

OSOBOWOŚCIOWE UWARUNKOWANIA NADMIERNEGO KORZYSTANIA Z SIECI SPOŁECZNOŚCIOWYCH WŚRÓD ADOLESCENTÓW

Skład zespołu badawczego:

dr hab. Paweł Izdebski - kierownik badania

dr Maciej Michałak - wykonawca

dr Paulina Andryszak - wykonawca

mgr Martyna Kotyśko - wykonawca

Jednostka realizująca:

Instytut Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego

Termin realizacji :

01.02.2013 - 31.12.2014

I. WYKAZ ŹRÓDEŁ PUBLIKACJI WYKORZYSTANYCH PRZY REALIZACJI PROJEKTU

1. Wykaz źródeł publikacji wykorzystanych do opracowania podstaw skali do pomiaru nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych SONKSS.

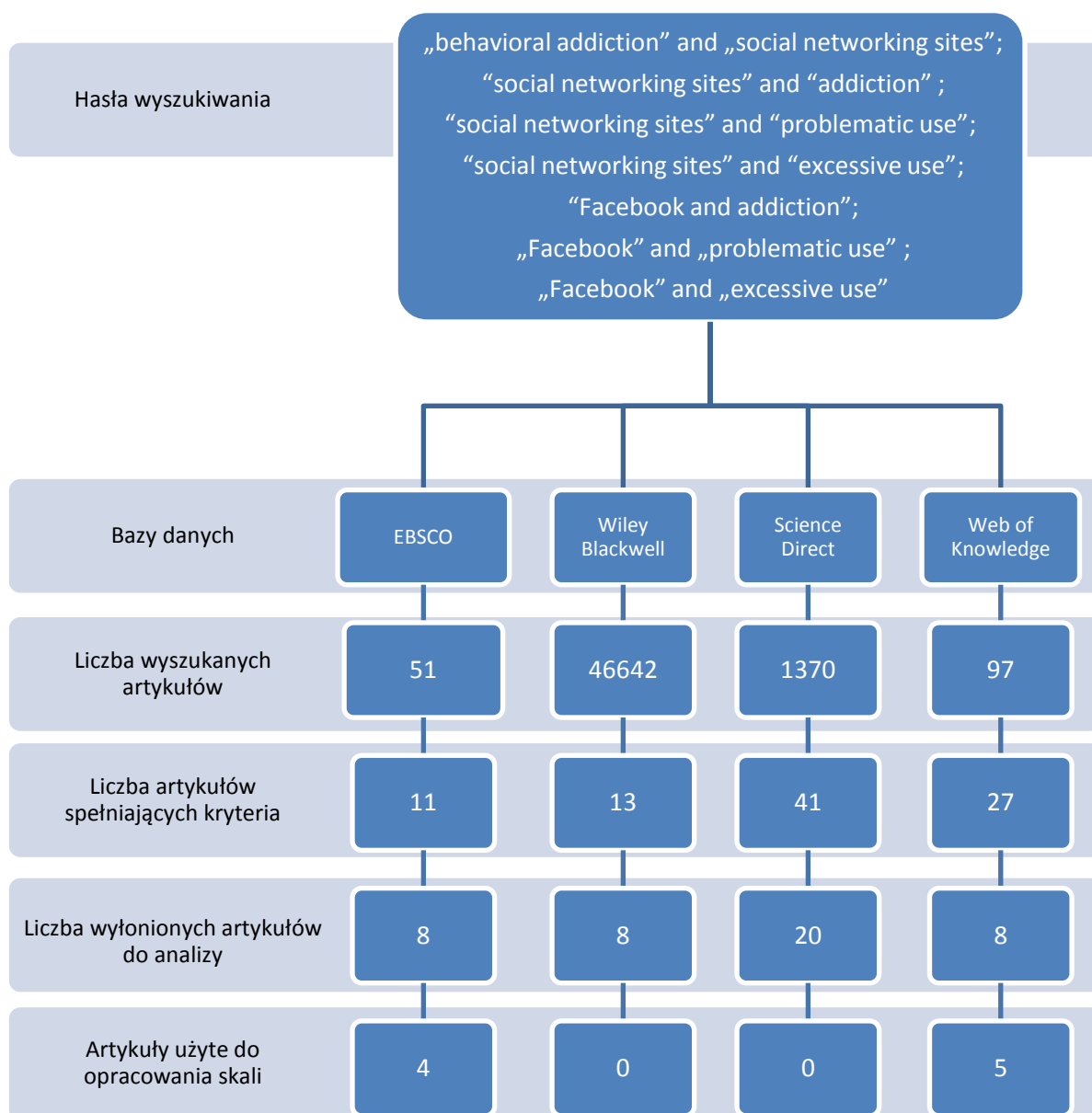
Dane bibliograficzne artykułów zamieszczonych poniżej, z wyjątkiem publikacji polskojęzycznych, są efektem przeglądu baz danych: EBSCO oraz Web of Knowledge. Przegląd obejmował jeszcze dwie inne bazy: Wiley Blackwell oraz Science Direct, jednak nie wykorzystano znalezionych w nich artykułów. Publikacje, które okazały się najbardziej przydatne do konstrukcji narzędzia to prace: Andreasen, C.S., Torsheim, T., Brunborg, G.S., Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. oraz Kuss, J.D., Griffiths, M. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. Artykuły te pozwoliły na lepsze zrozumienie konstruktów potencjalnego uzależnienia od portali społecznościowych (głównie Facebooka). Polską publikacją, która zawierała bardzo użyteczne informacje była praca: Woronowicz, B.T. (2009). *Uzależnienia. Geneza, terapia, powrót do zdrowia*. Opisane w niej zagadnienie patologicznego hazardu stanowiło element dyskusji nad przyjęciem wyznaczników nadmiernego korzystania z portali społecznościowych. Publikacje zawarte w poniższym spisie nie traktują o uzależnieniu bądź nadmiernym użytkowaniu portali społecznościowych wprost, natomiast koncentrują się na ich użytkowaniu i podejmują próbę wskazania, gdzie leży granica pomiędzy przeciętnym, a natężonym użytkowaniem.

a) publikacje wykorzystane do opracowania skali SONKSS

1. Andreasen, C.S., Torsheim, T., Brunborg, G.S., Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110, 2, 501-517.
2. Çam, E., İşbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: social networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 11, 3, 14-19
3. GUS (2012). *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2011/2012*. Warszawa: Zakład Wydawnictw Statystycznych.
4. Kittinger, M.A., Correia, C.J., Irons, J.G. (2012). Relationship Between Facebook Use and Problematic Internet Use Among College Students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social networking*, 15, 6, 324-328.
5. Kuss, J.D., Griffiths, M. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8, 3528-3552.
6. Leung, L., Lee, P.S. (2012). Impact of Internet Literacy, Internet Addiction Symptoms, and Internet Activities on Academic Performance. *Social Science Computer Review*, 30, 403-418, first published on February 13, 2012
7. Pelling, E., White, K.M. (2009). The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking websites. *CyberPsychology & Behavior*, 12, 6, 755-759.

8. Thompson, S.H., Loughheed, E. (2012). Frazzled by Facebook? An Exploratory Study of Gender Differences in Social Network Communication among Undergraduate Men and Women. *College Student Journal*, 46, 1, 88-98.
9. Turel, O., Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21, 512–528.
10. Wilson, K., Fomasier, S., White, K.M. (2010). Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13, 173-177.
11. Woronowicz, B.T. (2009). *Uzależnienia. Geneza, terapia, powrót do zdrowia*. Poznań/Warszawa: Media Rodzina i Parpamedia
12. Woronowicz, B.T. (b.d). Hazard patologiczny. Uzyskano w dniu: 20.02.2013 ze strony <http://psychiatria.mp.pl/uzaleznienia/show.html?id=71343>

Rysunek 1. Graficzne przedstawienie wyników przeglądu i analizy publikacji



2. Wykaz publikacji użytych do napisania artykułu będącego efektem przeglądu literatury

Dokonany, w ramach realizowanego projektu, przegląd literatury umożliwił opracowanie publikacji, która ukazała się w czasopiśmie *Alkoholizm i Narkomania*. Zapis bibliograficzny publikacji jest następujący:

- Kotyśko, M., Izdebski, P., Michalak, M., Andryszak, P., Pluto-Prączyńska, A. (2014). Nadmierne korzystanie z sieci społecznościowych. *Alkoholizm i Narkomania*, 27(2), s. 177-194. (publikacja dostępna na zasadach Open Access w bazie danych Science Direct)

Artykuł zawiera informacje dotyczące zjawiska, jakim są sieci społecznościowe, ukazuje motywy kierujące użytkownikami do korzystania z nich, przedstawia trudności teoretyczne i definicyjne związane z potencjalnym uzależnieniem od sieci społecznościowych, a także prezentuje usystematyzowaną analizę artykułów związanych z tym zagadnieniem.

a) Publikacje wykorzystane do napisania publikacji będącej efektem dokonanego przeglądu literatury:

1. Social network (24.04.2013) <http://oxforddictionaries.com/definition/english/social%2Bnetwork>
2. Social networking (24.04. 2013) <http://oxforddictionaries.com/definition/english/social%2Bnetworking>
3. Boyd DM, Ellison NB (2007) Social network sites: Definition, history and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, 210–230.
4. Top 15 Most Popular Social Networking Sites | April 2013 (25.04.2013) <http://www.ebizmba.com/articles/social-networking-websites>
5. Megapanel luty 2013: Więcej użytkowników Google i Facebooka. Tracą portale (25.04.2013) <http://media2.pl/badania/101749-Megapanel-luty-2013-Wiecej-uzytkownikow-Google-i-Facebooka.-Traca-portale.html>
6. Kreft, P. (25.04. 2013) Ilu polskich internautów korzysta z serwisów społecznościowych? <http://www.komputerswiat.pl/novosci/internet/2013/15/ilu-polskich-internautow-korzysta-z-serwisow-spoecznościowych.aspx>
7. Izdebski P, Kotyśko M (2012) Autoprezentacja na portalu społecznościowym Facebook a narcyzm. W: Liberska H, Malina A, Suwalska- Barancewicz D (red.) *Funkcjonowanie współczesnych młodych ludzi w zmieniającym się świecie*. Warszawa: Difin, 202-212.
8. Tosun LP (2012) Motives for Facebook use and expressing “true self” on the Internet. *Computers in Human Behavior*, 28, 1510-1517.
9. Ross C, Orr ES, Sisic M, Arseneault M, Simmering MG, Orr RR (2009) Personality and motivations associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 25, 578-586.
10. Xu Ch, Ryan S, Prybutok V, Wen C (2012) It is not for fun: An examination of social network site usage. *Information & Management*, 49, 210-217.
11. Nadkarni A, Hofmann SG(2011) Why do people use Facebook? *Personality and Individual Differences*, 52, 243-249.
12. Gülnar B, Balci S, Çakir V (2010) Motivations of Facebook, YouTube and Similar Web Sites Users. *Bilig*, 54, 161-184.
13. Mehdizadeh S (2010) Self-presentation 2.0.: narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13, 357-364.
14. Valkenburg PM, Peter J, Schouten AP (2006) Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *Cyberpsychology and Behavior*, 9, 584–590.
15. Gonzales AL, Hancock JT (2011) Mirror, mirror on my Facebook wall: effects of exposure to Facebook on self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14, 79-83.

16. Clayton RB, Osborne RE, Miller BK, Oberle CD (2013) Loneliness, anxiousness, and substance use as predictors of Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 29, 687-693.
17. Światowa Organizacja Zdrowia (2008) ICD-10. Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych – X Rewizja, Tom I. Rozdz. V. Zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania. Centrum Systemów Informacyjnych Ochrony Zdrowia, 2012. www.csioz.gov.pl/src/files/klasyfikacje/ICD10TomI.pdf
18. Goodman A (1990) Addiction: definition and implications. *British Journal of Addiction*, 85, 1403-1408.
19. Griffiths M (1996) Behavioural addictions: An issue for everybody? *Journal of Workplace Learning*, 8(3), 19-25.
20. Griffiths M (2000) Does Internet and Computer "Addiction" Exist? Some Case Study Evidence. *CyberPsychology & Behavior*, 3(2), 211-218.
21. Young KS (1998) Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.
22. Young KS (2009) Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39, 241-246.
23. Kaliszewska K (2010) *Nadmierne używanie internetu. Charakterystyka psychologiczna*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
24. Majchrzak P, Ogińska-Bulik N (2010) *Uzależnienie od internetu*. Łódź: Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej.
25. Poprawa R (2012) Problematyczne używanie internetu – symptomy i metoda diagnozy. Badania wśród dorastającej młodzieży. *Psychologia Jakości Życia*, 11(1), 57-82.
26. Widyanto L, Griffiths M (2005) Internet Addiction: A Critical Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31-51.
27. Cooper A (1998) Sexuality and the internet: Surfing into the new millennium. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 181-187.
28. Petry N (2006) Internet gambling: An emerging concern in family practice medicine? *Family Practice*, 23, 4, 421-426.
29. Karaiskos D, Tzavellas E, Balta G, Paparrigopoulos T (2010) Social network addiction: A new clinical disorder? *European Psychiatry*, 25, 855.
30. Kuss JD, Griffiths M (2011) Online Social Networking and Addiction – A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8, 3528-3552.
31. APA (20.01.2014) Criteria for Substance Dependence http://www.uscourts.gov/uscourts/federalcourts/pps/fedprob/2006-09/accountability_table1.html
32. Andreasen CS, Torsheim T, Brunborg GS, Pallesen S (2012) Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110, 2, 501-517.

33. Chawada BL, Choksi RP, Chooski SB, Dari UT, Pawar AB, Bansal RK (2010) Addiction to social networking websites and its effect on lifecourse of college going students in Surat city. *National Journal of Community Medicine*, 1, 2, 174-175.
34. Cam E, Isbulan O (2012) A New Addiction for Teacher Candidates: Social Networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology - TOJET*, 11(3), 14-19.
35. Herrera M, Pacheco M, Palomar J, Zavala D (2010) Facebook Addiction Related to Low Self-Esteem, Depression and Lack of Social Skills. *Psicología Iberoamericana*, 18, 1, 6-18.
36. Kittinger MA, Correia CJ, Irons JG (2012) Relationship Between Facebook Use and Problematic Internet Use Among College Students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social networking*, 15, 6, 324-328.
37. Leung L, Lee PS (2012) Impact of Internet Literacy, Internet Addiction Symptoms, and Internet Activities on Academic Performance. *Social Science Computer Review*, 30, 403-418, first published on February 13, 2012
38. Machold C, Judge G, Mavrincac A, Elliott J, Murphy AM, Roche E (2012) Social networking patterns/hazards among teenagers. *The Irish Medical Journal*, 105, 5, 151-2.
39. Pelling E, White KM (2009) The theory of planned behaviour applied to young people's use of social networking websites. *Cyberpsychology & Behavior*, 12, 755-759.
40. Thompson SH, Loughheed E (2012) Frazzled by Facebook? An Exploratory Study of Gender Differences in Social Network Communication among Undergraduate Men and Women. *College Student Journal*, 46, 1, 88-98.
41. Turel O, Serenko A (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking sites. *European Journal of Information Systems*, 21, 512-528.
42. Wilson K, Fornasier S, White KM (2010) Psychological predictors of young adults' use of social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13, 173-177.
43. Wan C (2009) *Gratifications & loneliness as predictors of campus-SNS websites addiction & usage pattern among Chinese college students*. M.S. Thesis, Chinese University of Hong Kong: Hong Kong, China
44. Zhou SX (2010) *Gratifications, loneliness, leisure boredom and self-esteem as predictors of SNS-game addiction and usage pattern among Chinese college students*. M.S. Thesis, Chinese University of Hong Kong: Hong Kong, China.
45. La Barbera D, La Paglia F, Valsavoia R (2009) Social network and addiction. *CyberPsychology and Behavior*, 12, 628-629.
46. Echeburua E, de Corral P (2010) Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Adicciones*, 22, 91-95.

II. OPIS ZAŁOŻEŃ I METODOLOGIA BADANIA

a) Opis podstawowych założeń badań

Portale/sieci społecznościowe jako element codzienności milionów ludzi w różnym wieku, głównie wśród uczniów i studentów, stały się nowym obszarem badawczym. Zwraca się uwagę na ich rolę w funkcjonowaniu społecznym, motywy do korzystania z nich, a także nowe zjawisko, którym jest potencjalne uzależnienie od nich.

Głównym założeniem projektu było dokonanie oceny zjawiska patologicznego/nadmiernego użytkowania portali społecznościowych wśród polskich adolescentów. W ramach badań podjęto próbę określenia, które ze zmiennych psychologicznych, wskazywanych w literaturze naukowej jako powiązanych z uzależnieniami behawioralnymi, mają istotne znaczenie w zakresie wyjaśniania potencjalnych przyczyn lub predyspozycji do nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych. Przeprowadzone badania miały charakter ilościowy (dokonano pomiaru kwestionariuszowego) oraz jakościowy (badania fokusowe). W modelu badawczym, wyjaśniającym oddziaływanie na poziom nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych, uwzględniono następujące zmienne psychologiczne: pięć cech osobowości (neurotyczność, ekstrawersję, otwartość na doświadczenie, ugodowość oraz sumienność), wrażliwość na karę (BIS) i nagrodę (BAS), narcyzm, impulsywność oraz samoocenę.

b) Cel główny i cele szczegółowe badań

Celem głównym projektu było pogłębienie wiedzy na temat psychologicznych uwarunkowań nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych wśród adolescentów. Wskazano również kilka celów szczegółowych, które były następujące:

- Analiza częstości rozpowszechnienia zjawiska nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych wśród adolescentów.
- Rozpoznanie osobowościowych uwarunkowań uzależniania od sieci społecznościowych (nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych), ze szczególnym uwzględnieniem cech osobowości, temperamentu i poziomu samooceny.
- Opracowanie i weryfikacja narzędzia diagnostycznego - Skali Oceny Nadmiernego Korzystania z Sieci Społecznościowych (SONKSS).

c) Główny problem badawczy

W oparciu o opracowany cel badania sformułowano następujący problem badawczy: „Czy istnieje związek pomiędzy zmiennymi psychologicznymi, tj. cechami osobowości (cechami Pięcioczynnikowego Modelu Osobowości), impulsywnością, poziomem samooceny, zmiennymi socjodemograficznymi a nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych wśród adolescentów?”

d) Procedura prowadzonych badań i wielkość prób w poszczególnych etapach

Badania prowadzone były w 3 etapach. Poniżej znajduje się krótki opis każdego z etapów (dokładny opis prezentuje część IV).

Etap 1 badań:

- opracowano narzędzie badawcze: Skali Oceny Nadmiernego Korzystania z Sieci Społecznościowych (SONKSS) oraz narzędzie użyte w badaniu fokusowym
- badanie pilotażowe przy użyciu opracowanego narzędzia (SONKSS). Łącznie przebadano 600 osób z 8 województw z różnych stron Polski;
- badanie fokusowego przeprowadzono z udziałem 80 osób (ochotnicy z badania pilotażowego);
- opracowano wyniki badania pilotażowego i fokusowego.

Etap 2 badań:

- badania walidacyjne opracowanego narzędzia SONKSS - przebadano 370 osób z 4 województw;
- oszacowano właściwości psychometryczne opracowanego narzędzia SONKSS.

Etap 3 badań:

- badanie właściwe przy użyciu narzędzia SONKSS oraz wybranych testów psychologicznych do pomiaru osobowości, temperamentu, impulsywności i poziomu samooceny oraz ankiety dotyczącej zmiennym socjodemograficznych przeprowadzono przy pomocy formularza internetowego. Łącznie przebadanych zostało 1177 osób z 16 województw.

e) Narzędzia badawcze wykorzystane w badaniach

Ze względu na ograniczenia, związane z umieszczaniem na stronie internetowej badania kwestionariuszy psychologicznych wydawanych przez Pracownię Testów Psychologicznych, podjęto decyzję o zmianach w pakiecie narzędzi badawczych. Ostateczna wersja zestawu użytych narzędzi znajduje się poniżej:

Tabela 1. Narzędzia użyte na wszystkich etapach projektu

Nazwa narzędzia	Mierzona zmienna	Liczba pytań	Autorzy	Etap badania, na którym wykorzystano dane narzędzie
SONKSS-48 oraz SONKSS-30	Nadmierne korzystanie z sieci społecznościowych	48 oraz 30	Autorskie narzędzie	I, II, III
Pytania do badania fokusowego	Uzyskanie informacji na temat nadmiernego korzystania z portali społecznościowych	9	Autorskie narzędzie	I
IMP-4	Impulsywność	4	Autorskie narzędzie	III
HEXACO-60	Sześć cech osobowości: szczerość/pokora, emocjonalność, ekstrawersja, ugodowość, sumienność, otwartość	60	Lee, K., Ashton, M.C. Polska adaptacja: Szarota, P. I Izdebski, P.	III
Skala BIS/BAS	Wrażliwość na karę, wrażliwość na nagrodę	16	Carver, C.S., White, T.L. Polska adaptacja: Bernatowicz, D., Izdebski, P.	III
NARPI-34	Narcyzm - wynik ogólny; domaganie się podziwu, próżność, samowystarczalność, przywództwo	34	Raskin, R., Hall, C.S. Polska adaptacja: Drat-Ruszczak, K., Bazińska, R.	III
SES	Samoocena	10	Rosenberg, M. Polska adaptacja: Dzwonkowska, I., Lachowicz-Tabaczek, K., Łaguna, M.	III
Kwestionariusz dotyczący aktywności na portalach społecznościowych	Informacje dotyczące użytkowania portali społecznościowych m.in. czas spędzany dziennie na korzystaniu z SNS; liczba zdjęć, częstotliwość umieszczania zdjęć, częstotliwość komentowania itd.	23	Autorskie narzędzie	I, II, III
BFAS	Uzależnienie od Facebooka	18	C.S. Andreassen, T. Torsheim, G.S. Brunborg i S. Pallesen Wersja polska: P. Izdebski, M. Kotyśko, M. Michalak, P. Andryszak	I

f) Dobór prób badawczych i uzyskiwanie zgody na prowadzenie badań

Każdy z przeprowadzonych etapów badawczych zakładał inną liczbę województw, w których odbywało się badanie. W przypadku etapu I - województwa rozlosowano z puli 16 województw z całej Polski (wyłoniono 8 województw). W etapie II losowania dokonano spośród województw, które nie brały udziału we wcześniejszym etapie, więc losowania odbyło się w obrębie 8 województw, wytypowano 4. Ostatni, III etap (internetowy),

zakładał badania w każdym polskim województwie. Bez względu na etap badań, w każdym rozlosowanym województwie, przebadano uczniów trzech typów szkół ponadgimnazjalnych: zasadniczej szkoły zawodowej, technikum i liceum ogólnokształcącego. Uzyskanie zgody na przeprowadzenie badania odbywało się poprzez rozmowę telefoniczną z dyrekcją każdej placówki. W etapie I i II to zespół badawczy przyjeżdżał do danej placówki i przeprowadzał badania, natomiast w etapie III badania nadzorowali nauczyciele z wytypowanych szkół.

III. SKONSTRUOWANE NARZĘDZIA BADAWCZE

Elementem realizowanego projektu było skonstruowanie narzędzia do oceny nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych. Punktem wyjścia stanowił przegląd badań naukowych z zakresu uzależnienia/nadużywania/problematicznego korzystania z sieci społecznościowych. Dodatkowo przeanalizowano wyznaczniki uzależnienia od Internetu (wg Young) i patologicznego hazardu (DSM-IV i ICD-10). Opracowano pulę 56 pytań, które poddano analizie pod względem ich przydatności, zrozumiałości oraz poprawności językowej. Ostatecznie wyłoniono 48 pytań, które stały się podstawą skali SONKSS-48. Ustalono, że pomiar będzie dokonywany przy użyciu skali Likerta, gdzie 1 oznacza „zdecydowanie się nie zgadzam”, a 5 oznacza „zdecydowanie się zgadzam”. Pod względem teoretycznym założono, występowanie 7 wskaźników nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych: zaabsorbowanie (8 pytań), utrata kontroli (3 pytania), symptomy odstawienia (6 pytań), wzrost tolerancji (3 pytania), zaniedbywanie alternatywnych źródeł przyjemności (4 pytania), korzystanie pomimo negatywnych konsekwencji (17 pytań), modyfikacja nastroju/ucieczka (7 pytań). Skala z opracowanymi pytaniami została zaprezentowana poniżej:

SONKSS-48

Autorzy: M. Kotyśko, P. Izdebski, M. Michalak i P. Andryszak

Instrukcja:

Poniżej znajdują się zdania opisujące różne odczucia i reakcje ludzi. Korzystając ze skali od 1 do 5, gdzie 1 oznacza „zdecydowanie się nie zgadzam” a 5 oznacza „zdecydowanie się zgadzam” oceń, w jakim stopniu stwierdzenia te dotyczą Ciebie. Nie ma tutaj ani dobrych, ani złych odpowiedzi. Postaraj się odpowiadać szczerze (liczą się tylko szczerze odpowiedzi).

L.p	Treść pytania	Odpowiedź				
		1	2	3	4	5
1.	Nie mogę się powstrzymać od korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
2.	Korzystam z portalu społecznościowego, mimo że od tego bołą mnie oczy.	1	2	3	4	5
3.	Mam ochotę uciec od wszystkiego z powodu korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
4.	Trudno jest mi zdecydować, ile czasu dziennie mogę poświęcić na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
5.	Gdy próbuję ograniczyć ilość czasu spędzanego na portalu społecznościowym to odczuwam złość/irytację.	1	2	3	4	5
6.	Mam problemy w szkole, ponieważ za dużo czasu poświęcam na korzystaniu z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
7.	Wcześniejsze zainteresowania zamieniam na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
8.	Widzę, że przez korzystanie z portalu społecznościowego moja relacja z rodzicami (opiekunami) znacznie się pogorszyła.	1	2	3	4	5
9.	To, co dzieje się na portalu społecznościowym, jest dla mnie bardziej ciekawe niż wydarzenia w życiu realnym.	1	2	3	4	5
10.	Z powodu funkcjonowania na portalu społecznościowym wdaję się w sprzeczki z przyjaciółmi z „realnego świata”.	1	2	3	4	5
11.	Odczuwam silną potrzebę korzystania z portalu społecznościowego w różnych sytuacjach.	1	2	3	4	5
12.	Tracę czas przeznaczony na szkołę lub naukę na rzecz korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
13.	Próbuję bez powodzenia ograniczyć ilość czasu spędzanego na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
14.	Dzięki funkcjonowaniu na portalu społecznościowym jestem mniej zestresowany.	1	2	3	4	5
15.	Nie mogę zasnąć z powodu korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
16.	Mój zły nastrój mija, gdy tylko wejdę na swoje konto na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
17.	Moi znajomi/przyjaciele, narzekają, że za dużo czasu spędzam korzystając z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
18.	Drażnią mnie sytuacje, gdy ktoś każe mi ograniczyć korzystanie z portalu społecznościowego i znaleźć czas na inne zajęcia.	1	2	3	4	5
19.	Doznawane przeze mnie niepowodzenia (klótnie ze znajomymi, złe oceny, itp.) wywołują u mnie chęć korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
20.	Nie mogę przestać myśleć o tym, co dzieje się na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
21.	Kiedy czuję, że brakuje mi energii, to korzystam z portalu społecznościowego – on pozwala mi „naładować akumulatory”.	1	2	3	4	5
22.	Nie potrafię zapanować nad chęcią skorzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
23.	Korzystanie z portalu społecznościowego powoduje, że moje życie rodzinne nie jest szczęśliwe.	1	2	3	4	5

24.	Zauważam, że spędzam coraz więcej czasu na portalu społecznościowym, aby mieć tak dobre samopoczucie jak wcześniej.	1	2	3	4	5
25.	Mimo negatywnych komentarzy na mój temat na portalu społecznościowym nadal z niego korzystam.	1	2	3	4	5
26.	Przebywanie na portalu społecznościowym jest moim ulubionym zajęciem.	1	2	3	4	5
27.	Wydaje mi się, że spędzam na portalu społecznościowym więcej czasu niż wcześniej.	1	2	3	4	5
28.	Korzystanie z portalu społecznościowego powoduje obniżenie moich ambicji.	1	2	3	4	5
29.	Trudno jest mi ograniczyć czas, który przeznaczam na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
30.	Ze względu na „siedzenie do późna” na portalu społecznościowym mam problem ze snem.	1	2	3	4	5
31.	Zauważam, że przez korzystanie z portalu społecznościowego zaniedbuję swoich przyjaciół.	1	2	3	4	5
32.	Staram się nie myśleć o tym, co dzieje się na portalu społecznościowym, ale mi się to nie udaje.	1	2	3	4	5
33.	Kiedy czuję się samotny/a, to korzystam z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
34.	Aby móc korzystać z portalu społecznościowego, śpię mniej niż wcześniej.	1	2	3	4	5
35.	Źle się czuję, kiedy próbuję ograniczyć czas spędzany na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
36.	Rezygnuję ze swoich ulubionych zajęć, aby mieć więcej czasu na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
37.	Kiedy jest mi źle, to wchodzę na portal społecznościowy, aby poprawić sobie humor.	1	2	3	4	5
38.	Moi rodzice upominają mnie, żebym ograniczył/a korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
39.	Po zakończeniu sesji na portalu społecznościowym czuję, że muszę tam wrócić tak szybko, jak to jest możliwe.	1	2	3	4	5
40.	Zapominam o jedzeniu, kiedy korzystam z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
41.	Gdy nie mam co robić, to od razu wyobrażam sobie, co mógłbym/mogłabym zrobić na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
42.	Zdarza mi się okłamywać bliskie mi osoby (rodziców, przyjaciół) na temat tego, ile czasu dziennie poświęcam na portal społecznościowy.	1	2	3	4	5
43.	Korzystam z portalu społecznościowego dłużej niż wcześniej zaplanowałem/łam.	1	2	3	4	5
44.	Czuję niepokój, kiedy nie mogę zalogować się na swoje konto na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
45.	Z powodu korzystania z portalu społecznościowego mam bóle głowy.	1	2	3	4	5
46.	Zdarza mi się śnić o tym, co dzieje się na moim ulubionym portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
47.	Jestem zła/y, kiedy ktoś mi zabrania korzystać z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
48.	Po spędzeniu czasu na portalu społecznościowym odczuwam wyrzuty sumienia.	1	2	3	4	5

Narzędzie zaprezentowane powyżej zostało użyte w etapie I i II. Na podstawie danych uzyskanych z obu etapów przeprowadzono szereg analiz statystycznych oraz analizy merytoryczne, które przełożyły się na skrócenie narzędzia do wersji 30-pytaniowej SONKSS. Wyodrębniono jedynie 4 z zakładanych wcześniej 7

czynników. Nazwano je: zaabsorbowanie (10 pytań), czas (7 pytań), korzystanie mimo negatywnych konsekwencji (6 pytań) oraz ucieczka (7 pytań). Treść skali SONKSS-30 znajduje się poniżej:

SONKSS-30

Autorzy: M. Kotyśko, P. Izdebski, M. Michalak i P. Andryszak

Instrukcja: Poniżej znajdują się zdania opisujące różne odczucia i reakcje ludzi. Przy każdym pytaniu zaznacz właściwą dla siebie odpowiedź. Nie ma tutaj ani dobrych, ani złych odpowiedzi. Postaraj się odpowiadać szczerze (liczą się tylko szczerze odpowiedzi).

Warianty odpowiedzi:

- 1 – zdecydowanie się nie zgadzam**
- 2 – raczej się nie zgadzam**
- 3 – trudno powiedzieć (nie potrafię się zdecydować)**
- 4 – raczej się zgadzam**
- 5 – zdecydowanie się zgadzam**

L.p.	Pytanie	Odpowiedź				
		1	2	3	4	5
1	Jestem zła/y, kiedy ktoś mi zabrania korzystać z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
2	Trudno jest mi zdecydować, ile czasu dziennie mogę poświęcić na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
3	Gdy próbuję ograniczyć ilość czasu spędzanego na portalu społecznościowym to odczuwam złość/irytację.	1	2	3	4	5
4	Dzięki funkcjonowaniu na portalu społecznościowym jestem mniej zestresowany.	1	2	3	4	5
5	Zauważam, że spędzam coraz więcej czasu na portalu społecznościowym, aby mieć tak dobre samopoczucie jak wcześniej.	1	2	3	4	5
6	Tracę czas przeznaczony na szkołę lub naukę na rzecz korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
7	Mam problemy w szkole, ponieważ za dużo czasu poświęcam na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
8	Mój zły nastrój mija, gdy tylko wejdę na swoje konto na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
9	Ze względu na „siedzenie do późna” na portalu społecznościowym mam problemy ze snem.	1	2	3	4	5
10	Próbuję bez powodzenia ograniczyć ilość czasu spędzanego na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
11	Zapominam o jedzeniu, kiedy korzystam z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
12	Nie mogę zasnąć z powodu korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
13	Doznawane przeze mnie niepowodzenia (kłótnie ze znajomymi, złe oceny, itp.) wywołują u mnie chęć korzystania z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
14	Staram się nie myśleć o tym, co dzieje się na portalu społecznościowym, ale mi się to nie udaje.	1	2	3	4	5
15	Wydaje mi się, że spędzam na portalu społecznościowym więcej czasu niż wcześniej.	1	2	3	4	5
16	Moi znajomi/przyjaciele, narzekają, że za dużo czasu spędzam korzystając z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
17	Kiedy czuję, że brakuje mi energii, to korzystam z portalu społecznościowego – on pozwala mi „naładować akumulatory”.	1	2	3	4	5
18	Aby móc korzystać z portalu społecznościowego, śpię mniej niż wcześniej.	1	2	3	4	5

19	Trudno jest mi ograniczyć czas, który przeznaczam na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
20	Przebywanie na portalu społecznościowym jest moim ulubionym zajęciem.	1	2	3	4	5
21	Widzę, że przez korzystanie z portalu społecznościowego moja relacja z rodzicami (opiekunami) znacznie się pogorszyła.	1	2	3	4	5
22	Rezygnuję ze swoich ulubionych zajęć, aby mieć więcej czasu na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
23	Kiedy jest mi źle, to wchodzę na portal społecznościowy, aby poprawić sobie humor.	1	2	3	4	5
24	Moi rodzice upominają mnie, żebym ograniczył/a korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
25	Po zakończeniu sesji na portalu społecznościowym czuję, że muszę tam wrócić tak szybko, jak to jest możliwe.	1	2	3	4	5
26	Z powodu funkcjonowania na portalu społecznościowym wdaję się w sprzeczki z przyjaciółmi z „realnego świata”.	1	2	3	4	5
27	Gdy nie mam co robić, to od razu wyobrażam sobie, co mógłbym/mogłabym zrobić na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
28	Kiedy czuję się samotny/a, to korzystam z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
29	Zdarza mi się okłamywać bliskie mi osoby (rodziców, przyjaciół) na temat tego, ile czasu dziennie poświęcam na portal społecznościowy.	1	2	3	4	5
30	Korzystam z portalu społecznościowego dłużej niż wcześniej zaplanowałem/łam.	1	2	3	4	5

Wersja skali SONKSS-30 została użyta w badaniu właściwym, które miało formę internetową. Zgromadzone na tej podstawie dane pozwoliły na wykonanie dodatkowych analiz w zakresie psychometrycznych parametrów narzędzia. Ponownie przeanalizowano rozkłady pytań w oparciu o analizy czynnikowe, a także rozkłady odpowiedzi udzielane przez osoby badane. Założenie o 4-czynnikowym rozwiązaniu nie zostało potwierdzone w tym etapie. Zdecydowano się więc na rozwiązanie jednoczynnikowe, którego efektem było wyłonienie ostatecznej liczby 16 pytań dla skali SONKSS-16. Dla takiej liczby pytań wykonano analizy normalizacyjne. Skala SONKSS w wersji 16-pytaniowej znajduje się poniżej:

SONKSS-16

Autorzy: M. Kotyśko, P. Izdebski, M. Michalak i P. Andryszak

Instrukcja: Poniżej znajdują się zdania opisujące różne odczucia i reakcje ludzi. Przy każdym pytaniu zaznacz właściwą dla siebie odpowiedź. Nie ma tutaj ani dobrych, ani złych odpowiedzi. Postaraj się odpowiadać szczerze (liczą się tylko szczerze odpowiedzi).

Warianty odpowiedzi:

1 – zdecydowanie się nie zgadzam**2 – raczej się nie zgadzam****3 – trudno powiedzieć (nie potrafię się zdecydować)****4 – raczej się zgadzam****5 – zdecydowanie się zgadzam**

L.p.	Treść pytania	Odpowiedź				
		1	2	3	4	5
1	Gdy próbuję ograniczyć ilość czasu spędzanego na portalu społecznościowym, to odczuwam złość/irytację.	1	2	3	4	5
2.	Mam problemy w szkole, ponieważ za dużo czasu poświęcam na korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
3.	Mój zły nastrój mija, gdy tylko wejdę na swoje konto na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
4.	Ze względu na „siedzenie do późna” na portalu społecznościowym mam problemy ze snem.	1	2	3	4	5
5.	Próbuję bez powodzenia ograniczyć ilość czasu spędzanego na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
6.	Staram się nie myśleć o tym, co dzieje się na portalu społecznościowym, ale mi się to nie udaje.	1	2	3	4	5
7.	Moi znajomi/przyjaciele, narzekają, że za dużo czasu spędzam korzystając z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
8.	Aby móc korzystać z portalu społecznościowego, śpię mniej niż wcześniej.	1	2	3	4	5
9.	Widzę, że przez korzystanie z portalu społecznościowego moja relacja z rodzicami (opiekunami) znacznie się pogorszyła.	1	2	3	4	5
10.	Kiedy jest mi źle, to wchodzę na portal społecznościowy, aby poprawić sobie humor.	1	2	3	4	5
11.	Moi rodzice upominają mnie, żebym ograniczył/a korzystanie z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
12.	Po zakończeniu sesji na portalu społecznościowym czuję, że muszę tam wrócić tak szybko, jak to jest możliwe.	1	2	3	4	5
13.	Z powodu funkcjonowania na portalu społecznościowym wdaję się w sprzeczki z przyjaciółmi z „realnego świata”.	1	2	3	4	5
14.	Gdy nie mam co robić, to od razu wyobrażam sobie, co mógłbym/mogłabym zrobić na portalu społecznościowym.	1	2	3	4	5
15.	Kiedy czuję się samotny/a, to korzystam z portalu społecznościowego.	1	2	3	4	5
16.	Zdarza mi się okłamywać bliskie mi osoby (rodziców, przyjaciół) na temat tego, ile czasu dziennie poświęcam na portal społecznościowy.	1	2	3	4	5

Badania fokusowe, które stanowiły element I etapu, przeprowadzone zostały z użyciem zestawu 9 pytań. Odpowiedzi udzielone przez adolescentów miały na celu poszerzenie wiedzy z obszaru użytkowania portali społecznościowych i potencjalnego nadmiernego korzystania o perspektywę samych użytkowników. Zbiór pytań został opracowany w oparciu o wiedzę zaczerpniętą z artykułów naukowych, które koncentrują się na sposobie korzystania z portali społecznościowych, motywach korzystania z nich, pozytywnych i negatywnych aspektach korzystania oraz obejmują zagadnienie potencjalnego uzależnienia się. Realizatorzy projektu chcieli też uzyskać informację jak uczniowie scharakteryzowałiby osobę uzależnioną od sieci społecznościowych, a także czy dostrzegają możliwości pomocy takiej osobie oraz czy uznają za wskazane, aby w szkole nauczyciele uczyli jak korzystać z portali społecznościowych.

Pytania, które zadano uczniom podczas spotkań fokusowych, znajdują się poniżej:

Badanie fokusowe
(opracowali: M. Kotyśko, P. Izdebski, M. Michalak, P. Andryszak)

Instrukcja: Na dzisiejszym spotkaniu chcielibyśmy dowiedzieć się, kim waszym zdaniem są użytkownicy portali społecznościowych. Dlaczego ludzie korzystają z portali społecznościowych, jakie wynikają z tego korzyści, a być może i zagrożenia? Zachęcamy was do dyskusji i wyrażania opinii. Wasze refleksje będą dla nas bardzo ważne.

Pytania i działania:

1. **Dlaczego założyłeś/łaś konto na portalu społecznościowym? Niech każde z Was po kolei wpisze na kartce swój powód założenia konta** (na kartce A3 uczniowie markerem wpisują po kolei swoje powody).
2. **Jakie są plusy i minusy korzystania z portali społecznościowych?** (uczniów dzieli się na 2 zespoły po 5 osób; jedna grupa ma za zadanie wypisać plusy a druga minusy korzystania z portali społecznościowych – do zadania są potrzebne dwie kartki formatu A3 i 2 markery; po zapisaniu przez grupy swoich odpowiedzi proszeni są o ich odczytanie; najpierw plusy a potem minusy).
3. **Czy spotkały Was jakieś problemy z powodu korzystania z portali społecznościowych?** (pytanie do ogółu).
4. **Jak myślicie, co sprawia, że jedni korzystają z portalu społecznościowego mniej a inni więcej?** (uczniowie pracują ponownie w dwóch grupach; jedna z nich ma za zadanie wypisać na kartce A3, co sprawia, że ludzie poświęcają niewiele czasu na użytkowanie portalu, zadaniem drugiej jest wskazanie co według nich sprawia, że niektórzy ludzie korzystają w znacznym stopniu z portali społecznościowych, poświęcając na to dużo czasu; gdy uczniowie zapiszą pomysły to obie grupy odczytują swoje odpowiedzi – najpierw grupa „dużo czasu”, następnie grupa „mało czasu”).
5. **Co sądzicie o osobach, które nie korzystają z portali społecznościowych?** (pytanie do ogółu).
6. **Czy od portalu społecznościowego można się uzależnić? Proszę, aby podniosły rękę osoby, które uważają, że tak.** (notujemy ile osób jest na TAK, a ile na NIE).
7. **Jak według Was zachowuje się osoba uzależniona od portali społecznościowych?** (pytanie do ogółu).
8. **Co według Was można by zrobić, aby osoba uzależniona od portali społecznościowych przestała być od nich uzależniona?** (pytanie do ogółu)
9. **Czy uważacie, że w szkole nauczyciele powinni uczyć jak korzystać z portali społecznościowych? Proszę, aby podniosły rękę osoby, które uważają, że tak.** (notujemy ile osób jest na TAK, a ile na NIE, jak starczy czasu to dopytujemy dlaczego mają taką opinię).

Podziękowania ☺

Informacje dotyczące sposobu użytkowania portali społecznościowych były zbierane dzięki kwestionariuszowi ankiety. Początkowo zawierała on 3 pytania wprowadzające oraz 25 dotyczących konkretnych aspektów użytkowania. Jednak w badaniu właściwym został skrócony i zawierał (jak pierwotnie) 3 pytania wprowadzające oraz 23 dotyczące konkretnych aspektów użytkowania (treść kilku pytań została zmieniona, aby były bardziej przystępne dla odbiorcy). Wspomniane aspekty użytkowania wyszczególniono w oparciu o elementy funkcjonowania najpopularniejszego w Polsce portalu społecznościowego - Facebook. Poniżej znajduje się opracowany kwestionariusz:

Kwestionariusz dotyczący aktywności na portalach społecznościowych

Pytania wprowadzające:

A. Czy posiadasz obecnie konto na jakimś portalu społecznościowym?	<input type="checkbox"/> TAK <input type="checkbox"/> NIE <i>Jeśli badany odpowie „TAK” to przechodzi do kolejnych pytań, jeśli „NIE” to w tym momencie kończy wypełnianie ankiety</i>
B. Na jakim portalu społecznościowym masz swoje konto? (zaznacz swój wybór krzyżykiem, można wybrać więcej niż jedną odpowiedź)	<input type="checkbox"/> Facebook <input type="checkbox"/> Nasza-Klasa (NK) <input type="checkbox"/> Google+ <input type="checkbox"/> Twitter <input type="checkbox"/> Wykop.pl <input type="checkbox"/> MySpace <input type="checkbox"/> Fotka.pl <input type="checkbox"/> Moja Generacja <input type="checkbox"/> Inny (wpisz jaki)
C. Z którego portalu społecznościowego korzystasz najczęściej? Wpisz swoją odpowiedź	

Instrukcja: Pierwsza część kwestionariusza ma na celu określenie czasu, jaki poświęcasz na korzystanie z portalu społecznościowego, który wskazałeś/łaś jako ten, z którego korzystasz najczęściej

1. W przybliżeniu, jak długo posiadasz własne konto na portalu społecznościowym?	<input type="checkbox"/> Mniej niż 1 m-c <input type="checkbox"/> 1-6 m-cy <input type="checkbox"/> 6-12 m-cy <input type="checkbox"/> 1-3 lata <input type="checkbox"/> 3-5 lat
2. W przybliżeniu, ile razy w ciągu dnia logujesz się na swoje konto na portalu społecznościowym?	<input type="checkbox"/> 1-2 <input type="checkbox"/> 3-4 <input type="checkbox"/> 5-6 <input type="checkbox"/> 7-8 <input type="checkbox"/> 9 i więcej <input type="checkbox"/> Jestem ciągle zalogowany/a
3. W przybliżeniu, ile czasu spędzasz na portalu społecznościowym podczas jednego logowania?	<input type="checkbox"/> Mniej niż 5 min <input type="checkbox"/> 5-30 min. <input type="checkbox"/> 30-60 min. <input type="checkbox"/> 1-2 godz. <input type="checkbox"/> Więcej niż 2 godz.


4. W przybliżeniu, ile czasu w ciągu dnia (w sumie) spędzasz na portalu społecznościowym?	<input type="checkbox"/> mniej niż 5 min. <input type="checkbox"/> 5 – 30 min. <input type="checkbox"/> 30-60 min. <input type="checkbox"/> 1-2 godz. <input type="checkbox"/> 2-4 godz. <input type="checkbox"/> Więcej niż 4 godz. <input type="checkbox"/> Więcej niż 6 godz.
--	--

Instrukcja: Ta część kwestionariusza dotyczy określenia Twoich „Ustawień prywatności” na portalu społecznościowym

5. Kto może oglądać Twój profil na portalu społecznościowym?	<input type="checkbox"/> Tylko znajomi <input type="checkbox"/> Wszyscy użytkownicy i znajomi <input type="checkbox"/> Niektórzy użytkownicy i wszyscy znajomi <input type="checkbox"/> Nie wiem	
6. Czy udostępniasz na swoim profilu adres e-mail?	<input type="checkbox"/> TAK	<input type="checkbox"/> NIE
7. Czy udostępniasz na swoim profilu numer telefonu?	<input type="checkbox"/> TAK	<input type="checkbox"/> NIE

Instrukcja: Ta część kwestionariusza związana jest z korzystaniem przez Ciebie z poszczególnych funkcji i aplikacji na portalu społecznościowym

8. W przybliżeniu, ile osób znajduje się na Twojej liście znajomych?	
9. W przybliżeniu, ile zdjęć posiadasz na swoim profilu?	
10. W przybliżeniu, ile własnych zdjęć posiadasz na swoim profilu? (nie wliczając tych, na których jesteś oznaczony u innych użytkowników na profilach)	
11. Czy posiadasz zdjęcie profilowe?	<input type="checkbox"/> TAK	<input type="checkbox"/> NIE
12. Czy zdarzyło Ci się przerabiać Twoje zdjęcia w Photoshopie lub innym programie służącym do obrabiania zdjęć?	<input type="checkbox"/> TAK	<input type="checkbox"/> NIE
13. Wybierz z listy jeden główny cel, dla którego używasz programów do obróbki zdjęć	<input type="checkbox"/> aby móc wyciąć ze zdjęcia inne osoby (umieszczam jedynie swoje zdjęcia na profilu) <input type="checkbox"/> aby móc wyciąć ze zdjęcia inne osoby (wybieram te, na których dobrze wyglądam) <input type="checkbox"/> aby poprawić niedoskonałości zdjęcia <input type="checkbox"/> aby nadać zdjęciu oryginalny wygląd <input type="checkbox"/> aby odpowiednio wykadrować zdjęcie <input type="checkbox"/> nie dotyczy	
14. Jak często komentujesz zdjęcia lub wpisy innych osób?	<input type="checkbox"/> nigdy <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu roku <input type="checkbox"/> rzadziej niż raz w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu tygodnia <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu dnia	
15. Jak często zamieszczasz posty na Tablicach innych osób?	<input type="checkbox"/> nigdy <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu roku <input type="checkbox"/> rzadziej niż raz w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu tygodnia <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu dnia	
16. Jak często umieszczasz nowe informacje na swojej tablicy?	<input type="checkbox"/> nigdy <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu roku <input type="checkbox"/> rzadziej niż raz w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu tygodnia	

<p>17. Jak często zmieniasz swój status (okno z wpisem: o czym teraz myślisz) na portalu społecznościowym?</p>	<input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu dnia <input type="checkbox"/> nigdy <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu roku <input type="checkbox"/> rzadziej niż raz w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu tygodnia <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu dnia
<p>18. Jak często dodajesz nowe zdjęcia na swoim profilu?</p>	<input type="checkbox"/> nigdy <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu roku <input type="checkbox"/> rzadziej niż raz w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu tygodnia <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu dnia
<p>19. Jak często zmieniasz swoje zdjęcie profilowe?</p>	<input type="checkbox"/> nigdy <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu roku <input type="checkbox"/> rzadziej niż raz w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu tygodnia <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu dnia
<p>20. Jak często „lajkujesz”  treści na profilach innych osób?</p>	<input type="checkbox"/> nigdy <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu roku <input type="checkbox"/> rzadziej niż raz w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w miesiącu <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu tygodnia <input type="checkbox"/> kilka razy w ciągu dnia
<p>21. Z jakich funkcji portalu społecznościowego korzystasz? (zaznacz krzyżykiem w tabeli, z których funkcji korzystasz, może być ich więcej niż jedna)</p>	<input type="checkbox"/> Rozmowy z innymi użytkownikami <input type="checkbox"/> Umieszczanie zdjęć <input type="checkbox"/> Umieszczanie filmików <input type="checkbox"/> Przesyłanie linków <input type="checkbox"/> Gry dostępne na portalu społecznościowym <input type="checkbox"/> Uczestnictwo w grupach <input type="checkbox"/> Aplikacje <input type="checkbox"/> Wydarzenia <input type="checkbox"/> Śledzenie znanych osób <input type="checkbox"/> Nowości związane z trendami
<p>22. Wybierając tylko jedną z odpowiedzi określ, jaki jest główny powód Twojego korzystania z portalu społecznościowego?</p>	<input type="checkbox"/> Kontaktowanie się ze znajomymi <input type="checkbox"/> Rozbudowywanie swojego profilu <input type="checkbox"/> Korzystanie z gier jakie oferuje portal <input type="checkbox"/> Poszukiwanie informacji na ciekawe tematy <input type="checkbox"/> Korzystanie z aplikacji jakie oferuje portal <input type="checkbox"/> Kontaktowanie się z osobą, z którą jestem w związku <input type="checkbox"/> Inny powód – wpisz jaki:
<p>23. Wybierając tylko jedną odpowiedź, określ co sprawiło, że postanowiłeś/łaś założyć konto na portalu społecznościowym?</p>	<input type="checkbox"/> Namówili mnie koledzy/koleżanki <input type="checkbox"/> Z ciekawości <input type="checkbox"/> Nie chciałem/łam czuć się wykluczony/a bo wszyscy moi znajomi mają konto na tym portalu <input type="checkbox"/> Chciałem/łam móc korzystać z gier i aplikacji <input type="checkbox"/> Chciałem/łam poszukiwać znajomych i kontaktować się z nimi <input type="checkbox"/> Chciałem/łam być zorientowany/a w najnowszych wydarzeniach <input type="checkbox"/> Inna przyczyna, wpisz jaka:

IV. OPIS PRZEPROWADZONYCH ETAPÓW BADAŃ

1. Etap I

Głównym celem tego etapu było opracowanie narzędzia do pomiaru nadmiernego korzystania z portali społecznościowych i wykonanie z jego użyciem badania pilotażowego.

Podstawą opracowania narzędzia, był dokonany przegląd literatury. Obejmował on głównie czasopisma zagraniczne oraz monografie, których tematyka była związana z nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych. Przegląd obejmował prace opublikowane do lutego 2013 roku. W wyszukiwarkach przeglądanych baz danych (m.in. EBSCO, Web of Knowledge) zastosowano następujące słowa kluczowe (hasła wyszukiwania): uzależnienie behawioralne i sieci społecznościowe (*behavioral addiction and social networking sites*), sieci społecznościowe i uzależnienie (*social networking sites and addiction*), *sieci społecznościowe i problematyczne użytkowanie (social networking sites and problematic use)*, sieci społecznościowe i nadmierne użytkowanie (*social networking sites and excessive use*), *Facebook and addiction*, *Facebook and problematic use*, *Facebook and excessive use*. Wyłoniono 44 publikacje, które zakwalifikowano do wstępnej analizy. Spośród nich wytypowano 9, które były przydatne podczas konstruowania skali. Stworzono zestaw 56 pytań, które powstały w oparciu o kryteria diagnostyczne uzależnienia wg ICD-10 i DSM-IV. Wszystkie itemy poddano analizie pod względem przydatności, zrozumiałości oraz poprawności językowej. Wyniki analizy treściowej pytań pozwoliły na wyłączenie ze zbioru 8 itemów, których treść była zbyt podobna do innych pytań z danego zakresu oraz ich konstrukcja była niejasna. Ostatecznie wyłoniono 48 pytań, które wchodziły w skład 7 podskal: zaabsorbowanie (8 pytań), utrata kontroli (3 pytania), symptomy odstawienia (6 pytań), wzrost tolerancji (3 pytania), zaniedbywanie alternatywnych źródeł przyjemności (4 pytania), korzystanie pomimo negatywnych konsekwencji (17 pytań), modyfikacja nastroju/ucieczka (7 pytań), tworząc Skalę Oceny Nadmiernego Korzystania z Sieci Społecznościowych (SONKSS).

Dodatkowo podjęto decyzję, aby dokonać adaptacji narzędzia BFAS (*The Bergen Facebook Addiction Scale*) autorstwa Andreassen, Torsheim, Brunborg i Pallesen. Na tą skalę składa się 18 pytań. Uzyskano zgodę na adaptację tego narzędzia na język polski. Dokonano tłumaczenia skali, ale zamiast określenia „Facebook”, w każdym pytaniu, użyto w ramach badania stwierdzenia „portal społecznościowy”. Wykorzystanie narzędzia BFAS miało za zadanie wskazać czy pomiędzy pomiarami z użyciem obu narzędzi zachodzi korelacja.

Istotnym elementem procesu badawczego było również skonstruowanie kwestionariusza aktywności podejmowanej na portalach społecznościowych. Pytania w nim zawarte dotyczyły: informacji nt. czasu poświęcanego na korzystanie z portali społecznościowych, ustawień prywatności na portalu społecznościowym, korzystania z poszczególnych funkcji i aplikacji na portalu społecznościowym oraz powodu korzystania z portalu społecznościowego, a także przyczyny założenia konta na portalu społecznościowym.

Poza badaniami kwestionariuszowymi, zaplanowano w tym etapie wykonanie badań fokusowych. W odniesieniu do założeń projektu, podczas tworzenia zestawu pytań do tego badania, skoncentrowano się na następujących aspektach: powodach założenia konta na portalu społecznościowym; tego, co najbardziej użytkownicy lubią w swoim portalu; jaka jest ich opinia odnośnie tego, czy od portalu społecznościowego można

się uzależnić; jakie zachowania przejawia osoba uzależniona od portalu społecznościowego; jakie cechy posiada; jakie jest zdanie adolescentów względem tego, co sprawia, że jedni korzystają mniej a inni więcej z portali społecznościowych; co można zrobić, aby osoba uzależniona od portalu społecznościowego przestała być od niego uzależniona; opinia na temat tego, czy w szkole nauczyciele powinni również uczyć jak korzystać z portali społecznościowych; jakie są plusy i minusy korzystania z portali społecznościowych; jak postrzegane są osoby niekorzystające z portali społecznościowych oraz problemów jakie ewentualnie spotkały uczestników ze względu na korzystanie z portali społecznościowych. Ustalono wstępną liczbę 12 pytań, które powinny zostać zadane w każdym badaniu. Podjęto działania, aby oszacować, ile czasu będzie trwała rozmowa z uczniami w ramach badania fokusowego. W tym celu przeprowadzono badanie pilotażowe wśród studentów I roku psychologii na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy. Wzięło w nim udział 10 osób - tyle ile zostało zaplanowane do uczestnictwa w jednym badaniu właściwym. Podczas badania wykorzystano 11 z 12 pytań, a jego czas wyniósł 50 minut. Po analizie danych uzyskanych w fokusowym badaniu pilotażowym podjęto decyzję o zmniejszeniu liczby pytań, ze względu na ograniczony czas jaki będzie można wygospodarować w szkołach ponadgimnazjalnych (ok. 40 minut). Dwa pytania bezpośrednio usunięto, a dwa kolejne złączono w jedno, gdyż ich treść dotyczyła tego samego aspektu i było to możliwe. Narzędzie liczyło 9 pytań (ich dokładna treść została opisana w części III raportu). Dzięki działaniom podjętym w ramach realizowanych zadań, możliwe było zorganizowanie seminarium naukowego dla studentów i pracowników Instytutu Psychologii, pt. „Perspektywy teoretyczne dotyczące zjawiska nadmiernego korzystania z portali społecznościowych”, które odbyło się 21.03.2013r. w Instytucie Psychologii Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego. Seminarium poprowadzili członkowie zespołu badawczego, a program spotkania był następujący:

12.00 – Rozpoczęcie seminarium. Przywitanie studentów oraz informacje wprowadzające do tematyki seminarium (dr hab. Paweł Izdebski – prof. nadzw. UKW)

12.05 – 12.20 Uzależnienia behawioralne – charakterystyka (mgr Paulina Andryszak)

12.20 – 12.35 Patologiczny hazard – opis zjawiska i kryteriów diagnostycznych (dr Maciej Michalak)

12.35 – 12.50 Uzależnienie od Internetu jako nowa jednostka w DSM-V (mgr Martyna Kotyśko)

12.50 – 13.05 Nadmierne korzystanie z portali społecznościowych (dr hab. Paweł Izdebski – prof. nadzw. UKW)

13.05 – 13.20 Dyskusja

13.20 – Zakończenie seminarium

Seminarium pozwoliło nie tylko na zaprezentowanie studentom i pracownikom tematyki uzależnień behawioralnych, ale stało się również polem do dyskusji oraz umożliwiło uzyskanie informacji zwrotnych od studentów, którzy w znacznej części są użytkownikami portali społecznościowych.

Ważnym krokiem w realizacji projektu było przeprowadzenie pierwszych badań terenowych. Odbywały się one od kwietnia do czerwca 2013 roku. Spośród 16 województw wylosowano 8, w których przeprowadzono badanie. Były to następujące województwa: wielkopolskie, dolnośląskie, łódzkie, warmińsko-mazurskie, pomorskie, lubelskie, małopolskie oraz zachodniopomorskie. W każdym województwie badania były prowadzone w 3 typach szkół: zasadniczej szkole zawodowej, technikum oraz licem ogólnokształcącym - po jednej placówce z każdego typu (24 zespoły klasowe). Po uzyskaniu zgody na badania, ustalano termin, w którym dwóch członków zespołu mogło przyjechać by przeprowadzić badanie kwestionariuszowe oraz badanie fokusowe (do badań fokusowych wybierano tylko jedną szkołę z województwa).

Łącznie, w tym etapie przebadanych zostało 600 osób, w tym 589 posiadaczy kont na portalach społecznościowych (część kwestionariuszowa). W badaniu fokusowym wzięło udział 80 uczniów. Z analiz statystycznych wykluczono wyniki dwóch osób, ze względu na braki danych. Grupa badanych składała się z: uczniów szkół zawodowych – 103 osoby, uczniów szkół technicznych – 216 osób i uczniów liceów – 268 osób. W analizowanej grupie dziewczęta stanowiły 49,74%; a chłopcy 50,26%. W badaniu wykorzystano trzy narzędzia badawcze: kwestionariusz dotyczący aktywności na portalach społecznościowych, skalę SONKSS-48 (Skala Oceny Nadmiernego Korzystania z Sieci Społecznościowych) oraz narzędzie BFAS (The Bergen Facebook Addiction Scale). Sprawdzono poziom rzetelności zastosowanych kwestionariuszy: α -Cronbacha dla SONKSS-48 wyniosła 0,965 a dla BFAS α -Cronbacha była równa 0,940. Wzajemna korelacja między skalami była na poziomie 0,82 co wskazuje na zbieżność obu konstruktów. Wynik w skali SONKSS-48 korelował istotnie dodatnio z parametrami aktywności na portalach społecznościowych, a najwyższą korelację odnotowano dla czasu spędzanego dziennie na portalu ($R=0,42$). Podjęto również próbę określenia, czy wyznaczone 7 czynników (podskal) dla SONKSS-48 znalazło odzwierciedlenie w uzyskanych danych. Eksploracyjna analiza czynnikowa nie pozwoliła na wyodrębnienie 7 czynników (możliwe było jedynie przeanalizowanie 6 czynników, których wartość przekraczała wartość własną równą 1). Po zapoznaniu się z możliwościami różnych rozwiązań czynnikowych, podjęto decyzję, aby nic nie zmieniać w obrębie pozycji stosowanego narzędzia SONKSS-48, a właściwe rozwiązanie wybrać po przeprowadzeniu kolejnego etapu badań.

Informacje zebrane od uczniów w ramach badań fokusowych również zostały poddane analizie. Przeprowadzono ją w oparciu o zadawane uczniom pytania. Oto kilka przykładów analizy ich odpowiedzi:

Pytanie nr 2. Jakie są plusy i minusy korzystania z portali społecznościowych?

Uczniowie za największy plus korzystania z portali społecznościowych uznawali: łatwość kontaktu ze znajomymi oraz możliwość nawiązywania nowych znajomości. Podkreślali, że portale społecznościowe ułatwiają: dzielenie się muzyką, linkami, pozwalają na sprawdzanie aktualności i zdobycie informacji o imprezach, zbiórkach pieniędzy, śledzenie idoli i ich życia czy umożliwiają uczestnictwo w konkursach. Pojawiały się również takie odpowiedzi jak: promocja własnej twórczości, sprzedaż towarów czy poznanie swojej drugiej połówki.

Do minusów korzystania z portali społecznościowych uczniowie zaliczali najczęściej: możliwość uzależnienia się od korzystania z portali, kradzież tożsamości, mniejszą prywatność, pedofilię czy narażenie na atak wirusów komputerowych.

Uczniowie rzadziej wymieniali takie minusy jak: wulgarne posty, otrzymywanie niechcianych wiadomości czy opuszczenie się w nauce. Wymieniano także takie minusy jak: udostępnianie zdjęć upokarzających dla innych, szerzenie się głupoty i ujawnianie się osób o niskim poziomie intelektualnym czy upublicznianie czyjegoś wizerunku bez zgody.

Pytanie nr 6. Czy od portalu społecznościowego można się uzależnić? Proszę, aby podniosły rękę osoby, które uważają, że tak.

W przeważającej większości uczniowie uznawali, że od portalu społecznościowego można się uzależnić (w 5 przypadkach na 8, wszyscy uczestnicy badania zaprezentowali takie stanowisko). Tylko podczas jednego badania fokusowego proporcja była odwrotna: 30% uznało, że od portalu można się uzależnić a 70% stwierdziło, że nie jest to możliwe.

Pytanie nr 7. Jak według Was zachowuje się osoba uzależniona od portali społecznościowych?

Uczniowie najczęściej wskazywali, że osoba, którą można określić jako osobę uzależnioną od korzystania z portali społecznościowych zachowuje się następująco: jest cały czas online, jest podenerwowana gdy nie może korzystać z portalu, jest niewyspana ponieważ po nocach siedzi przed komputerem, traci kontakt z realnymi znajomymi i zaniedbuje rodzinę, żyje tym co dzieje się na portalu oraz zaniedbuje swoje obowiązki i hobby. Uczestnicy badania wspominali także o tym, że: osoby wg nich uzależnione sprawdzają konto na portalu od razu po przebudzeniu, wrzucają dużo zdjęć z różnych miejsc np. z cmentarzy; czy kłamią, że muszą coś zrobić, aby mieć czas na korzystanie z portalu.

2. Etap II

Główne zadanie etapu II dotyczyło realizacji badań, których celem było ponowne sprawdzenie właściwości psychometrycznych stworzonego narzędzia do pomiaru nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych SONKSS-48. Procedura doboru próby była taka sama, jak w przypadku etapu I, z jedną zmianą, mianowicie rozlosowano 4 województwa z puli 8 a nie 16 województw jak do tej pory. Uwzględniono jedynie województwa, w których do tej pory nie przeprowadzono badań. Wspomniane 4 województwa to: mazowieckie, świętokrzyskie, podlaskie i lubuskie. Po uzyskaniu zgody dyrektorów poszczególnych placówek członkowie zespołu badawczego docierali na miejsce by przeprowadzić badania. Wykorzystano w nich skalę SONKSS-48 i kwestionariusz aktywności na portalach społecznościowych. Badania były prowadzone w październiku i listopadzie 2013r. Łączna liczba uczestników tego etapu wyniosła 370 osób (w projekcie zakładano przebadanie w tym etapie 300 osób). Użytkowników portali społecznościowych było 359. Grupa osób badanych składała się ze 194 mężczyzn (52,43%) i 176 kobiet (47,57%). Podział ze względu na typ szkoły wyglądał następująco: 99 uczniów szkół zawodowych, 129 uczniów technikum i 142 uczniów liceum. Poziom rzetelności SONKSS-48 oszacowany w oparciu o współczynnik α -Cronbacha był równy 0,952. Wykonane analizy czynnikowe były zbieżne ze wskaźnikami, które uzyskano w I etapie. Rozwiązanie 7-czynnikowe (odpowiadające założeniom teoretycznym), nie zostało odzwierciedlone w uzyskanych wynikach.

Zdecydowano się na zestawienie ze sobą danych z I i II etapu, aby przeprowadzić ponownie analizy, w celu wyłonienia najlepszego rozwiązania, które zostanie wykorzystane podczas badań właściwych. Wybrano rozwiązanie 4-czynnikowe. Pozycje, które wchodziły w skład poszczególnych czynników poddano tym razem analizie merytorycznej pod względem wzajemnej zgodności odnośnie pomiaru jednej właściwości. Na tej podstawie odrzucono pozycje, których treść nie była związana bezpośrednio z planowanym konstruktem. Cztery wyłonione czynniki zostały nazwane następująco: zaabsorbowanie, czas, korzystanie pomimo negatywnych konsekwencji oraz poprawa humoru/ucieczka. Ostatecznie wyłoniono 30 pozycji, które weszły w skład narzędzia SONKSS-30. W poszczególnych czynnikach (podskalach) znalazła się następująca liczba itemów: zaabsorbowanie (10 pytań), czas (7 pytań), korzystanie pomimo negatywnych konsekwencji (6 pytań) oraz poprawa humoru/ucieczka (7 pytań). Parametry nowopowstałego narzędzia przedstawia poniższa tabela.

Tabela 2. Parametry rzetelności skali SONKSS-30 i jego poszczególnych podskal, $N=938$

Nazwa zmiennej	α -Cronbacha	Średnia korelacja między pozycjami
SONKSS-30	0,941	0,362
Zaabsorbowanie	0,881	0,435
Czas	0,833	0,421
Korzystanie pomimo negatywnych konsekwencji	0,807	0,414
Poprawa humoru/ ucieczka	0,819	0,402

Wybrane rozwiązanie 4-czynnikowe pozwala na wyjaśnienie ponad 52% wariancji.

3. Etap III

Ostatni etap badań został zaplanowany jako badanie internetowe. Stworzono stronę internetową (<http://siecispolecznościowe.edu.pl/>), na której zostały umieszczone narzędzia badawcze. Dostęp do strony był możliwy jedynie poprzez uzyskanie odpowiedniego loginu i hasła. Strona została przetestowana pod względem poprawności wyświetlania się treści, poprawności zapisu danych w zbiorze oraz dostępu do strony (loginy i hasła). Po zalogowaniu się, wyświetlały się poszczególne ekrany z pytaniami. Przejście do kolejnego ekranu było możliwe po wybraniu odpowiedzi dla wszystkich pytań - miało to na celu wyeliminowanie braków danych. Osoby, które nie posiadały konta na żadnym portalu społecznościowym wypełniały część obejmującą narzędzia do pomiaru cech psychologicznych bez wypełniania ankiety dotyczącej aktywności na portalach społecznościowych i SONKSS (w trakcie badań okazało się, że blokada dalszego wypełniania zadziałała jedynie w przypadku ankiety a skala SONKSS była możliwa do uzupełnienia). Ze względu na dobro badania, nie zmieniano już tych ustawień, a dane od osób, które nie posiadały konta na portalach społecznościowych w zakresie SONKSS-30 były wykluczane z analiz statystycznych.

W tym etapie osoby badane pochodziły z każdego polskiego województwa i każdego typu szkoły. Ze względu na to, że badanie miało formę internetową musiało się odbyć w pracowni komputerowej. Z tego względu podczas uzyskiwania zgody na badanie w każdej placówce proszono o kontakt do nauczyciela, który koordynował badanie w szkole. Jego zadaniem było przydzielenie loginów i haseł uczniom, którzy brali udział w badaniu i udzieleniu im informacji, gdyby pojawiły się jakieś trudności techniczne. Wytypowany przez szkołę nauczyciel otrzymał zdalne szkolenie w zakresie logowania się do strony i całej procedury badania. Zespół badawczy generował dla każdego nauczyciela odpowiednią liczbę loginów i haseł. Po wypełnieniu całości kwestionariusza login i hasło stawały się nieaktywne i nie można było już za ich pośrednictwem się ponownie zalogować, a tym samym wykluczono ewentualne modyfikacje odpowiedzi. Badania zaplanowano na okres od stycznia do końca maja 2014r., ale ze względu na okres matur i rozliczeń rozszerzono ten przedział czasowy o czerwiec. W badaniu wykorzystano następujące narzędzia badawcze: autorską krótką skalę impulsywności, Inwentarz Osobowości HEXACO, Inwentarz Osobowości Narcystycznej NARPI-34, Skalę do pomiaru wrażliwości na karę i nagrodę BIS/BAS, Skalę Samooceny SES, kwestionariusz aktywności na portalach społecznościowych oraz skalę SONKSS-30. Łącznie przebadanych zostało 1177 osób. Dokładne dane zostaną przedstawione w V części niniejszego raportu.

V. WYNIKI BADANIA WŁAŚCIWEGO

a) Opis socjodemograficzny próby

Tabela 3. Liczebność uczestników – zmienna: płeć

	Liczba	%
Mężczyźni	699	59,39
Kobiety	478	40,61

W badaniu uczestniczyło więcej mężczyzn. Powodem tego jest przewaga chłopców w technikach.

Tabela 4. Liczebność uczestników – zmienna: typ szkoły

	Liczba	%
Szkoła zawodowa	288	24,47
Technikum	470	39,93
Liceum	419	35,60

Najwięcej uczniów przebadano w technikach, zaś najmniej liczną grupę stanowili uczniowie szkół zawodowych.

Tabela 5. Liczebność uczestników - zmienna: miejsce zamieszkania

	Liczba	%
Wieś	633	53,78
Miasto do 100 tys.	346	29,40
Miasto powyżej 100 tys.	198	16,82

W zakresie miejsca zamieszkania, uczestnicy badania w przeważającej licznie pochodzili ze wsi. Najmniej osób było mieszkańcami miast powyżej 100 tysięcy ludności.

Tabela 5. Statystyki opisowe dla zmiennej: wiek

	Średnia	Odchylenie standardowe	Minimum	Maksimum
Wiek	17,41	0,96	16,00	23,00

Średni wiek badanych wynosił w przybliżeniu 17 lat. Najmłodszy uczestnicy mieli lat 16 a najstarsi 23.

Tabela 7. Liczebność uczestników - zmienna: posiadanie konta na portalu społecznościowym

	Liczba	%
Tak	1065	90,48
Nie	112	9,52

W badanej próbie zdecydowana większość uczniów posiadała konta na portalach społecznościowych. Osób, które zadeklarowały, że nie posiadają konta na żadnym portalu społecznościowym było 9,52%.

b) Analiza narzędzia do oceny nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych SONKSS

W badaniu właściwym, do oceny nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych, wykorzystano wersję SONKSS-30. Dane uzyskane w badaniu pozwoliły na przeprowadzenie czynnikowej analizy confirmacyjnej, która miała na celu ustalenie, czy przyjęty 4-czynnikowy model narzędzia jest dobrze dopasowany do danych. Parametry modelu wskazały, że model jest słabo dopasowany do danych ($\chi^2=2394,35$; $df=399$; $p<0,001$; $RMSEA=0,08$; $GFI=0,836$; $AGFI=0,809$). Wdrożono również procedurę eksploracyjnej analizy czynnikowej, by sprawdzić rzeczywisty układ pozycji na skali. Wyniki tej analizy są zawarte w Tabeli 8.

Tabela 8. Eksploracyjna analiza czynnikowa (z wyodrębnieniem 4 czynników) - metoda głównych składowych z rotacją VARIMAX (na żółto zaznaczono pytania dla czynnika Zaabsorbowanie, na zielono pytania dla czynnika Czas, na niebiesko dla czynnika Korzystanie pomimo negatywnych konsekwencji a na różowo dla czynnika Ucieczka/poprawa humoru). Na szaro zaznaczono itemy, które uzyskały ładunek czynnikowy wyższy niż 0,4

Wartości ładunków czynnikowych				
	Czynnik - 1	Czynnik - 2	Czynnik - 3	Czynnik - 4
Sonkss1	0,14	0,77	-0,04	0,03
Sonkss2	0,08	0,59	-0,02	0,28
Sonkss3	0,30	0,60	0,33	0,10
Sonkss4	0,05	0,60	0,32	0,18
Sonkss5	0,23	0,46	0,33	0,31
Sonkss6	0,05	0,27	0,16	0,75
Sonkss7	0,17	0,13	0,43	0,61
Sonkss8	0,24	0,25	0,59	0,28
Sonkss9	0,27	0,07	0,58	0,41
Sonkss10	0,25	0,24	0,51	0,36
Sonkss11	0,38	0,07	0,66	0,01
Sonkss12	0,45	0,05	0,65	0,09
Sonkss13	0,50	0,09	0,54	0,16
Sonkss14	0,44	0,26	0,40	0,18
Sonkss15	0,36	0,23	0,17	0,48
Sonkss16	0,56	0,10	0,39	0,20
Sonkss17	0,54	0,19	0,51	0,10
Sonkss18	0,53	0,09	0,55	0,19
Sonkss19	0,52	0,15	0,34	0,41
Sonkss20	0,70	0,13	0,23	0,13
Sonkss21	0,64	0,10	0,33	0,31
Sonkss22	0,68	0,04	0,34	0,19
Sonkss23	0,66	0,21	0,26	0,15
Sonkss24	0,59	0,24	0,07	0,41
Sonkss25	0,72	0,18	0,25	0,07
Sonkss26	0,70	0,03	0,33	0,11
Sonkss27	0,71	0,19	0,23	0,06
Sonkss28	0,60	0,19	0,06	0,33
Sonkss29	0,69	0,09	0,34	0,16
Sonkss30	0,50	0,13	0,06	0,60
War.wyj.	7,21	2,56	4,33	2,93
Udział	0,24	0,09	0,14	0,10

Informacje zawarte w Tabeli 8 są dodatkową przesłanką, obok przeprowadzonej wcześniej analizy confirmacyjnej, świadcząca o tym, że zaproponowane rozwiązanie nie znalazło potwierdzenia w danych. Jak można zaobserwować, pytania które powinny zgrupować w obrębie poszczególnych kolorów - oznaczających dany czynnik - nie znalazły się na właściwych miejscach.

Przeprowadzono kilka dodatkowych analiz statystycznych oraz analizę merytoryczną poszczególnych konfiguracji pytań i ich treści. Ostatecznie zdecydowano się, że skala SONKSS będzie się składała z 16 pytań tworzących jeden główny czynnik, który wyjaśnia 49% wariacji. Wszystkie ładunki czynnikowe w tej skali mają wartość 0,6 lub wyższą.

Tabela 9. Analiza czynnikowa dla rozwiązania jednoczynnikowego, metoda głównych składowych bez rotacji, SONKSS-16,

	Wartości ładunków czynnikowych
	Czynnik - 1
Sonkss3	-0,60
Sonkss7	-0,61
Sonkss8	-0,65
Sonkss9	-0,67
Sonkss10	-0,65
Sonkss14	-0,66
Sonkss16	-0,72
Sonkss18	-0,76
Sonkss21	-0,78
Sonkss23	-0,73
Sonkss24	-0,69
Sonkss25	-0,74
Sonkss26	-0,74
Sonkss27	-0,73
Sonkss28	-0,65
Sonkss29	-0,78
War.wyj.	7,83
Udział	0,49

Sprawdzono również parametry związane z rzetelnością nowego rozwiązania - 16 pytańowego. Poziom współczynnika α -Cronbacha jest wysoki - 0,929.

Tabela 10. Podstawowe parametry rzetelności skali SONKSS-16

Nazwa zmiennej	Średnia	Odchylenie standardowe	Alfa Cronbacha	Alfa standaryzowana	Średnia korelacja między pozycjami
SONKSS-16	29,602	11,872	0,929	0,930	0,455

Parametry poszczególnych pozycji skali znajdują się w Tabeli 11. Korelacja pozycji względem całości skali dla każdego itemu była na poziomie wyższym niż 0,5.

Tabela 11. Analiza rzetelności skali SONKSS-16 z uwzględnieniem parametrów wszystkich pozycji

	Średnia gdy usunięte	Wariancja gdy usunięte	Odchylenie standardowe gdy usunięte	Pozycja – Całość Korelacja	Alfa gdy usunięte
Sonkss3	27,705	126,563	11,250	0,549	0,927
Sonkss7	27,653	126,033	11,226	0,564	0,927
Sonkss8	27,670	125,639	11,209	0,606	0,926
Sonkss9	27,695	124,379	11,153	0,619	0,925
Sonkss10	27,592	124,951	11,178	0,596	0,926
Sonkss14	27,693	125,092	11,184	0,612	0,925
Sonkss16	27,816	123,558	11,116	0,671	0,924
Sonkss18	27,897	123,402	11,109	0,710	0,923
Sonkss21	27,820	123,091	11,095	0,735	0,922
Sonkss23	27,724	123,291	11,104	0,680	0,924
Sonkss24	27,683	123,361	11,107	0,636	0,925
Sonkss25	27,805	123,544	11,115	0,690	0,923
Sonkss26	27,935	124,499	11,158	0,683	0,924
Sonkss27	27,824	124,191	11,144	0,677	0,924
Sonkss28	27,579	124,227	11,146	0,592	0,926
Sonkss29	27,935	123,602	11,118	0,731	0,922

Nową wersję SONKSS-16 poddano również konfirmacyjnej analizie czynnikowej, by zweryfikować wytypowane rozwiązanie. Parametry dopasowania modelu dla tego rozwiązania były lepsze niż w przypadku SONKSS-30: ($\chi^2=652,16$; $df=104$; $p<0,001$; $RMSEA=0,075$; $GFI=0,921$; $AGFI=0,897$). Nie jest to rozwiązanie idealne, ale warto byłoby sprawdzić w kolejnych badaniach z użyciem tak skróconej skali czy poszczególne wskaźniki przyjęłyby inną wartość.

c) Statystyki opisowe zmiennych użytych w badaniu

Tabela 12. Statystyki opisowe dla zmiennych: impulsywność, cechy osobowości, cechy temperamentu, narcyzm i jego podskale, samoocena oraz nadmierne korzystanie z sieci społecznościowych, N=1177

Kategoria zmiennej	Nazwa zmiennej	Średnia	Min.	Maks.	Odch.std	Skośność	Kurtoza	α
Impulsywność	Impulsywność	10,17	4,00	16,00	1,61	0,16	0,61	0,214
Cecha osobowości	Szczerść/Pokora	30,87	10,00	50,00	6,53	0,01	0,09	0,737
	Emocjonalność	30,52	10,00	47,00	6,04	-0,05	0,11	0,719
	Ekstrawersja	32,12	13,00	49,00	5,3	-0,17	0,38	0,658
	Ugodowość	30,97	13,00	46,00	4,96	-0,22	0,33	0,566
	Sumienność	32,58	16,00	50,00	5,18	0,12	0,34	0,667
	Otwartość na doświadczenia	32,08	14,00	50,00	5,59	0,20	0,15	0,642
Cecha temperamentu	Wrażliwość na karę	16,71	6,00	24,00	3,45	-0,17	-0,12	0,754
	Wrażliwość na nagrodę	28,33	9,00	36,00	4,48	-0,77	1,01	0,819
Narcyzm	Podziw	32,72	11,00	55,00	8,66	0,15	0,08	0,869
	Próżność	14,41	5,00	25,00	4,25	0,19	-0,18	0,745
	Samowystarczalność	24,19	7,00	35,00	4,61	-0,07	0,51	0,740
	Przywództwo	32,46	11,00	55,00	8,66	0,13	0,13	0,887
	Wynik ogólny - narcyzm	103,77	34,00	170,00	22,65	0,21	0,61	0,939
Samocena	Samocena	26,97	13,00	40,00	4,21	0,25	0,71	0,708
Nadmierne korzystanie z sieci społecznościowych N=1054	Nadmierne korzystanie z sieci społecznościowych SONKSS-16	29,60	11,87	16,00	71,00	0,72	-0,18	0,929

Uwzględniając parametry rzetelności poszczególnych narzędzi, z dalszych analiz wykluczono zmienną impulsywność. Wskaźnik α -Cronbacha w przypadku tej zmiennej świadczy o niskiej rzetelności pomiaru wykonanego z użyciem tej skali. Wyniki uzyskane w pomiarze cechy osobowości - ugodowość, należy interpretować z ostrożnością, gdyż współczynnik α -Cronbacha wyniósł 0,567.

d) Analizy różnic w zakresie zmiennych osobowościowych (cała próba) dla zmiennej grupującej: płeć

Porównano ze sobą wyniki mężczyzn i kobiet w zakresie zmiennych uwzględnionych w badaniu. Istotne statystycznie różnice odnotowano wśród większości zmiennych (poza sumiennością oraz próżnością). Dokładne wyniki znajdują się w Tabeli 12. Mężczyźni uzyskiwali wyższe średnie wyniki w obrębie zmiennych: ekstrawersja, ugodowość, poszczególnych podskalach narcyzmu: domaganie się podziwu, samowystarczalność, przywództwo oraz wyniku ogólnym narcyzmu, a także w poziomie ogólnym samooceny.

Kobiety natomiast miały wyższe wyniki w zakresie zmiennych: szczerość/pokora, emocjonalność, otwartość na doświadczenie, wrażliwość na karę oraz wrażliwość na nagrodę.

Tabela 13. Analiza różnic w zakresie zmiennych osobowościowych a płeć; mężczyźni $N=699$, kobiety $N=478$; Cała grupa $N=1177$

Kategoria zmiennej	Nazwa zmiennej	Średnia - Mężczyźni	Średnia - Kobiety	t	df	p
Cecha osobowości	Szczerość/Pokora	29,85	32,28	-6,382	1175	<0,001
	Emocjonalność	28,22	33,89	-17,803	1175	<0,001
	Ekstrawersja	32,43	31,67	2,399	1175	0,017
	Ugodowość	31,38	30,37	3,418	1175	0,001
	Sumiennosc	32,40	32,85	-1,478	1175	n.s.
	Otwartość na doświadczenia	31,71	32,62	-2,775	1175	0,006
Cecha temperamentu	Wrażliwość na karę	15,73	18,16	-12,656	1175	<0,001
	Wrażliwość na nagrodę	27,63	29,35	-6,590	1175	<0,001
Narcyzm	Podziw	33,21	32,00	2,360	1175	0,018
	Próżność	14,59	14,13	1,819	1175	n.s.
	Samowystarczalność	24,49	23,76	2,659	1175	0,008
	Przywództwo	33,55	30,86	5,287	1175	<0,001
	Wynik ogólny - narcyzm	105,84	100,76	3,802	1175	<0,001
Samoocena	Samoocena	27,36	26,39	3,893	1175	<0,001

n.s. - wynik nieistotny statystycznie

e) Analizy różnic w zakresie zmiennych osobowościowych i nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych (użytkownicy portali społecznościowych) dla zmiennych grupujących płeć i typ szkoły

Wyniki mężczyzn i kobiet - użytkowników - różniły się od siebie istotnie statystycznie. Mężczyźni uzyskiwali wyższe średnie wyniki w zmiennych: ekstrawersja, ugodowość, wszystkich podskalach narcyzmu i jego wyniku ogólnym (z wykluczeniem nieistotnej różnicy dotyczącej zmiennej: próżność), a także w poziomie samooceny. Kobiety natomiast miały wyższe średnie wyniki szczerość/pokora, emocjonalność, otwartość na doświadczenie, wrażliwość na karę oraz wrażliwość na nagrodę.

Tabela 14. Wyniki analizy różnic w zakresie zmiennych osobowościowych; zmienna grupująca - płeć; mężczyźni N=607, kobiety N=458; cała grupa N=1065

Kategoria zmiennej	Nazwa zmiennej	Średnia - Mężczyźni	Średnia - Kobiety	t	df	p
Cecha osobowości	Szczerść/Pokora	29,77	32,10	-5,877	1063	<0,001
	Emocjonalność	28,29	33,86	-16,562	1063	<0,001
	Ekstrawersja	32,62	31,78	2,523	1063	0,012
	Ugodowość	31,43	30,21	3,972	1063	0,001
	Sumienność	32,41	32,76	-1,076	1063	n.s.
	Otwartość na doświadczenia	31,78	32,58	-2,302	1063	0,022
Cecha temperamentu	Wrażliwość na karę	15,82	18,17	-11,691	1063	<0,001
	Wrażliwość na nagrodę	28,01	29,49	-5,565	1063	<0,001
Narcyzm	Podziw	33,42	32,22	2,274	1063	0,023
	Próżność	14,72	14,22	1,880	1063	n.s.
	Samowystarczalność	24,74	23,85	3,161	1063	0,002
	Przywódtwo	33,69	31,08	4,924	1063	<0,001
	Wynik ogólny - narcyzm	106,57	101,36	3,764	1063	<0,001
Samooocena	Samooocena	27,44	26,42	3,904	1063	<0,001

n.s. - wynik nieistotny statystycznie

Tabela 15..Analiza różnic w zakresie wyników SONKSS-16 (zmienna różnicująca - płeć), test U Manna-Whitneya; Mężczyźni N=599, Kobiety N=455; ogółem N=1054 (11 przypadków wykluczono z analizy)

	Suma rang - Mężczyźni	Suma rang - Kobiety	U	Z	p
SONKSS-16	310541,0	245444,0	130841,0	-1,110	0,267

Nie wystąpiły istotne różnice w wynikach skali SONKSS (kobiety i mężczyźni uzyskiwali podobne wyniki).

Uwzględniono również zmienną grupującą - typ szkoły, aby sprawdzić, czy uczniowie z poszczególnych placówek różnią się od siebie pod względem wyników uzyskiwanych w poszczególnych zmiennych. Dokładne dane zawiera Tabela 16.

Tabela 16. Wyniki analizy wariancji dla zmiennych osobowościowych; zmienna grupująca: typ szkoły; Szkoła zawodowa $N=240$; Technikum $N=426$, Liceum $N=399$; cała grupa $N=1065$

Kategoria zmiennej	Nazwa zmiennej	Średnia - Szkoła zawodowa	Średnia - Technikum	Średnia - Liceum	F	p
Cecha osobowości	Szczerść/Pokora	30,700	30,789	30,799	0,020	n.s.
	Emocjonalność	29,217	30,690	31,561	11,293	<0,001
	Ekstrawersja	32,242	32,298	32,218	0,024	n.s.
	Ugodowość	30,946	31,009	30,767	0,250	n.s.
	Sumienność	32,133	32,284	33,110	3,634	0,027
	Otwartość na doświadczenia	30,933	31,570	33,424	18,557	<0,001
Cecha temperamentu	Wrażliwość na karę	15,871	16,791	17,441	16,032	<0,001
	Wrażliwość na nagrodę	27,363	28,592	29,481	18,264	<0,001
Narcyzm	Podziw	32,479	32,688	33,391	1,068	n.s.
	Próżność	14,571	14,338	14,632	0,523	n.s.
	Samowystarczalność	24,071	24,437	24,439	0,603	n.s.
	Przywódtwo	32,333	32,136	33,173	1,588	n.s.
	Wynik ogólny - narcyzm	103,454	103,599	105,634	1,078	n.s.
Samooocena	Samooocena	26,417	26,880	27,469	4,892	0,008

n.s. - wynik nieistotny statystycznie

Istotne różnice odnotowano w zmiennych: emocjonalność, sumienność, otwartość na doświadczenia, wrażliwość na karę i nagrodę oraz w poziomie samooceny.

Tabela 17. Analiza różnic w zakresie wyników SONKSS-16 (zmienna różnicująca: typ szkoły), ANOVA Kruskala-Wallisa; Szkoła zawodowa $N=236$; Technikum $N=423$, Liceum $N=395$

$H_{(2, 1054)} = 31,731$ $p < 0,001$		
Typ szkoły	Suma - Rang	Średnia - Ranga
ZSZ	141335,5	598,879
TECH	231207,5	546,590
LO	183442,0	464,410

Uczniowie z poszczególnych typów szkół różnili się między sobą w wynikach na skali SONKSS-16. Najwyższą średnią rangę uzyskali uczniowie zasadniczych szkół zawodowych, a najniższą uczniowie liceów.

f) Wyniki analiz korelacji w grupie użytkowników portali społecznościowych

Sprawdzono, które zmienne osobowościowe korelują istotnie z nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych. Zestawiono ze sobą dane dla całej analizowanej grupy użytkowników, a także uwzględniając osobne analizy wśród kobiet i mężczyzn oraz wśród uczniów z poszczególnych typów szkół.

Tabela 18. Analiza korelacji zmiennych psychologicznych z wynikiem skali SONKSS-16 (istotne współczynniki korelacji Spearmana zaznaczono kolorem czerwonym, $p < 0,05$)

	SONKSS-16					
	Cała grupa N=1054	Mężczyźni N=599	Kobiety N=455	ZSZ N=236	TECH N=423	LO N=399
Uczciwość/Pokora	-0,13	-0,08	-0,22	-0,01	-0,20	-0,13
Emocjonalność	0,10	0,22	-0,07	0,10	0,08	0,18
Ekstrawersja	-0,09	-0,15	-0,02	-0,19	-0,08	-0,06
Ugodowość	-0,08	-0,09	-0,05	-0,13	-0,08	-0,07
Sumienność	-0,22	-0,17	-0,29	-0,19	-0,23	-0,19
Otwartość	-0,19	-0,18	-0,19	-0,14	-0,23	-0,08
BIS	-0,01	0,02	-0,07	0,01	-0,02	0,08
BAS	-0,24	-0,30	-0,18	-0,26	-0,21	-0,17
Podziw	0,15	0,13	0,17	0,11	0,18	0,16
Próżność	0,11	0,11	0,11	0,14	0,15	0,07
Samowystarczalność	-0,21	-0,27	-0,12	-0,23	-0,17	-0,20
Przywódtwo	0,03	-0,01	0,09	0,08	0,10	-0,03
Suma NARCYZM	0,04	0,01	0,09	0,03	0,10	0,02
Samooocena - wynik ogólny	-0,20	-0,25	-0,12	-0,18	-0,15	-0,22

Tabela 18 obrazuje wyniki przeprowadzonej analizy korelacji pomiędzy zmiennymi osobowościowymi a poziomem nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych. Odnotowano wiele istotnych, ale niskich wyników. Są też zmienne, których korelacja jest istotna jedynie w obrębie jednej płci. Takimi zmiennymi są cechy osobowości: uczciwość/pokora (u kobiet), emocjonalność, ekstrawersja oraz ugodowość (u mężczyzn).

Tabela 19. Analiza korelacji zmiennych związanych z aktywnością na portalach społecznościowych a wynikiem skali SONKSS-16 (istotne współczynniki korelacji Spearmana zaznaczono kolorem czerwonym, $p < 0,05$)

	SONKSS-16				
	Mężczyźni N=599	Kobiety N=455	ZSZ N=236	TECH N=423	LO N=399
Czas posiadania konta na portalu społecznościowym	-0,02	-0,03	-0,10	0,03	-0,01
Liczba logowań w ciągu dnia	0,22	0,32	0,13	0,29	0,35
Czas jednego logowania	0,33	0,41	0,29	0,33	0,41
Czas spędzany dziennie na portalu	0,28	0,44	0,24	0,31	0,49
Liczba znajomych	0,16	0,05	0,02	0,11	0,21
Liczba zdjęć ogółem	0,19	0,06	0,05	0,23	0,12
Liczba własnych zdjęć	0,23	0,03	0,12	0,18	0,12
Częstotliwość komentowania	0,08	0,19	-0,01	0,10	0,24
Częstotliwość zamieszczania postów	0,16	0,25	0,14	0,14	0,28
Umieszczanie informacji na tablicy	0,14	0,17	0,05	0,07	0,26
Częstotliwość zmiany statusu/opisu	0,26	0,20	0,19	0,20	0,23
Częstotliwość dodawania zdjęć	0,27	0,20	0,16	0,20	0,30
Częstotliwość zmiany zdjęcia profilowego	0,35	0,23	0,29	0,26	0,33
Częstotliwość lajkowania	0,03	0,13	-0,11	0,06	0,28

Najwyższe wartości współczynników korelacji, pomiędzy wynikami w skali SONKSS-16 a podejmowanymi aktywnościami na portalach społecznościowych, odnotowano dla zmiennej: „czas spędzany dziennie na portalu”. W grupie licealistów korelacja wyniosła 0,49, a najniższą dla tej zmiennej wartość odnotowano w grupie uczniów z zasadniczych szkół zawodowych (którzy *de facto* mają najwyższe średnie wyniki w skali SONKSS-16). Czas posiadania konta na portalu społecznościowym nie ma związku z nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych.

g) Wyniki analizy regresji i analizy ścieżek

Wykonano analizę regresji, aby sprawdzić, które ze zmiennych osobowościowych są istotnymi predyktorami nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych. W tym celu zastosowano krokową analizę regresji, aby w modelu uwzględnić jedynie istotne zmienne. Dokładne dane znajdują się w Tabeli 20. Najwyższy współczynnik regresji miała zmienna Podziw $\beta=0,264$ oraz wrażliwość na nagrodę (BAS) $\beta=-0,229$. Zaproponowany model zmiennych wyjaśnia niespełna 19% ogółu wariacji wyników w SONKSS-16.

Tabela 20. Krokowa analiza regresji Skali SONKSS-16 z uwzględnieniem zmiennych psychologicznych (postępowanie zostało zamknięte w 8 krokach) - z wyłączeniem zmiennej ze skali IMP oraz sumy ogólnej narcyzmu

R= 0,43 R ² = 0,19 Popraw. R ² = 0,18 F(8,1045)=29,976 p<0,0001 Błąd std. estymacji: 10,747						
	b*	Bł. std. - z b*	b	Bł. std. - z b	t(1045)	p
W. wolny			59,168	3,863	15,318	0,000001
BAS	-0,229	0,032	-0,629	0,089	-7,074	0,000001
Podziw	0,264	0,040	0,367	0,056	6,566	0,000001
Samowystarczalność	-0,116	0,040	-0,303	0,105	-2,890	0,003928
Otwartość	-0,121	0,030	-0,256	0,062	-4,111	0,000043
Samoocena - wynik ogólny	-0,119	0,032	-0,331	0,089	-3,719	0,000211
Sumienność	-0,107	0,031	-0,243	0,070	-3,459	0,000564
Emocjonalność	0,093	0,030	0,181	0,059	3,057	0,002293
Próżność	0,082	0,039	0,229	0,108	2,128	0,033571

W oparciu o wyniki analizy regresji wytypowano zmienne, które należy uwzględnić w analizie ścieżek. Wytypowany model zmiennych ma zadowalającą wartość współczynnika RMSEA=0,057, ale niezadowalające wartości 3 pozostałych współczynników - ($\chi^2=13012,5$; $df=3729$; $p<0,001$; GFI=0,739; AGFI=0,726). Tym samym, tak skonstruowany model nie jest dobrze dopasowany do danych.

Tabela 21. Parametry modelu relacji zmiennych osobowościowych względem SONKSS-16

Nazwa parametru	Wartość
ML chi-kwad.	13012,5
Stopnie swobody	3729
p	0,000
Dolna 90% - granica p.uf dla RMSEA Steigera-Linda	0,056
RMSEA Steigera-Linda	0,057
Górna 90% - granica p.uf dla RMSEA Steigera-Linda	0,058
GFI	0,739
AGFI	0,726

h) Normalizacja

Znacząca liczebność próby osób badanych - ponad 1000 osób - pozwoliła na wyliczenie wstępnych norm dla narzędzia SONKSS-16, który służy do oceny nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych. Tabela 21 prezentuje wyniki postępowania normalizacyjnego. Jako punkt odcięcia, określający znajdowanie się w grupie ryzyka związanego z nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych, przyjęto wynik 49 punktów, który wchodzi w zakres 9 stenu. Uzyskane wyniki należy jednak traktować z dużą ostrożnością, gdyż rozkład danych był skośny i jego początek to sten 3 (najwięcej wyników gromadziło się z lewej strony rozkładu - były mniejsze od średniej). Narzędzie SONKSS-16 ma jedynie charakter przesiewowy i nie służy do indywidualnej diagnozy. W oparciu o wyznaczone normy oszacowano, że w badanej próbie ok. 6% uczniów znajduje się w grupie ryzyka związanego z nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych.

Tabela 21. Wstępne normy dla narzędzia SONKSS-16, $N=1054$

wynik testu	<i>f</i>	<i>cf</i>	<i>cf</i> poniżej $+0,5f$	<i>p</i>	<i>z</i>	steny po normalizacji
16	155	155	77,5	0,0735	-1,4502	3
17	46	201	178,0	0,1689	-0,9585	4
18	42	243	222,0	0,2106	-0,8043	4
19	53	296	269,5	0,2557	-0,6745	4
20	34	330	313,0	0,2970	-0,533	4
21	42	372	351,0	0,3330	-0,4316	5
22	22	394	383,0	0,3634	-0,3494	5
23	20	414	404,0	0,3833	-0,2968	5
24	30	444	429,0	0,4070	-0,2353	5
25	30	474	459,0	0,4355	-0,1624	5
26	27	501	487,5	0,4625	-0,0941	5
27	24	525	513,0	0,4867	-0,0333	5
28	24	549	537,0	0,5095	0,0238	6
29	27	576	562,5	0,5337	0,0846	6
30	26	602	589,0	0,5588	0,1479	6
31	25	627	614,5	0,5830	0,2096	6
32	45	672	649,5	0,6162	0,2955	6
33	28	700	686,0	0,6509	0,3878	6
34	16	716	708,0	0,6717	0,4446	6
35	13	729	722,5	0,6855	0,4831	6
36	29	758	743,5	0,7054	0,54	7
37	16	774	766,0	0,7268	0,6032	7
38	27	801	787,5	0,7472	0,6657	7
39	15	816	808,5	0,7671	0,7293	7
40	24	840	828,0	0,7856	0,7912	7
41	21	861	850,5	0,8069	0,8665	7
42	18	879	870,0	0,8254	0,9361	7
43	14	893	886,0	0,8406	0,9969	7

44	22	915	904,0	0,8577	1,07	8
45	16	931	923,0	0,8757	1,154	8
46	12	943	937,0	0,8890	1,2212	8
47	19	962	952,5	0,9037	1,3029	8
48	28	990	976,0	0,9260	1,4466	8
49	6	996	993,0	0,9421	1,5726	9
50	10	1006	1001,0	0,9497	1,642	9
51	5	1011	1008,5	0,9568	1,7147	9
52	5	1016	1013,5	0,9616	1,7696	9
53	2	1018	1017,0	0,9649	1,8106	9
54	2	1020	1019,0	0,9668	1,8357	9
55	2	1022	1021,0	0,9687	1,862	9
56	7	1029	1025,5	0,9730	1,9268	9
57	4	1033	1031,0	0,9782	2,0197	10
58	2	1035	1034,0	0,9810	2,0749	10
59	4	1039	1037,0	0,9839	2,1419	10
60	3	1042	1040,5	0,9872	2,2322	10
61	2	1044	1043,0	0,9896	2,3116	10
62	1	1045	1044,5	0,9910	2,3656	10
63	1	1046	1045,5	0,9919	2,4044	10
64	0	1046	1046,0	0,9924	2,4276	10
65	1	1047	1046,5	0,9929	2,4522	10
66	1	1048	1047,5	0,9938	2,5006	10
67	1	1049	1048,5	0,9948	2,5622	10
68	4	1053	1051,0	0,9972	2,5569	10
69	0	1053	1053,0	0,9991	3,1214	10
70	0	1053	1053,0	0,9991	3,1214	10
71	1	1054	1053,5	0,9995	3,2905	10

VI. WNIOSKI I REKOMENDACJE

Główne wnioski płynące z przeprowadzonego projektu badawczego:

a) Działania naukowe i badawcze prowadzone w ramach projektu pozwoliły na stworzenie przesiewowego narzędzia do oceny nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych SONKSS-16. Skala ta podlegała wielu reorganizacjom (od 7 czynników poprzez 4 aż do rozwiązania 1-czynnikowego). Stworzono dla niej wstępne normy, które należałoby ponownie badawczo zweryfikować, gdyż ostateczna wersja skali powstała na drodze wykluczania pytań, a nie oddzielnego badania.

b) Uwzględnione w modelu zmienne osobowościowe były w większości powiązane z nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych (analizy korelacji), ale jedynie część z nich okazała się istotna w predykcji (analiza regresji) wyniku w skali SONKSS-16. Sugerowany model badawczy uwzględniający cechy osobowości (szczerłość/pokora, emocjonalność, ekstrawersja, ugodowość, sumienność i otwartość), impulsywność, narcyzm, wrażliwość na karę i nagrodę oraz samoocenę nie uzyskał potwierdzenia w danych zebranych od osób badanych. Opracowany model zakładał bezpośrednią relację pomiędzy zmiennymi psychologicznymi a nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych - być może w modelu należałoby uwzględnić inne zmienne, które stanowią element pośredni między zmiennymi osobowościowymi a nadmiernym korzystaniem z sieci społecznościowych. Dodatkowo należy zwrócić uwagę na pewne słabości wykorzystanych narzędzi pomiarowych (stworzona skala impulsywności uzyskała bardzo niski wskaźnik rzetelności, a część cech osobowości mierzonych Inwentarzem HEXACO również miała wskaźnik rzetelności poniżej wartości 0,7).

c) Istotnymi predyktorami wyników w skali nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych były w szczególności zmienne związane z narcyzmem oraz samoocena, a także zmienna wrażliwość na nagrodę. Skale pomiarowe do oceny tych zmiennych cechowały się wysoką rzetelnością.

d) Dane dotyczące korzystania z portali społecznościowych uzyskane od uczniów dostarczają wielu informacji ukazujących, jak młodzież z nich korzysta. W badanej próbie najwięcej było użytkowników portali społecznościowych, którzy swoje konta mieli co najmniej od roku oraz tych, którzy dziennie spędzają od 1 do 2 godzin na portalu społecznościowych. Ponad 6,5% badanych zadeklarowało, że korzysta z portalu społecznościowego więcej niż 6 godzin dziennie. Odpowiedzi uczniów były zróżnicowane w zakresie liczby znajomych czy też liczby zdjęć. Były osoby, które wskazywały, że nie posiadają na swojej liście kontaktów żadnych znajomych, ale były i takie jednostki, które szacowały swoją liczbę znajomych na ok. 1200 osób. Uczniowie różnili się między sobą także pod względem podejmowania konkretnych aktywności na portalu, takich jak: dodawanie komentarzy, nowych zdjęć czy lajkowanie. Najwięcej osób za główny powód swojego korzystania z portalu wskazało: kontaktowanie się ze znajomymi (ok. 78%), a motywem najczęściej wybieranym jako ten, który sprawił, że dana osoba zdecydowała się założyć konto na portalu była ciekawość (ok. 30%)

e) W ramach projektu zastosowano procedurę jakościowego pozyskania danych w formie badania fokusowego z udziałem uczniów. Zapytani, czy sądzą, że można "uzależnić się" od portali społecznościowych w większości

twierdzili, że jest to możliwe. Dopytani o to, jakie zachowania wg nich przejawia osoba potencjalnie uzależniona wskazywali na takie zachowania jak: nieustanne bycie online, podenerwowanie gdy nie może korzystać z portalu, utrata kontaktu z realnymi znajomymi czy zaniedbanie swojego hobby. Zwrócono także uwagę na nadmiar treści, którymi taka osoba dzieli się z innymi, umieszczając np. bardzo dużo zdjęć pochodzących z różnych miejsc. Te informacje pokazują, że uczniowie dostrzegają w swoim otoczeniu jednostki, które w ich przekonaniu wykraczają poza tzw. normę - odstają od innych, mimo że korzystanie z portali społecznościowych jest powszechne i poświęca się na nie dużo czasu i uwagi.

Główne rekomendacje:

- a) Zjawisko nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych to problem, który dopiero jest w Polsce badany i z pewnością wymaga dalszej analizy. Dzięki SONKSS-16 możliwe jest dokonywanie badań przesiewowych, a także podjęcie prób w zakresie weryfikacji modeli uwzględniających inne zmienne objaśniające to zjawisko.
- b) Na podstawie wyznaczonych wstępnych norm dla narzędzia SONKSS-16 oszacowano, że ok. 6% uczestników badań prowadzonych w ramach projektu znajduje się w grupie ryzyka nadmiernego korzystania z sieci społecznościowych.
- c) Ze względu na duże zainteresowanie naukowców obszarem funkcjonowania człowieka w Internecie należy poszerzać wiedzę na temat tego, jak portale społecznościowe wpływają na naszą rzeczywistość, oraz jakie pozytywne bądź negatywne konsekwencje niesie ze sobą korzystanie z nich.