ($F_{(2,313)} = 8,03$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,05$), impulsywność motoryczna ($F_{(2,313)} = 3,42$; $p = 0,034$; $\eta^2_p = 0,02$), impulsywność związana z trudnościami w planowaniu ($F_{(2,313)} = 3,43$; $p = 0,034$; $\eta^2_p = 0,02$), impulsywność wynik ogólny ($F_{(2,313)} = 4,92$; $p = 0,008$;

$\eta^2_p = 0,03$), zadowolenie z życia ($F_{(2,313)} = 22,55$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,13$), lęk ($F_{(2,313)} = 13,99$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,08$) oraz depresja ($F_{(2,313)} = 17,42$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,10$). Ponadto wykazano istnienie różnic pomiędzy analizowanymi grupami w zakresie następujących wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych: deprywacja emocjonalna ($F_{(2,313)} = 23,07$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,13$), opuszczenie/niestabilność więzi ($F_{(2,313)} = 9,24$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,06$), nieufność/skrzywdzenie ($F_{(2,313)} = 19,81$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,11$), izolacja społeczna/wyobcowania ($F_{(2,313)} = 16,03$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,09$), wadliwość/wstyd ($F_{(2,313)} = 20,13$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,11$), porażka ($F_{(2,313)} = 29,17$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,16$), zależność/niekompetencja ($F_{(2,313)} = 29,24$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,16$), podatność na zranienie lub zachorowanie ($F_{(2,313)} = 13,53$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,08$), uwikłanie/nie w pełni rozwinięte Ja ($F_{(2,313)} = 13,52$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,08$), podporządkowanie się ($F_{(2,313)} = 25,74$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,14$), zahamowanie emocjonalne ($F_{(2,313)} = 8,31$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,05$), nadmierne wymagania/nadmierny krytycyzm ($F_{(2,313)} = 3,14$; $p = 0.045$; $\eta^2_p = 0,02$), niedostateczna samokontrola i samodyscyplina ($F_{(2,313)} = 19,10$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,10$), negatywizm/pesymizm ($F_{(2,313)} = 13,65$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,08$) oraz bezwzględna surowość ($F_{(2,313)} = 12,44$; $p < 0.001$; $\eta^2_p = 0,07$). Pozostałe porównania były nieistotne statystycznie. Szczegółowe wyniki przedstawiono w Tabeli 2.

Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano, że w przypadku impulsywności uwagowej istnienie statystycznie istotna różnica między osobami nie korzystającymi nałogowo z gier komputerowych a między osobami nałogowo korzystającymi z tego medium ($p < 0,001$). Analogicznie, w zakresie impulsywności motorycznej wykazano istnienie różnic pomiędzy osobami nałogowo korzystającymi z gier komputerowych oraz osobami nie przejawiającymi symptomów tego typu uzależnienia ($p = 0,030$). W odniesieniu do impulsywności związanej z nieplanowniem wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,033$). W kontekście wyniku ogólnego w zakresie impulsywności zaobserwowano różnice między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami nałogowo korzystającymi z gier komputerowych ($p = 0,016$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,022$). Na podstawie przeprowadzonych obliczeń wykazano także istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy wszystkimi trzema grupami w zakresie zadowolenia z życia oraz schematu poznawczego związanego z deprywacją emocjonalną. Ponadto zaobserwowano istnienie

statystycznie istotnej różnicy między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w zakresie lęku. Analogicznie w kontekście symptomów zaburzeń depresyjnych wykazano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). W doniesieniu do schematu opuszczenie/niestabilność więzi zaobserwowano istnienie statystycznie istotnej różnicy między osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p = 0,003$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Zanotowano również istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w kontekście schematu nieufność/skrzywdzenie. Analogicznie w zakresie schematu izolacja społeczna/wyobcowanie wykazano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Na podstawie przeprowadzonych analiz zanotowano także istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w odniesieniu do schematy wadliwość/wstyd. Analogicznie w zakresie schematy porażka zaobserwowano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Również w odniesieniu do schematu zależność/niekompetencja zanotowano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Na podstawie przeprowadzonych obliczeń zanotowano istnienie statystycznie istotnej

różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w kontekście schematu podatność na zranienie lub zachorowanie. Analogicznie w zakresie schematu uwikłanie/nie w pełni rozwinięte Ja wykazano zanotowano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p = 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Wykazano także istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w odniesieniu do schematu podporządkowanie się. Analogicznie w kontekście schematu zahamowanie emocjonalne zanotowano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p = 0,004$). Pomimo efektu głównego związanego z badanymi grupami, nie wykazano istnienia efektów prostych pomiędzy parami analizowanych grup w zakresie schematu nadmierne wymagania/nadmierny krytycyzm. Na podstawie przeprowadzonych analiz w kontekście schematu niedostateczna samokontrola i samodyscyplina zaobserwowano także istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). Analogicznie w zakresie schematu negatywizm/pesymizm zanotowano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$). W oparciu o przeprowadzone analizy wykazano istnienie statystycznie istotnej różnicy pomiędzy osobami nie przejawiającymi symptomów uzależnienia od gier komputerowych a osobami przejawiającymi symptomy nałogowego korzystania z tego medium ($p < 0,001$) oraz osobami uzależnionymi od narkotyków ($p < 0,001$) w kontekście schematu bezwzględna surowość.

Tabela 2. Różnice w zakresie analizowanych zmiennych pomiędzy grupami osób bez symptomów nałogowego korzystania z gier komputerowych, z symptomami nałogowego korzystania z gier komputerowych oraz osób uzależnionych od narkotyków.

Zmienne		Bez symptomów nałogowego korzystania z gier komputerowych		Osoby z symptomami nałogowego korzystania z gier komputerowych		Grupa osób uzależnionych od narkotyków (N = 116)		F	p	η^2_p
		M	SD	M	SD	M	SD			
Impulsy	Uwagowa	17,37	3,64	19,51	3,77	18,56	3,92	8,03	0,001	0,05
	Motoryczna	22,37	5,91	24,31	4,77	23,68	5,36	3,42	0,034	0,02
	Nieplanowanie	24,05	4,85	24,53	4,41	25,77	5,58	3,43	0,034	0,02
	Wynik ogólny	63,79	11,73	68,35	10,60	68,01	12,21	4,92	0,008	0,03
Zadowolenie z życia		23,23	6,71	19,56	6,37	17,22	6,64	22,55	0,001	0,13
Lęk		7,26	4,46	9,74	4,19	10,23	4,37	13,99	0,001	0,08
Depresja		4,91	3,43	7,42	3,65	7,76	4,20	17,42	0,001	0,10
Wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze	Deprywacja emocjonalna	9,17	4,89	12,48	6,17	14,54	6,23	23,07	0,001	0,13
	Opuszczenie/Niestabilność więzi	14,28	5,32	17,14	6,07	17,67	6,76	9,24	0,001	0,06
	Nieufność/Skrzywdzenie	12,13	5,14	16,89	6,27	16,52	6,45	19,81	0,001	0,11
	Izolacja społeczna/Wyobcowanie	12,19	5,50	16,92	6,59	16,05	6,75	16,03	0,001	0,09
	Wadliwość/Wstyd	8,79	4,74	13,57	6,80	13,53	6,74	20,13	0,001	0,11
	Porażka	10,06	4,75	16,06	6,88	15,00	6,06	29,17	0,001	0,16
	Zależność/Niekompetencja	9,20	3,76	13,75	5,42	14,01	5,71	29,24	0,001	0,16
	Podatność na zranienie lub zachorowanie	11,45	5,05	14,82	5,19	15,16	6,49	13,53	0,001	0,08
	Uwikłanie/Nie w pełni rozwinięte Ja	8,99	3,92	11,69	5,11	12,51	5,97	13,52	0,001	0,08
	Podporządkowanie się	9,98	4,15	14,66	4,96	14,06	5,80	25,74	0,001	0,14
	Samopoświęcenie	15,67	4,66	16,08	5,13	17,24	5,47	2,78	0,064	0,02
	Zahamowanie emocjonalne	12,37	4,98	15,44	5,94	14,84	6,00	8,31	0,001	0,05
	Nadmierne wymagania/Nadmierny krytycyzm	15,00	5,30	16,45	4,14	16,53	5,25	3,14	0,045	0,02
	Roszczeniowość/Wielkościowość	14,80	4,56	16,24	4,95	16,29	5,58	2,86	0,059	0,02
	Niedostateczna samokontrola i samodyscyplina	13,33	4,74	17,62	4,95	16,71	5,75	19,10	0,001	0,11
	Poszukiwanie akceptacji i uznania	16,92	6,05	18,48	5,40	17,82	6,36	1,72	0,181	0,01
	Negatywizm/Pesymizm	13,57	5,89	17,63	6,03	17,16	6,23	13,65	0,001	0,08
	Bezwzględna surowość	11,89	4,84	15,15	5,04	15,01	5,82	12,44	0,001	0,07

Dyskusja wyników

Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano dodatnią korelację między poziomem impulsywności w wykonywaniu działań a nałogowym korzystaniem z portalu społecznościowego jakim jest Facebook (H2a) oraz nałogowym korzystaniem z gier komputerowych (H2b). W tym kontekście zwrócono w poprzednich badaniach (KBPN, 2018) uwagę na istnienie ujemnej współzmiennności między wymiarem samokontroli związanym z

inicjatywą i wytrwałością, a uzależnieniem od Facebooka. Może to wskazywać na trudność w dążeniu do wyznaczonych celów, którą mogą przejawiać osoby uzależnione od Facebooka. Również powiązane może być to z większym nasileniem prokrastynacji, na co uwagę zwracają również inni badacze (Meier, Reinecke, Meltzer, 2016; Przepiórka, Błachnio, Díaz-Morales, 2016). Można przypuszczać, że niski poziom inicjatywy i wytrwałości w obrębie samokontroli może być powiązany z trudnością osoby nałogowo korzystającej z Facebooka do ograniczenia korzystania z tego medium. W tym rozumieniu taka osoba może mieć również trudności ze wyznaczaniem sobie i utrzymywaniem innych celów poza korzystaniem z portalu społecznościowego. Wyniki te mogą wspierać również hipotezę o związku między poziomem impulsywności w wykonywaniu działań a nałogowym korzystaniem z portalu społecznościowego jakim jest Facebook. Ponadto, w poprzednich badaniach (KBPN, 2018) zaobserwowano ujemną współzmienną między wymiarem samokontroli związanym z inicjatywą i wytrwałością, a nałogowym korzystaniem z gier komputerowych. Podobnie jak w przypadku uzależnienia od Facebooka może wskazywać to na trudność w dążeniu do wyznaczonych celów. W tym przypadku można przypuszczać, że osoby nałogowo korzystające z gier komputerowych w wyniku zaabsorbowania grami komputerowymi mogą mieć trudność w utrzymaniu motywacji do realizacji wyznaczonych sobie celów, w szczególności w sytuacji pojawiania się czynników wyzwalających np. innych gier, plakatów z grami itp. (zob. Thalemann, Wölfling, Grüsser, 2007; Weinstein, 2010). Wyniki te również mogą wspierać hipotezę o związku między poziomem impulsywności w wykonywaniu działań a nałogowym korzystaniem z gier komputerowych.

Wykazano również istnienie dodatniej zależności między impulsywnością związaną z podejmowaniem decyzji a nałogowym korzystaniem z Facebooka (H1a). Natomiast nie wykazano analogicznej zależności w przypadku nałogowego korzystania z gier komputerowych (H1b). Analogiczne wyniki otrzymano w poprzednich badaniach dotyczących samokontroli (KBPN, 2018), w których wykazano istnienie związku między utrzymywaniem celu działania, a jedynie nałogowym korzystaniem z Facebooka. Nie wykazano tożsamego związku w przypadku nałogowego korzystania z gier komputerowych. W tym kontekście osoby uzależnione od Facebooka mogą mieć trudność z pamiętaniem o powziętych celach i planach działania (zob. Nęcka i in., 2016). Trudności te, odczuwane powiązania z impulsywnością, mogą być także związane z przyjmowaną perspektywą czasową, osadzoną przede wszystkim w przeszłości, przez osoby uzależnione od tego typu

portalu społecznościowego (Przepiórka, Blachnio, 2016). Ponadto utrzymanie informacji o celu działania może być trudne dla osób nałogowo korzystających z Facebooka biorąc pod uwagę automatyczną, hedonistyczną reakcję na bodźce zewiązane z tego rodzaju medium (van Koningsbruggen i in., 2017), która z kolei może przyczyniać się do obniżenia samokontroli (zob. Hofmann, Friese, Strack, 2009).

Nie wykazano istnienia postulowanej zależności między poziomem impulsywności związanej z uwagą a nałogowym korzystaniem z Facebooka (H3a) oraz gier komputerowych (H3b). Natomiast, zgodnie z przewidywaniami zaobserwowano zależności między nałogowym korzystaniem z portalu społecznościowego jakim jest Facebook (H4a) oraz nałogowym korzystaniem z gier komputerowych (H4b) a wczesnymi nieadaptacyjnymi schematami poznawczymi. Dokładniej, wykazano istnienie statystycznie istotnych zależności między nałogowym korzystaniem z Facebooka a schematem zależność/niekompetencja, schematem poszukiwanie akceptacji i uznania oraz schematem izolacja społeczna/wyobcowanie. Należy przy tym zauważyć, że schemat zależność/niekompetencja (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) to przekonanie, że jednostka nie jest w stanie podjąć samodzielnie dobrej decyzji i dokonać właściwego wyboru oraz, że nie jest w stanie sprostać samemu codziennym obowiązkom. Natomiast schemat poszukiwanie akceptacji i uznania (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) to schemat, w którym jednostka uzależniania poczucia własnej wartości od opinii innych. W przypadku tego schematu jednostka będzie dokonywać wyborów kierując się przede wszystkim tym, jak zostaną one odebrane przez innych, a nie tym, na ile są dla jednostki dobre. W przypadku tych dwóch schematów wykazano, że im są one silniejsze tym osoby badane przejawiały większy poziom nałogowego korzystania z Facebooka. Schemat izolacja społeczna/wyobcowanie (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) to schemat, w którym jednostka skupia się na tym czym różni się od innych oraz poczuciu, że tak naprawdę nie pasuje do żadnej grupy ludzi. W przypadku tego schematu wykazano, że jego mniejsze nasilenie jest powiązane z większym poziomem nałogowego korzystania z Facebooka. Ponadto na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano istnienie statystycznie istotnych zależności między nałogowym korzystaniem z gier komputerowych a schematem zależność/niekompetencja, schematem opuszczenie/niestabilność więzi oraz schematem podporządkowanie się. Schemat opuszczenie/niestabilność więzi (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) to schemat, w którym jednostka ma przekonanie, że bliskie jej osoby prędzej czy później i przestaną się nią interesować. Schematem podporządkowanie się (Younga, 2014;

Oettingen i in., 2017) to schemat, którym jednostka przejawia poczucie, że musi poddać się woli innych osób, bo inaczej spotka ją jakieś przykre konsekwencje. W tym przypadku jednostka często może reagować na prośby ze strony innych jak na rozkazy. Należy przy tym zaznaczyć, że większe zasilenie tych trzech schematów powiązane może być z większą ilością symptomów nałogowego korzystania z gier komputerowych.

Nie wykazano natomiast istnienia bezpośredniego związku pomiędzy nałogowym korzystaniem z Facebooka (H5a) oraz gier komputerowych (H5b) a nasileniem lęku. Podobnie nie wykazano istnienia postulowanego związku między nałogowym korzystaniem z Facebooka (H6a) oraz nałogowego korzystania z gier komputerowych (H6b) a nasileniem objawów depresyjnych. Analogicznie nie zaobserwowano bezpośredniej relacji pomiędzy nałogowym korzystaniem z portalu społecznościowego jakim jest Facebook (H7a) oraz nałogowym korzystaniem z gier komputerowych (H7b) a satysfakcją z życia.

Zgodnie z przewidywaniami zaobserwowano, że osoby przejawiające specyficzne uzależnienia od Internetu oraz osoby uzależnione od narkotyków przejawiały wyższy poziom impulsywności niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych (H9). Zależność taką wykazano w przypadku dwóch wymiarów impulsywności (zob. Patton, Stanford, & Barratt, 1995) związanych z: nieplanowaniem działań oraz w sposobem wykonywania działania. Wyniki te mogą wskazywać na znaczenie impulsywności zarówno w przypadku uzależnień od substancji psychoaktywnych, jak również w kontekście nałogowego korzystania z portali społecznościowych oraz gier komputerowych. Otrzymane wyniki są zgodne z wcześniejszymi badaniami, w których wykazano, że osoby z wysokim poziomem impulsywności korzystają częściej z portalu społecznościowego jakim jest Facebook niż osoby o niskim poziomie impulsywności (Gerson i in., 2016). Ponadto wyniki innych badań także wskazują, że impulsywność jest predyktorem nałogowego korzystania z Internetu, gier komputerowych oraz uzależnienia od substancji psychoaktywnych i hazardu (Kim i in., 2008; Lawrence i in., 2009; Belin i in., 2008; Mottram, Fleming, 2009; Shokri, Potenza, Sanaeepour, 2017).

Ponadto wykazano, że osoby przejawiające specyficzne uzależnienia od Internetu oraz osoby uzależnione od narkotyków przejawiały większe nasilenie wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych. W tym kontekście zaobserwowano, że największe różnice pomiędzy grupami definiowane za pomocą wielkości efektu danej różnicy dotyczyły schematu zależność/niekompetencja, podporządkowanie się, poszukiwanie akceptacji i uznania, deprywacja emocjonalna,

nieufność/skrzywdzenie, wadliwość/wstyd, porażka oraz niedostateczna samokontrola i samodyscyplina.

Schemat deprivacja emocjonalna (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) to schemat, w którym jednostka ma poczucie, że jej potrzeby emocjonalne nie są ważne i nie zostaną zaspokojone przez innych. Natomiast schemat nieufność/skrzywdzenie (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) jest związany z przekonaniem jednostki, że przekonanie inni ją zranić, wykorzystać, oszukać bądź poniżyć. Z kolei schemat wadliwość/wstyd (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) jest powiązany z poczuciem jednostki, że coś jest z nią nie tak, że ma w sobie jakąś trwałą wadę. Ponadto schemat porażka (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) to schemat, w którym jednostka ma przekonanie, że nie jest w stanie osiągnąć tak wiele jak inne osoby. W przypadku schematu niedostateczna samokontrola i samodyscyplina (Younga, 2014; Oettingen i in., 2017) jednostka ma trudności z utrzymaniem właściwego poziomu samokontroli i tolerowaniu frustracji. Ponadto wykazano również różnice pomiędzy analizowanymi grupami w ramach innych wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych. Wyniki te mogą świadczyć o znaczeniu wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych jako predyktorów późniejszych zachowań nałogowych.

Wnioski i rekomendacje

Na podstawie przeprowadzonych badań wykazano istnienie związku między impulsywnością i wczesnymi nieadaptacyjnymi schematami poznawczymi a specyficznym uzależnieniem od Internetu (nałogowe korzystanie z Facebooka oraz nałogowe granie w gry komputerowe). Zaobserwowano również istotne różnice pomiędzy osobami nałogowo korzystającymi z Facebook oraz gier komputerowych a osobami uzależnionymi od narkotyków.

1) Zaobserwowano, że wczesne nieadaptacyjne schematy poznawcze mogą mieć prawdopodobnie znaczenie w powstawaniu nałogowego korzystania z Facebooka jak również nałogowego korzystania z gier komputerowych. W tym kontekście schemat zależność/niekompetencja miał pozytywny związek z oboma typami nałogowego zachowania. Natomiast w przypadku nałogowego korzystania z Facebooka wykazano także związek między schematem poszukiwanie akceptacji i uznania oraz schematem izolacja

społeczna/wyobcowanie. Natomiast w przypadku nałogowego korzystania z gier komputerowych zanotowano także związek między schematem opuszczenie/niestabilność więzi oraz schematem podporządkowanie się. Wyniki te mogą wskazywać na pewne różnice oraz podobieństwa pomiędzy oboma typami specyficznego uzależnienia od Internetu. W konsekwencji należy zastanowić się nad podobieństwami i różnicami w terapii oraz profilaktyce kierowanej do osób nałogowo korzystających z Facebooka i nałogowo korzystających z gier komputerowych. Ponadto wyniki wskazujące na znaczenie wczesnych nieadaptacyjnych schematów na powstawanie specyficznego uzależnienia od Internetu może być przesłanka do wprowadzania na większą skalę metod terapii schematów (Younga, 2014) do oddziaływań prowadzonych przez psychoterapeutów uzależnień. Otrzymane wyniki mogą być również przesłanką do rozważań na temat wprowadzenia elementów terapii schematów do cyklu szkolenia psychoterapeutów uzależnień. Jednakże należy przy tym zwrócić uwagę również na ograniczenia tego typu terapii związane z wiekiem klientów.

2) Wykazano znaczenie impulsywności w przypadku nałogowego korzystania z Facebooka oraz gier komputerowych, co znajduje potwierdzenie we wcześniejszych badaniach (Cudo i in., 2019). Należy jednakże zaznaczyć, że zaobserwowano istotne wyniki jedynie w przypadku impulsywności motorycznej i związanej z planowaniem działań. Dlatego też istotnym jest dokładniejsza analiza specyfiki impulsywności u osób nałogowo korzystających z Facebooka oraz gier komputerowych, która mogłaby przełożyć się na doprecyzowanie programów terapeutycznych i profilaktycznych w tym aspekcie. W szczególności w odniesieniu do tych dwóch wymiarów impulsywności

3) Potrzebne są także dalsze badania, które w większym stopniu uwzględniałyby różnice oraz podobieństwa pomiędzy specyficznymi uzależnieniami od Internetu a uzależnieniami od substancji psychoaktywnych, w tym od narkotyków. Jest to tym bardziej ważne, że dotychczasowe badania wskazują z jednej strony na podobieństwa pomiędzy tymi uzależnieniami, z drugiej zaś wskazują na znaczące różnice (zob. Aarseth i in., 2017; Gola, 2016; Przybylski, Weinstein, Murayama, 2016). Również biorąc pod uwagę zaobserwowane różnice pod względem wczesnych nieadaptacyjnych schematów poznawczych dokładniejsza analiza różnic pomiędzy osobami uzależnionymi od narkotyków i przejawiającymi nałogowe korzystanie z Facebooka i gier komputerowych mogłaby przyczynić się do odpowiedzi na pytanie o różnice i podobieństwa w zakresie predyktorów tego typu uzależnień i związanych z nimi prawdopodobieństw wystąpienia jednego z zachowań nałogowych.

Literatura:

- American Psychiatric Association. (2013) Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Belin, D., Mar, A. C., Dalley, J. W., Robbins, T. W., & Everitt, B. J. (2008). High impulsivity predicts the switch to compulsive cocaine-taking. *Science*, 320(5881), 1352–1355.
- Brunborg, G. S., Mentzoni, R. A., & Frøyland, L. R. (2014). Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems?. *Journal of behavioral addictions*, 3(1), 27-32.
- Błachnio, A., & Przepiorka, A. (2016). Personality and positive orientation in Internet and Facebook addiction. An empirical report from Poland. *Computers in Human Behavior*, 59, 230–236.
- Błachnio, A., Przepiorka, A., & Pantic, I. (2015). Internet use, Facebook intrusion, and depression: results of a cross-sectional study. *European Psychiatry*, 30(6), 681-684.
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Rowiński, T. (2014). Dysfunkcyjne korzystanie z internetu – przegląd badań. *Psychologia Społeczna*, 4(31), 378–395.
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71, 252-266.
- Brand, M., Young, K. S., & Laier, C. (2014). Prefrontal control and Internet addiction: a theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings. *Frontiers in human neuroscience*, 8, 375.
- Cao, F., Su, L., Liu, T., & Gao, X. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. *European Psychiatry*, 22(7), 466-471.
- CBOS (2017). Raport CBOS: Internauci 2017.
- CBOS (2014). Raport CBOS: Internauci 2014.
- CBOS (2012). Raport CBOS: Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących w odniesieniu do hazardu, w tym hazardu problemowego (patologicznego) oraz innych uzależnień behawioralnych.
- Chwaszcz, J., Wiechetek, M., Przybyłek, A. (2016). Coping strategies and the risk of developing Internet addiction in young people – a study report. W: Lelonek-Kuleta, B.,

- Chwaszcz, J. (red). Gambling and Internet addictions – epidemiology and treatment (s. 101-107). Lublin: Natanaelum.
- Cudo, A., Kopiś, N., Stróżak, P., & Zapala, D. (2018). Problematic Video Gaming and Problematic Internet Use Among Polish Young Adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(8), 523-529.
- Cudo, A., Kopiś, N., & Stróżak, P. (2016). Problematyczne używanie Internetu oraz problematyczne korzystanie z gier komputerowych wśród studentów kierunków społecznych i humanistycznych. *Hygeia*, 51(4), 389-397.
- Davis, R., A. (2009). Poznawczo-behawioralny model patologicznego używania Internetu. W: Paluchowski, W. J. (red). *Internet a psychologia. Możliwości i zagrożenia* (s. 373-385). Warszawa: PWN.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Dong, G., Lin, X., Zhou, H., & Lu, Q. (2014). Cognitive flexibility in internet addicts: fMRI evidence from difficult-to-easy and easy-to-difficult switching situations. *Addictive Behaviors*, 39(3), 677-683.
- Gerson, J., Plagnol, A. C., & Corr, P. J. (2016). Subjective well-being and social media use: Do personality traits moderate the impact of social comparison on Facebook? *Computers in Human Behavior*, 63, 813–822.
- Gray, J. A. (1970). The psychophysiological basis of introversion-extraversion. *Behaviour research and therapy*, 8(3), 249-266.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Billieux, J., & Pontes, H. M. (2016). The evolution of Internet addiction: A global perspective. *Addictive Behaviors*, 53, 193–195.
- Griffiths, M. D., King, D. L., & Demetrovics, Z. (2014). DSM-5 internet gaming disorder needs a unified approach to assessment. *Neuropsychiatry*, 4(1), 1-4.
- Hong, F. Y., Huang, D. H., Lin, H. Y., & Chiu, S. L. (2014). Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. *Telematics and Informatics*, 31(4), 597-606.
- Jakubczyk, A., Wojnar, M. (2009a). Neurobiologia impulsywności i jej implikacje kliniczne. *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 18(4): 357-365.
- Jakubczyk, A., Wojnar, M. (2009b). Znaczenie impulsywności w przebiegu i rozwoju uzależnienia od alkoholu. *Alkoholizm i Narkomania*, 22 (4): 387–397.

- Jakubczyk, A., Wojnar, M. (2009c) Impulsywność—definicje, teorie, modele. *Postępy Psychiatrii i Neurologii*, 18(4): 349-356.
- Juczyński, Z. (2001). *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Kałwa, A. (2013). Impulsywność a podejmowanie decyzji u osób uzależnionych od alkoholu. *Psychiatria Polska*, 47(2): 325-334.
- KBPN (2016). Raport z realizacji zadania: „Specyfika funkcjonowania poznawczego osób uzależnionych od Internetu oraz osób uzależnionych od gier komputerowych”.
- KBPN (2017a). Raport z realizacji zadania: „Specyfika funkcjonowania poznawczego osób uzależnionych od Internetu oraz osób uzależnionych od gier komputerowych”.
- KBPN(2017b). Raport z realizacji zadania: „Neuralne korelaty uzależnienia od portali społecznościowych w zakresie kontroli poznawczej”.
- KBPN(2018). Raport z realizacji zadania: „Poznawcze mechanizmy samokontroli w funkcjonowaniu osób nałogowo korzystających z gier komputerowych oraz portali społecznościowych. Analiza i porównanie z osobami uzależnionymi od substancji psychoaktywnych”.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, 23(3), 212–218.
- Kotyśko, M., Izdebski, P., Michalak, M., Andryszak, P., & Pluto-Prądyńska, A. (2014). Nadmierne korzystanie z sieci społecznościowych. *Alcoholism and Drug Addiction*, 27(2), 177-194.
- Krzyżak-Szymańska, E. (2018). *Uzależnienia technologiczne wśród dzieci i młodzieży. Teoria, profilaktyka, terapia - wybrane zagadnienia*. Kraków: KBPN.
- Lawrence, A. J., Luty, J., Bogdan, N. A., Sahakian, B. J., & Clark, L. (2009). Impulsivity and response inhibition in alcohol dependence and problem gambling. *Psychopharmacology*, 207(1), 163-172.
- Lopez-Fernandez, O., Kuss, D., Pontes, H., & Griffiths, M. (2016). Video game addiction: Providing evidence for Internet gaming disorder through a systematic review of clinical studies. *European Psychiatry*, 33, S306.
- Makaruk, K., & Wójcik, S. (2013). Nadużywanie internetu przez młodzież Wyniki badania EU NET ADB. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, Badania, Praktyka*, 12(1), 35–48.

- Makaruk, K. (2013). Korzystanie z portali społecznościowych przez młodzież. Wyniki badania EU NET ADB. Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka, 12(1), 69-79.
- Mącik, D. (2018). Rola postaw rodzicielskich w kształtowaniu wczesnych nieadaptacyjnych schematów. Badania populacji nieklinicznej. Polskie Forum Psychologiczne, 23(1), 201-215.
- Mącik, D. (2016). Wczesne nieadaptacyjne schematy Younga i ich związki z rysami zaburzeń osobowości w populacji nieklinicznej–badania wstępne. Psychiatria i Psychoterapia, 12(1), 3-24.
- Mącik, D., & Shchhehelska, K. (2015). Związki wczesnych nieadaptacyjnych schematów Younga z samopoczuciem i sensem życia w zaburzeniu lękowym i depresyjnym. Postępy Psychiatrii i Neurologii, 24(4), 208-216.
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. Cyberpsychology, behavior, and social networking, 13(3), 313-316.
- Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M., & Swann, A. C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. American journal of psychiatry, 158(11), 1783-1793.
- Mottram, A. J., Fleming, M. J., (2009). Extraversion, Impulsivity, and Online Group Membership as Predictors of Problematic Internet Use. CyberPsychology & Behavior, 12(3), 3-6.
- Muller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wolfling, K., Beutel, M. E., Tzavara, C., ... Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. European Child and Adolescent Psychiatry, 24(5), 565–574.
- Nęcka, E., Orzechowski, J., Szymura, B. (2006). Psychologia poznawcza. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN
- Oettingen, J., Chodkiewicz, J., Mącik, D., Gruszczyńska, E. (2017). Polish adaptation of the Young Schema Questionnaire 3 Short Form (YSQ-S3-PL). Psychiatria Polska, 82, 1-12.
- Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. Journal of clinical psychology, 51(6), 768-774.

- Shokri, O., Potenza, M. N., & Sanaeepour, M. H. (2017). A Preliminary Study Suggesting Similar Relationships Between Impulsivity and Severity of Problematic Internet Use in Male and Female Iranian College Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 15(2), 277-287.
- Shorey, R. C., Stuart, G. L., & Anderson, S. (2013). Early maladaptive schemas among young adult male substance abusers: A comparison with a non-clinical group. *Journal of substance abuse treatment*, 44(5), 522-527.
- Shorey, R. C., Anderson, S., & Stuart, G. L. (2012). Gambling and early maladaptive schemas in a treatment seeking sample of male alcohol users: a preliminary investigation. *Addictive disorders & their treatment*, 11(4), 173.
- Shorey, R. C., Stuart, G. L., & Anderson, S. (2012). The early maladaptive schemas of an opioid-dependent sample of treatment seeking young adults: A descriptive investigation. *Journal of substance abuse treatment*, 42(3), 271-278.
- Stanford, M. S., Mathias, C. W., Dougherty, D. M., Lake, S. L., Anderson, N. E., & Patton, J. H. (2009). Fifty years of the Barratt Impulsiveness Scale: An update and review. *Personality and individual differences*, 47(5), 385-395.
- Watrowski, R., & Rohde, A. (2014). Validation of the Polish version of the Hospital Anxiety and Depression Scale in three populations of gynecologic patients. *Archives of medical science: AMS*, 10(3), 517.
- Young, K. S. (2015). The evolution of Internet addiction. *Addictive Behaviors*, 64, 229–230.
- Young, J., E., Klosko, J., S., Weishaar, M., E. (2014). *Terapia schematów. Przewodnik praktyka*. Sopot:GWP.
- Zhou, Z., Zhu, H., Li, C., & Wang, J. (2014). Internet addictive individuals share impulsivity and executive dysfunction with alcohol-dependent patients. *Frontiers in behavioral neuroscience*, 8, 288.
- Zigmond, A. S., & Snaith, R. P. (1983). The hospital anxiety and depression scale. *Acta psychiatrica scandinavica*, 67(6), 361-370.