



Ministerstwo
Zdrowia



OSZACOWANIE ROZPOWSZECHNIENIA ORAZ IDENTYFIKACJA CZYNNIKÓW RYZYKA I CZYNNIKÓW CHRONIĄCYCH HAZARDU I INNYCH UZALEŻNIEŃ BEHAWIORALNYCH – EDYCJA 2023/2024

RAPORT Z BADAŃ

Projekt badawczy zrealizowany przez Fundację Centrum Badania Opinii Społecznej, współfinansowany ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych na zlecenie Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom

Warszawa, maj 2024

OPRACOWAŁ ZESPÓŁ W SKŁADZIE:

dr Jacek Moskalewicz

Barbara Badora

Michał Feliksiak

Magdalena Gwiazda

Ilona Kawalec

Małgorzata Omyła-Rudzka

Beata Roguska

dr Jonathan Scovil

Spis treści

Streszczenie	6
Wprowadzenie	14
Informacja o projekcie badawczym	17
Cele projektu badawczego	17
Metodologia badań	18
Metoda badawcza.....	18
Dobór próby	20
Warstwy i alokacja	20
Poziom realizacji.....	22
Procedury kontroli.....	25
Narzędzia badawcze	26
Kanadyjski Indeks Gier Hazardowych (CPGI) – wnioski z walidacji wskaźnika.....	27
Internet Addiction Test (IAT) – wnioski z walidacji wskaźnika.....	28
1. Hazard	31
1.1. Gry hazardowe – podstawowe statystyki	31
1.2. Porównanie cech społeczno-demograficznych osób niegrających i graczy	36
1.3. Zagrożenie uzależnieniem od hazardu	38
1.4. Hazard – czynniki ryzyka.....	40
1.5. Stygmatyzacja i samoidentyfikacja	42
1.6. Bilans finansowy gry.....	45
1.7. Gracze niepełnoletni.....	48
1.8. Wirtualne kasyna.....	49
1.8.1. Hazard w wersji „demo”	49
1.8.2. Udział w nielegalnym hazardzie	52
1.9. Wpływ pandemii COVID-19 na udział w hazardzie.....	53
1.10. Przyczyny podejmowania gier hazardowych	56
1.11. Ocena potencjału uzależniającego gier	59
1.11.1. Potencjał uzależniający poszczególnych gier	61
1.12. Oszacowanie liczby osób uprawiających patologiczny hazard	64
1.12.1. Metody szacowania: dane leczenia	64
1.12.2. Metody szacowania: badania epidemiologiczne	65
1.12.3. Metody szacowania: metoda punktu referencyjnego (<i>benchmark</i>).....	67
1.12.4. Podsumowanie	70
2. Internet	72
2.1. Zasięg zjawiska	72
2.2. Zagrożenie problemowym używaniem internetu a wiek i płeć badanych	74
2.3. Zagrożenie problemowym używaniem internetu a miejsce zamieszkania	79
2.4. Zagrożenie problemowym używaniem internetu a czas i sposób korzystania z sieci	80

2.5. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu a rodzaje aktywności w sieci	84
2.6. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu a nawiązywanie relacji w sieci.....	98
2.7. Internet a cyberseks	100
2.8. <i>Binge-watching</i>	105
2.9. Uczestnictwo w serwisach społecznościowych.....	110
2.9.1. Facebook	115
2.9.2. Instagram.....	116
2.9.3. YouTube	117
2.9.4. TikTok	118
2.9.5. Snapchat.....	119
2.9.6. X (dawniej Twitter).....	120
2.9.7. LinkedIn	121
2.9.8. Twitch	122
2.9.9. GoldenLine	123
2.9.10. Tinder.....	124
2.9.11. Wykop.....	125
2.10. Problemowe korzystanie z serwisów społecznościowych	127
2.10.1. Indeks Bergen	127
2.10.2. Czas spędzany w internecie a problemowe korzystanie z mediów społecznościowych .	132
2.10.3. Ryzyko związane z mediami społecznościowymi a problemowe korzystanie z internetu	134
3. Praca.....	135
3.1. Zasięg zjawiska	135
3.2. Charakterystyka demograficzna osób zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę	136
3.2.1. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a wiek	136
3.2.2. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a płeć.....	139
3.3. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a aktywność zawodowa	141
3.3.1. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w grupach społeczno-zawodowych.....	141
3.3.2. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a wykonywanie pracy zarobkowej	143
3.3.3. Forma zatrudnienia a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę	144
3.3.4. Forma własności zakładu pracy a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę	145
3.3.5. Pełnienie funkcji kierowniczej a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę...	146
3.3.6. Praca zdalna a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę	147
3.4. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a czas przeznaczany na pracę zarobkową	148
3.4.1. Deklaracje badanych	148
3.4.2. Postrzeganie przez otoczenie społeczne	150
3.5. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a motywacje do pracy	151

3.6. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a konieczność wspierania niesamodzielnych bliskich	155
3.7. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a sposób spędzania czasu wolnego	156
3.8. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a czas przeznaczony na sen	159
3.9. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a skłonność do innych uzależnień behawioralnych	160
4. Zakupy	164
4.1. Zasięg zjawiska i cechy sprzyjające.....	164
4.2. Charakterystyka społeczno-demograficzna osób z problemem zakupowym	168
4.3. Zwyczaje konsumenckie osób z problemem zakupowym	171
4.3.1. Preferencje dotyczące produktów	171
4.3.2. Miejsca dokonywania zakupów	177
4.4. <i>Window shopping</i>	182
4.5. Problemowe kupowanie a inne zaburzenia.....	187
5. Społeczna percepcja problemu uzależnień	188
Wnioski i rekomendacje.....	193
Rekomendacje badawcze	196
Wybrana bibliografia	197
Tabele różnicowań społeczno-demograficznych	198

STRESZCZENIE

Projekt badawczy „Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących hazardu i innych uzależnień behawioralnych – edycja 2023/2024” realizowany był od września 2023 roku do maja 2024 roku. Badanie to jest kolejną edycją projektu zrealizowanego w latach 2011/2012, 2014/2015 oraz 2018/2019 – obecna edycja jest czwartą z kolei¹.

Celem badania było zdefiniowanie zmian, jakie zaszły w poziomie rozpowszechnienia różnych form hazardu oraz innych zaburzeń behawioralnych na przestrzeni ostatnich lat oraz w zakresie czynników im sprzyjających i chroniących, w drodze analizy porównawczej z wynikami uzyskanymi we wcześniejszych edycjach badania.

Podobnie jak II edycja badania obecnie zrealizowany projekt zawierał tylko komponent ilościowy. Badanie zrealizowane zostało – jak poprzednio – na ogólnopolskiej próbie losowej (PESEL) reprezentatywnej dla osób w wieku 15+.

Badanie zrealizowane zostało w formule mixed-mode, będącej połączeniem trzech technik badawczych: bezpośredniego wywiadu ankieterskiego face-to-face (CAPI), ankieterskiego wywiadu telefonicznego (CATI) i wywiadu internetowego – ankieta wypełniana samodzielnie przez respondenta (CAWI). Zrealizowano 3239 wywiadów.

Hazard

W ciągu pięciu lat dzielących obecną edycję badania od poprzedniej spadł nieco odsetek Polaków grających w gry na pieniądze – grający stanowią obecnie 31,7% ogółu, podczas gdy w 2019 roku odsetek ten był o 5,4 punktu procentowego wyższy (37,1%). Generalnie porównanie danych z lat 2012–2024 wskazuje na zahamowanie trendu wzrostowego, jeśli chodzi o odsetek osób uczestniczących w grach na pieniądze, z jakim mieliśmy do czynienia w latach 2012–2019.

Do najpopularniejszych gier na pieniądze należą gry liczbowe Totalizatora Sportowego (21,1%), a w następnej kolejności różnego rodzaju zdrajki (15,5%), loterie i konkursy SMS-owe (5,1%) oraz automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi (2,6%). W porównaniu z okresem sprzed pięciu lat ranking popularności gier na pieniądze nie uległ zmianom, spadła natomiast popularność poszczególnych gier wyrażona odsetkiem grających.

¹ W celu uproszczenia w raporcie przyjęto podawanie daty zgodnie z datą wydania raportu: odpowiednio: 2012, 2015, 2019, 2024.

Obecnie nie tylko nieco mniej Polaków uczestniczy w hazardzie, ale też – podobnie jak wcześniej – zdecydowana większość grających robi to w sposób bezpieczny (w ocenie ryzyka uzależnienia od hazardu ponownie wykorzystany został Kanadyjski Indeks Gier Hazardowych – CPGI). Wśród ogółu badanych w wieku 15+ bezpieczny hazard uprawia więcej niż co czwarty (27,2%), a wśród graczy odsetek ten wynosi 86,0%. W stosunku do 2019 roku zauważalny jest jednak spadek odsetka grających bezpiecznie i jednocześnie wzrost odsetka grających ryzykownie. Dotyczy to przede wszystkim kategorii „umiarkowany poziom ryzyka uzależnienia”, która osiągnęła najwyższy poziom w historii naszych pomiarów (4,2% graczy).

Analiza statystyczna wskazuje, że spośród szerokiego zestawu cech społeczno-demograficznych tymi, które w sposób istotny wpływają na podejmowanie przez graczy ryzyka w trakcie gry, są przede wszystkim płeć i wiek oraz – w nieco mniejszym stopniu – wykształcenie. Profil gracza w największym stopniu zagrożonego uzależnieniem od hazardu/mającego problem z hazardem to młody (do 24 lat), relatywnie nisko wykształcony mężczyzna.

Niemal wszyscy grający na pieniądze postrzegają siebie jako osoby wolne od problemu hazardowego. Podobnie jak wcześniej – zestawienie danych na temat samoidentyfikacji graczy z wartościami indeksu CPGI wskazuje, że odsetek graczy w żadnym sensie nieidentyfikujących się z problemem hazardowym przewyższa odsetek grających bezpiecznie wg wskaźników indeksu (96,8% wobec 86,0%). Fakt ten wskazuje, że co dziesiąty uczestnik gier na pieniądze (10,8%) może nie być świadomy wejścia na ścieżkę ryzyka uzależnienia od hazardu.

Zanotowanemu w populacji Polaków (15+) spadkowi odsetka grających w gry na pieniądze towarzyszy wzrost średnich kwot deklarowanych jako nakłady na grę i wygrane. Średnia kwota wydana na grę przez przeciętnego gracza w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie wynosi obecnie 265,77 zł, a wartość wygranej kształtuje się – według uśrednionych deklaracji graczy – na poziomie 208,19 zł, podczas gdy pięć lat temu kwoty te wynosiły odpowiednio: 179,72 zł i 192,16 zł. Poziom deklarowanych nakładów na grę i wygranych jest skorelowany z ryzykiem uzależnienia od hazardu: wraz ze wzrostem ryzyka uzależnienia znacząco wzrastają zarówno deklarowane kwoty nakładów na hazard, jak i – przede wszystkim – deklarowana wysokość zysków. W czasie 12 miesięcy poprzedzających badanie osoby mające problem z hazardem wydały na grę (średnia z deklaracji) prawie 20 razy więcej niż osoby grające bezpiecznie, wygrywając w tym czasie (także średnie z deklaracji) ponad 46 razy więcej niż grający bezpiecznie. Przekonanie o dodatnim bilansie finansowym gry skorelowane jest z ryzykiem uzależnienia od hazardu: rośnie wraz z nim, najwyższy poziom osiągając wśród osób wysoko zagrożonych uzależnieniem/uzależnionych od hazardu.

Uczestnictwo w darmowych grach hazardowych w kasynach internetowych w okresie 12 miesięcy poprzedzających badanie deklaruje obecnie 3,6% respondentów (spośród wiedzących o ich istnieniu). W stosunku do 2019 roku notujemy zatem ponad dwukrotny wzrost popularności internetowego hazardu w wersji „demo”. Udział w grach hazardowych w wirtualnych kasynach (tzw. wersje demo, bez rejestracji ani logowania) w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem skorelowany jest z problemową grą: w porównaniu z grającymi bezpiecznie osoby zdradzające symptomy uzależnienia od hazardu uczestniczyły w nich ponad pięciokrotnie częściej.

Zmianę zwyczajów związanych z grą w trakcie pandemii zdecydowanie częściej deklarują osoby obecnie grające ryzykownie (21,9%) niż grające bezpiecznie (5,3%). Zmiana w grupie osób zdradzających obecnie symptomy uzależnienia od hazardu (grający ryzykownie) polegała najczęściej na zmniejszeniu intensywności grania (9,5%) lub całkowitej rezygnacji z gry (5,4%).

Motywacje do uczestniczenia w grach na pieniądze są silnie zróżnicowane w zależności od stopnia zaangażowania w grę. Choć zarówno osoby grające bezpiecznie, jak i grający ryzykownie robią to przede wszystkim w nadziei na wygraną i dla rozrywki, ci ostatni jednak znacząco częściej wskazują w tym kontekście pragnienie rozładowania się, uspokojenia, „wyłączenia”, chęć odegrania się, przyzwyczajenie do takiej formy spędzania czasu i niemożność pohamowania się przed grą.

Choć nadal zdecydowana większość badanych uznaje, że od gier na pieniądze można się uzależnić (90,5%), to jednak siła tego przekonania nieco słabnie, co wyraża się w niższym odsetku zdecydowanych odpowiedzi (spadek o 8 punktów odpowiedzi „zdecydowanie tak”) oraz niższych średnich ocenach uzależniającego potencjału poszczególnych gier. Podobnie jak przy poprzednim pomiarze średnie te są jeszcze niższe w grupie osób, które same biorą udział w podobnych grach. Pomimo ogólnego spadku świadomość możliwości uzależnienia wzrosła jednak w grupie osób już uzależnionych od hazardu bądź zagrożonych uzależnieniem.

W celu oszacowania rzeczywistej liczby patologicznych hazardzistów, w obecnym badaniu po raz trzeci została zastosowana metoda szacowania zjawisk rzadkich w populacji, zwana metodą punktu referencyjnego (*benchmark*). Na jej podstawie liczbę Polaków w wieku 15+ uprawiających obecnie patologiczny hazard szacujemy na 35 319 osób. Oznacza to, że w ciągu ostatnich pięciu lat liczba osób grających patologicznie wzrosła o 30% (o ponad 8000) i wróciła do rekordowego poziomu z roku 2014.

Internet

W kolejnych edycjach badania obserwujemy wzrost skali korzystania z internetu. Obecnie online jest ponad ośmiu na dziesięciu Polaków mających 15 lat lub więcej (83,3%, co stanowi ponad 24 miliony ludzi), tj. o 9,1 punktu procentowego więcej niż przed pięcioma laty. Już wtedy korzystanie z internetu deklarowali niemal wszyscy badani poniżej 35 roku życia. Od tego czasu jednak nastąpił znaczny przyrost internautów w starszych grupach wiekowych, szczególnie wśród osób po 54 roku życia. Można powiedzieć, że teraz dla większości Polaków internet jest stałym elementem codzienności – ponad siedmiu na dziesięciu badanych (70,6%) korzysta z niego codziennie lub prawie codziennie.

Mimo przyrostu liczby użytkowników, problemowe korzystanie z sieci (mierzone testem Internet Addiction) jest nadal zjawiskiem marginalnym. Obecnie dotyczy ono 0,04% badanych. Z kolei zagrożenie problemowym używaniem internetu jest charakterystyczne dla 1,7% użytkowników. Łącznie, w liczbach bezwzględnych, jest to 428 939 osób. Podobnie jak w poprzednich pomiarach ogromną większość korzystających z internetu (98,2%) stanowią przeciętni użytkownicy, których zachowania nie kwalifikują ich do grupy ryzyka.

Spoleczno-demograficznym czynnikiem ryzyka, który w największym stopniu różnicuje skalę zagrożenia problemowym używaniem internetu, jest młody wiek, przy czym w porównaniu do poprzednich edycji badania, obecnie obserwujemy wzrost ryzyka w przypadku osób mających od 15 do 17 lat, natomiast zmniejszyło się ono w grupie mających od 18 do 24 lat, w której jest zbliżone do przeciętnego poziomu. Obecnie po raz pierwszy wśród osób problemowo korzystających z sieci wyraźnie przeważają kobiety. Jeśli brać pod uwagę jednocześnie płeć i wiek badanych, okazuje się, że grupą największego ryzyka, jeśli chodzi o problemowe korzystanie z sieci, są najmłodsze kobiety, mające poniżej 18 lat.

Osoby zagrożone problemowym używaniem internetu różnią się od pozostałych dłuższym czasem spędzonym online (o mniej więcej 2 godziny na dobę, jak wskazuje średnia, i o 3 godziny – zgodnie z medianą) oraz stylem korzystania z sieci polegającym na stałej obecności online, w przeciwieństwie do łączenia się z internetem w sposób celowy, po to, by wykonać jakieś zadanie.

Spośród aktywności podejmowanych online, które zauważalnie współwystępują z większym ryzykiem zagrożenia problemowym używaniem internetu, można wyróżnić prowadzenie w sieci rozmów o charakterze erotycznym (cyberseks), zamieszczanie online swoich zdjęć i filmów oraz oglądanie wideo blogów, a ponadto oglądanie filmów i seriali, pisanie na forach i w serwisach społecznościowych, granie w gry nie na pieniądze. Istotne znaczenie w tym względzie ma również utrzymywanie kontaktów ze znajomymi przez internet za pośrednictwem komunikatorów i serwisów społecznościowych, jak również nawiązywanie online nowych znajomości.

Aktywnością internetową, którą w niniejszej edycji badania poddano pogłębionej analizie, jest cyberseks. Tak jak w poprzednich latach, osób deklarujących jego uprawianie jest bardzo niewiele (2,4% użytkowników internetu, co stanowi 586 696 osób). Częściej jednak natrafiamy na nie zwłaszcza wśród najmłodszych badanych, mężczyzn, mieszkańców największych miast, kawalerów/panien lub osób rozwiedzionych, badanych źle oceniających swoje warunki materialne oraz niewierzących, co w tym ostatnim przypadku wydaje się jednak być wyłącznie funkcją wieku. Ponadto badani uprawiający cyberseks częściej występują w grupie osób zagrożonych uzależnieniem od internetu, korzystających ze stron pornograficznych, a także skłonnych nawiązywać relacje przez internet, również te romantyczne.

Interesującym zjawiskiem, które wytworzyło się wraz ze wzrostem popularności serwisów VOD, jest kompulsywne oglądanie online seriali. Blisko połowie badanych, którzy oglądają filmy i seriale w internecie, zdarza się od czasu do czasu uprawiać *binge-watching* (40,4%, czyli 15,6% ogółu Polaków powyżej 15 roku życia, co daje ponad 4,5 miliona osób), choć osoby uprawiające go z dużą regularnością są jednak w zdecydowanej mniejszości. Zjawisko to jest częstsze wśród kobiet (zwłaszcza najmłodszych), młodszych badanych, mieszkających w miastach i źle oceniających swoje warunki materialne. Spośród grup społeczno-zawodowych wyróżniają się pod tym względem uczniowie i studenci oraz bezrobotni. *Binge-watching* jest też wyraźnie częstszy w grupie zagrożonej zaburzeniami związanymi z używaniem internetu, a także robieniem zakupów. Wreszcie, na *binge-watcherów* częściej trafiamy wśród badanych, którzy śpią ponad 9 godzin na dobę, co sugeruje, że ten sposób spędzania wolnego czasu wybierają zwłaszcza osoby, które mają tego czasu po prostu więcej.

Coraz bardziej rozpowszechniona jest obecność w serwisach społecznościowych. Obecnie większość osób w wieku 15+ posiada profil w jakimś serwisie społecznościowym (60,0%, co stanowi 17 435 953 osób), a wśród internautów obecność w mediach społecznościowych deklaruje zdecydowana większość (72,0%). W ciągu ostatnich pięciu lat nastąpił zauważalny wzrost popularności tych platform (z 47,7% wśród osób 15+ do 60,0%, a wśród internautów – z 64,3% do 72,0%). Posiadanie konta w serwisach społecznościowych zależy przede wszystkim od wieku. Zarejestrowani w nich są niemal wszyscy do 24 roku życia oraz większość do 54 roku życia. Ponadto wyższy odsetek użytkowników rejestrujemy wśród kobiet niż mężczyzn (63,1% wobec 56,5%). Najbardziej popularnym serwisem społecznościowym, podobnie jak pięć lat temu, jest Facebook: konto na nim posiada zdecydowana większość internautów (68,5%) i niemal wszyscy korzystający z mediów społecznościowych (95,2%). Na drugim miejscu pod względem popularności sytuuje się Instagram (32,1% internautów), a na trzecim YouTube (26,1% internautów).

Jak wynika z analiz (do których wykorzystano adaptację Skali Uzależnienia od Facebooka – Bergen Facebook Addiction Scale), zagrożonych problemowym korzystaniem z mediów społecznościowych jest

obecnie 3,8% ich użytkowników, co stanowi 669 352 osób. W ciągu ostatnich pięciu lat udział zagrożonych problemowym korzystaniem z mediów społecznościowych wśród ogółu ich użytkowników wzrósł jedynie w niewielkim stopniu z 3,2% do 3,8%, jednak ze względu na wyraźny wzrost liczby użytkowników serwisów społecznościowych w liczbach bezwzględnych zmiana jest spora – wzrost z 475 840 osób do 669 352 osób (w populacji w wieku 15+ wzrost z 1,5% do 2,3%). Zagrożenie problemowym korzystaniem zależy przede wszystkim od wieku. Do grupy ryzyka najczęściej należą młode osoby poniżej 25 roku życia (wśród nich jest 7,7% zagrożonych). Wśród młodych osób (poniżej 25 roku życia) kilkakrotnie bardziej zagrożone problemowym korzystaniem z serwisów społecznościowych są kobiety niż mężczyźni (11,3% wobec 4,1%). Natomiast wśród starszych badanych – powyżej 24 roku życia, istotne znaczenie ma miejsce zamieszkania – bardziej zagrożeni problemowym korzystaniem z portali społecznościowych są mieszkańcy wsi niż mieszkańcy miast (4,1% wobec 1,8%). Udział zagrożonych problemowym korzystaniem z serwisów społecznościowych jest różny wśród użytkowników różnych platform. Stosunkowo wysokie odsetki należących do grupy ryzyka odnajdujemy wśród zarejestrowanych na takich portalach jak TikTok (8,2%), Snapchat (7,9%), YouTube (6,7%) oraz Twitch (6,2%).

Praca

W 2024 roku, na podstawie wyników testu Bryana E. Robinsona, 10,7% Polaków mających co najmniej 15 lat można zaliczyć do grupy osób problemowo zaangażowanych w pracę. W liczbach bezwzględnych jest to ponad 3 120 900 osób. Brak jakichkolwiek symptomów problemowego zaangażowania w pracę według zastosowanego testu stwierdziliśmy w przypadku 20,9% badanych, natomiast w przypadku ponad dwóch trzecich (68,4%) istnieje niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu.

Kolejne badania z lat 2012, 2015, 2019 i 2024 potwierdzają, iż kluczową zmienną różnicującą poziom zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę w polskim społeczeństwie jest przynależność do grupy opisującej sytuację badanych na rynku pracy (tzw. grupa społeczno-zawodowa). Problemowemu zaangażowaniu w pracę sprzyja – ogólnie rzecz biorąc – w miarę regularne wykonywanie pracy zarobkowej, a w szczególności praca na własny rachunek (samozatrudnienie). Czynnikiem zagrażającym w kontekście problemowego zaangażowania w pracę jest też pełnienie funkcji kierowniczych, odpowiedzialność za pracę innych osób lub kierowanie projektami (wśród pracujących zarobkowo blisko połowa problemowo zaangażowanych w pracę to tak rozumiani kierownicy).

Konsekwencją związku zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę z aktywnością zawodową jest – stwierdzony w badaniach ilościowych przeprowadzonych w latach 2012, 2015, 2019 i 2024 – związek stopnia tego zagrożenia z wiekiem badanych. Na problemowe zaangażowanie w pracę bardziej

narażone są osoby w wieku poniżej 55 lat, przy czym na uwagę zasługuje przede wszystkim grupa wiekowa 45–54 lata, w której obecnie odnotowaliśmy najwyższy odsetek badanych z wynikiem testu wskazującym na problemowe zaangażowanie w pracę (14,9%, od roku 2019 wzrost o 5,3 punktu procentowego). Wyniki badania zakończonego w 2024 roku po raz kolejny wskazują, iż na poziomie ogólnym w badanej populacji Polaków w wieku 15+ problemowe zaangażowanie w pracę dotyka kobiety i mężczyzn w zbliżonym stopniu (kobiety nieznacznie częściej niż mężczyźni uzyskują w teście Bryana E. Robinsona wyniki wskazujące na problemowe zaangażowanie w pracę, ale różnica jest nieistotna statystycznie). Jednocześnie w grupie wiekowej 15–24 lata kobiety znacznie częściej niż mężczyźni uzyskują w teście Robinsona wyniki świadczące o problemowym zaangażowaniu w pracę, natomiast w grupie wiekowej 65+ to kobiety znacznie częściej niż mężczyźni zaliczają się do osób charakteryzujących się brakiem symptomów problemowego zaangażowania w pracę.

Osoby problemowo zaangażowane w pracę deklarują, że tygodniowo przeznaczają na pracę znacznie więcej godzin niż pozostali badani, częściej też twierdzą, że w ogóle nie mają wolnego czasu (zwłaszcza w dni powszednie/robocze). Wraz ze wzrostem zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę maleje też przeciętna deklarowana liczba godzin przeznaczanych na sen. Zdecydowana większość badanych problemowo zaangażowanych w pracę przynajmniej czasami spotyka się z wyrzutami lub innymi formami niezadowolenia bliskich osób z powodu zbyt dużej ilości czasu przeznaczanego na pracę.

Osoby problemowo zaangażowane w pracę motywowane są do pracy tym samym zestawem potrzeb co pozostali badani, przy czym bardziej niż niemające tego problemu są zmotywowane do zdobycia wyższej pozycji zawodowej, awansu oraz osiągnięcia wyższego lub utrzymania wysokiego statusu materialnego.

Problemowemu zaangażowaniu w pracę sprzyja konieczność opieki nad niesamodzielnym, starszym lub niepełnosprawnym członkiem gospodarstwa domowego oraz – w mniejszym stopniu – posiadanie niepełnoletnich dzieci.

Zakupy

Symptomy kompulsywnego kupowania na podstawie testu Valence, d’Astous and Fortier Compulsive Buying Scale przejawia obecnie 2,9% populacji Polaków (od 15 roku życia). Odsetek osób, których dotyczy problemowe kupowanie, w stosunku do roku 2019, zmniejszył się o 0,8 punktu procentowego i jest najniższy, biorąc pod uwagę wszystkie dotychczasowe edycje badania.

Kluczowe znaczenie dla rozwoju tego zaburzenia ma wiek: symptomy kompulsywnego kupowania częściej diagnozujemy wśród ludzi młodych, poniżej 35 roku życia, niż wśród starszych respondentów. Kategorią wiekową, w której szczególnie często mamy do czynienia ze zjawiskiem problemowego

kupowania, są ludzie od 18 do 24 roku życia, a więc młodzi dorośli (dotyczy ono 8,2% z nich). Badanie potwierdza także powszechną opinię, zgodnie z którą kobiety częściej niż mężczyźni mają problemy związane z kupowaniem.

Spoleczna percepcja problemu uzaleźnień

Kolejność najbardziej zagrażających – w ocenie społecznej – uzależnieniem zachowań jest taka sama jak w poprzednich edycjach badania. Generalnie uzależnienia od substancji uważane są za groźniejsze niż różnego typu zaburzenia behawioralne. Niezmiennie jako najgroźniejsze uzależnienie postrzegana jest narkomania, zaś w drugiej kolejności alkoholizm. Spośród zaburzeń behawioralnych największy potencjał uzależniająca ma – w ocenie społecznej – hazard. Za najmniej niebezpieczne uznawane jest natomiast „uzależnienie” od zakupów. Sposób postrzegania zagrożenia związanego z różnego rodzaju uzależnieniami i zaburzeniami behawioralnymi przekłada się na poglądy Polaków na temat dostępu do bezpłatnej terapii osób nimi dotkniętych. O społecznej akceptacji leczenia tych osób w ramach NFZ mówić można przede wszystkim w odniesieniu do alkoholików i narkomanów, czyli ofiar uzależnień postrzeganych jako najgroźniejsze.

Pomimo niezmiennej od lat hierarchii uzależnień według postrzeganego stopnia ich szkodliwości widoczny jest wzrost akceptacji dla leczenia ze środków publicznych osób dotkniętych wszystkimi rodzajami uzależnień i zaburzeń.

WPROWADZENIE

Badanie nt. rozpowszechnienia hazardu i innych uzależnień behawioralnych oraz identyfikacji czynników ryzyka i czynników chroniących jest czwartym z kolei badaniem z tego cyklu. Jego kolejne wersje przeprowadzone były w latach 2011/2012, 2014/2015 i 2018/2019, a ostatnia, obecnie prezentowana, w latach 2023/2024. Wszystkie cztery edycje realizowane były przez Fundację Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOS) we współpracy z Krajowym Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom (dawniej Krajowym Biurem ds. Przeciwdziałania Narkomanii – KBPN) i obejmowały te same rodzaje zaburzeń behawioralnych: hazard, zaburzenia związane z używaniem internetu, zaburzenia związane z pracą oraz związane z kompulsywnymi zakupami. We wszystkich edycjach badania stosowano te same testy przesiewowe. Również sposób doboru próby był we wszystkich latach identyczny, bazujący na losowaniu imiennej próby potencjalnych respondentów z rejestru ludności – PESEL. Zarówno podobieństwa metodologiczne, jak i realizacja badań przez tego samego wykonawcę zapewniają porównywalność wyników i pozwalają na śledzenie trendów zjawisk obserwowanych we względnie długim okresie już od ponad dziesięciu lat.

Jak pisaliśmy we wcześniejszych raportach, zjawiska określane jako uzależnienia behawioralne, za wyjątkiem może problemowego korzystania z internetu, pojawiły się w Polsce na większą skalę później niż na Zachodzie, po gwałtownym przejściu do gospodarki rynkowej, która stworzyła z dnia na dzień warunki do ich rozwoju. Już w pierwszych latach transformacji wkroczył na rynek przemysł hazardowy, oferując – oprócz sieci kasyn – automaty do gry, salony bingo itp. Po latach niedoborów rynkowych pełne zaopatrzenie rynku, reklamy ordynujące, co wypada kupować, jak się ubierać, jak urządzać mieszkanie i jak spędzać czas wolny, a także nagłe promocje stanowiły pożywkę dla kompulsywnych zakupów. I wreszcie – głębokie zmiany na rynku pracy, wysokie bezrobocie, ale także nowe perspektywy awansu sprawiły, że socjalistyczni przodownicy pracy stali się pracoholikami.

Od czasu pierwszej edycji tego badania minęło już ponad dziesięć lat. Warto zastanowić się, czy w ciągu ubiegłej dekady pojawiły się zjawiska, które mogłyby wzmocnić czynniki ryzyka, potęgując zasięg uzależnień behawioralnych czy też wręcz odwrotnie – spotęgować czynniki ochronne ograniczające ich zasięg. Poważne ograniczanie dla gospodarki *laissez faire* na polu hazardu wprowadziła ustawa z 2017 roku, hamując burzliwą ekspansję automatów do gry i przywracając, przynajmniej częściową, kontrolę państwa nad tym segmentem rynku. Wydaje się, że wprowadzone zmiany legislacyjne przyniosły z roku na rok istotny spadek liczby leczonych. Co więcej, szacowana przez CBOS liczba hazardzistów zmniejszyła się w roku 2019 o blisko 20% w porównaniu z poprzednimi badaniami z roku 2015. Spektakularny spadek odnotowano wówczas wśród ludności wiejskiej, której udział wśród ogółu

hazardzistów zmniejszył się dwukrotnie, z blisko połowy w 2015 roku do mniej więcej jednej czwartej cztery lata później. Tendencje spadkowe, jeśli chodzi o liczbę leczonych, zostały wzmocnione przez pandemię COVID-19 – ich liczba z roku na rok spadła w latach 2019–2020 o 20%. Jednak skumulowany efekt legislacji i pandemii nie trwał długo. Od roku 2021 liczba pacjentów rośnie, a szacowana liczba patologicznych hazardzistów w roku 2024 przekroczyła rekordowy poziom z roku 2015.

Ten niekorzystny z perspektywy zdrowia publicznego trend może wynikać ze znacznego wzrostu dochodów rozporządzalnych ludności. Dotyczy to zwłaszcza mężczyzn o relatywnie najniższym wykształceniu, których dochody w ostatnich latach znacznie wzrosły w związku z szybkim wzrostem płacy minimalnej i transferami socjalnymi – dla niektórych z nich sytuacja ta mogła stworzyć przestrzeń do przeznaczenia na hazard nadwyżek w budżetach domowych. Z drugiej strony przemysł hazardowy dostosował się do nowej sytuacji legislacyjnej, otwierając nowe możliwości gry, przede wszystkim w internecie.

Mimo rosnącego odsetka ludzi korzystających z internetu, odsetki ludzi doświadczających uzależnień behawioralnych są stosunkowo niewielkie i nie wykazują tendencji wzrostowych. Mimo iż procent ludzi korzystających z internetu codziennie lub prawie codziennie przekroczył w ostatnich latach 80% a do 54 roku życia jest wyższy niż 90%, odsetki osób potwierdzających problemowe używanie internetu a nawet nim zagrożone nie przekroczyły w kolejnych badaniach 2% i mieszczą się w granicach błędu statystycznego. Wszystko wskazuje na to, że internet traktowany jest bardziej jako narzędzie przydatne a nawet konieczne w codziennym życiu a nie jako wehikuł, którego użytkowanie nieuchronnie prowadzi do uzależnienia.

Mimo znacznego wzrostu dochodu rozporządzalnego i stałej presji reklam i promocji, odsetki ludzi, którzy mogą mieć problem z kompulsywnymi zakupami są niewielkie i zmniejszają się z badania na badanie od 4,1% w roku 2015 do 2,9% w ostatnim badaniu z roku 2024. Ta słaba tendencja spadkowa, która może oscylować w granicach błędu statystycznego, sugeruje, że jako społeczeństwo stajemy się coraz bardziej odporni na pokusy oferowane przez reklamy i inne formy promocji, traktując je jako element folkloru gospodarki rynkowej, a nie jako racjonalną zachętę do zakupu rozmaitych dóbr i usług.

Od początku cyklu omawianych badań odsetki ludzi zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę oscylują koło 10%. Wyjątek stanowią badania z lat 2014/2015, kiedy co piąty badany potwierdzał symptomy pracoholizmu. Były to lata bezrobocia w granicach 12-15%, które mogło wywierać presję na zatrudnionych w tamtym czasie i prowadzić do nadmiernej gorliwości w wykonywaniu postawionych zadań. Szybki spadek bezrobocia w kolejnych latach zmniejszyła tę presję i ustabilizował odsetek pracoholików na poziomie 10%.

Wykorzystując wyniki tego cyklu badań, trzeba pamiętać o ich ograniczeniach. Po pierwsze, testy przesiewowe wykorzystywane w tych badaniach nie służą w założeniu oszacowaniu rozpowszechnienia różnych zjawisk, ale mają na celu „przesianie z populacji” osób, które potencjalnie mogą doświadczać jakichś zaburzeń, które jednak muszą być potem potwierdzone w badaniach klinicznych. Można zatem przyjąć, że szacowane w naszych badaniach rozpowszechnienie jest wyższe od rzeczywistego, za wyjątkiem oszacowań dotyczących patologicznego hazardu, gdzie zastosowano odmienną metodę punktu referencyjnego.

Z drugiej strony, w naszych badaniach pytamy o zachowania, które są postrzegane jako negatywne, co może prowadzić do zatajania niektórych z nich. W rezultacie równoległych czynników zawyżania rozpowszechnienia badanych zjawisk przez testy przesiewowe oraz ich nie ujawniania przez niektórych respondentów nasze badania – paradoksalnie - mogą dawać obraz bliski rzeczywistości.

Trzeba też pamiętać, że w najnowszych klasyfikacjach zaburzeń hazardowych (ICD-11, DSM-5) zaburzenia hazardowe uznano za bliskie zaburzeniom spowodowanym używaniem substancji psychoaktywnych, gdzie od koncepcji zero-jedynkowej zaburzeń (uzależnienie lub brak uzależnienia) przechodzi się do podejścia zakładającego narastanie zaburzeń od łagodnych poprzez umiarkowane do poważnych, podczas gdy testy stosują bardziej kategoryczne rozróżnienia.

INFORMACJA O PROJEKCIE BADAWCZYM

Cele projektu badawczego

- Zdefiniowanie zmian, jakie zaszły w poziomie rozpowszechnienia różnych form hazardu oraz innych zaburzeń behawioralnych na przestrzeni ostatnich lat oraz w zakresie czynników im sprzyjających i chroniących, w drodze analizy porównawczej z wynikami uzyskanymi we wcześniejszych edycjach badania:
 - rozpowszechnienie udziału w poszczególnych typach gier losowych;
 - rozpowszechnienie uzależnienia od hazardu – oszacowanie metodą punktu referencyjnego;
 - wzory zachowań hazardowych;
 - wzory i rozpowszechnienie problemów związanych z hazardem;
 - profile społeczno-demograficzne graczy;
 - koszty ekonomiczne hazardu i sposoby ich finansowania;
 - dostępność gier hazardowych;
 - wiedza i przekonania na temat ryzyka związanego z uprawianiem hazardu;
 - rozpowszechnienie innych zaburzeń behawioralnych w populacji ogólnopolskiej: zaburzeń związanych z technologiami, problemowe zaangażowanie w pracę, problemowe kupowanie;
 - wzory i rozpowszechnienie problemów generowanych w następstwie zaburzeń behawioralnych;
 - profile społeczno-demograficzne osób podatnych na zaburzenia behawioralne;
 - diagnoza postaw społecznych wobec zaburzeń behawioralnych i osób im ulegających.
- Sformułowanie wniosków dotyczących zasięgu uzależnienia od hazardu i innych zaburzeń behawioralnych oraz ich dynamiki.
- Sformułowanie rekomendacji dotyczących zapobiegania/ograniczania zachowań ryzykownych w odniesieniu do hazardu i innych zaburzeń behawioralnych.
- Sformułowanie rekomendacji badawczych.

Metodologia badań

Data realizacji badania	16 października 2023 r. – 15 lutego 2024 r. (z przerwą w okresie świąt Bożego Narodzenia i Nowego Roku)
Zasięg badania	Ogólnopolski
Próba	losowa reprezentatywna PESEL (15+)
Liczba zrealizowanych wywiadów	N = 3239

Metoda badawcza

Projekt badawczy „Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących hazardu i innych zaburzeń behawioralnych – edycja 2023/2024” zrealizowany został po raz czwarty. Poprzednie edycje realizowano w latach 2011/2012, 2014/2015 oraz 2018/2019.

Podobnie jak II edycja badania (2014/2015) aktualny projekt nie zawierał komponentu jakościowego.

W celu uzyskania maksymalnego efektu porównywalności wyników z wynikami badań realizowanych w poprzednich edycjach, badanie zostało zrealizowane według maksymalnie porównywalnej metodologii, z uwzględnieniem zmian, jakim uległy warunki realizacji badań od 2019 roku.

W 2020 roku ze względu na ograniczenia pandemiczne Fundacja CBOS wprowadziła autorską metodę realizacji badań na próbach losowych PESEL – mixed-mode, będącą połączeniem trzech technik badawczych: bezpośredniego wywiadu ankietarskiego face-to-face (CAPI), ankietarskiego wywiadu telefonicznego (CATI) i wywiadu internetowego – ankietę wypełnianą samodzielnie przez respondenta (CAWI). Wybór metody należy do respondenta. W liście zapowiednim poprzedzającym badanie wylosowany respondent otrzymuje następujące informacje:

-
- może Pan(i) odpowiedzieć na pytania ankiety poprzez internet, tj. wchodząc w następujący link: <https://www.cbos.pl/ankieta/2021xx> lub skanując kod QR znajdujący się po prawej stronie, a następnie wprowadzając wygenerowany specjalnie dla Pana(i) indywidualny login i hasło.
 - może Pan(i) udzielić odpowiedzi drogą telefoniczną – kontaktując się z koordynatorem badania CBOS p. X tel.: w celu umówienia terminu telefonicznej rozmowy z ankierem CBOS lub podając nr telefonu bezpośrednio odwiedzającemu Pana(ia) ankierowi.
 - może Pan(i) udzielić odpowiedzi bezpośrednio ankierowi CBOS, który w najbliższym czasie zgłosi się do Pana(i) – jak do każdej wylosowanej osoby – w celu przeprowadzenia wywiadu.
-

Kwestionariusz badania opracowany jest w trzech wersjach skryptowych i zawiera zmienną informującą o zastosowanej metodzie realizacji.

Od 2020 roku realizujemy w formule mixed-mode wszystkie badania na próbach PESEL, w tym – przede wszystkim – własne badania statutowe. Ze względu na zalety realizacji badań na próbach PESEL w formule mixed-mode – ograniczenie odsetka odmów i dotarcie do tych respondentów, którzy są najtrudniej osiągalni dla wywiadów face-to-face, przede wszystkim osób młodych – po zakończeniu pandemii Fundacja CBOS zdecydowała się wprowadzić tę formułę realizacji na stałe jako standard realizacyjny dla prób PESEL. Zmiana metody CAPI na mixed-mode nie wpływa w negatywny sposób na porównywalność wyników, a jej dodatkowym pozytywnym efektem jest zwiększenie poziomu *response rate* w najmłodszych grupach wiekowych.

Struktura metod realizacji wywiadów uzyskana w niniejszym badaniu nie odbiega od przeciętnej w badaniach statutowych realizowanych przez Fundację CBOS w 2023 roku na próbach PESEL.

Metoda realizacji	Badania statutowe Fundacji CBOS w 2023 r. (przeciętnie)	„Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących hazardu i innych uzależnień behawioralnych – edycja 2023/2024”
CAPI	60,0%	60,1%
CATI	25,0%	24,6%
CAWI	15,0%	15,3%

Ze względu na relatywnie długi zaplanowany czas realizacji badania wysyłanie listów zapowiednich podzielono na dwa etapy – I etap bezpośrednio przed rozpoczęciem realizacji badania w październiku 2023 roku i II etap w grudniu 2023 roku, bezpośrednio przed wznowieniem realizacji badania po przerwie świątecznej.

Badanie realizowane było w terenie przez ogólnopolską sieć ankieterską CBOS, złożoną z 116 przeszkolonych ankietarów, nadzorowanych bezpośrednio przez 14 koordynatorów regionalnych.

Wywiady były realizowane wyłącznie pod wskazanymi adresami. W przypadku nieobecności wylosowanego do badania respondenta ankietar zobowiązany był do dwóch powtórnych wizyt (łącznie 3 wizyty). Zadaniem ankietera było uzyskanie wywiadu face-to-face (CAPI) lub deklaracji respondenta o udziale w badaniu w formie wywiadu telefonicznego (CATI) lub internetowego (CAWI). W sytuacji stałej niedostępności respondenta przyczyna niezrealizowania wywiadu została odnotowana.

Kwestionariusz niniejszego badania zawierał pytania, które mogły zostać odebrane przez respondenta jako bardzo osobiste bądź krępujące. Mowa tu między innymi o pytaniach dotyczących udziału w grach hazardowych czy niektórych sposobów korzystania z internetu. Szczególnie trudne mogło być zadawanie tego rodzaju pytań nastolatkom w sytuacji, kiedy treść pytania oraz ewentualna odpowiedź mogą być słyszane przez rodzica – w efekcie otrzymywalibyśmy odpowiedzi nieprawdziwe lub „ucieczkowe” („trudno powiedzieć”, „nie pamiętam”). Ze względu na te przewidywane problemy już podczas realizacji poprzednich edycji badania zdecydowano, że odpowiedzi na niektóre pytania mogły być wpisywane samodzielnie przez respondenta bezpośrednio na ekranie laptopa. Metodę tę kontynuowano obecnie w odniesieniu do wywiadów realizowanych face-to-face (CAPI). Zadaniem ankietera było uprzedzenie respondenta o zakresie tematycznym pytań i poproszenie o decyzję, czy woli on odpowiadać na pytania ankietera czy wypełniać część kwestionariusza samodzielnie pod kierunkiem ankietera. Jeśli respondent wolał odpowiadać na zadawane pytania, ankieter prosił o możliwość przeprowadzenia wywiadu bez obecności innych osób (wykluczenie wpływu osób trzecich na opinie i deklaracje).

Dobór próby

Dobór respondentów składał się z kilku etapów. Pierwszy polegał na losowaniu przez CBOS zadanej liczby miejscowości z wyznaczonych warstw, z prawdopodobieństwami proporcjonalnymi do liczby mieszkańców w wieku 15 i więcej ukończonych lat. Uzyskaną w ten sposób listę miejscowości wraz z informacją o liczbie adresów do wylosowania przekazano do Centralnego Ośrodka Informatyki (<https://www.coi.gov.pl/>) zarządzającego rejestrami państwowymi. COI przeprowadziło losowanie dziesięcioosobowych wiązek adresów osób w wieku 15 i więcej lat w wyznaczonych miejscowościach i w liczbie określonej przez CBOS. W ten sposób dobrano ogólnopolską próbę liczącą 10 000 adresów podzielonych na 1000 wiązek. Operat losowania stanowiły zbiory Powszechnego Elektronicznego Systemu Ewidencji Ludności (PESEL).

Warstwy i alokacja

Podział populacji na warstwy został przygotowany w dwóch etapach. Pierwszy polegał na wyodrębnieniu w każdym z 16 województw grup miejscowości z uwzględnieniem ich sześciu klas:

1. wieś;
2. miasta liczące do 20 tys. mieszkańców;
3. miasta liczące od 20 do 50 tys. mieszkańców;
4. miasta liczące od 50 do 100 tys. mieszkańców;
5. miasta liczące od 100 do 500 tys. mieszkańców;
6. miasta liczące powyżej 500 tys. mieszkańców.

Ze względu na stosunkowo małą liczebność (liczbę osób należących do populacji) niektórych warstw konieczne było ich połączenie. Przyjęto przy tym kilka założeń:

1. łączenie nie obejmowało warstw ludności wiejskiej,
2. łączenie odbywało się parami i miało charakter krokowy – w jednym kroku łączono tylko dwie warstwy,
3. łączone warstwy musiały należeć do tego samego województwa,
4. łączone warstwy musiały obejmować kolejne klasy wielkości miejscowości – po połączeniu dwóch warstw nie mogła istnieć trzecia, która zawierała miejscowości większe niż jedna i mniejsze niż druga z połączonych warstw,
5. warstwa była łączona z inną tylko, jeżeli jej liczebność wynosiła mniej niż 200 tys. osób.

Algorytm zakładał w pierwszym kroku sprawdzenie wielkości (liczebności) każdej warstwy. Następnie, gdy któraś okazywała się mniejsza od zakładanego minimum, łączono ją z jedną spośród dwóch mniej licznych warstw, które skupiają mieszkańców odpowiednio mniejszych oraz większych miejscowości.

Liczba wyodrębnionych warstw w poszczególnych województwach

Województwo	Liczba warstw	Udział województwa w populacji
1) Dolnośląskie	5	7,5%
2) Kujawsko-pomorskie	4	5,3%
3) Lubelskie	3	5,7%
4) Lubuskie	3	2,6%
5) Łódzkie	4	6,5%
6) Małopolskie	4	9%
7) Mazowieckie	7	14,1%
8) Opolskie	3	2,6%
9) Podkarpackie	3	5,7%
10) Podlaskie	3	3,1%
11) Pomorskie	3	5,9%
12) Śląskie	7	11,6%
13) Świętokrzyskie	3	3,3%
14) Warmińsko-mazurskie	3	3,7%
15) Wielkopolskie	4	9,1%
16) Zachodniopomorskie	4	4,3%
Ogółem	63	100,0%

Próba została alokowana między warstwy z uwzględnieniem ich liczebności oraz danych historycznych o poziomie realizacji prób w poszczególnych warstwach w badaniach statutowych CBOS.

Poziom realizacji

Wyjściowo próba badawcza liczyła 10 000 adresów – do takiej liczby potencjalnych respondentów zostały wysłane listy zapowiednie. Efektywnie zrealizowano 3239 wywiadów, co stanowi 32,39% całej próby (*response rate*). Przyczyny niezrealizowania wywiadów podane zostały w tabeli poniżej.

Średni czas realizacji jednego wywiadu wyniósł 33 min.

Statystyki dotyczące realizacji badania (CAPI / CATI²):

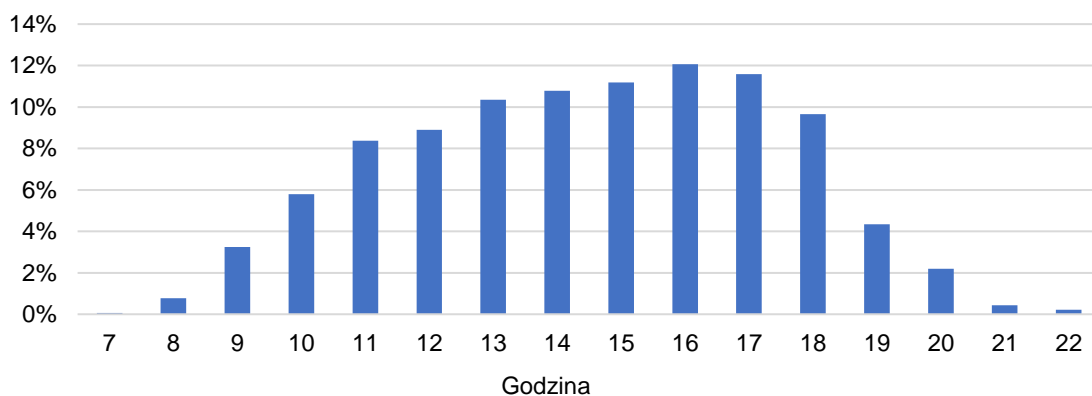
Liczba wizyt

JEDNA	1415	51,59%
DWIE	715	26,07%
TRZY	423	15,42%
CZTERY i więcej	190	6,93%

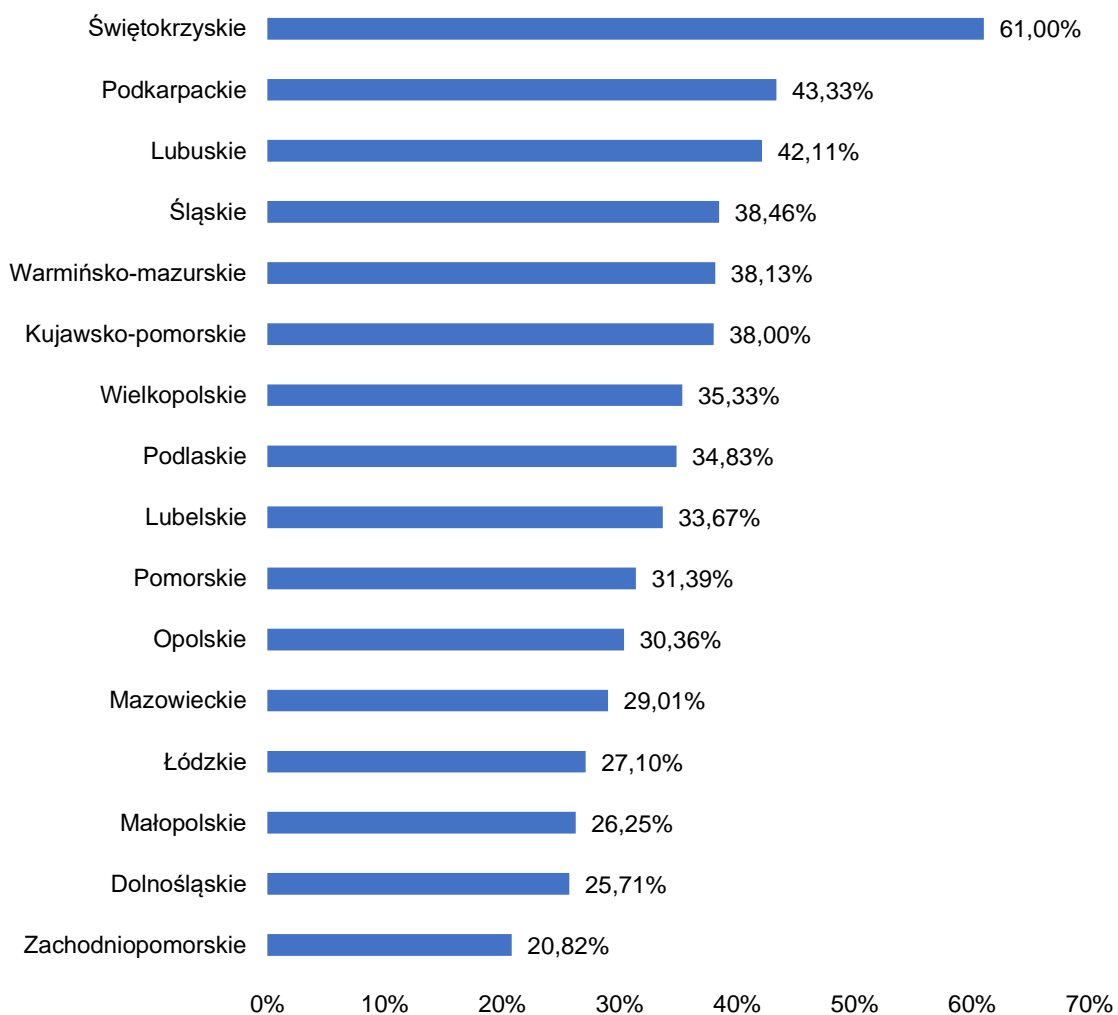
Godziny realizacji badania (CAPI / CATI)

Godzina rozpoczęcia wywiadu (w zaokrągleniu)	Liczba wywiadów zrealizowanych	Odsetek w stosunku do ogółu zrealizowanych wywiadów
7.00	2	0,07%
8.00	21	0,77%
9.00	89	3,24%
10.00	159	5,80%
11.00	230	8,38%
12.00	244	8,90%
13.00	284	10,35%
14.00	296	10,79%
15.00	307	11,19%
16.00	331	12,07%
17.00	318	11,59%
18.00	265	9,66%
19.00	119	4,34%
20.00	60	2,19%
21.00	12	0,44%
22.00	6	0,22%

² Tego rodzaju statystyki nie są liczone dla wywiadów realizowanych jako CAWI.



Poziom realizacji badania (*response rate*) w województwach



Przyczyny niezrealizowania wywiadów (CAPI/CATI)	Liczebność	%
Wylosowany respondent odmówił wzięcia udziału w badaniu	2431	36,68%
Pod wskazanym adresem w próbie nie można z nikim się skontaktować	1361	20,53%
Wylosowany respondent zmienił miejsce zamieszkania i nie można się z nim skontaktować	1220	18,41%
Wylosowany respondent nieobecny/nieuchwytny przez cały okres realizacji badania	903	13,62%
Wywiad nie został zrealizowany z innych powodów	265	4,00%
Wylosowany respondent jest niesprawny w stopniu uniemożliwiającym przeprowadzenie wywiadu	252	3,80%
Błędny adres (niezgodny ze stanem faktycznym)	82	1,24%
Brak danych	76	1,15%
Wylosowany respondent nie żyje	34	0,51%

Podstawę procentowania stanowi 6628 przypadków wywiadów niezrealizowanych.

Procedury kontroli

KONTROLA TERENOWA	
Zakres	140 wywiadów kontrolnych, co stanowi 4,32% próby zrealizowanej
Metoda	powtórny telefoniczny kontakt z respondentem (102), odsłuchy wywiadów (38)
Narzędzia	kwestionariusz kontroli zawierający pytania o podstawowe zmienne społeczno-demograficzne i o zakres tematyczny badania, program CADAS
Osoba kontrolująca	specjaliści ds. Kontroli Badań Fundacji CBOS
Termin	2–4.11.2023 i 24.01–1.02.2024
Wynik kontroli	Zachowanie ankietera budzące sprzeciw respondenta (1 przypadek) Nieinformowanie o skali w pytaniu H10 (2 przypadki) Podjęte działania: ankieterzy zostali ponownie przeszkoleni Nieprawidłowo zapisana odpowiedź (1 przypadek) Podjęte działania: wprowadzenie prawidłowej danej Spontaniczne pozytywne uwagi o ankieterach (15 przypadków)
KONTROLA NIETERENOWA	
Zakres	100% zrealizowanych wywiadów
Metody	<ul style="list-style-type: none"> • merytoryczna analiza dokumentacji pracy ankietera, • analiza czasów trwania wywiadów, międzyczasy bloku pytań (q16)
Narzędzia	CADAS, pakiet statystyczny SPSS
Osoba kontrolująca	specjaliści ds. Kontroli Badań CBOS
Termin	10.11.2023 i 06.02.2024
Wynik kontroli	Dokumentacja prowadzona zgodnie z założeniami; Średni czas trwania wywiadu – 33 min; 28 przypadków wywiadów krótszych niż 50% średniej wywiadu Podjęte działania: zdefiniowanie specyficznych sytuacji na podstawie wyjaśnień od ankieterów (akceptacja wywiadów) 20 przypadków międzyczasów krótszych niż 30% średniego czasu trwania bloku pytań (q16) Podjęte działania: zdefiniowanie specyficznych sytuacji na podstawie wyjaśnień od ankieterów (akceptacja wywiadów)

Narzędzia badawcze

W celu zachowania maksymalnej porównywalności badanie zostało przeprowadzone z wykorzystaniem w znacznej części tego samego kwestionariusza. W stosunku do poprzedniej edycji badania został on jednak zaktualizowany, z uwzględnieniem rekomendacji badawczych zawartych w podsumowaniu edycji z lat 2018/2019. Zmiany obejmują:

- włączenie w obszar badawczy korzystania z internetu kwestii odwiedzania stron erotycznych oraz komunikacji o charakterze erotycznym/cyberseksu, a także nowych szybko rozwijających się aktywności: TikTok, gry sieciowe, oglądanie seriali na platformach streamingowych;
- rezygnacja z pytań poświęconych problemowemu używaniu telefonu – wobec faktu, że smartfon stał się przede wszystkim narzędziem korzystania z internetu, kwestia ta została włączona w szeroką problematykę dotyczącą aktywności internetowej;
- dodanie do bloków tematycznych kontekstu pandemii COVID-19 i lockdownu jako czynnika sprzyjającego/chroniącego;
- rozbudowanie części metryczkowej o zmienne bardziej szczegółowo definiujące sytuację rodzinną/osobistą badanych.

W celu oszacowania ryzyka uzależnienia w odniesieniu do hazardu, zakupów, internetu i pracy wykorzystane zostały – podobnie jak we wcześniejszych edycjach badania – indeksy oparte na testach klinicznych, dostosowane do specyfiki badania ilościowego:

Kanadyjski Indeks Gier Hazardowych (CPGI),

Valence, d'Astous and Fortier Compulsive Buying Scale,

Internet Addiction Test (IAT),

Bryan E. Robinson Test.

Dodatkowo w niniejszej edycji badania po raz drugi użyliśmy tzw. skali Bergen (Bergen Facebook Addiction Scale – BAFS). Narzędzie to, służące w założeniu do pomiaru stopnia zagrożenia uzależnieniem od Facebooka, zostało przez nas przystosowane do badania użytkowników szeroko rozumianych mediów społecznościowych i w tej formie w 2018 roku przetestowane na próbie respondentów uczestniczących w badaniach jakościowych.

Dla oszacowania wielkości populacji osób uprawiających hazard/osób z uzależnieniem od hazardu wykorzystana została – podobnie jak we wcześniejszych edycjach niniejszego badania – metoda punktu

referencyjnego (*benchmark method*), a wyniki uzyskane w aktualnym badaniu zostały porównane z wynikami uzyskanymi w latach 2014/2015 i 2018/2019.

Kanadyjski Indeks Gier Hazardowych (CPGI) – wnioski z walidacji wskaźnika

Z uwagi na przeprowadzoną polską adaptację i walidację testów przesiewowych zaburzeń hazardowych³, ponowne użycie w badaniu testu CPGI zostało poprzedzone konsultacją z przedstawicielami KCPU.

Wersja testu używana w kolejnych edycjach niniejszego badania różni się od wersji poddanej walidacji sformułowaniami językowymi użytymi w poszczególnych itemach.

Test CPGI – sformułowania używane w kolejnych edycjach niniejszego badania	Test CPGI – sformułowania używane w wersji poddanej walidacji
Jak często w ciągu ostatnich 12 miesięcy:	
1) zdarzało się Panu(i) zaryzykować na grę więcej niż mógł(a) Pan(i) sobie na to pozwolić?	1) stawiając, ryzykował(a) Pan(i) więcej, niż w rzeczywistości mógł/mogła Pan(i) sobie na to pozwolić?
2) zdarzało się, że musiał(a) Pan(i) zwiększać stawkę, żeby uzyskać taką samą jak poprzednio przyjemność z gry?	2) musiał(a) Pan(i) stawiać wyższe sumy pieniędzy, żeby uzyskać taki sam poziom ekscytacji?
3) zdarzało się, że wracał(a) Pan(i) do gry innego dnia z myślą, aby się odegrać?	3) wracał(a) Pan(i) innego dnia, aby spróbować się odegrać?
4) zdarzało się, że pożyczał(a) Pan(i) pieniądze lub sprzedawał(a) coś, aby mieć za co grać?	4) pożyczał(a) Pan(i) pieniądze lub sprzedawał(a) coś, aby zdobyć pieniądze na granie w gry hazardowe?
5) miał(a) Pan(i) poczucie, że gra jest dla Pana(i) problemem?	5) odczuwał(a) Pan(i), że granie może być Pana(i) problemem?
6) odczuwał(a) Pan(i) stres, niepokój lub dolegliwości zdrowotne, których przyczyną mogła być gra?	6) czuł(a) Pan(i), że granie w gry hazardowe spowodowało u Pana(i) problemy ze zdrowiem, w tym stres i lęk?
7) ktoś krytykował Pana(i) z powodu grania, lub zarzucał, że ma Pan(i) problem z grą (bez względu na to, czy Pana(i) zdaniem miał rację czy nie)?	7) ludzie krytykowali Pana(i) udział w grach hazardowych lub mówili Panu(i), że ma Pan(i) problem z graniem bez względu na to, czy uważa Pan(i), że mieli rację czy nie?
8) zdarzało się, że Pana(i) gra była przyczyną kłopotów finansowych, Pana(i) lub/i Pana(i) najbliższych?	8) czuł Pan(i), że granie w gry hazardowe spowodowało problemy finansowe Pana(i) lub osób, z którymi Pan(i) mieszka?
9) miał(a) Pan(i) poczucie winy z powodu grania lub w związku z tym, co Pan(i) robił(a) w tym czasie?	9) miał(a) Pan(i) poczucie winy z powodu sposobu, w jaki Pan(i) gra lub w związku z tym, co dzieje się w związku z Pana(i) graniem w gry hazardowe?

Pomimo pewnych różnic w sformułowaniach stwierdzono, iż obie wersje itemów zachowują tożsamość znaczeniową. Na wniosek KCPU test CPGI został zamieszczony w kwestionariuszu w brzmieniu zmodyfikowanym, zgodnym z tym, który poddany został walidacji.

³ Ł. Wieczorek, K. Dąbrowska, J. Sierosławski, *Polska adaptacja i walidacja dwóch testów przesiewowych zaburzeń hazardowych – Kanadyjski Indeks Gier Hazardowych (PGSI) oraz kwestionariusz Lie/Bet*, Zakład Badań nad Alkoholizmem i Toksykomaniami Instytut Psychiatrii i Neurologii, „Serwis Informacyjny UZALEŻNIENIA”, nr 1 (93) 2021.

Osobną kwestię stanowiła interpretacja wyników testu. Dotychczas w trzech edycjach badania posługiwaliśmy się w tym zakresie oryginalną instrukcją, definiującą punkt graniczny na poziomie 8. Autorzy polskiej walidacji rekomendują obniżenie tej wartości granicznej do poziomu 7. Ze względu na to, że przyjęcie rekomendowanej wartości granicznej na poziomie 7 wpłynęłoby prawdopodobnie na zwiększenie odsetka osób zdefiniowanych jako „grupa najwyższego ryzyka”, a tym samym zaburzyłoby porównywalność wyników z poprzednich edycji badania, przyjęto w porozumieniu z KCPU następujące rozwiązanie: do celów analizy porównawczej w raporcie pozostaliśmy przy oryginalnej wartości granicznej na poziomie 8, natomiast przeliczenie do wartości granicznej 7 zostało zaprezentowane dodatkowo.

Internet Addiction Test (IAT) – wnioski z walidacji wskaźnika

Internet Addiction Test (IAT) został poddany walidacji w roku 2012.

Wersja testu używana w kolejnych edycjach niniejszego badania różni się od wersji poddanej walidacji sformułowaniami językowymi użytymi w poszczególnych itemach.

Test IAT – sformułowania używane w kolejnych edycjach niniejszego badania	Test IAT – sformułowania używane w wersji poddanej walidacji
1) Jak często uświadamia sobie Pan(i), że spędza Pan(i) w internecie więcej czasu niż Pan(i) zamierzał(a)?	1) Jak często zdarza Ci się korzystać z internetu dłużej niż zamierzałeś(aś)?
2) Czy zdarza się Panu(i) zaniedbywać obowiązki domowe, aby spędzić więcej czasu w internecie?	2) Jak często zaniedbujesz obowiązki domowe, aby spędzić więcej czasu w internecie?
3) Czy zdarza się, że woli Pan(i) emocje wywołane przez internet niż intymne chwile ze swoim partnerem/partnerką?	3) Jak często preferujesz podekscytowanie z powodu korzystania z internetu zamiast bliskości ze swoim partnerem lub innymi członkami rodziny?
4) Jak często nawiązuje Pan(i) nowe, bliskie związki ze współużytkownikami sieci?	4) Jak często zawierasz nowe znajomości z użytkownikami internetu?
5) Czy inne osoby narzekają na ilość czasu, jaką spędza Pan(i) w internecie?	5) Jak często osoby z Twojego otoczenia skarżą się na ilość czasu, jaką poświęcasz na korzystanie z internetu?
6) Czy zdarza się, że Pan(i) stopnie lub nauka cierpią na tym, że tyle czasu spędza Pan(i) w internecie?	6) Jak często ilość czasu spędzanego w sieci negatywnie wpływa na Twoje oceny lub pracę w szkole?
7) Jak często sprawdza Pan(i) swoją pocztę mailową, zanim zabierze się Pan(i) za coś innego, co musi Pan(i) zrobić?	7) Jak często sprawdzasz swój e-mail zanim zrobisz inne rzeczy, które musisz zrobić?
8) Czy zdarza się, że Pana(i) praca i/lub kariera zawodowa cierpią na tym, że tyle czasu spędza Pan(i) w internecie?	8) Jak często z powodu internetu masz gorsze wyniki w pracy lub niższą produktywność?
9) Czy zdarza się, że reaguje Pan(i) obronnie lub niechętnie na pytania o to, co robi Pan(i) w internecie?	9) Jak często zaczynasz zachowywać się defensywnie lub jesteś tajemniczy, kiedy ktoś pyta Cię co robisz w internecie?
10) Czy zdarza się, że aby nie myśleć o swoich rzeczywistych problemach woli Pan(i) pomyśleć sobie o różnych sprawach związanych z internetem?	10) Jak często blokujesz niepokojące myśli o swoim życiu kojącymi myślami na temat internetu?
11) Jak często uświadamia Pan(i) sobie, że niecierpliwie oczekuje Pan(i), kiedy znowu wejdzie Pan(i) do internetu?	11) Jak często stwierdzasz, że wyczekujesz, kiedy będziesz znowu korzystał z internetu?

Test IAT – sformułowania używane w kolejnych edycjach niniejszego badania	Test IAT – sformułowania używane w wersji poddanej walidacji
12) Czy miewa Pan(i) poczucie, że życie bez internetu byłoby nudne, puste, lub pozbawione radości?	12) Jak często obawiasz się, że życie bez internetu byłoby nudne, puste i pozbawione radości?
13) Czy zdarza się Panu(i) coś odburknąć, podnieść głos lub inaczej okazać poirytowanie, kiedy jest Pan(i) w internecie, a ktoś Panu(i) przeszkadza?	13) Jak często jesteś opryskliwy, krzyczysz lub irytujesz się, jeżeli ktoś przeszkadza Ci, kiedy korzystasz z internetu?
14) Czy zdarza się Panu(i) nie dosypiać lub spać za krótko przez to, że do późnej nocy jest Pan(i) w internecie?	14) Jak często nie dosypiasz z powodu korzystania z internetu?
15) Jak często, nie będąc w sieci, myśli Pan(i) intensywnie o internecie albo marzy Pan(i), fantazjuje o byciu w internecie?	15) Jak często czujesz się zaabsorbowany internetem, kiedy nie jesteś w sieci, lub marzysz o przebywaniu w sieci?
16) Jak często, będąc w internecie, mówi Pan(i) do siebie „jeszcze tylko parę minut”?	16) Jak często zauważasz, że będąc w sieci mówisz sobie „jeszcze tylko kilka minut”?
17) Czy próbuje Pan(i) bez powodzenia ograniczyć ilość czasu, jaki spędza Pan(i) w sieci?	17) Jak często próbujesz zmniejszyć ilość czasu spędzanego w sieci i ponosisz porażkę?
18) Czy zdarza się, że próbuje Pan(i) ukryć, jak długo był(a) Pan(i) w internecie?	18) Jak często próbujesz ukrywać jak długo byłeś(aś) w sieci?
19) Czy zdarza się, że woli Pan(i) spędzić czas w internecie zamiast wyjść gdzieś z innymi?	19) Jak często wybierasz spędzenie większej ilości czasu w sieci zamiast wyjścia ze znajomymi?
20) Czy zdarza się, że czuje się Pan(i) przygnębiony(a), smutny(a) lub zdenerwowany(a), a nastrój poprawia się Panu(i), jak tylko znowu znajdzie się Pan(i) w sieci?	20) Jak często masz uczucie przygnębienia lub nerwowości, gdy nie jesteś w sieci, które mija zaraz po wejściu w internet?

Generalnie tożsamość znaczeniowa pomiędzy wszystkimi itemami testu wykorzystywanego w poprzednich edycjach badania realizowanego przez Fundację CBOS i testu poddanego walidacji jest zachowana. Test zwalidowany zawiera jednak sformułowania, które – ze względu na możliwą niezrozumiałość – nie powinny być używane w badaniu na próbie reprezentatywnej („preferujesz podekscytowanie”, „masz niższą produktywność”, „zachowywać się defensywnie”, „blokujesz niepokojące myśli ... kojącymi myślami”, „czujesz się zaabsorbowany”). Itemy zawierające tego rodzaju sformułowania mogą być niejednoznacznie interpretowane, co jest błędem w badaniach społecznych – sposób postawienia pytania powinien być maksymalnie jednoznaczny, wykluczający różnice interpretacyjne.

Istotniejsze różnice zachodzą pomiędzy skalami i sposobem ich interpretacji.

Test IAT – skala używana w kolejnych edycjach niniejszego badania	Test IAT – skala używana w wersji poddanej walidacji
0) Nie dotyczy	0 – Nie dotyczy
1) rzadko/nigdy	1 – Rzadko
2) od czasu do czasu	2 – Czasami
3) dość często	3 – Często
4) często	4 – Bardzo często
5) zawsze/bardzo często	5 – Zawsze

Maksymalny wynik = 100 punktów

W kolejnych edycjach badania realizowanych przez Fundację CBOS posługiwaliśmy się zmodyfikowaną skalą, przystosowaną do socjologicznych badań ilościowych – pokrywającą całe spectrum możliwych odpowiedzi, z uwzględnieniem kategorii „nigdy” (nie jest tożsama z „rzadko”) oraz połączeniem kategorii „zawsze/bardzo często” (kategoria „zawsze” jest bowiem nielogiczna w odniesieniu do niektórych itemów, np. pkt 4). Zmiana skali na tę ze zwalidowanego testu skutkowałaby zmianą wartości punktowych przypisanych do odpowiedzi, zwłaszcza na poziomie odpowiedzi „często/bardzo często”, co wpłynęłoby na łączną liczbę uzyskiwanych przez respondentów punktów testowych.

Istotne różnice pomiędzy wersją IAT wykorzystywaną w kolejnych edycjach badania a poddaną walidacji dostrzegalne są też na poziomie interpretacji wyników testu:

IAT – punkty graniczne przyjęte w kolejnych edycjach niniejszego badania	IAT – punkty graniczne rekomendowane po walidacji
≤ 49 punktów = „brak zagrożenia”	≤16 punktów = „wyniki poniżej normy”
50 – 79 punktów = „niewielkie/średnie zagrożenie”	17 – 36 punktów = „wyniki w normie”
≥ 80 punktów = „wysokie zagrożenie/uzależnienie”	≥ 37 punktów = „wyniki powyżej normy”

Generalnie punkty graniczne przyjmowane przy analizie IAT nie mają stałej wartości, przyjmowane bywają tu różne rozwiązania. Dla przykładu: raport z badań Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę z 2019 roku przyjmuje punkty graniczne na poziomie: 0–19, 20–39, 40–69, 70–100 punktów. Punktacja przyjęta przez nas we wszystkich dotychczasowych edycjach badania jest zgodna z publikowaną przez Ann Arbor Publishers (ze względu na niskie liczebności łączymy w jedną dwie pierwsze kategorie). Zmiana punktów granicznych na rekomendowane po walidacji skutkowałaby radykalną zmianą liczebności grup definiowanych, w tym – przede wszystkim – skokowym wzrostem odsetka „wysoko zagrożonych uzależnieniem/uzależnionych”. W efekcie nastąpiłaby utrata porównywalności z wynikami uzyskanymi w poprzednich edycjach badania. Biorąc pod uwagę te możliwe skutki, przedstawiciele KCPU podjęli decyzję o pozostaniu w niniejszej edycji badania przy teście IAT w brzmieniu dotychczas używanym, zarówno w odniesieniu do itemów, jak i skali oraz punktów granicznych.

Magdalena Gwiazda, Ilona Kawalec, dr Jacek Moskalewicz, dr Jonathan Scovil

1. HAZARD

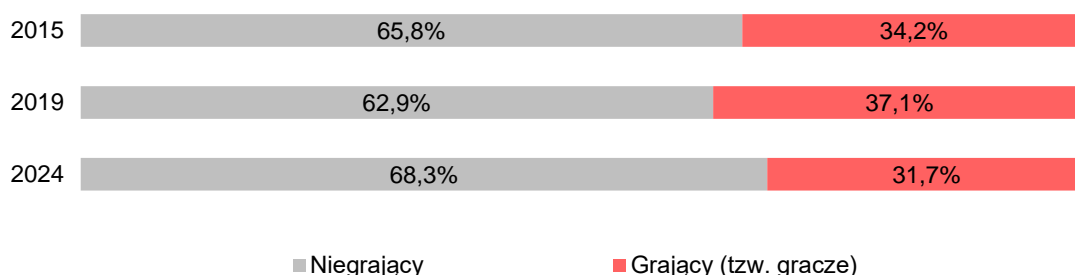
1.1. Gry hazardowe – podstawowe statystyki

Podobnie jak w latach poprzednich w celu zmierzenia skali uzależnienia od hazardu w Polsce w 2024 roku zapytaliśmy respondentów, czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem grali w jakieś gry na pieniądze. Badanym przedstawiono listę dziesięciu różnych gier. O każdej z nich mieli powiedzieć, czy w nią grali oraz jak często to robili.

Na tej podstawie wyodrębniliśmy dwie kategorie osób – niegrających i grających (w dalszej części raportu nazywamy ich „graczami”). Niegrający to badani, którzy zadeklarowali, że w ciągu ostatniego roku **nie grali ani razu w żadną z wymienionych na liście gier**. Z kolei odsetek „graczy” otrzymano przez odjęcie od 100% odsetka niegrających. Grający (gracze) są to zatem osoby, które **przynajmniej raz w ciągu roku przed badaniem zagrały na pieniądze** w przynajmniej jedną z gier wymienionych na liście.

W 2024 roku niegrający stanowią 68,3% ogółu Polaków w wieku 15+, zaś gracze na pieniądze – 31,7%. W porównaniu z rokiem 2019 oraz 2015 odsetek grających zmniejszył się odpowiednio o 5,4 oraz 2,5 punktu procentowego⁴ (Rys. 1.1).

Rys. 1.1. Gra na pieniądze w ciągu ostatnich 12 miesięcy od daty badania



⁴ Pomiary liczby grających przeprowadzane były przez CBOS już cztery razy: w roku 2012, 2015, 2019 oraz 2024. Jednak w 2015 roku zmieniono sposób identyfikowania graczy. Wprowadzona zmiana nie pozwala na porównanie wyników z 2012 roku z pomiarami przeprowadzonymi w kolejnych latach, dlatego w niektórych częściach tego rozdziału będziemy odwoływać się tylko do wyników badań z 2015 i 2019 roku.

Co szósta badana osoba grała tylko w jedną grę na pieniądze (16,9%). Prawie dwukrotnie mniej było osób grających w dwie gry (9,7%) i pięciokrotnie mniej grających w trzy gry (3,1%). Znacznie rzadziej grywano w cztery gry i więcej – łączny odsetek tego typu graczy wyniósł 2,0%.

W porównaniu z rokiem 2019 odsetek grających tylko w jedną grę zmniejszył się **wśród ogółu badanych** o blisko 4 punkty procentowe (4,1%). Spadł nieco również odsetek multigraczy (grających w więcej niż jedną grę) z 16,1% do 14,8% (Tab. 1.1).

Jednak gdy bliżej przyjrzymy się grupie graczy, okazuje się, że choć multigraczy mamy obecnie nieco mniej niż pięć lat temu, zaczęli oni grać w większą liczbę gier. Respondentów grających w więcej niż jedną grę było w 2019 roku 43,5%, zaś w 2024 roku – 46,6% (Tab. 1.1).

Tab. 1.1

Odsetek grających w X gier w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem wśród ogółu badanych i wśród graczy						
	Ogół badanych			Gracze		
	2015	2019	2024	2015	2019	2024
	w procentach					
Grający w jedną grę	17,3	21,0	16,9	50,5	56,5	53,5
Grający w dwie gry	11,1	10,7	9,7	32,4	28,9	30,6
Grający w trzy gry	3,6	3,8	3,1	10,7	10,3	9,7
Grający w cztery gry	1,6	0,9	1,3	4,6	2,4	4,1
Grający w pięć gier	0,4	0,3	0,3	1,1	0,9	0,9
Grający w sześć gier	0,1	0,0	0,1	0,3	0,0	0,5
Grający w siedem gier	0,1	0,1	0,1	0,3	0,1	0,3
Grający w osiem gier	0,0	0,1	0,1	0,1	0,2	0,2
Grający w dziewięć gier	0,0	0,2	0,0	0,0	0,6	0,1
Grający w dziesięć gier	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1	0,2
Niegrający w żadną grę	65,8	62,9	68,3	-	-	-
	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Od dziesięciu lat ranking popularności poszczególnych gier w zasadzie nie uległ zmianom. Polacy najczęściej grają w gry Totalizatora Sportowego (21,1%). Na drugim miejscu plasują się zdraпки (15,5%), a na trzecim i czwartym, ze znacznie słabszym wynikiem, loterie/konkursy SMS-owe (5,1%) i automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi (2,6%) – Tab. 1.2.

W porównaniu z rokiem 2019 spadła popularność niektórych gier, w największym stopniu dotyczy to gier liczbowych Totalizatora Sportowego (wśród ogółu społeczeństwa spadek o 6,3 punktu, a wśród graczy o 5,2 punktu procentowego). Niektóre gry zanotowały natomiast niewielki wzrost, ale zjawisko to jest widoczne tylko w grupie graczy (zdraпки, zakłady bukmacherskie, karty prywatnie, gry i zakłady w internecie) – Tab. 1.2.

Tab. 1.2

Odsetek grających w daną grę w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem wśród ogółu badanych i wśród graczy						
	Ogół badanych			Gracze		
	2015	2019	2024	2015	2019	2024
	w procentach					
Gry liczbowe Totalizatora Sportowego (Lotto, Multi Multi itp.)	26,8	27,4	21,1	78,1	74,0	68,8
Zdraпки	13,4	16,3	15,5	39,0	44,0	50,7
Loterie/konkursy SMS-owe	7,4	6,3	5,1	21,6	17,1	16,5
Automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi	4,5	3,8	2,6	13,2	10,2	8,6
Zakłady bukmacherskie poza internetem	2,4	2,1	2,2	7,0	5,7	7,2
Karty prywatnie (poza kasynem i poza internetem)	2,9	2,7	2,4	8,3	7,3	8,0
Gry i zakłady (bez względu na rodzaj) w internecie	1,1	1,2	1,2	3,2	3,3	3,9
Gry w kasynie (poza internetem) – ruletka, karty i inne	0,8	1,2	0,8	2,2	3,3	2,5
Wyścigi konne lub innych zwierząt – na torze	0,5	0,5	0,3	1,5	1,3	1,0
Inne	0,8	0,5	1,3	2,2	1,3	4,1

Dane o częstotliwości grania w skali całego społeczeństwa pokazują, że najwięcej tzw. heavy userów, czyli osób, które grają codziennie lub kilka razy w tygodniu, jest wśród grających w gry liczbowe Totalizatora Sportowego – łącznie 2,2%. Tak jest już od co najmniej dziewięciu lat (Tab. 1.3).

Tab. 1.3

Częstość gier w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem							
Ogół badanych							
		codziennie	kilka razy w tygodniu	raz/dwa-trzy razy w miesiącu	raz/kilka razy w roku	ani razu w ciągu ostatnich 12 miesięcy	ogółem
		w procentach					
Gry liczbowe Totalizatora Sportowego (Lotto, Multi Multi itp.)	2024	0,2	2,0	6,1	12,9	78,8	100,0
	2019	0,2	2,4	8,3	16,5	72,6	100,0
	2015	0,5	3,3	9,5	13,4	73,2	100,0
Zdrapki	2024	0,2	0,7	3,6	11,7	83,8	100,0
	2019	0,0	0,7	4,5	11,1	83,7	100,0
	2015	0,2	0,8	3,8	8,5	86,6	100,0
Loterie/konkursy SMS-owe	2024	0,1	0,1	0,7	4,3	94,7	100,0
	2019	0,0	0,2	1,1	5,0	93,7	100,0
	2015	0,6	0,1	1,4	5,3	92,6	100,0
Automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi	2024	0,2	0,3	0,5	2,1	97,0	100,0
	2019	0,1	0,3	0,8	2,7	96,2	100,0
	2015	0,8	0,6	0,8	2,3	95,5	100,0
Zakłady bukmacherskie poza internetem	2024	0,1	0,1	0,4	1,8	97,5	100,0
	2019	0,1	0,3	0,6	1,1	97,9	100,0
	2015	0,4	0,4	0,6	1,0	97,6	100,0
Karty prywatnie (poza kasynem i poza internetem)	2024	0,1	0,2	0,4	2,0	97,3	100,0
	2019	0,2	0,2	0,6	1,7	97,3	100,0
	2015	0,4	0,4	0,9	1,2	97,1	100,0
Gry i zakłady (bez względu na rodzaj) w internecie	2024	0,1	0,3	0,3	0,7	98,6	100,0
	2019	0,1	0,2	0,2	0,7	98,8	100,0
	2015	0,2	0,1	0,3	0,5	98,9	100,0
Gry w kasynie (poza internetem) – ruletka, karty i inne	2024	0,1	0,0	0,1	0,6	99,1	100,0
	2019	0,1	0,1	0,4	0,7	98,8	100,0
	2015	0,3	0,1	0,1	0,2	99,2	100,0
Wyścigi konne lub innych zwierząt – na torze	2024	0,1	0,0	0,0	0,1	99,7	100,0
	2019	0,0	0,1	0,2	0,2	99,5	100,0
	2015	0,3	0,0	0,0	0,2	99,5	100,0
Inna gra	2024	0,1	0,2	0,2	0,9	98,6	100,0
	2019	0,1	0,1	0,0	0,3	99,5	100,0
	2015	0,0	0,0	0,2	0,6	99,2	100,0

W porównaniu z 2019 rokiem częstość grania na pieniądze wśród ogółu Polaków w wieku 15+ nieco spadła, natomiast w grupie graczy nieco wzrosła. Niestety w przypadku graczy musimy ograniczyć się w swoich wnioskach do kilku najpopularniejszych gier, których użytkownicy posiadają zarówno w badaniu z 2019, jak i 2024 roku odpowiednią liczebną reprezentację. Jak wynika z poniższej tabeli, najbardziej spektakularna zmiana w częstotliwości grania (spadek liczby *heavy userów*) nastąpiła między pomiarami z 2015 i 2019 roku w przypadku gier na automatach. Był to niewątpliwie efekt nowelizacji ustawy hazardowej, która miała miejsce w 2017 roku i ograniczyła możliwość grania na pieniądze, między innymi grania na automatach z tzw. niskimi wygranymi.

Między rokiem 2019 a 2024 nastąpił co prawda niewielki, ale jednak wzrost w odniesieniu do czterech najpopularniejszych gier (Tab. 1.4).

Tab. 1.4

Częstość gier w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem							
Gracze grający w daną grę							
		codzien- nie	kilka razy w tygod- niu	raz/dwa- trzy razy w mie- siącu	raz/kilka razy w roku	ogółem	N (liczba graczy grających w daną grę)
		w procentach					
Gry liczbowe Totalizatora Sportowego (Lotto, Multi Multi itp.)	2024	0,7	9,4	28,9	61,0	100,0	687
	2019	0,8	8,7	30,3	60,2	100,0	1104
	2015	1,8	12,5	35,6	50,2	100,0	669
Zdrapki	2024	1,1	4,6	22,3	72,0	100,0	526
	2019	0,2	4,1	27,7	68,0	100,0	656
	2015	1,3	6,1	28,7	63,9	100,0	334
Loterie/konkursy SMS-owe	2024	1,9	2,7	13,7	81,7	100,0	171
	2019	0,0	2,9	17,5	79,6	100,0	255
	2015	8,3	1,7	18,7	71,3	100,0	185
Automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi	2024	5,6	8,5	17,9	68,0	100,0	98
	2019	2,1	6,7	20,0	71,2	100,0	152
	2015	18,7	12,7	17,8	50,9	100,0	112

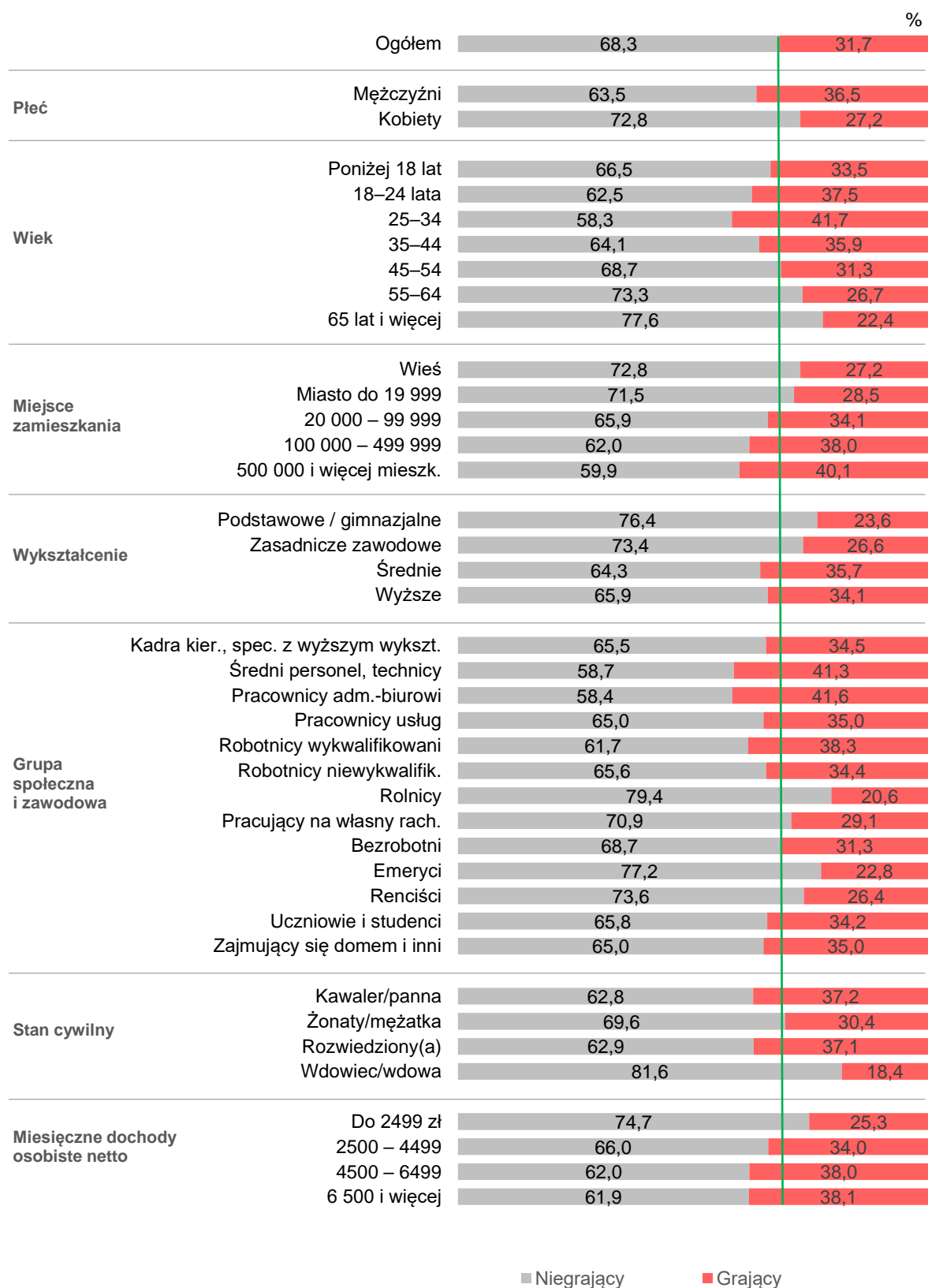
1.2. Porównanie cech społeczno-demograficznych osób niegrających i graczy

Gra na pieniądze jest zjawiskiem o szerokim zasięgu społecznym. W dużej mierze wynika to z popularności gier liczbowych Totalizatora Sportowego, który posiada największą część rynku gier – przypomnijmy, że w 2024 roku w gry na pieniądze grało 31,7% ogółu Polaków w wieku 15+, a 21,1% spośród nich to klienci Totalizatora. Inne gry hazardowe są znacznie mniej popularne, jednak grywa w nie od kilkunastu (zdrapki) do kilku procent badanych (pozostałe gry).

Na pieniądze grają wszystkie grupy społeczno-demograficzne, jednak na podstawie zmiennych, jakimi dysponujemy, możemy wnioskować, że częściej w grach uczestniczą (Rys. 1.2):

- mężczyźni niż kobiety (36,5% w porównaniu z 27,2%);
- ludzie młodzi w grupach wieku 18–24, 25–34 niż starsi w grupach 55–64, 65 lat i więcej (37,5% i 41,7% w porównaniu z 26,7% i 22,4%);
- mieszkańcy miast, zwłaszcza największych (liczących 500 000 i więcej) niż mieszkańcy wsi (40,1% w porównaniu z 27,2%);
- ludzie z wykształceniem średnim i wyższym niż z podstawowym i zasadniczym zawodowym (35,7% i 34,1% w porównaniu z 23,6% i 26,6%);
- zarabiający 4500 zł netto lub więcej niż zarabiający 2500 zł netto lub mniej (38,0% w porównaniu z 25,3%).

Rys. 1.2. Gra na pieniądze w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem w grupach społeczno-demograficznych



1.3. Zagrożenie uzależnieniem od hazardu

Podobnie jak w latach poprzednich⁵ w ocenie ryzyka uzależnienia od hazardu wykorzystano metodę Kanadyjskiego Indeksu Gier Hazardowych (CPGI⁶). Jego wartość mieści się w przedziale 0–27 punktów. Wynik „0” oznacza brak problemu, gracz nie jest narażony na negatywne konsekwencje uprawiania hazardu. Wynik powyżej „0”, nawet jeśli mieści się w granicach niskich wartości skali, sygnalizuje występowanie symptomów, które nie muszą prowadzić do negatywnych konsekwencji, ale może się to zdarzyć, jeśli gracz gra często oraz współwystępują jeszcze inne „słabe punkty” (np. błędne szacowanie szans wygrania, problemy finansowe).

Jak wspomniano w rozdziale „Narzędzia badawcze”, przeprowadzona w 2021 roku polska adaptacja i walidacja testów przesiewowych zaburzeń hazardowych rekomenduje obniżenie wartości granicznej definicji problemowego hazardu do poziomu 7 punktów, podczas gdy w dotychczas realizowanych badaniach niniejszego cyklu przyjęta była w tym kontekście wartość 8 punktów. Prezentowane w raporcie analizy porównawcze pozostają przy oryginalnej wartości granicznej na poziomie 8, natomiast przeliczenie do wartości granicznej 7 prezentujemy dodatkowo.

Tab. 1.5

Wyodrębnione kategorie respondentów	CPMG – punkt graniczny na poziomie 8 pkt (dotychczas stosowany)		CPMG – punkt graniczny na poziomie 7 pkt (rekomendowany po walidacji)	
	Ogół badanych	Gracze	Ogół badanych	Gracze
	w procentach			
Grający bezpiecznie	27,2	86,0	27,2	86,0
Niski poziom ryzyka uzależnienia (hazard ryzykowny)	2,6	8,2	2,6	8,2
Umiarkowany poziom ryzyka uzależnienia (hazard szkodliwy)	1,3	4,2	1,2	3,8
Wysoki poziom ryzyka uzależnienia /uzależnienie od hazardu	0,6	1,6	0,6	1,9
Niegrający	68,3		68,3	

⁵ Badania z lat 2012, 2014/2015 i 2018/2019.

⁶ Canadian Problem Gambling Index.

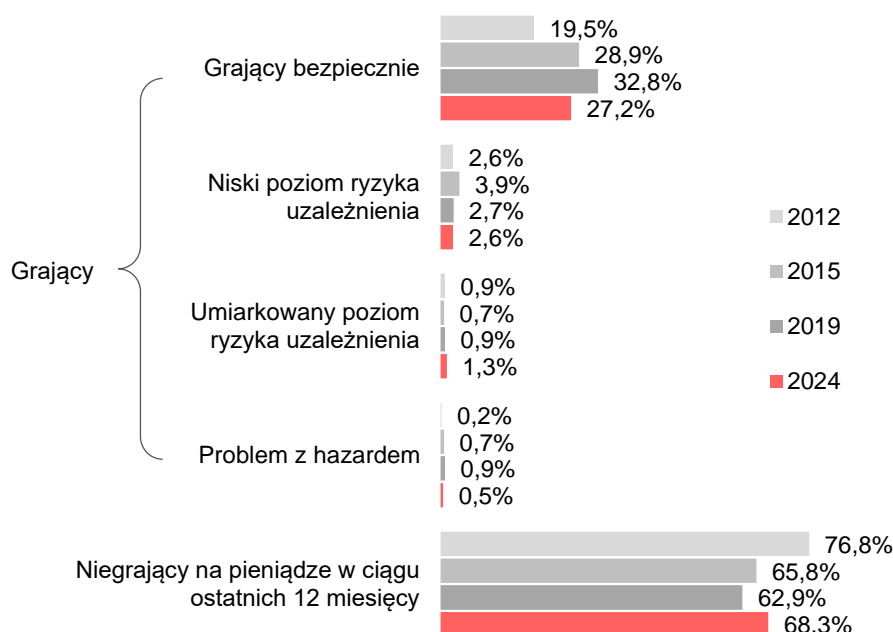
Zgodnie z przewidywaniem obniżenie punktu granicznego definicji hazardu ryzykownego do 7 punktów skutkuje wzrostem odsetka graczy problemowych (Tab. 1.5). Nie jest to wzrost duży, jednak znaczący, biorąc pod uwagę niewielką liczebność tej grupy. Zgodnie z ustaleniami, dla utrzymania porównywalności wyników, dalsze analizy realizowane są w oparciu o pierwotną wersję wartości granicznej (8).

W ciągu pięciu lat dzielących obecną edycję badania od poprzedniej spadł nieco odsetek Polaków grających w gry na pieniądze – graczy stanowią obecnie 31,7% ogółu, podczas gdy w 2019 roku odsetek ten był o 5,4 punktu procentowego wyższy (37,1%) – Rys. 1.3. Generalnie porównanie danych z lat 2012–2024 wskazuje na zahamowanie trendu wzrostowego, jeśli chodzi o odsetek osób uczestniczących w grach na pieniądze, z jakim mieliśmy do czynienia w latach 2012–2019.

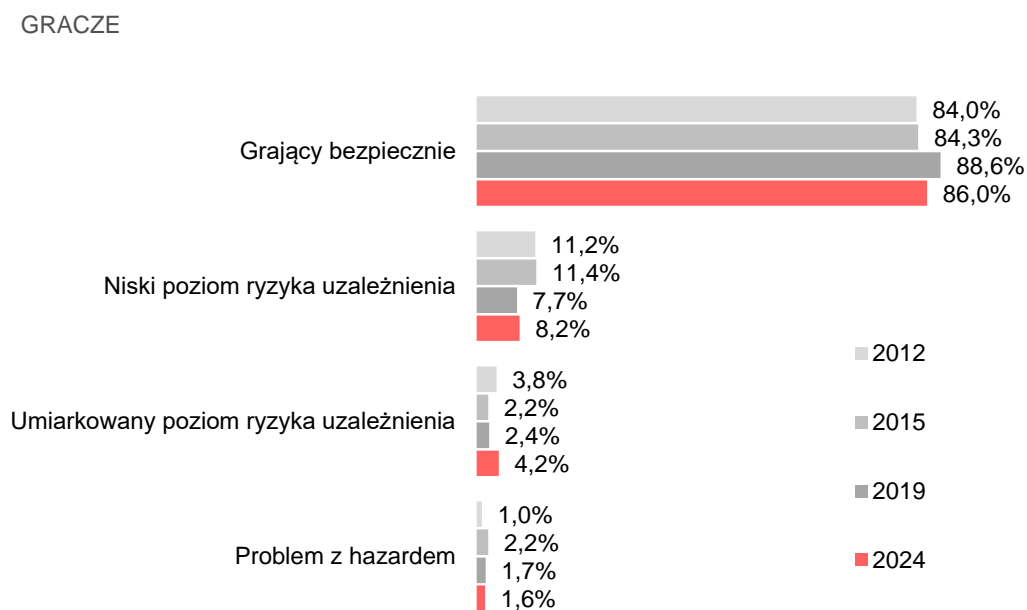
Obecnie nie tylko nieco mniej Polaków uczestniczy w grach na pieniądze, ale też – podobnie jak wcześniej – zdecydowana większość grających robi to w sposób bezpieczny. Wśród ogółu badanych wieku 15+ bezpieczny hazard uprawia więcej niż co czwarty (27,2%), a wśród graczy odsetek ten wynosi 86,0% (Rys. 1.4). W stosunku do 2019 roku zauważalny jest jednak spadek odsetka grających bezpiecznie i jednocześnie wzrost odsetka grających ryzykownie. Dotyczy to przede wszystkim kategorii „umiarkowany poziom ryzyka uzależnienia”, która osiągnęła najwyższy poziom w historii naszych pomiarów (4,2% graczy).

Podsumowując: w 2024 roku wprawdzie nieco mniej osób niż przed pięcioma laty bierze udział w grach hazardowych, ale ci, którzy w nich uczestniczą, robią to w sposób nieco bardziej ryzykowny.

Rys. 1.3. Zagrożenie uzależnieniem od hazardu w polskim społeczeństwie



Rys. 1.4. Zagrożenie uzależnieniem od hazardu wśród graczy



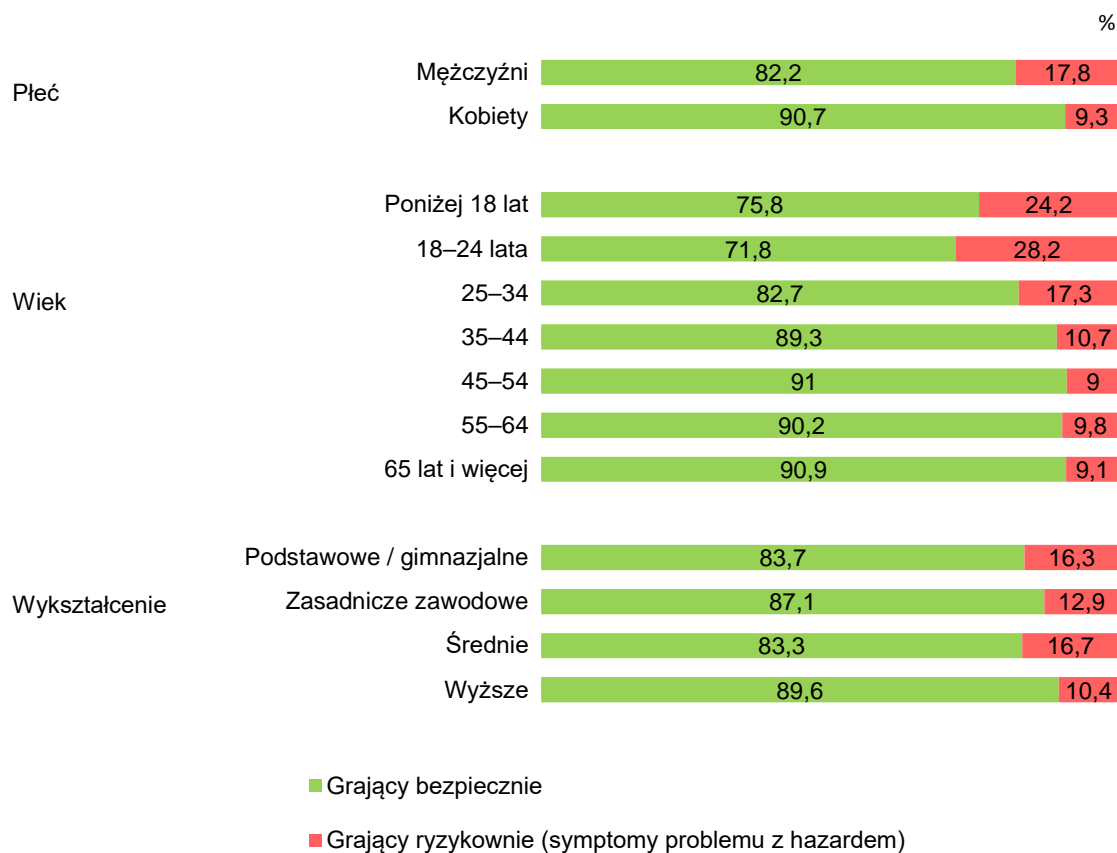
1.4. Hazard – czynniki ryzyka

Analiza statystyczna wskazuje, że spośród szerokiego zestawu cech społeczno-demograficznych tymi, które w sposób istotny⁷ wpływają na podejmowanie przez graczy ryzyka w trakcie gry, są przede wszystkim płeć i wiek oraz – w nieco mniejszym stopniu – wykształcenie (Rys. 1.5). Czynnikiem ryzyka są w tym kontekście płeć męska, młody wiek i wykształcenie na poziomie najwyżej średnim. Profil gracza w największym stopniu zagrożonego uzależnieniem od hazardu/mającego problem z hazardem to młody (do 24 lat), relatywnie nisko wykształcony mężczyzna.

Co ciekawe, w tym kontekście nie mają istotnego znaczenia cechy związane z sytuacją materialną (poziom dochodu osobistego, dochód na osobę w rodzinie i subiektywna ocena materialnych warunków życia).

⁷ Spearman's rho

Rys. 1.5. Cechy społeczno-demograficzne graczy istotnie wpływające na podejmowanie ryzykownej gry



Intensyfikacji aktywności hazardowej, a tym samym podejmowaniu ryzyka sprzyjają określone typy gier. Gracze zdradzający symptomy uzależnienia od hazardu istotnie częściej niż grający bezpiecznie uczestniczą w zakładach bukmacherskich poza internetem, w loteriach, konkursach SMS-owych i zdrapkach, częściej też grają w karty prywatnie, poza kasynem – aktywności te można postrzegać zatem jako mające rzeczywisty potencjał uzależniający (Tab. 1.6). Zależność ta nie występuje w odniesieniu do gier liczbowych Totalizatora Sportowego. W odniesieniu do pozostałych gier uwzględnionych w badaniu niewielkie liczebności grających uniemożliwiają dokonanie wiarygodnych analiz.

Tab. 1.6

Deklarowana częstość uczestnictwa w grze		Grający bezpiecznie	Grający ryzykownie (symptomy problemu z hazardem) ⁸
		% w kolumnie	% w kolumnie
Zakłady bukmacherskie poza internetem	Co najmniej raz w tygodniu	3,7	25,1
	Rzadziej niż raz w tygodniu	96,3	74,9
Karty prywatnie (poza kasynem i poza internetem)	Co najmniej raz w tygodniu	8,2	26,2
	Rzadziej niż raz w tygodniu	91,8	73,8
Loterie, konkursy SMS-owe	Co najmniej raz w tygodniu	2,9	10,9
	Rzadziej niż raz w tygodniu	97,1	89,1
Zdrapki	Co najmniej raz w tygodniu	4,0	14,4
	Rzadziej niż raz w tygodniu	96,0	85,6

1.5. Stygmatyzacja i samoidentyfikacja

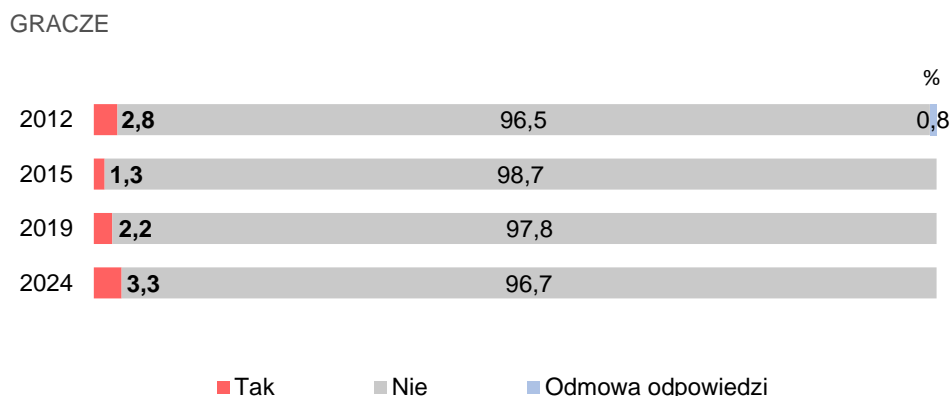
Pomimo że w dyskursie naukowym odchodzi się od terminów stygmatyzujących, zastępując je określeniami o neutralnym ładunku emocjonalnym, to w świadomości społecznej określenia „hazardzista” czy „nałogowy gracz” w odniesieniu do osób uprawiających hazard są nadal w użyciu.

Podobnie jak w latach poprzednich z opinią „nałogowego gracza” konfrontuje się bardzo niewielu grających na pieniądze. Z deklaracji wynika, że jedynie 3,3% ogółu graczy zostało kiedykolwiek określonych tym lub innym epitetem sugerującym ich uzależnienie od gry (Rys. 1.6). Odsetek ten jednak wykazuje tendencję wzrostową – grupa graczy, którzy zmierzli się bezpośrednio z tego rodzaju oceną otoczenia, jest obecnie ponad dwukrotnie liczniejsza niż w roku 2015, co wskazywać może na niewielki wzrost świadomości społecznej w kontekście uzależnienia od hazardu.

Deklaracje graczy wskazują, że ze stygmatyzującą reakcją otoczenia konfrontowali się najczęściej w porównaniu z innymi młodzi mężczyźni, będący – jak wynika z wcześniejszych analiz – grupą najbardziej narażoną na ryzyko uzależnienia od hazardu.

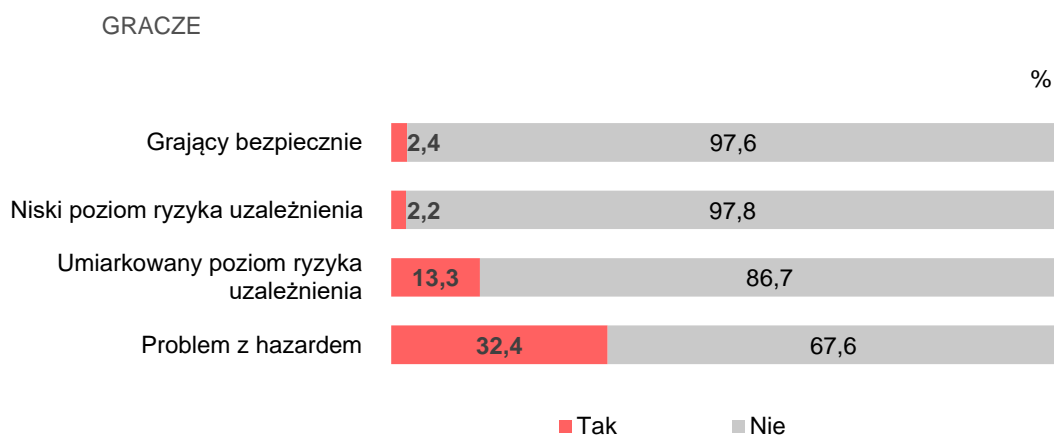
⁸ Grający ryzykownie (symptomy problemu z hazardem) – tu i w następnych: połączone kategorie „niski poziom ryzyka uzależnienia”, „umiarkowany poziom ryzyka uzależnienia”, „problem z hazardem”.

Rys. 1.6. Czy w związku z graniem w gry na pieniądze został(a) Pan(i) kiedykolwiek nazwany(a) przez kogoś „nałogowym graczem” (lub innym określeniem sugerującym, że gra Pan(i) nałogowo)?



O tym, że otoczenie gracza dobrze odczytuje symptomy jego postępujących problemów z grą, świadczy związek pomiędzy deklaracjami doświadczania stygmatyzujących komentarzy a przypisanym poziomem ryzyka uzależnienia od hazardu (CPGI). Mamy tu do czynienia z zależnością: im wyższe ryzyko uzależnienia, tym częstsze doświadczanie negatywnych reakcji otoczenia (Rys. 1.7).

Rys. 1.7. Czy w związku z graniem w gry na pieniądze został(a) Pan(i) kiedykolwiek nazwany(a) przez kogoś „nałogowym graczem” (lub innym określeniem sugerującym, że gra Pan(i) nałogowo)?

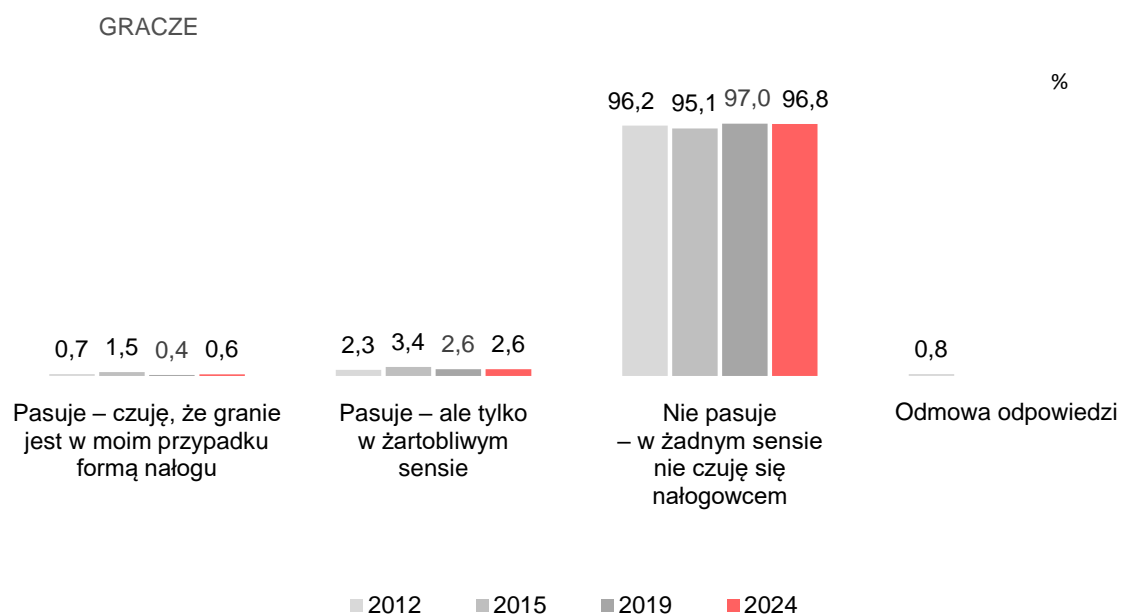


Osobną kwestią jest samoidentyfikacja graczy w kontekście problemu hazardowego (Rys. 1.8). Od lat cecha ta jest wartością stałą, a odsetek definiujących swoją sytuację w kategoriach nałogu pozostaje w kolejnych pomiarach bardzo niski. Jako „nałogowy gracz” identyfikuje się obecnie tylko 0,6% grających

na pieniądze, podczas gdy w poprzednich edycjach badania kategoria ta liczyła 0,7% w 2012 roku, 1,5% w 2015 roku i 0,4% w 2019 roku⁹.

Niemal wszyscy grający na pieniądze postrzegają siebie jako osoby wolne od problemu hazardowego („w żadnym sensie nie czuję się nałogowym graczem”). Podobnie jak wcześniej – zestawienie danych na temat samoidentyfikacji graczy z wartościami indeksu CPGI wskazuje, że odsetek graczy w żadnym sensie nieidentyfikujących się z problemem hazardowym przewyższa odsetek grających bezpiecznie wg wskaźników indeksu (96,8% wobec 86,0%). Fakt ten wskazuje, że co dziesiąty uczestnik gier na pieniądze (10,8%) może nie być świadomy wejścia na ścieżkę ryzyka uzależnienia od hazardu.

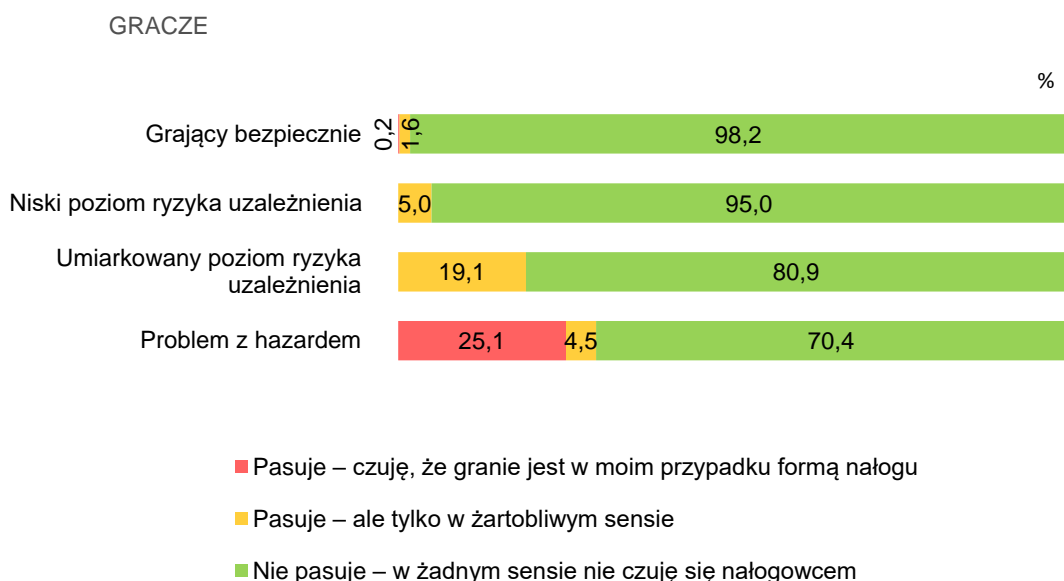
Rys. 1.8. Jak Pan(i) osobiście sądzi – czy określenie „nałogowy gracz” pasuje do Pana(i) czy też nie?



Deklaracje graczy pozwalają sądzić, że świadomość problemów z hazardem rośnie wraz z obiektywną miarą uzależnienia (CPGI). Byłaby to konstatacja pozytywna, gdyby nie fakt, że w grupach grających ryzykownie i narażonych na realny problem uzależnienia od hazardu zdecydowanie dominują jednak osoby nieidentyfikujące się z nałogiem, przekonane o swoim braku uzależnienia (Rys. 1.9).

⁹ Różnice między kolejnymi pomiarami mieszczą się w granicach błędu statystycznego.

Rys. 1.9. Jak Pan(i) osobiście sądzi – czy określenie „nałogowy gracz” pasuje do Pana(i) czy też nie?



Zestawienie deklaracji badanych dotyczących postrzegania ich gry przez otoczenie (stygmatyzacja) z ich samoidentyfikacją w tym kontekście może wskazywać, że symptomy uzależnienia od hazardu są w większym stopniu dostrzegalne z perspektywy zewnętrznej (przez osoby z otoczenia gracza) niż wewnętrznej – przez niego samego. Spośród tych graczy, którzy zmierzli się z negatywną oceną otoczenia poprzez nazwanie ich „nałogowymi graczami”, tylko 15,7% podziela bowiem tę opinię o sobie („czuję, że granie jest w moim przypadku formą nałogu”), natomiast prawie dwie trzecie (65,1%) stoi na stanowisku, że ocena ta jest niezgodna z prawdą („w żadnym sensie nie czuję się nałogowcem”). W przypadku tej ostatniej grupy możemy mieć do czynienia z wyparciem symptomów lub/i racjonalizacją własnych zachowań hazardowych.

1.6. Bilans finansowy gry

Zanotowanemu w populacji Polaków (15+) spadkowi odsetka grających w gry na pieniądze towarzyszy wzrost średnich kwot deklarowanych jako nakłady na grę i wygrane. Średnia kwota wydana na grę przez przeciętnego gracza w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie wynosi obecnie 265,77 zł, a wartość wygranej kształtuje się – według uśrednionych deklaracji graczy – na poziomie 208,19 zł, podczas gdy pięć lat temu kwoty te wynosiły odpowiednio 179,72 zł i 192,16 zł. Tak duży wzrost może wynikać nie tylko z intensyfikacji gry, ale może też być w pewnym stopniu skutkiem inflacji, wpływającej na podwyższenie kosztów grania.

Poziom deklarowanych nakładów na gry i wygranych różnicuje przede wszystkim płeć i wiek graczy. Mężczyźni deklarują w tych obszarach zdecydowanie wyższe kwoty niż kobiety (Tab. 1.7). Biorąc pod uwagę wiek – najwyższa średnia zarówno deklarowanych nakładów, jak i wygranych dotyczy osób w przedziale wiekowym 18–24 lata. Warto zwrócić uwagę na graczy w wieku 25–34 lata oraz najstarszych (65 i więcej lat): w tych dwóch przedziałach uśrednione kwoty deklarowanych wygranych przewyższają uśrednione nakłady na grę.

Spośród trzech wyznaczników sytuacji finansowej gracza – miesięcznych dochodów osobistych, dochodu w przeliczeniu na osobę w rodzinie i subiektywnej oceny własnych materialnych warunków życia – wpływ na poziom wydatków na grę ma przede wszystkim dochód osobisty: najwięcej (średnio) wydają ci, którzy mają najwyższe zarobki (min. 6500 zł netto miesięcznie). Jednocześnie, w przeciwieństwie do mniej zarabiających graczy, przedstawiciele tej najzamożniejszej grupy relatywnie nisko (średnio) oceniają poziom swoich wygranych.

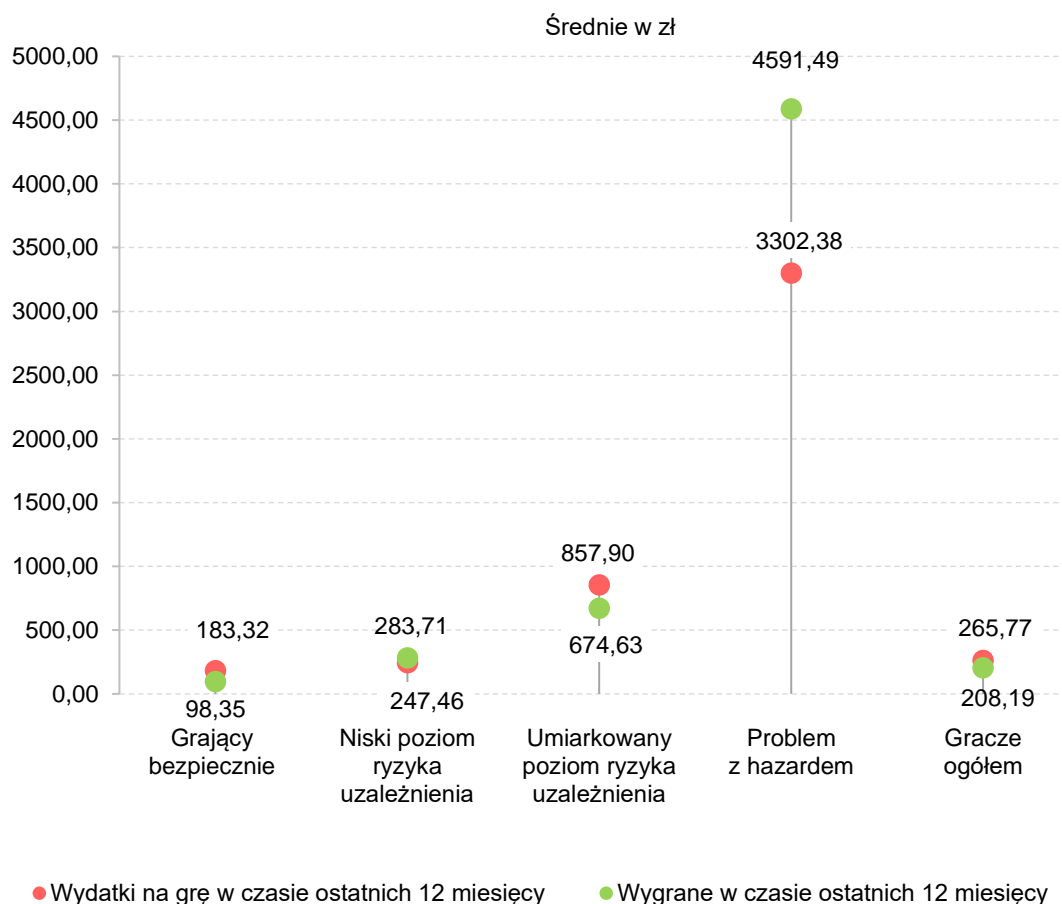
Tab. 1.7

GRACZE: grupy społeczno-demograficzne		Średnie kwoty nakładów na grę i wygranych w grupach społeczno-demograficznych (zł)	
		Nakłady na grę	Wygrane
Płeć	Mężczyźni	409,16	315,66
	Kobiety	91,15	77,32
Wiek	Poniżej 18 lat	177,20	78,99
	18–24 lata	511,08	487,49
	25–34	204,34	326,02
	35–44	454,76	146,28
	45–54	112,82	74,81
	55–64	120,28	80,77
	65 lat i więcej	219,85	234,22
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	85,93	91,87
	2500 – 4499	276,25	336,37
	4500 – 6499	162,83	172,33
	6 500 i więcej	695,80	145,77

Poziom deklarowanych nakładów na grę i wygranych jest skorelowany z ryzykiem uzależnienia od hazardu: wraz ze wzrostem ryzyka uzależnienia znacząco wzrastają zarówno deklarowane kwoty nakładów na hazard, jak i – przede wszystkim – deklarowana wysokość zysków. W czasie 12 miesięcy poprzedzających badanie osoby mające problem z hazardem wydały na grę (średnia z deklaracji) prawie

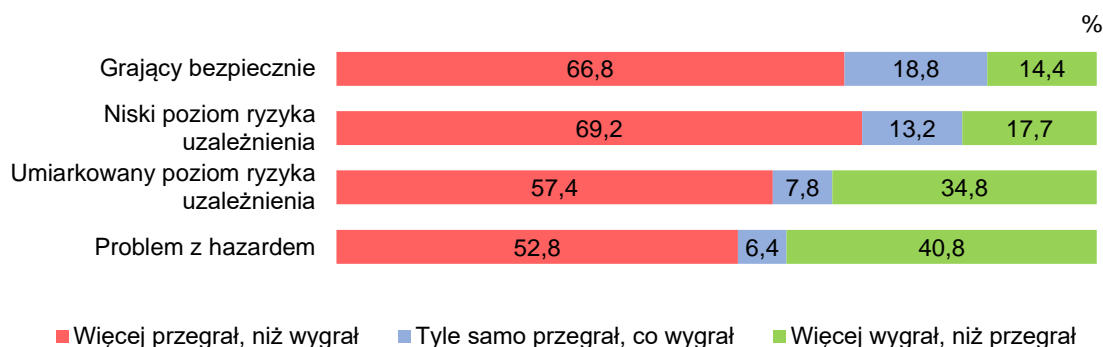
20 razy więcej niż osoby grające bezpiecznie, wygrywając w tym czasie (także średnie z deklaracji) ponad 46 razy więcej niż grający bezpiecznie (Rys. 1.10).

Rys. 1.10. Deklarowane wydatki na grę i wygrane w czasie ostatnich 12 miesięcy



Sytuację, w której deklarowane przez graczy kwoty wygranych przewyższają deklarowane nakłady na grę, definiujemy jako przekonanie o dodatnim bilansie finansowym gry. Zjawisko to skorelowane jest z ryzykiem uzależnienia od hazardu: rośnie wraz z nim, najwyższy poziom osiągając wśród osób wysoko zagrożonych uzależnieniem/uzależnionych od hazardu (Rys. 1.11).

Rys. 1.11. Postrzegany efekt finansowy gry (relacja pomiędzy deklarowanymi kwotami wydatków na grę/wygranych) w grupach graczy wyodrębnionych ze względu na ryzyko uzależnienia od hazardu



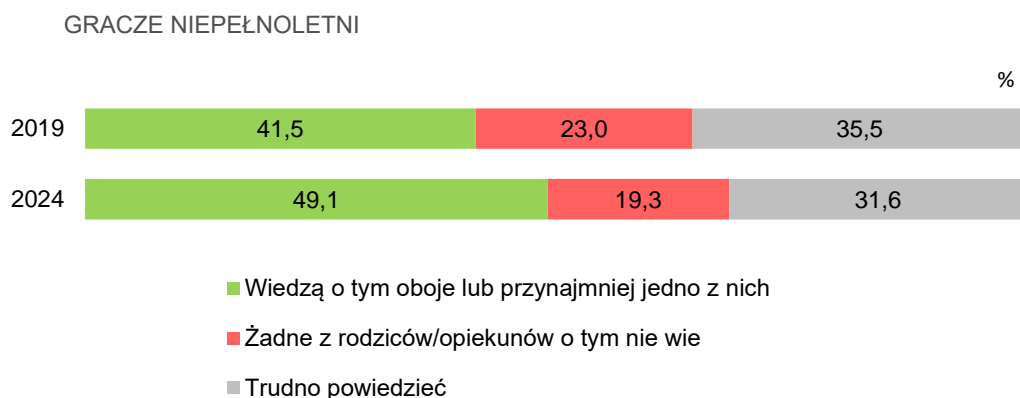
Przekonanie o dodatnim bilansie finansowym gry należy do czynników ryzyka uzależnienia od hazardu – przeświadczenie o odnoszeniu korzyści finansowych skłania do intensyfikacji gry. Warto w tym kontekście zwrócić uwagę na osoby grające obecnie umiarkowanie ryzykownie – więcej niż co trzecia spośród nich należy do grupy przekonanych o zyskowności hazardu, a tym samym może być szczególnie podatna na wzrost ryzyka uzależnienia.

1.7. Gracze niepełnoletni

Wśród ogółu osób deklarujących udział w grach na pieniądze w okresie 12 miesięcy poprzedzających badania 5,7% stanowią osoby niepełnoletnie (15–17 lat). W grupie tej dominują mężczyźni (60,5%), co drugi niepełnoletni gracz mieszka na wsi (52,3%).

Deklaracje dotyczące oceny własnych materialnych warunków życia wskazują, że młodzi gracze rekrutują się w przeważającej większości z rodzin niemających problemów finansowych (81,8% deklaruje dobrą ocenę materialnych warunków życia). Można zatem sądzić, że w ich przypadku istotną motywację do uczestnictwa w hazardzie stanowią czynniki pozafinansowe.

Z deklaracji niepełnoletnich graczy wynika, że tylko w około połowie tych przypadków (49,1%) rodzice (opiekunowie) wiedzą o hazardowej aktywności swoich podopiecznych (Rys. 1.12). W porównaniu z danymi z 2019 roku odsetek deklaracji potwierdzających wiedzę rodziców na temat gry nieco wzrósł, jednak z uwagi na ograniczoną liczebność grających nastolatków należy tę pozytywną zmianę traktować z ostrożnością.

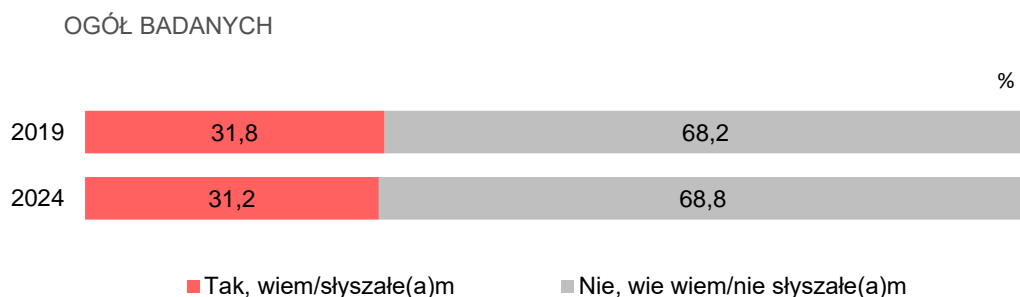
Rys. 1.12. Czy Twój rodzic/opiekunowie wiedzą, że grasz w gry na pieniądze?

Nastolatki uprawiające hazard i deklarujące wiedzę rodziców na temat swojej gry najczęściej mówią w tym kontekście o obojętności rodziców, których nie interesuje ten aspekt aktywności dzieci (58,4%). Pozostali młodzi gracze spotykają się z negatywną reakcją rodziców w postaci zniechęcania do gry, stosowania zakazów i ograniczeń (41,6%). Brak jest w tym kontekście reakcji pozytywnych¹⁰.

1.8. Wirtualne kasyna

1.8.1. Hazard w wersji „demo”

W internecie istnieją kasyna wirtualne, oferujące gry hazardowe za darmo, w których udział nie wymaga rejestracji ani logowania. Podobnie jak w 2019 roku możliwość grania w takie gry znana jest blisko jednej trzeciej Polaków w wieku 15+ (Rys. 1.13).

Rys. 1.13. W internecie jest wiele wirtualnych kasyn, oferujących możliwość grania w gry hazardowe za darmo, za wirtualne pieniądze, w tzw. wersje demo, bez rejestracji ani logowania. Czy wie/słyszał(a) Pan(i) o takich grach?

¹⁰ Ze względu na ograniczoną liczebność analizowanej grupy dane te należy traktować z ostrożnością.

Wiedzę o możliwości grania w gry hazardowe w wirtualnych kasynach – za darmo, za wirtualne pieniądze, w tzw. wersji demo, bez rejestracji ani logowania – częściej deklarują mężczyźni niż kobiety (odpowiednio: 36,8% i 26,2%). Ten rodzaj wiedzy jest odwrotnie proporcjonalny do wieku badanych: odsetek deklaracji spada wraz z wiekiem od ponad 50% w grupie do 24 lat, do 13,4% wśród osób najstarszych (65+).

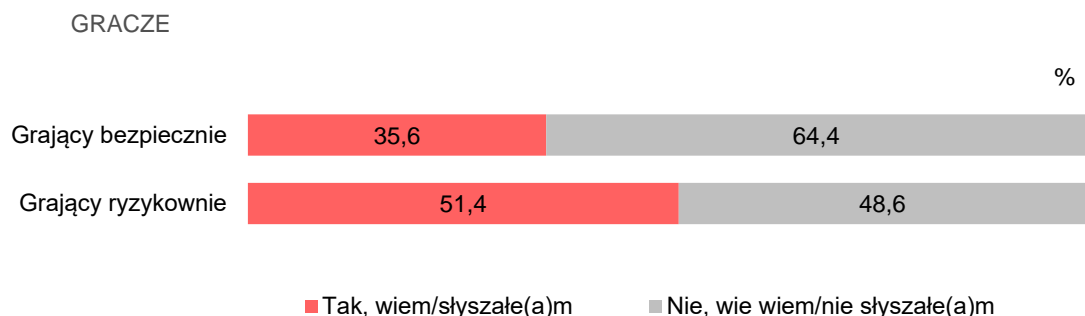
Wśród uczestników gier hazardowych odsetek osób deklarujących wiedzę na temat możliwości grania w wirtualnych kasynach jest nieco wyższy niż wśród ogółu populacji (37,8%), ale obserwujemy tu podobną zależność tej wiedzy od płci i wieku (Tab. 1.8).

Tab. 1.8

GRACZE: grupy społeczno-demograficzne		Deklaracje wiedzy na temat możliwość grania w gry hazardowe w wirtualnych kasynach internetowych, za darmo, za wirtualne pieniądze, w tzw. wersji demo, bez rejestracji i logowania %
Płeć	Mężczyźni	42,0
	Kobiety	32,7
Wiek	Poniżej 18 lat	60,1
	18–24 lata	49,6
	25–34	50,0
	35–44	44,5
	45–54	33,1
	55–64	18,9
	65 lat i więcej	17,7

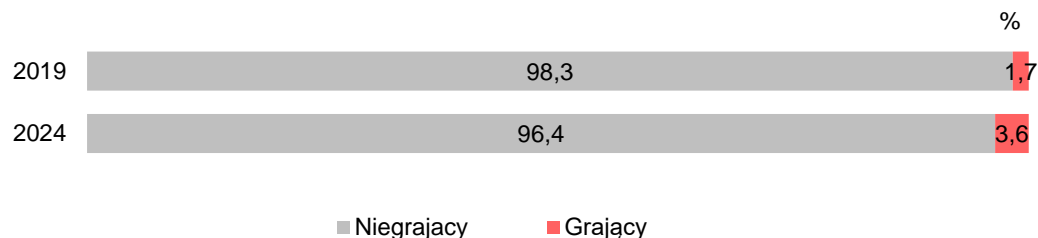
Wiedza na temat możliwości grania w kasynach internetowych w tzw. wersji demo idzie w parze z ryzykowną grą: wśród grających bezpiecznie o takiej możliwości wie nieco ponad jedna trzecia, natomiast w grupie graczy zdradzających symptomy uzależnienia od hazardu – więcej niż co drugi (Rys. 1.14).

Rys. 1.14. Możliwość grania w gry hazardowe w internecie za darmo, za wirtualne pieniądze, w tzw. wersje demo, bez rejestracji ani logowania. Czy wie/słyszał(a) Pan(i) o takich grach?



Uczestnictwo w darmowych grach hazardowych w kasynach internetowych w okresie 12 miesięcy poprzedzających badanie deklaruje obecnie 3,6% respondentów (spośród wiedzących o ich istnieniu). W stosunku do 2019 roku notujemy zatem ponad dwukrotny wzrost popularności internetowego hazardu w wersji „demo” (Rys. 1.15).

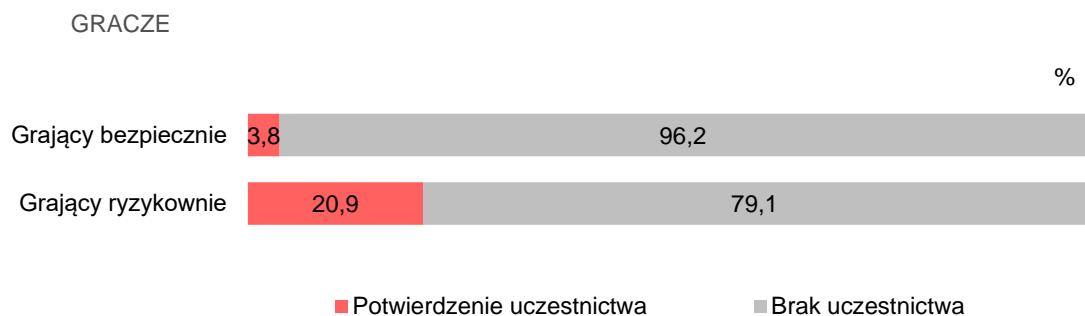
Rys. 1.15. Deklaracje udziału w grach hazardowych w wirtualnych kasynach (tzw. wersje demo, bez rejestracji ani logowania) w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem



Biorąc pod uwagę cechy społeczno-demograficzne, udział w tego rodzaju aktywności różnicuje przede wszystkim płeć i wiek: grają częściej mężczyźni niż kobiety (odpowiednio 5,4% i 1,3%) oraz osoby młode (poziom deklaracji uczestnictwa wzrasta wraz z wiekiem od blisko 10% w przedziale do 24 lat do braku udziału wśród najstarszych 65+).

Udział w grach hazardowych w wirtualnych kasynach (tzw. wersje demo, bez rejestracji ani logowania) w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem skorelowany jest z problemową grą: w porównaniu z grającymi bezpiecznie osoby zdradzające symptomy uzależnienia od hazardu uczestniczyły w nich ponad pięciokrotnie częściej (Rys. 1.16).

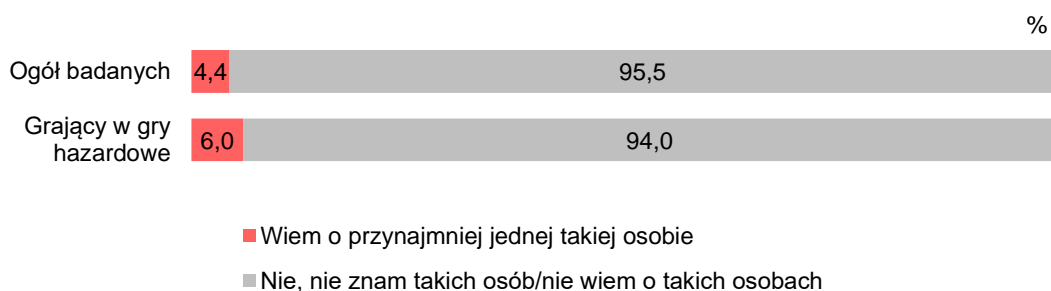
Rys. 1.16. Uczestnictwo w grach hazardowych w wirtualnych kasynach (tzw. wersje demo, bez rejestracji ani logowania) w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem



1.8.2. Udział w nielegalnym hazardzie

Udział w grach na pieniądze w internecie za pośrednictwem nielegalnych witryn hazardowych jest działalnością sprzeczną z prawem. Nie pytaliśmy zatem bezpośrednio o ten rodzaj aktywności, w zamian stosując metodą projekcyjną – pytając, czy respondent zna kogoś, wie o jakiejś osobie, która gra na pieniądze w internecie, korzystając z nielegalnych witryn hazardowych. Wiedzę o tego rodzaju aktywności innej osoby zadeklarowało w sumie 4,4% ogółu badanych, natomiast w grupie grających w gry hazardowe – 6,0% (Rys. 1.17).

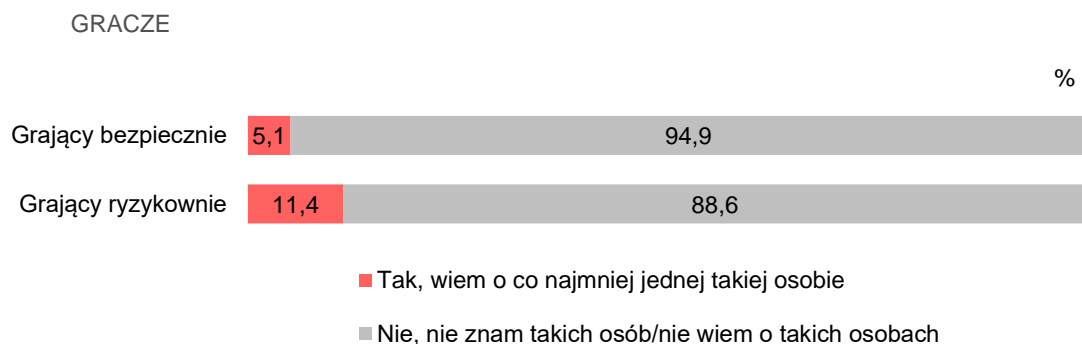
Rys. 1.17. Czy zna Pan(i) kogoś, wie Pan(i) o jakiejś osobie, która gra na pieniądze w internecie, korzystając z nielegalnych witryn hazardowych?



Znajomość uczestników gier w nielegalnych kasynach internetowych (wiedzę o nich) najczęściej w porównaniu z innymi deklarują ludzie młodzi, od 18 do 34 roku życia: co dziesiąty spośród nich wie o przynajmniej jednej osobie biorącej udział w nielegalnym hazardzie w sieci. Uczestnicy nielegalnego hazardu internetowego są niemal dwukrotnie częściej znani mężczyznom niż kobietom (odpowiednio: 6,0% i 3,1%).

Udział w nielegalnym hazardzie realizowanym za pośrednictwem internetu idzie w parze z problemowym graniem na pieniądze. Wskazuje na to fakt, że poziom deklaracji znajomości osób prowadzących tego rodzaju aktywność jest ponad dwukrotnie wyższy wśród osób z symptomami problemu hazardowego niż w grupie grających bezpiecznie (Rys. 1.18).

Rys. 1.18. Czy zna Pan(i) kogoś, wie Pan(i) o jakiejś osobie, która gra na pieniądze w internecie, korzystając z nielegalnych witryn hazardowych?

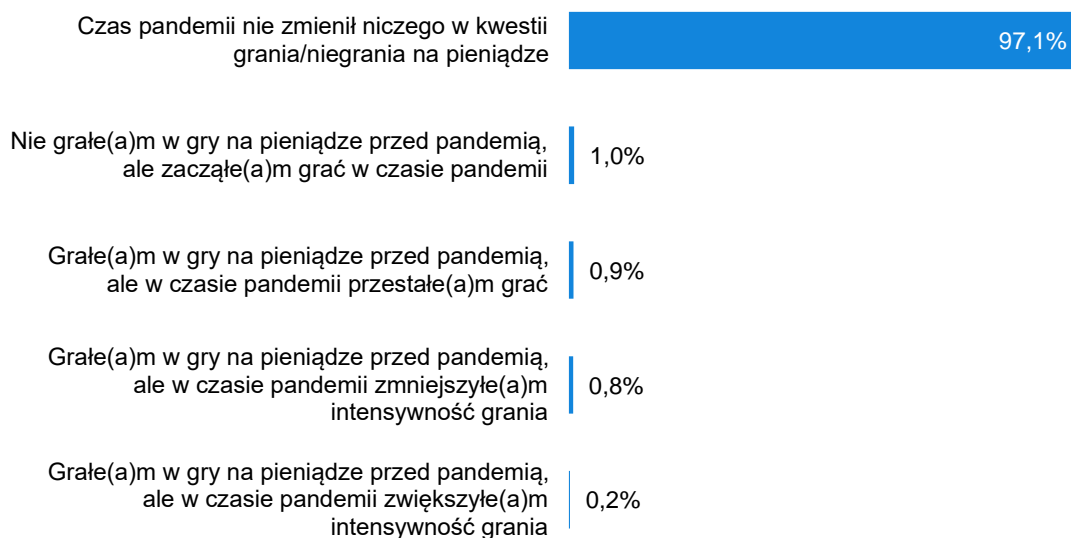


1.9. Wpływ pandemii COVID-19 na udział w hazardzie

Pomiędzy poprzednią a obecną edycją badania miała miejsce pandemia COVID-19. Sprawdziliśmy, czy – w odczuciu Polaków – towarzyszące jej wydarzenia związane z przymusowym ograniczeniem kontaktów społecznych (lockdown) miały wpływ na ich uczestnictwo w grach o charakterze hazardowym (Rys. 1.19).

Rys. 1.19. Proszę sięgnąć pamięcią do lat 2020–2022, kiedy mierzyliśmy się z pandemią COVID-19. Które z poniższych opisów sytuacji związanych z grą w gry, w których można wygrać pieniądze, najlepiej opisuje Pana(i) postępowanie w czasie pandemii?

OGÓŁ BADANYCH



W świetle deklaracji ogółu badanych hipoteza o lockdownie jako czynnika sprzyjającym/chroniącym nie znalazła potwierdzenia w kontekście hazardu: dominująca większość Polaków stwierdza, że wydarzenia te nie miały wpływu na ich udział bądź brak udziału w grach na pieniądze (grupa ta obejmuje zarówno osoby niegrające przed i po pandemii, jak i tych, którzy grali przed i po pandemii z niezmienną intensywnością). Pandemia nie wpłynęła również na zmianę preferencji w zakresie rodzaju wybieranych gier: wszystkie osoby, które grały przed pandemią, a w jej czasie zmieniły intensywność gry, deklarują pozostanie przy swoich dotychczasowych preferencjach.

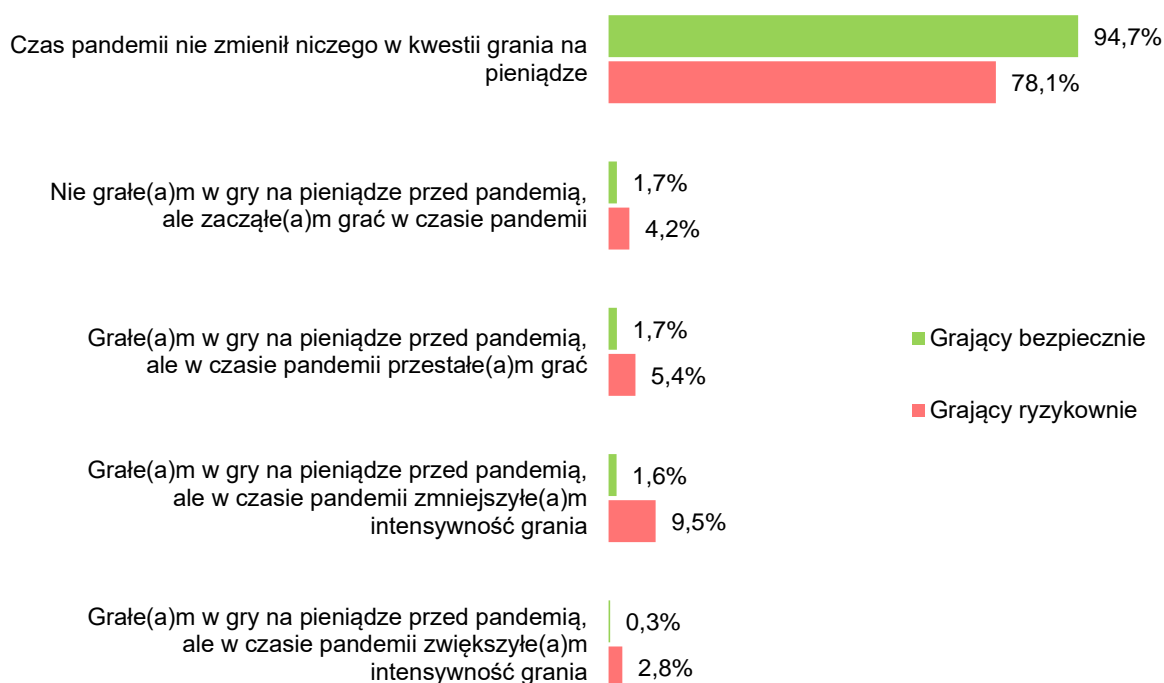
Grupą, w przypadku której notujemy relatywnie największy wpływ pandemii na zwyczaje związane z grą, są młodzi dorośli (18–24 lata). Odsetek deklarujących zmiany przyzwyczajeń jest wśród nich dwukrotnie wyższy niż wśród ogółu badanych (6,2% wobec 2,9%), dotyczą one częściej rozpoczęcia bądź intensyfikacji gry (łącznie 3,9%)¹¹.

¹¹ Z uwagi na małe liczebności dane te należy traktować z ostrożnością.

Zmianę zwyczajów związanych z grą w trakcie pandemii zdecydowanie częściej deklarują osoby obecnie grające ryzykownie (21,9%) niż grający bezpiecznie (5,3%) – Rys. 1.20. Zmiana w grupie osób zdradzających obecnie symptomy uzależnienia od hazardu (grający ryzykownie) polegała najczęściej na zmniejszeniu intensywności grania (9,5%) lub całkowitej rezygnacji z gry (5,4%). Nasuwa się wniosek, że w odniesieniu do części grających ryzykownie ograniczenie dostępu do hazardu wymuszające niejako ograniczenie gry, może pełnić rolę czynnika chroniącego przed rozwojem uzależnienia.

Rys. 1.20. Proszę sięgnąć pamięcią do lat 2020–2022, kiedy mierzyliśmy się z pandemią COVID-19. Które z poniższych opisów sytuacji związanych z grą w gry, w których można wygrać pieniądze, najlepiej opisuje Pana(i) postępowanie w czasie pandemii?

GRACZE



1.10. Przyczyny podejmowania gier hazardowych

Uprawianie gier o charakterze hazardowym zaspokajają różne ludzkie potrzeby. Dużo zależy od stopnia, w jakim gracz uzależniony jest od gry.

Badanym graczom przedstawiliśmy szesnaście stwierdzeń na temat różnych przyczyn podejmowania gier hazardowych i prosiliśmy, aby ocenili, w jakim stopniu każde stwierdzenie pasuje do nich samych. Badani posługiwali się skalą od 1 do 10, gdzie wartość „1” oznaczała, że dany powód zdecydowanie do nich nie pasuje, a wartość „10” oznaczała, że zdecydowanie pasuje.

Wyniki przedstawiamy w podziale na różne typy graczy wyodrębnione ze względu na 4-stopniową skalę ryzyka uzależnienia od gier. Mówić będziemy o graczach bez problemu hazardu, graczach z niskim poziomem ryzyka uzależnienia, umiarkowanym poziomem ryzyka oraz o tych, którzy mają problem z hazardem (Rys. 1.21 i Tab. 1.9).

Gracze bez problemu hazardowego znacznie słabiej niż pozostali (znajdujący się w którejś z grup ryzyka) identyfikują się z wymienionymi przez nas przyczynami podejmowania gier (średnie na skalach najniższe wśród czterech wyodrębnionych grup graczy). Może to świadczyć o tym, że ich udział w grach nie ma dla nich większego znaczenia, nie wywołuje długich i silnych stanów emocjonalnych. Nie jest to żaden ważny komponent ich życia, nie zastanawiają się nad nim, w związku z tym trudno im zidentyfikować powody grania. Często mogą to być jakieś spontaniczne lub przypadkowe sytuacje towarzysko-rozrywkowe, które nie pozostawiają w ich życiu większych śladów. Motywacje tego typu graczy są przede wszystkim motywacjami, które nazwać możemy **użytecznymi** (gra się po to, żeby wygrać pieniądze) lub **rozrywkowymi**.

Osoby, które nie mają problemu hazardowego grają:

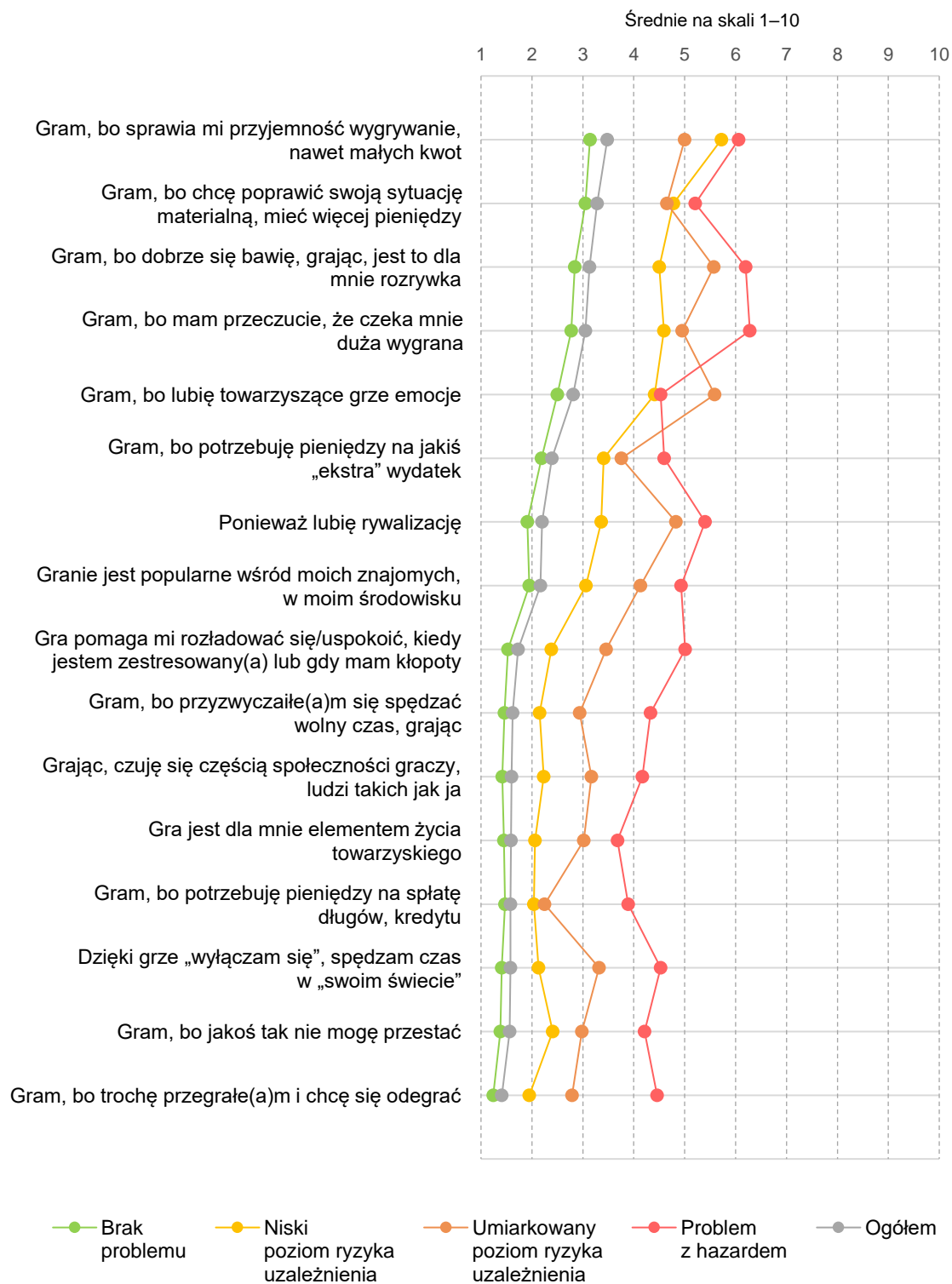
- bo sprawia im przyjemność wygrywanie nawet małych kwot (średnia na skali 3,14),
- bo chcą poprawić swoją sytuację materialną, mieć więcej pieniędzy (średnia na skali 3,05),
- bo dobrze się bawią, grając, jest to dla nich rozrywka (średnia na skali 2,84),
- bo mają przecucie, że czeka ich duża wygrana (średnia na skali 2,77),
- bo lubią towarzyszące grze emocje (średnia na skali 2,50).

Silniejsze motywacje towarzyszą osobom, których gra wiąże się z ryzykiem uzależnienia – im większe ryzyko uzależnienia, tym większa identyfikacja z każdym powodem grania. Dane pokazują, że osoby grające bezproblemowo osiągają średnie na skalach w przedziale od 1,24 do 3,14. Natomiast w przypadku hazardzistów przedział ten wynosi od 3,68 do 6,28.

Grający ryzykownie również grają przede wszystkim dla pieniędzy: lubią wygrywać nawet małe kwoty (średnia w zależności od poziomu ryzyka uzależnienia od hazardu: 5,72, 5,00, 6,06), chcą poprawić swoją sytuację materialną (średnia w zależności od poziomu ryzyka uzależnienia od hazardu: 4,78, 4,65, 5,21) i grają z nadzieją (przeczcuciem) na dużą wygraną (średnia w zależności od poziomu ryzyka uzależnienia od hazardu: 4,59, 4,95, 6,28). Gra stanowi dla nich rozrywkę (średnia w zależności od poziomu ryzyka uzależnienia od hazardu: 4,50, 5,57, 6,20), czują towarzyszące jej emocje (średnia w zależności od poziomu ryzyka uzależnienia od hazardu: 4,41, 5,59, 4,53). Jednak dla osób mających problem z hazardem (wg skali CPMG), w większym stopniu niż w przypadku grających bezpiecznie, motywem gry bywa:

- pragnienie rozładowania, uspokojenia (średnia na skali 5,01),
- pragnienie „wyłączenia się” (średnia na skali 4,53),
- przyzwyczajenie do takiej formy spędzania czasu (średnia na skali 4,33),
- przynależność do środowiska, które również gra (średnia na skali 4,17),
- niemożność przestania (średnia na skali 4,21),
- chęć odegrania się (średnia na skali 4,46).

Rys. 1.21. Odczytam kilka stwierdzeń opisujących motywy, dla których ludzie grają w gry typu hazardowego, na pieniądze. O każdym z tych stwierdzeń proszę powiedzieć, w jakim stopniu pasuje ono do Pana(i). Odpowiadając, proszę użyć skali od 1 do 10, na której 1 oznacza „zdecydowanie do mnie nie pasuje”, a 10 – „zdecydowanie do mnie pasuje”.



Tab. 1.9

Odczytam kilka stwierdzeń opisujących motyw, dla których ludzie grają w gry typu hazardowego, na pieniądze. O każdym z tych stwierdzeń proszę powiedzieć, w jakim stopniu pasuje ono do Pana(i). Odpowiadając, proszę użyć skali od 1 do 10, na której 1 oznacza „zdecydowanie do mnie nie pasuje”, a 10 – „zdecydowanie do mnie pasuje”.

Średnia na skali od 1 do 10					
	Brak problemu	Niski poziom ryzyka uzależnienia	Umiarkowany poziom ryzyka uzależnienia	Problem z hazardem	Ogółem
Gram, bo sprawia mi przyjemność wygrywanie, nawet małych kwot	3,14	5,72	5,00	6,06	3,48
Gram, bo chcę poprawić swoją sytuację materialną, mieć więcej pieniędzy	3,05	4,78	4,65	5,21	3,28
Gram, bo dobrze się bawię, grając, jest to dla mnie rozrywka	2,84	4,50	5,57	6,20	3,13
Gram, bo mam przeczucie, że czeka mnie duża wygrana	2,77	4,59	4,95	6,28	3,05
Gram, bo lubię towarzyszące grze emocje	2,50	4,41	5,59	4,53	2,81
Gram, bo potrzebuję pieniędzy na jakiś „ekstra” wydatek	2,19	3,41	3,76	4,60	2,39
Ponieważ lubię rywalizację	1,91	3,36	4,83	5,40	2,20
Granie jest popularne wśród moich znajomych, w moim środowisku	1,95	3,06	4,13	4,93	2,17
Gra pomaga mi rozładować się/uspokoić, kiedy jestem zestresowany(a) lub gdy mam kłopoty	1,53	2,38	3,46	5,01	1,73
Gram, bo przyzwyczaile(a)m się spędzać wolny czas, grając	1,46	2,15	2,94	4,33	1,62
Grając, czuję się częścią społeczności graczy, ludzi takich jak ja	1,42	2,23	3,17	4,17	1,60
Gra jest dla mnie elementem życia towarzyskiego	1,45	2,06	3,02	3,68	1,59
Gram, bo potrzebuję pieniędzy na spłatę długów, kredytu	1,47	2,04	2,25	3,89	1,58
Dzięki grze „wylącam się”, spędzam czas w „swoim świecie”	1,41	2,13	3,32	4,53	1,58
Gram, bo jakoś tak nie mogę przestać	1,38	2,41	2,98	4,21	1,56
Gram, bo trochę przegrałem(a)m i chcę się odegrać	1,24	1,95	2,79	4,46	1,41

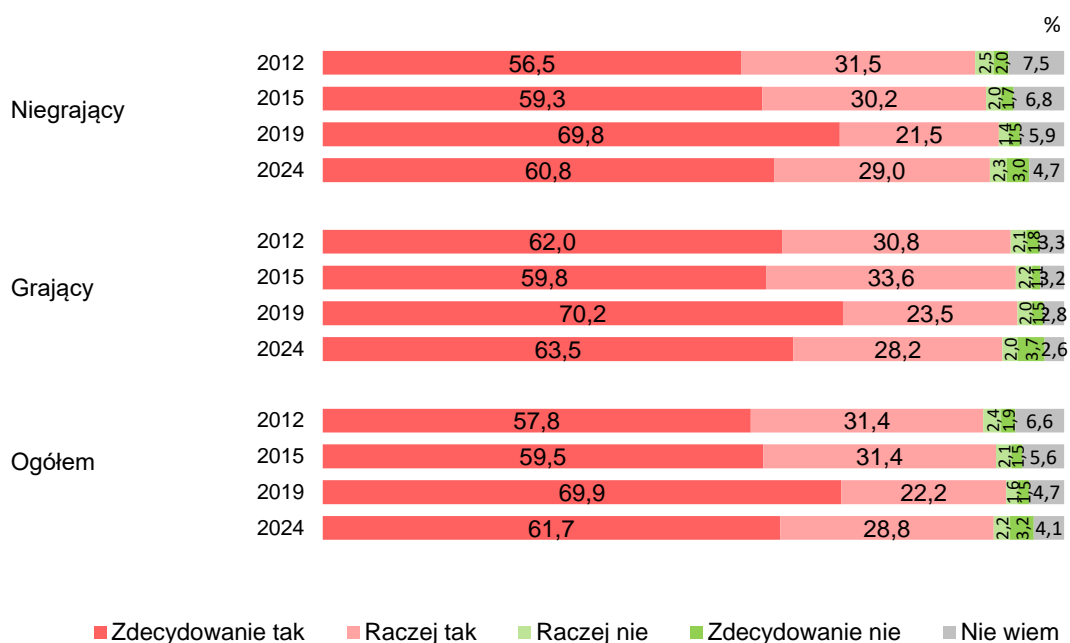
1.11. Ocena potencjału uzależniającego gier

Świadomość uzależniającego potencjału gier hazardowych nieco spadła od poprzedniego pomiaru z 2019 roku, zbliżając się na powrót do wyników z lat 2015 i 2012. Spadek zaznaczył się przede wszystkim w odsetku kategoriycznych odpowiedzi twierdzących („zdecydowanie tak”) na pytanie: „Czy, Pana(i) zdaniem, można uzależnić się od gier na pieniądze?”, który zmalał o 8 punktów procentowych (z 69,9% w 2019 roku do 61,7% obecnie). Przy tym ogólny odsetek wszystkich odpowiedzi twierdzących (a zatem

z uwzględnieniem odpowiedzi umiarkowanych „raczej tak”) spadł minimalnie (z 92,1% w 2019 roku do 90,5% obecnie) i wciąż obejmuje zdecydowaną większość badanych.

Podobną tendencję obserwujemy zarówno w grupie graczy (czyli respondentów, którzy deklarowali, że w czasie 12 miesięcy poprzedzających badanie brali udział w grach losowych lub loteriach), jak i osób niegrających. W obu grupach ogólny udział odpowiedzi twierdzących pozostał niemal niezmienny, ale spadł wyraźnie odsetek odpowiedzi zdecydowanie twierdzących (Rys. 1.22).

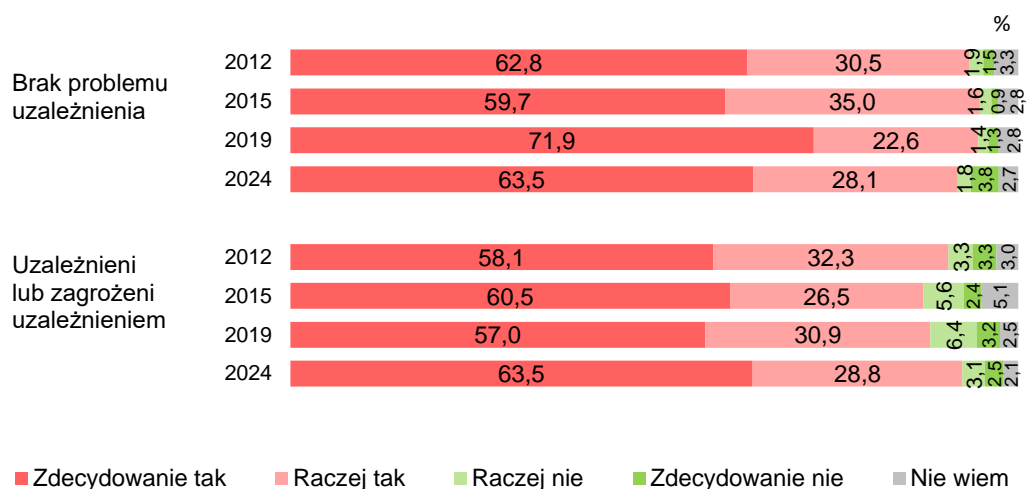
Rys. 1.22. Czy, Pana(i) zdaniem, można uzależnić się od gier na pieniądze?



Co ciekawe, chociaż wśród ogółu badanych spadła świadomość potencjału uzależniającego gier losowych, wzrosła ona dość wyraźnie w grupie osób uzależnionych lub zagrożonych uzależnieniem od hazardu (wzrost odsetka wszystkich odpowiedzi twierdzących o 4,4 punktu procentowego, a samych odpowiedzi „zdecydowanie tak” o 6,5 punktu) – Rys. 1.23. W żadnym z poprzednich pomiarów świadomość możliwości uzależnienia nie była jeszcze tak wysoka wśród badanych grających w sposób ryzykowny, co należy uznać za pozytywną zmianę.

Rys. 1.23. Czy, Pana(i) zdaniem, można uzależnić się od gier na pieniądze?

ODPOWIEDZI BADANYCH, KTÓRZY W CZASIE 12 MIESIĘCY POPRZEDZAJĄCYCH BADANIE UCZESTNICZYLI W GRACH LOSOWYCH LUB LOTERIACH



1.11.1. Potencjał uzależniający poszczególnych gier

Badanym, którzy uważali, że od gier na pieniądze można się uzależnić, zadaliśmy pytanie, czy są rodzaje gier, od których można się łatwiej uzależnić niż od innych. Do analizy wyników zastosowano różne miary tendencji centralnej: średnią, medianę i modalną (dominantę).

Podobnie jak pięć lat temu badani przypisali najwyższy potencjał uzależnienia grom w kasynie, takim jak ruletka czy poker (średnia 8,57 na 10-punktowej skali). Na drugim miejscu uplasowały się tym razem gry na pieniądze w internecie (w 2019 roku znajdowały się na czwartej pozycji), na trzecim zakłady bukmacherskie (tak samo jak w 2019 roku), a na czwartym automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi (drugie miejsce w 2019 roku). Tak jak przy poprzednim pomiarze osoby, które same grały w gry hazardowe w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie, oceniały wszystkie wymienione w pytaniu gry jako mniej uzależniające niż ci, którzy nie grali (Tab. 1.10).

Tab. 1.10

2024 rok	Czy są rodzaje gier, od których można się łatwiej uzależnić? Ocena na skali od 1 („ta gra w ogóle nie uzależnia”) do 10 („ta gra uzależnia w bardzo dużym stopniu”)					
	Niegrający			Grający		
	średnia	mediana	modalna	średnia	mediana	modalna
Gry w kasynie – ruletka, poker (poza internetem)	8,57	9	10	8,38	9	10
Gry na pieniądze w internecie (w kasynie internetowym)	8,19	9	10	7,92	8	10
Zakłady bukmacherskie	8,04	8	10	7,84	8	10
Automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi	8,00	8	10	7,64	8	10
Gry Totalizatora Sportowego (Lotto, Multi Multi itp.)	7,40	8	10	6,86	7	10
Wyścigi konne na torze	7,05	7	10	6,75	7	10
Zdrapki	6,45	7	10	6,10	6	7
Loterie i konkursy SMS-owe	6,40	6	10	5,70	6	5
Poker w gronie znajomych, rodziny	6,21	6	10	5,61	5	5

W przypadku większości gier najczęściej wybieraną oceną potencjału uzależniającego było 10, a zatem najwyższa możliwa ocena – wyjątek stanowią zdrapki (dominanta wynosi 7), loterie i konkursy SMS-owe (5) oraz poker w gronie znajomych i/lub rodziny (5). Warto też zauważyć, że średnie oceny uzależniającego potencjału niemal wszystkich wymienionych w pytaniu gier są niższe niż w badaniu sprzed pięciu lat (wyjątek stanowią zdrapki, które przynajmniej w grupie graczy uzyskały minimalnie wyższy wynik), co wpisuje się w ogólny trend spadkowy (Tab. 1.11).

Tab. 1.11

2019 rok	Czy są rodzaje gier, od których można się łatwiej uzależnić? Ocena na skali od 1 („ta gra w ogóle nie uzależnia”) do 10 („ta gra uzależnia w bardzo dużym stopniu”)					
	Niegrający			Grający		
	średnia	mediana	modalna	średnia	mediana	modalna
Gry w kasynie – ruletka, poker (poza internetem)	8,85	10	10	8,65	10	10
Automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi	8,48	10	10	8,26	9	10
Zakłady bukmacherskie	8,43	9	10	8,21	9	10
Gry na pieniądze w internecie (w kasynie internetowym)	8,41	9	10	8,11	9	10
Wyścigi konne na torze	7,89	9	10	7,52	8	10
Gry Totalizatora Sportowego (Lotto, Multi Multi itp.)	7,89	8	10	7,17	8	10
Poker w gronie znajomych, rodziny	6,97	8	10	6,20	6	10
Loterie i konkursy SMS-owe	6,95	7	10	6,12	6	10
Zdrapki	6,67	7	10	6,00	6	5

Podsumowując przedstawione wyniki, możemy stwierdzić, że choć nadal zdecydowana większość badanych uznaje, że od gier na pieniądze można się uzależnić, to jednak siła tego przekonania nieco słabnie, co wyraża się w niższym odsetku zdecydowanych odpowiedzi. Tę samą tendencję dostrzegamy również w spadkach średnich ocen uzależniającego potencjału poszczególnych gier losowych, o jakie pytaliśmy badanych. Podobnie jak przy poprzednim pomiarze średnie te są jeszcze niższe w grupie osób, które same biorą udział w podobnych grach. Warto przy tym zauważyć, że pomimo ogólnego spadku, świadomość możliwości uzależnienia wzrosła w grupie osób już uzależnionych od hazardu bądź zagrożonych uzależnieniem, co stanowi pozytywną zmianę.

1.12. Oszacowanie liczby osób uprawiających patologiczny hazard

1.12.1. Metody szacowania: dane leczenia

Jak wiadomo, hazard, oprócz konsekwencji dla kieszeni grającego (wygranych i przegranych), niesie za sobą ryzyko poważnych zaburzeń psychicznych, które 10 Rewizja Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób (ICD 10) określa jako hazard patologiczny. Mimo wyraźnej poprawy leczenie patologicznego hazardu jest jeszcze w Polsce słabo rozwinięte, a dostępność nowoczesnych, wyspecjalizowanych form leczenia – zbyt mała.

Tab. 1.12. Liczba leczonych z rozpoznaniem głównym ICD 10: F63.0 – patologiczny hazard w dziesięcioleciu 2008–2018

Rok	Liczba pacjentów
2008	969
2010	2677
2013	3141
2014	3826
2015	4304
2016	4049
2017	3481
2018	3148 (korekta 3186)
2019	3402
2020	2859
2021	3025
2022	3123
2023	3332

Źródło: NFZ. Dane za rok 2018 zostały skorygowane w drodze kontaktów roboczych w NFZ

Jak widać z Tab. 1.12 w latach 2008–2010 liczba leczonych wzrosła prawie trzykrotnie, co było przede wszystkim wynikiem pojawienia się oferty terapeutycznej w ramach systemu leczenia uzależnień a nie rezultatem wzrostu rozpowszechnienia zjawiska. W kolejnych kilku latach tempo wzrostu było już mniejsze a mimo to liczba pacjentów przekroczyła trzy tysiące w roku 2013 a w rekordowym roku 2015 – cztery tysiące. Jednak kolejne lata przyniosły spadek. W roku 2017, w którym wprowadzono ograniczenia ustawowe w dostępie do hazardu, liczba pacjentów zmalała o blisko 600 osób. Najniższą od dziesięciu lat liczbę leczonych – 2859 odnotowano w roku 2020, co mogło być związane z epidemią Covid-19, która ograniczyła korzystanie z rozrywek poza domem. W kolejnych trzech latach liczba pacjentów ponownie rosła i w 2023 roku osiągnęła poziom porównywalny z poziomem sprzed pandemii.

Trendy w leczeniu nie zależą wyłącznie od rozpowszechnienia zjawiska ale także od innych czynników, w tym od zmian w dostępności leczenia, oferty terapeutycznej a także od innych czynników, jak ograniczenia związane z pandemią. Oszacowanie liczby osób cierpiących z powodu patologicznego hazardu tylko na podstawie danych z leczenia obciążone byłoby dużym, trudnym do oszacowania błędem. Liczba leczonych z rozpoznaniem „hazard patologiczny” jest na pewno o wiele mniejsza niż rzeczywista liczba osób dotkniętych tym problemem. Podobnie jak w przypadku innych uzależnień, ludzie szukają pomocy medycznej w ostateczności, żeby uniknąć stygmatyzacji związanej z podjęciem leczenia.

1.12.2. Metody szacowania: badania epidemiologiczne

Pierwsze badania epidemiologiczne nt hazardu prowadzono w USA już w latach siedemdziesiątych (Kallick et al. 1976). Oceniano wtedy, iż poważnych problemów z hazardem doświadczało 0,8% populacji dorosłych. Rozwój badań nastąpił po wprowadzeniu patologicznego hazardu do amerykańskiego podręcznika diagnostycznego DSM – 3. Metaanaliza fali badań z lat osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych wskazywała na dwukrotny wzrost rozpowszechnienia do 1,6% populacji (Schaffer et al. 1997). Nieco mniejsze rozpowszechnienie odnotowuje się w badaniach prowadzonych w Europie, gdzie rozpowszechnienie nałogowego hazardu szacuje się w przedziale 0,2-0,8% (*The Future of Gaming and Amusement in Europe*, 2006, cyt. za Habrat, 2016).

W pierwszych badaniach CBOS, przeprowadzonych na zlecenie KBPN w 2012 roku, pytano tylko o rozpowszechnienie hazardu w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Kryteria patologicznego hazardu potwierdziło 0,2% respondentów, średni poziom ryzyka – 0,9% respondentów (Badora i wsp. 2012).

Oszacowania na podstawie testów przesiewowych w badaniach ankietowych w populacji generalnej mają też swoje ograniczenia. Mimo sporego postępu w testach przesiewowych, które można zastosować w badaniach ankietowych w populacji generalnej, ich właściwości nie pozwalają na precyzyjne oszacowania. Wyniki tych oszacowań często zmieniają się z badania na badanie w zależności od wielu czynników metodologicznych, jakich nie jesteśmy w stanie w pełni kontrolować. Szacowane odsetki są bardzo małe, wahają się od ułamków procenta do maksymalnie dwóch–trzech procent i są narażone na duży błąd. Trzeba też pamiętać, że testy przesiewowe dążą do uchwycenia jak największej liczby ludzi, których można podejrzewać o jakieś zaburzenia, tak aby je potwierdzić w badaniach klinicznych. Oznacza to, że testy przesiewowe zawyżają oszacowania a ich wyniki należy traktować w kategoriach „nie więcej niż”.

W ostatnich badaniach stanu zdrowia psychicznego mieszkańców Polski – EZOP 2 (Moskalewicz, Wciórka 2021) zastosowano międzynarodowy kwestionariusz WHO CIDI – Composite International Diagnostic Interview (Kessler, Ustun 2008), w którym wśród około 30 badanych zaburzeń znalazł się również patologiczny hazard. W odróżnieniu do testów przesiewowych, do diagnozy poszczególnych zaburzeń kwestionariusz CIDI wykorzystuje pytania o wszystkie symptomy każdego zaburzenia; w przypadku diagnozy patologicznego hazardu (F63.0) w kwestionariuszu znalazły się pytania o dziesięć symptomów, z czego sześć dotyczyło stanów psychofizycznych wywołanych graniem, w tym wzrostu tolerancji (potrzeba angażowania coraz większych sum, aby osiągnąć pożądaną efekt) oraz cztery – konsekwencji społecznych hazardu (np. okłamywanie bliskich czy też uciekanie się do kradzieży lub oszustwa, aby uzyskać środki na dalsze granie). Zgodnie z kryteriami dwóch obowiązujących wówczas systemów diagnostycznych ICD 10 – Światowej Organizacji Zdrowia i DSM 4 – Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego potwierdzenie pięciu z nich dawało podstawy do postawienia diagnozy patologicznego hazardu (APA 1994).

Na podstawie wyników tego badania oszacowano, że rozpowszechnienie hazardu w populacji dorosłych jest stosunkowo niewielkie i wynosi 0,2% (95% CI: 0,1-0,2), co oznacza, że niecałe 50 tys. dorosłych w naszym kraju spełnia kryteria patologicznego hazardu (48,6 tys. 95% CI: 36,1-61,1) i – jak wskazuje przedział ufności – ta liczba może wahać się od 36 do 61 tysięcy (Wieczorek, Dąbrowska 2021). Oszacowanie to mogłoby się zmienić, gdyby zastosować w badaniu kryteria DSM-5, w którym nazwę *patologiczny hazard* zastąpiono pojęciem *zaburzenie hazardowe* i przesunięto do grupy zaburzeń psychicznych i behawioralnych spowodowanych używaniem substancji. Przy diagnozowaniu tego „nowego” rozpoznania liczbę kryteriów ograniczono do dziewięciu, eliminując kryterium zachowań przestępczych. Potwierdzenie czterech z dziewięciu kryteriów wskazuje na zaburzenia hazardowe (APA 2012). Ta, wydawałoby się, drobna zmiana daje w efekcie 20% wzrost rozpowszechnienia zaburzeń hazardowych (Rennert et al. 2014). Nie ma to dużego znaczenia przy oszacowaniach dla całej populacji, gdzie wzrost o 20% z 0,5% oznacza zwiększenie oszacowania z 0,5% do 0,6% ale może mieć większe znaczenie przy szacowaniu rozpowszechnienia zaburzeń hazardowych w subpopulacjach wysokiego ryzyka np. wśród osób cierpiących na zaburzenia spowodowane alkoholem, gdzie rozpowszechnienie szacowane wg kryteriów DSM-4 daje oszacowanie rzędu 8,5%, podczas gdy według kryteriów DSM-5 – 10,3% (Rennert et al. 2014).

Również w ICD-11 patologiczny hazard znalazł się w szerokiej kategorii zaburzeń spowodowanych używaniem substancji lub zachowań nałogowych (addictive behaviour) i został określony – podobnie jak w DSM – 5 jako zaburzenia hazardowe, co zapewne ogranicza poziom stygmatyzacji tych zachowań.

1.12.3. Metody szacowania: metoda punktu referencyjnego (*benchmark*)

Alternatywną metodologią szacowania tak rzadkich w populacji zjawisk są metody multiplikacyjne, które rozwinięto między innymi do szacowania liczby „narkomanów” (lub jak kto woli – „problemowych konsumentów narkotyków”) lub użytkowników jakiegos jednego narkotyku (Stimson et al. 1997). Jedną z nich jest metoda punktu referencyjnego lub *benchmark*. Metoda ta wymaga znajomości punktu referencyjnego, czyli – w przypadku szacowania liczby patologicznych hazardzistów – liczby osób leczonych z tego powodu w danym roku oraz wartości multiplikatora lub mnożnika (współczynnika oszacowania) określającego, o ile razy należy przemnożyć *benchmark*, aby uzyskać oszacowanie liczby wszystkich patologicznych hazardzistów. Wartość mnożnika można uzyskać w badaniach ankietowych na próbie losowej populacji generalnej, w których pytamy respondentów, czy znają ludzi spełniających kryteria „bycia hazardzistą” oraz czy osoby te leczyły się z powodu problemów z hazardem.

Metoda punktu referencyjnego została zastosowana dla oszacowania liczby osób cierpiących na zaburzenia psychiczne związane z hazardem w roku 2015 a następnie w roku 2019. W obecnym badaniu powtórzono dokładnie pytania z poprzednich dwóch badań, w których pytaliśmy kolejno czy respondent znał osobiście hazardzistów tzn. ludzi, którzy w ciągu dwunastu miesięcy poprzedzających badanie grali regularnie w sposób rodzący poważne problemy oraz ile takich osób znał. W przypadku każdego „nominowanego” hazardzisty pytaliśmy o jego płeć, wiek (do 19 lat, 20–29 i 30+) oraz klasę miejscowości zamieszkania a również czy leczył się stacjonarnie lub ambulatoryjnie z powodu hazardu. Pytania te zadawaliśmy w odniesieniu do nie więcej niż ośmiu nominowanych hazardzistów. Jednak żeby zachować porównywalność z poprzednimi badaniami kolejne analizy ograniczyliśmy do siedmiu nominowanych hazardzistów.

Jak widać z Tab. 1.13 tylko nieco ponad 12% badanych potwierdziło znajomość hazardzistów, spośród których ponad połowa znała tylko jednego z nich, a ponad 80% nie więcej niż dwóch.

Tab. 1.13. Liczba nominowanych hazardzistów

Liczba znanych hazardzistów	N	%
jeden	210	53,3
dwóch	113	28,7
trzech	37	9,3
czterech	10	2,5
pięciu	10	2,5
sześciu +	14	3,6
Ogółem	395	100,0

Zastosowana metoda pozwoliła nam na stworzenie zbioru znanych respondentom hazardzistów, który w sumie liczył 725 osób, którzy zostali „nominowani” przez 12,2% tzn. 395 respondentów.

Podobnie jak w poprzednich badaniach z roku 2018 w zbiorze tym zdecydowanie przeważali mężczyźni – 90,6% a trzy czwarte stanowiły osoby w wieku 30 lat i więcej.

Tab. 1.14. Podstawowe cechy społeczno-demograficzne „nominowanych hazardzistów”

Cechy społeczno-demograficzne	Rozkłady brzegowe 2023		Rozkłady brzegowe 2018		2014
	N	%	N	%	%
Płeć					
Mężczyzna	657	90,6	1050	87,6	91,5
Kobieta	68	9,4	149	12,4	8,5
Wiek					
Do 19 lat	29	4,0	35	2,9	5,9
20–29 lat	164	22,6	260	21,7	29,1
30 lat +	532	73,4	904	75,4	64,9
Klasa miejscowości zamieszkania					
Wieś	171	23,6	299	24,9	47,7
Miasto < 20 tys.	118	16,3	212	17,7	13,5
Miasto 20–100 tys.	216	29,8	347	29,0	21,8
Miasto > 100 000	220	30,4	341	28,4	17,0
Ogółem	725	100,0	1199	100,0	100,0

W latach 2018–2023 nie odnotowano poważniejszych zmian, jeśli chodzi o miejsce zamieszkania. Nadal około 40% „nominowanych hazardzistów” pochodziło ze wsi lub z miasteczek do 20 tysięcy mieszkańców. Jednak w porównaniu z badaniami z 2014 roku, zarówno w roku 2018 jak i 2023 odsetek hazardzistów mieszkających na wsi zmniejszył się dwukrotnie – z 47,7% do 23,6%.

Respondenci w ogromnej większości byli w stanie powiedzieć czy znani im hazardziści leczyli się z tego powodu. Tylko w odniesieniu do 91 osób (12,6% ogółu nominowanych) nie podano informacji o leczeniu. Tym razem, zdaniem naszych respondentów, spośród 725 „nominowanych hazardzistów” z powodu hazardu w roku 2023 leczyło się 58 osób, z czego 18 osób leczyło się tylko ambulatoryjnie, 12 – tylko stacjonarnie, a 28 osób korzystało z obu form opieki (Tab. 1.15). Nie leczyło się w ogóle 556 osób, tzn. ponad 90% nominowanych, co do których respondenci potwierdzili fakt leczenia lub nieleczenia w roku 2023. Odsetek leczonych wśród nominowanych, w przypadku których pozyskaliśmy informacje na temat leczenia, wynosi 9,4 i jest mniejszy w porównaniu z poprzednimi badaniami. Zgodnie z logiką metody

punktu referencyjnego rzeczywista liczba hazardzistów jest 10,6 razy większa niż liczba leczonych, Innymi słowy współczynnik oszacowania dla naszego badania wyniesie 10,6.

Tab. 1.15. Informacja nt. leczenia „nominowanych hazardzistów”

Typ leczenia	Rozkłady brzegowe		Współczynnik oszacowania
	N	%	
Leczeni tylko ambulatoryjnie	18	2,9	10,6
Leczeni tylko stacjonarnie	12	2,0	
Leczeni w obu typach opieki	28	4,6	
Leczeni ogółem	58	9,4	
Nieleczeni w ogóle	556	90,6	
Ogółem (nominowani, co do których były dane na temat leczenia)	614		

Punktem referencyjnym w naszym oszacowaniu będzie liczba leczonych z powodu patologicznego hazardu w roku 2023, którą otrzymaliśmy z Narodowego Funduszu Zdrowia.

Mając do dyspozycji punkt referencyjny (liczba leczonych w roku 2023) oraz współczynnik oszacowania uzyskany w badaniach ankietowych, można oszacować liczbę osób uprawiających patologiczny hazard w Polsce jako iloczyn liczby leczonych oraz współczynnika oszacowania.

Liczba leczonych = 3332

Współczynnik oszacowania = 10,6

Liczba osób uprawiających patologiczny hazard: $3332 \times 10,6 = 35\,319$

W trzecim z kolei badaniu, w którym szacujemy liczbę patologicznych hazardzistów w naszym kraju metodą punktu referencyjnego szacowana ich liczba wzrosła w latach 2018–2023 o ponad 8 tysięcy tzn. o 30% i wróciła do rekordowego poziomu z roku 2014. Oszacowania te są w zasadzie kompatybilne z oszacowanymi na podstawie rozbudowanego kwestionariusza diagnostycznego realizowanego na próbie prawie czterokrotnie większej.

Tab. 1.16. Oszacowanie liczby patologicznych hazardzistów metodą punktu referencyjnego

Rok badania	Rok punktu referencyjnego	Liczba leczonych	Współczynnik oszacowania	Liczba hazardzistów
2014	2014	3826	8,9	34 051
2018	2018	3148 (3186)	8,6	27 073 (27 400)
2023	2023	3332	10,6	35 319

1.12.4. Podsumowanie

Oprócz oszacowania liczby patologicznych hazardzistów, badanie metodą punktu referencyjnego przyniosło przynajmniej kilka innych interesujących wyników. Bazując na nominacjach naszych respondentów można powiedzieć, że podobnie jak w przypadku uzależnienia od substancji, patologiczny hazard jest przede wszystkim domeną mężczyzn. Może to wynikać z tradycyjnego modelu rodziny, w której dochód mężczyzny stanowi podstawę utrzymania. Ułatwia to mężczyźnie dostęp do pieniędzy na hazard, a w sytuacjach kryzysowych, np. utraty pracy lub gwałtownego pogorszenia warunków finansowych, hazard może być postrzegany przez mężczyzn jako jedyna droga przezwyciężenia kryzysu.

Według naszych nominacji, zachowania hazardowe prowadzące do poważnych problemów nie koncentrują się w jakichś konkretnych kategoriach wiekowych (np. nastolatki lub ludzie młodzi – jak w przypadku uzależnienia od substancji nielegalnych), ale występują we wszystkich kategoriach wiekowych. Trzeba jednak podkreślić, że hazardziści są wyraźnie nadreprezentowani w grupie dwudziestolatków, a niedoreprezentowani w najmłodszych rocznikach 18–19 lat.

Hazardziści mieszkają na wsi, w małych miasteczkach, miastach średniej wielkości i w dużych metropoliach. Około 40% z nich żyje na wsi i w miastach do 20 tysięcy mieszkańców. Może to świadczyć o tym, że hazard utrzymuje się jako ważny element stylu życia na wsi i w społecznościach małomiasteczkowych, w których brak innych rozrywek i w których perspektywy awansu materialnego są ograniczone. Nie można też wykluczyć, że te społeczności są nadal ważną grupą docelową przemysłu hazardowego, który dostrzegł w nich potencjalny popyt.

* * *

Jak wspomniano wcześniej, w obecnym badaniu, w odróżnieniu od poprzednich, gdzie pytaliśmy o siedmiu znanych hazardzistów, zapytaliśmy o ośmiu – w nadziei bardziej precyzyjnego oszacowania ich liczby i bogatszej ich charakterystyki. Okazało się, że ośmiu hazardzistów – podobnie jak siedmiu – znało trzynastu tych samych respondentów, a oszacowania przy ośmiu znanych hazardzistach nie przyniosły żadnych zmian. Dlatego też postawiliśmy sobie pytanie, jaka jest optymalna liczba znanych hazardzistów, o jaką warto pytać, aby uzyskać wiarygodne oszacowanie. W kolejnej tabeli pokażemy, jak zmienia się współczynnik oszacowania w zależności od liczby wskazanych hazardzistów.

Tab. 1.17. Zmienność oszacowania liczby patologicznych hazardzistów w zależności od liczby nominacji

Liczba wskazań	Liczba hazardzistów	Liczba leczonych	Odsetek leczonych	Współczynnik oszacowania	Oszacowanie
1	210	38	11,6	8,7	28 988
2	576	47	9,7	10,3	34 320
3	644	54	9,9	10,1	33 653
4	677	55	9,6	10,5	34 986
5	700	56	9,4	10,6	35 319
6	713	57	9,4	10,6	35 319
7	725	58	9,4	10,6	35 319
8	737	59	9,5	10,6	35 319

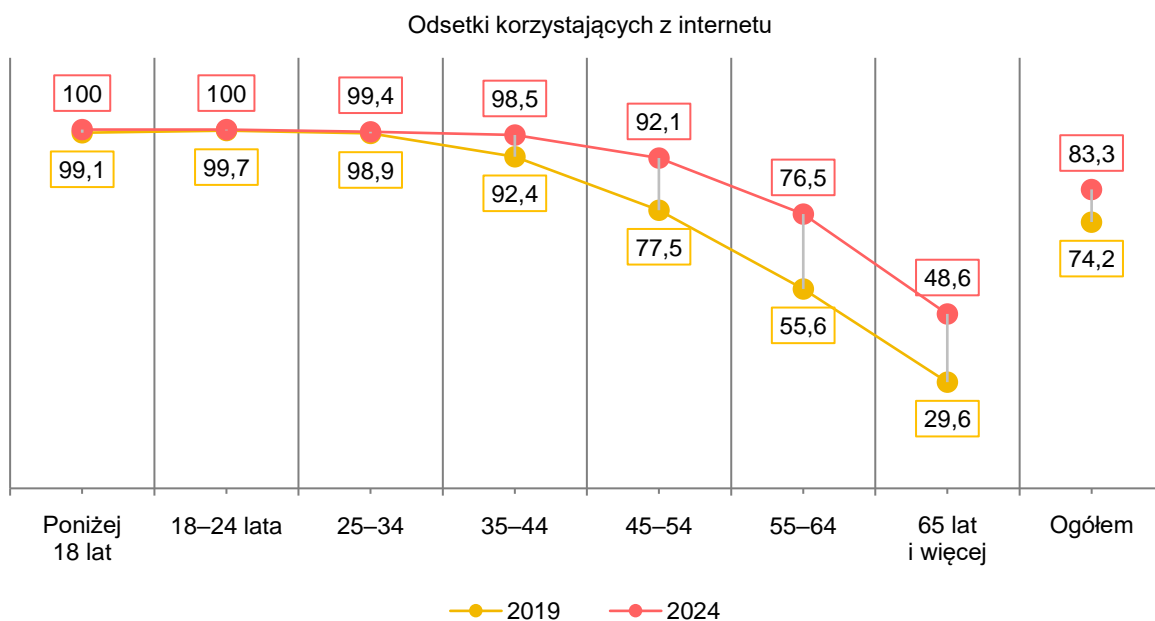
Współczynnik oszacowania, a tym samym szacowana liczba patologicznych hazardzistów, rosną wraz z liczbą wskazań od 28 988 hazardzistów przy pytaniu o jednego znanego hazardzistę do 35 319 przy pytaniu o pięciu znanych hazardzistów, a więc o 21,8%. Przy pytaniach o kolejnych znanych hazardzistów, mimo iż liczba nominacji rośnie, oszacowanie nie zmienia się. Na podstawie tego doświadczenia można przyjąć, że optymalna liczba hazardzistów, o jaką warto pytać, nie powinna być większa niż pięć.

2. INTERNET

2.1. Zasięg zjawiska

Z internetu korzysta obecnie ponad ośmiu na dziesięciu Polaków mających 15 lat lub więcej (83,3%). Ogromna większość badanych (70,6%) jest online codziennie lub prawie codziennie. Na przestrzeni lat następował znaczny przyrost liczby użytkowników (Rys. 2.1). Dodatkowego tempa cyfryzacji nadała epidemia, która skłoniła do wejścia do sieci nowe grupy użytkowników mających 45 lat lub więcej. Od poprzedniej edycji badania w 2019 roku odsetek użytkowników wzrósł o 9,1 punktu procentowego. Największy przyrost internautów nastąpił wśród osób mających od 55 do 64 lat (20,9 punktu) oraz 65 lat lub więcej (19 punktów), a nieco mniejszy wśród badanych w wieku 45–54 lata (14,6 punktu).

Rys. 2.1. Zmiany w korzystaniu z internetu w grupach wiekowych

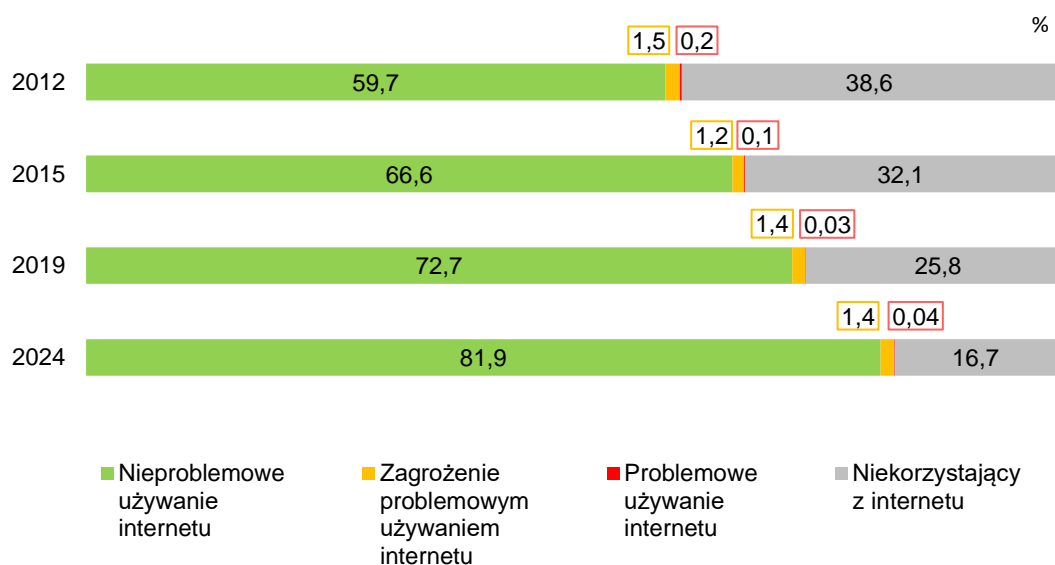


Niniejszy rozdział dotyczy problemowego korzystania z internetu. Do jego diagnozy wykorzystano Internet Addiction Test (Young, 1998), który pozwolił podzielić badanych na trzy grupy:

- korzystających z internetu w sposób nieproblemowy, czyli przeciętnych użytkowników (98,2%)
- zagrożonych problemowym używaniem internetu (1,7%)
- problemowo używających internetu (0,04%)

O ile na przestrzeni lat następuje wzrost odsetka badanych korzystających z internetu, o tyle skala problemowego korzystania z sieci pozostaje niewielka (Rys. 2.2). Zgodnie z przyjętymi kryteriami diagnostycznymi, zagrożenie problemowym używaniem internetu dotyczy 1,4% Polaków od 15 roku życia. Problemowe korzystanie z internetu w zasadzie nie występuje.

Rys. 2.2. Zagrożenie problemowym używaniem internetu



Ze względu na niewielkie liczebności dalsze analizy przeprowadzono na dwóch grupach użytkowników: korzystających z sieci w sposób nieproblemowy i zagrożonych problemowym używaniem internetu (do których dołączono osobę spełniającą kryteria problemowego używania internetu).

2.2. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu a wiek i płeć badanych

Z analizy regresji wynika, że zagrożenie problemowym korzystaniem z internetu jest przede wszystkim zależne od wieku użytkowników. Zwiększone ryzyko zagrożenia problemowym użytkowaniem internetu obserwujemy wśród najmłodszych respondentów, mających od 15 do 17 lat (12,6%). W grupie młodych dorosłych w wieku 18–34 lata odsetek ten jest zbliżony do rejestrowanego wśród ogółu użytkowników. Z kolei wśród starszych badanych jest niższy od przeciętnego (Rys. 2.3).

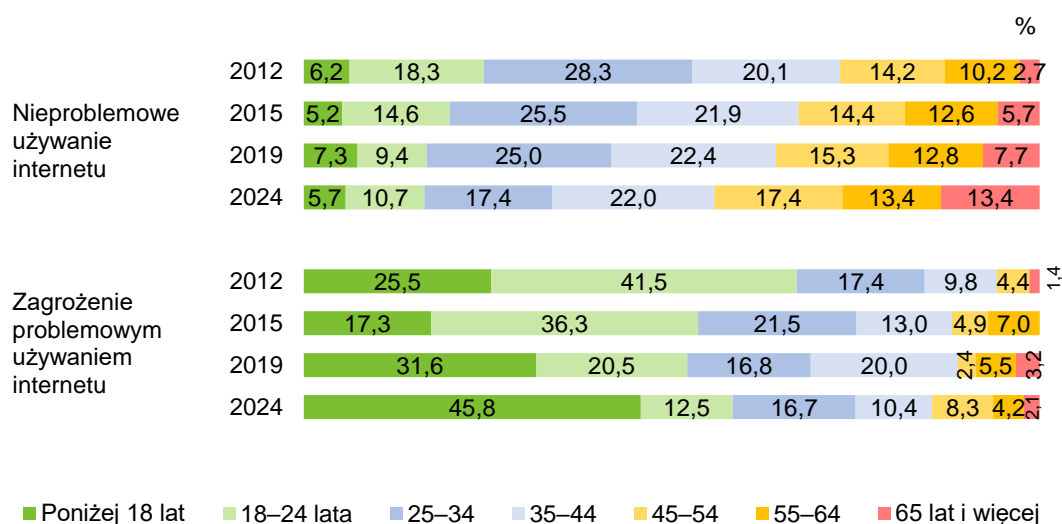
W stosunku do poprzedniej edycji badania zwiększył się nieco odsetek najmłodszych respondentów zagrożonych problemowym korzystaniem z sieci (wzrost o 4,6 punktu) i jest on teraz najwyższy spośród dotychczas zarejestrowanych. Natomiast nieco mniej ryzykowny niż kiedykolwiek wcześniej sposób korzystania z internetu prezentują teraz osoby w wieku 18–24 lata. W stosunku do poprzedniego badania odsetek ankietowanych zagrożonych problemowym użytkowaniem sieci zmniejszył się dwukrotnie, a w porównaniu z badaniem z roku 2012 – blisko trzykrotnie (Rys. 2.3).

Rys. 2.3. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu w zależności od wieku użytkowników



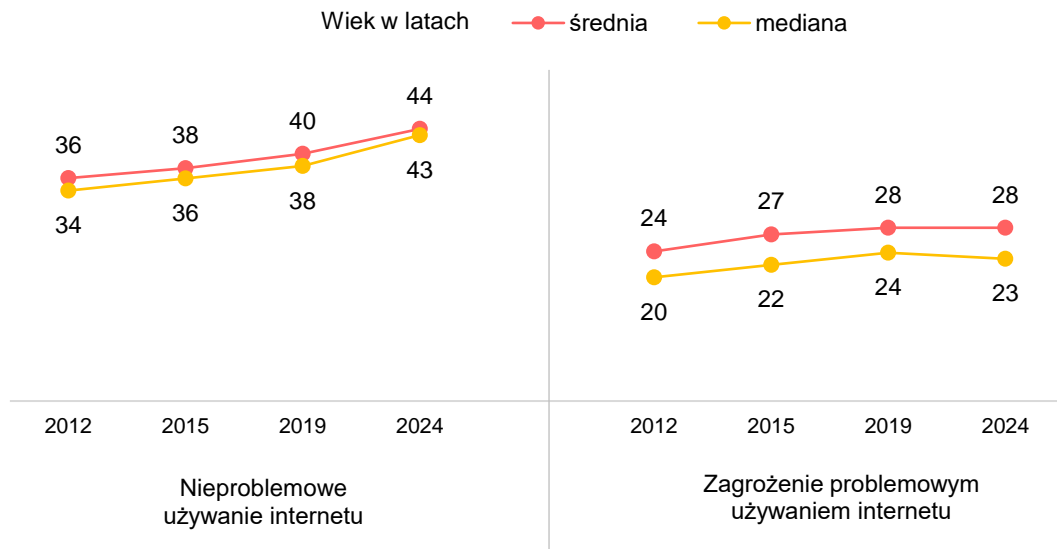
Opisane wyżej zmiany są jeszcze wyraźniej widoczne w poniższym ujęciu (Rys. 2.4). Wśród osób, w przypadku których występuje ryzyko zaburzonego korzystania z internetu, w stosunku do wszystkich wcześniejszych pomiarów zauważalnie zwiększyła się grupa najmłodszych użytkowników (od poprzedniej edycji badania wzrost z 31,6% do 45,8%) i jest teraz największa z dotychczas zarejestrowanych. Systematycznie – z badania na badanie – zmniejsza się wśród osób korzystających z sieci w sposób problemowy udział badanych mających od 18 do 24 lat. Od poprzedniego pomiaru notujemy spadek z 20,5% do 12,5%. Ponadto w stosunku do poprzedniej edycji badania w grupie osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu zmniejszył się niemal dwukrotnie (z 20,0% do 10,4%) udział badanych mających od 35 do 44 lat.

Rys. 2.4. Struktura wieku w grupie badanych zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu na tle pozostałych użytkowników internetu



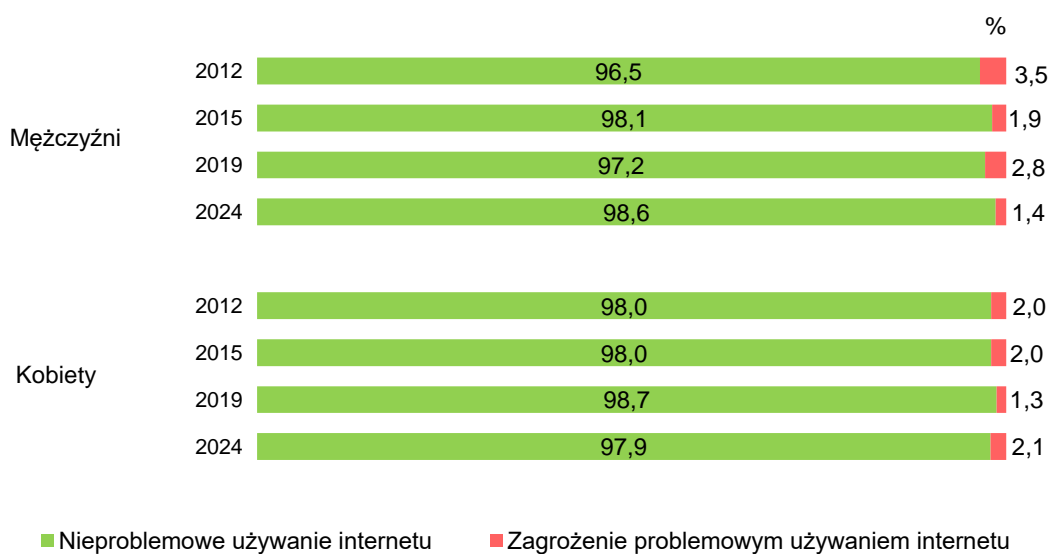
Miary tendencji centralnej potwierdzają powyższe zależności (Rys. 2.5). Osoby zagrożone problemowym użytkowaniem internetu są na ogół przed 30 rokiem życia (średnia=28, mediana=23), z kolei pozostali badani korzystający z sieci są przeciętnie po 40 roku życia (średnia=44, mediana=43). Warto zwrócić uwagę, że wiek tych pierwszych w zasadzie nie zmienia się na przestrzeni lat, w przeciwieństwie do wieku przeciętnych użytkowników, którzy z badania na badanie są coraz starsi.

Rys. 2.5. Średnia i mediana wieku wśród badanych zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu i pozostałych użytkowników internetu



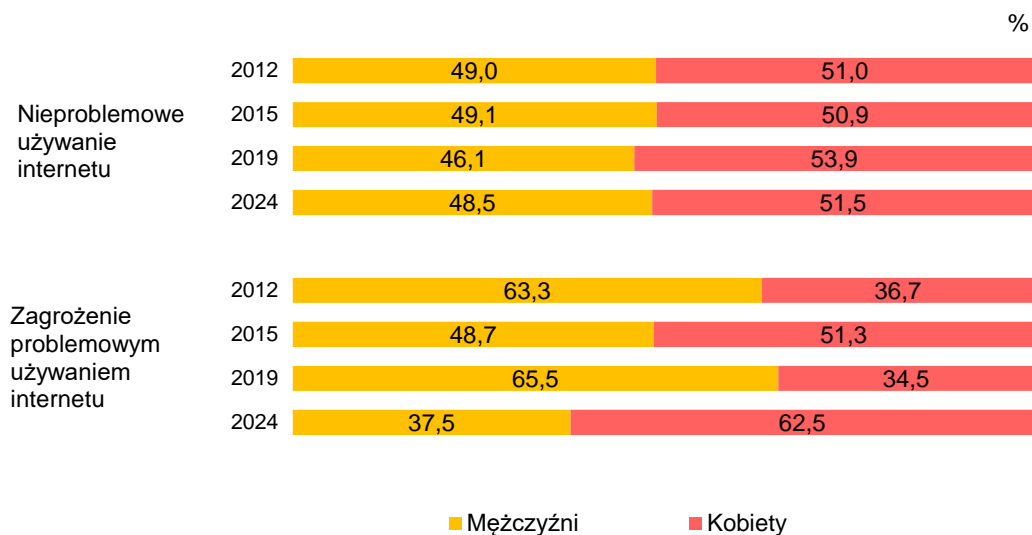
W przeciwieństwie do wcześniejszych pomiarów z roku 2012 i 2019 obecnie nie obserwujemy większego ryzyka zagrożenia problemowym użytkowaniem internetu w grupie mężczyzn niż wśród kobiet, ale też można zauważyć, że teraz to kobiety w minimalnie większym stopniu wyróżniają się w tym względzie *in plus*. Zależność ta nie jest jednak istotna statystycznie. Interesujące wydaje się też to, że o ile w przypadku mężczyzn skala zjawiska zmniejszyła się od pierwszej edycji badania z 2012 roku, o tyle wśród kobiet jest ona względnie stabilna (Rys. 2.6).

Rys. 2.6. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu w zależności od płci użytkowników



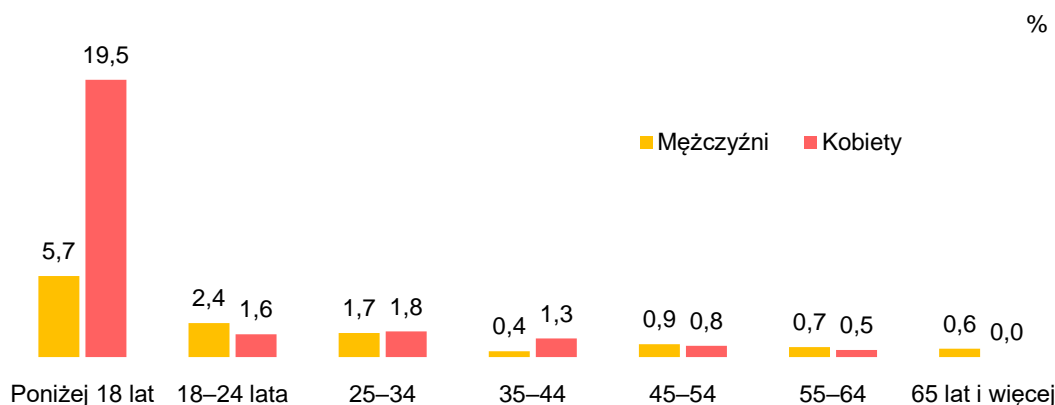
W strukturze płci osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu po raz pierwszy obserwujemy bardzo wyraźną przewagę kobiet (62,5% wobec 37,5% mężczyzn – Rys. 2.7).

Rys. 2.7. Struktura płci w grupie badanych zagrożonych uzależnieniem od internetu na tle przeciętnych użytkowników internetu



Jeśli przeanalizować zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu uwzględniając jednocześnie płeć i wiek badanych, okazuje się, że ryzyko niemal czterokrotnie częściej dotyczy kobiet poniżej 18 roku życia niż mężczyzn w tym samym wieku (19,5% wobec 5,7%). Wśród starszych użytkowników odsetki kobiet i mężczyzn zagrożonych problemowym korzystaniem z sieci są zbliżone (Rys. 2.8).

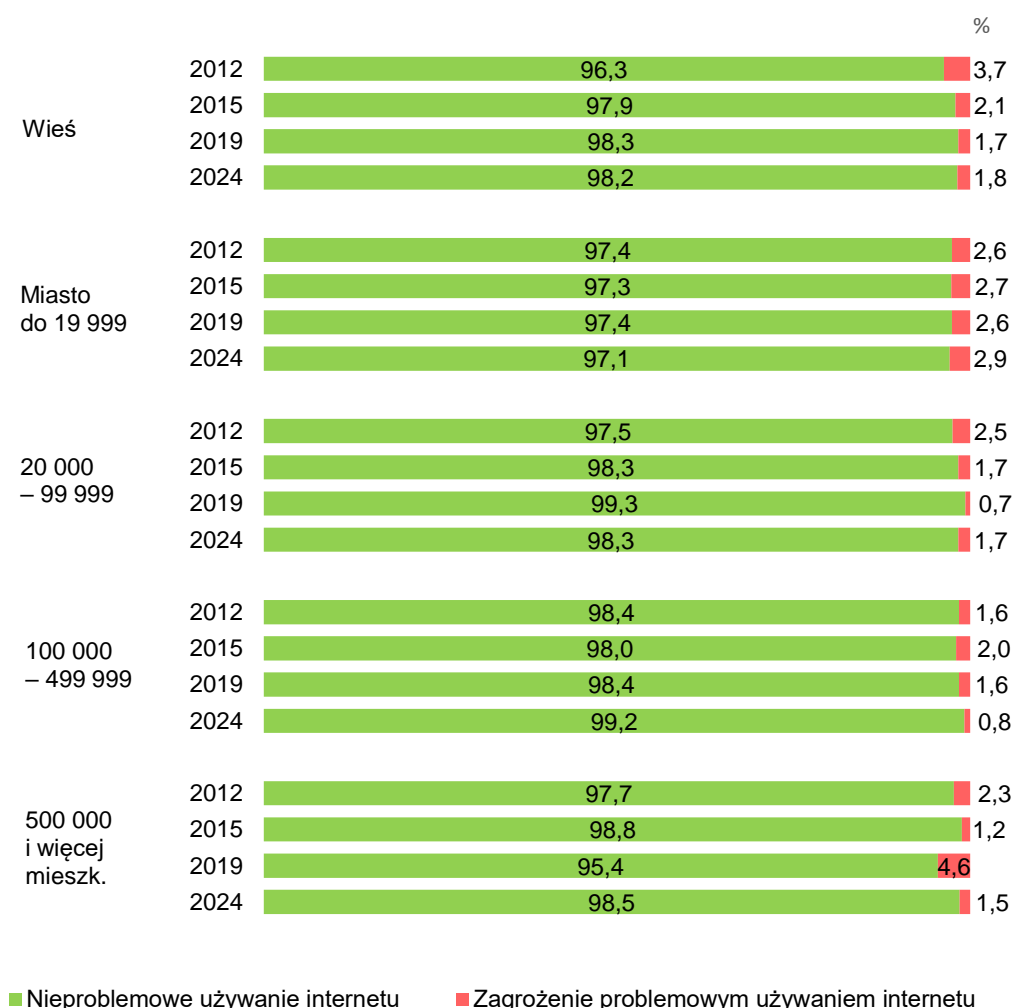
Rys. 2.8. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu a płeć i wiek badanych



2.3. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu a miejsce zamieszkania

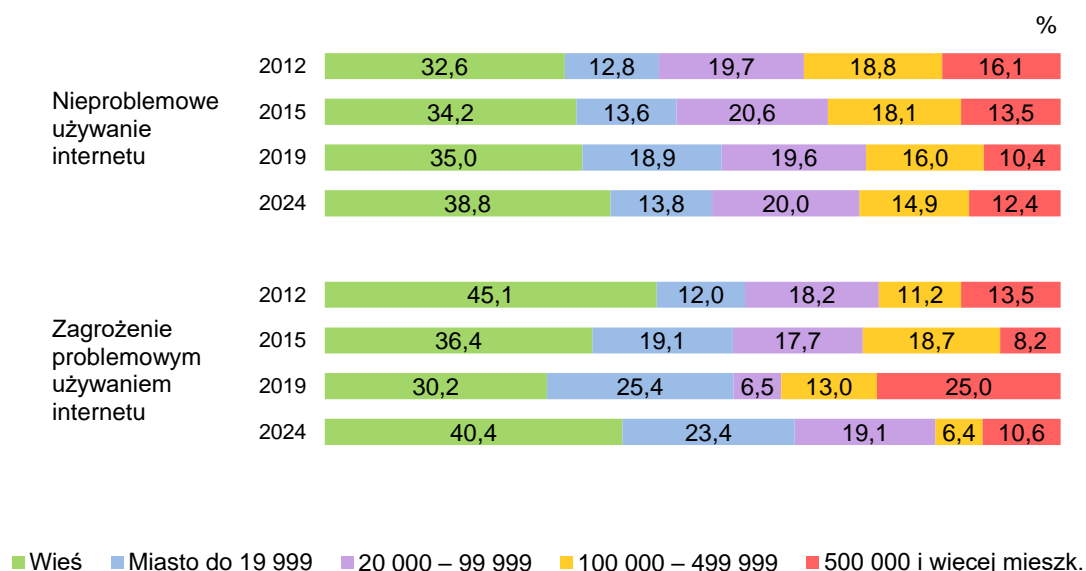
Nie ma statystycznie istotnej różnicy między zagrożeniem problemowym korzystaniem z internetu a wielkością miejscowości, w której mieszkają respondenci. W poprzedniej edycji badania najbardziej *in plus* pod tym względem wyróżniali się mieszkańcy największych miast, z kolei w 2012 roku – mieszkańcy wsi. Wyższy niż przeciętnie odsetek osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu systematycznie utrzymuje się na przestrzeni lat wśród mieszkańców najmniejszych miast (poniżej 20 tysięcy ludności – Rys. 2.9).

Rys. 2.9. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu w zależności od wielkości miejscowości, w której mieszkają użytkownicy



W stosunku do poprzedniej edycji badania wśród osób zagrożonych problemowym używaniem internetu wzrósł udział mieszkańców średniej wielkości miast (od 20 000 do 99 999 ludności) oraz mieszkańców wsi, natomiast mniej jest mieszkańców dużych miast (100 000 – 499 999 ludności) i największych aglomeracji (500 000 ludności lub więcej – Rys. 2.10).

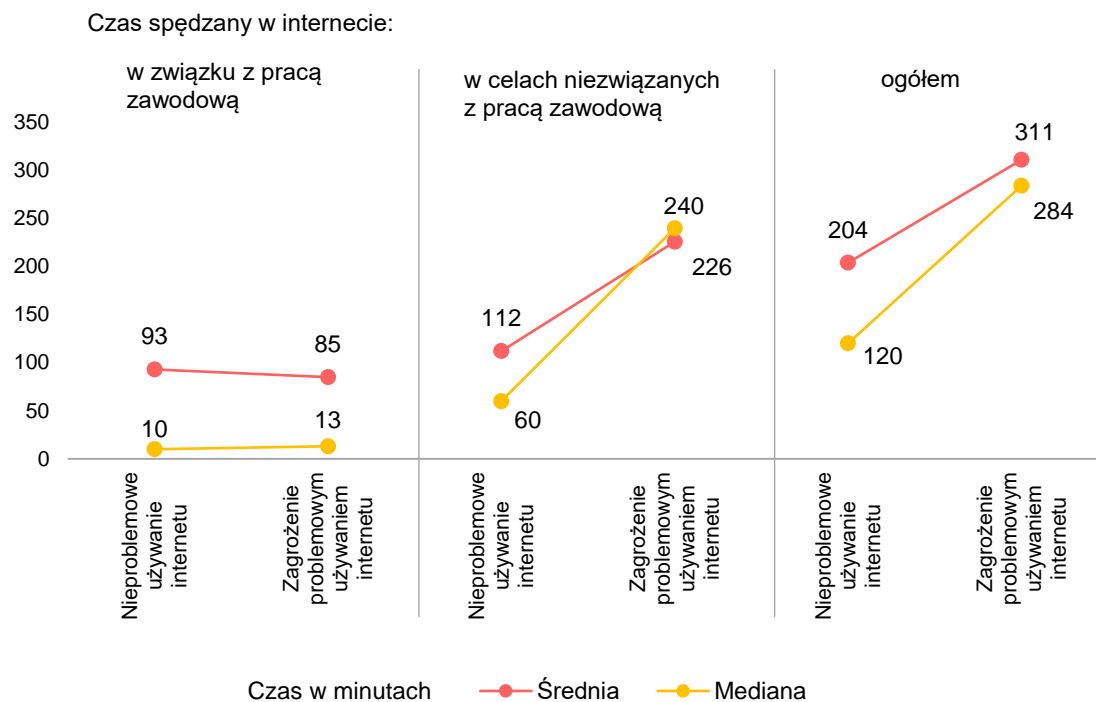
Rys. 2.10. Struktura grupy badanych zagrożonych uzależnieniem od internetu na tle przeciętnych użytkowników sieci według miejsca zamieszkania



2.4. Zagrożenie problemowym używaniem internetu a czas i sposób korzystania z sieci

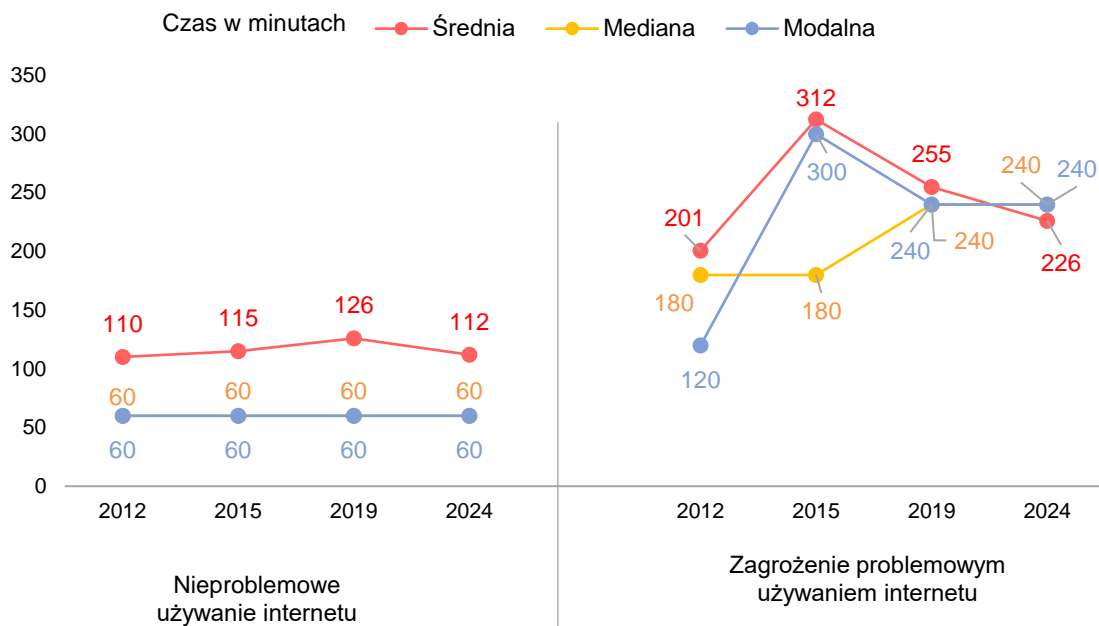
Tym, co zauważalnie różni osoby zagrożone problemowym korzystaniem z internetu od pozostałych użytkowników, jest czas spędzany online w celach niezwiązanych z pracą zawodową. Z porównania średnich arytmetycznych wynika, że osoby z grupy ryzyka są aktywne w sieci przeciętnie o około 2 godziny (114 minut) dłużej w ciągu doby niż pozostali użytkownicy. Jeśli bazować na medianach, różnica ta jest jeszcze większa, bo wynosi 3 godziny. Czas spędzany online w związku z pracą zawodową nie różni się istotnie w obu grupach użytkowników internetu (Rys. 2.11).

Rys. 2.11. Czas spędzany w internecie a zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu



Na przestrzeni lat utrzymuje się różnica między osobami zagrożonymi problemowym korzystaniem z internetu a pozostałymi użytkownikami. Obecnie jest ona zbliżona do tej, którą zarejestrowano w poprzedniej edycji badania w 2019 roku (Rys. 2.12). Generalnie jednak warto mieć na uwadze fakt, że deklaracje dotyczące dziennego czasu spędzanego w sieci są raczej mało miarodajne, co wynika z tego, że jego subiektywne szacowanie jest niezmiernie trudne.

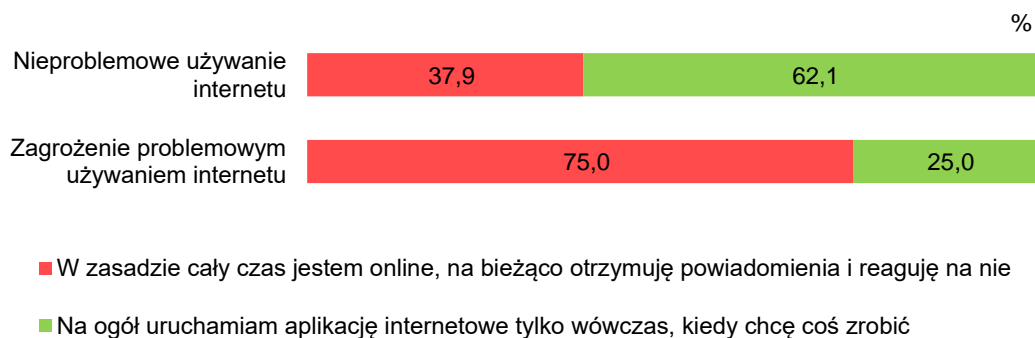
Rys. 2.12. Ile czasu przeciętnie w ciągu doby spędza Pan(i) zazwyczaj w internecie*? Proszę podać w przeliczeniu na minuty. Jeśli internet jest włączony non stop – należy liczyć tylko czas spędzony przed ekranem



* W ostatniej edycji badania pytanie, którego wyniki zamieszczono w zestawieniu, odnosiło się do czasu spędzanego w internecie w celach niezwiązanych z pracą zawodową.

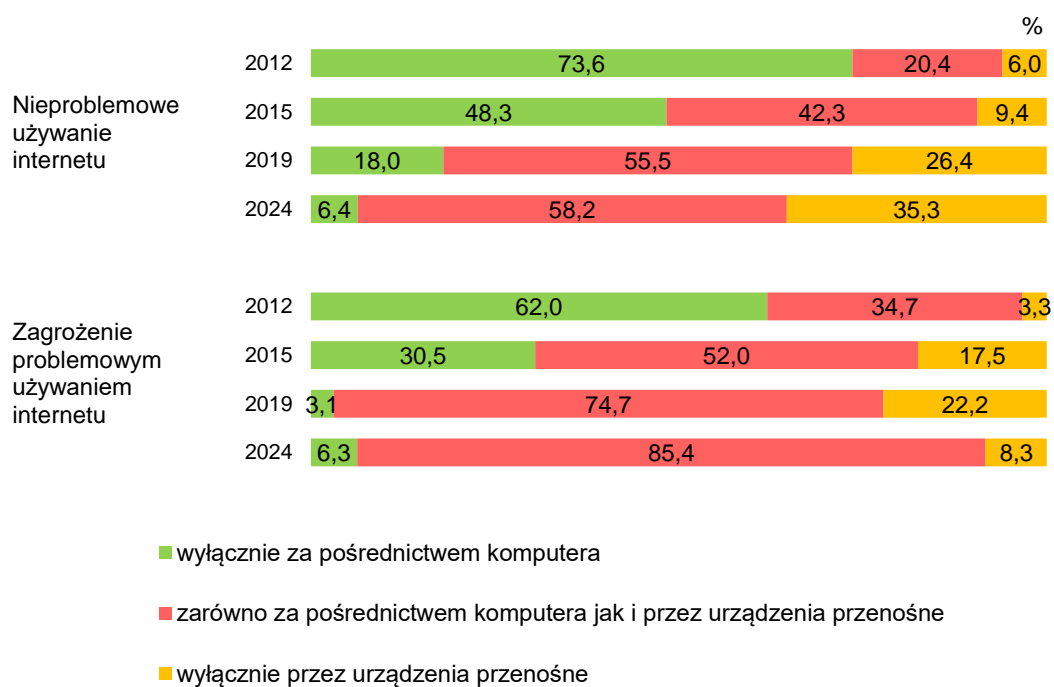
Czynnikiem, który w istotnym stopniu różnicuje ryzyko w tym względzie, jest styl korzystania z sieci. Wśród osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu trzy czwarte (75%) to użytkownicy, którzy deklarują stałą obecność w sieci polegającą na tym, że mogą na bieżąco otrzymywać informacje i na nie reagować. Wśród pozostałych internautów taki styl korzystania z sieci deklaruje niespełna dwie piąte (37,9%), natomiast większość z nich (62,1%) korzysta z sieci w sposób celowy – uruchamia aplikacje internetowe tylko wtedy, gdy chce coś zrobić, np. coś sprawdzić lub skontaktować się z kimś (Rys. 2.13).

Rys. 2.13. Który z poniższych opisów najlepiej pasuje do Pana(i) sposobu korzystania z internetu w celach niezwiązanych z pracą zawodową



Na przestrzeni lat obserwujemy systematyczny wzrost odsetka korzystających z internetu zarówno na komputerze stacjonarnym, jak i na urządzeniach mobilnych (Rys. 2.14). Dotyczy to zarówno osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu, jak i pozostałych badanych. Wprawdzie w każdej z tych grup respondenci łączący się z internetem poprzez urządzenia różnego typu stanowią większość, jednak wśród osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu to oni wyraźnie dominują. Ponadto, w odróżnieniu od pozostałych użytkowników, badani z grupy ryzyka zauważalnie rzadziej wykorzystują do tego celu wyłącznie urządzenia przenośne. Z kolei wśród przeciętnych użytkowników internetu ten sposób łączenia się z siecią zyskuje na popularności, co prawdopodobnie wynika z rozpowszechniania smartfonów w starszych grupach wiekowych (w przypadku których, jak wspomniano wcześniej, ryzyko problemowego korzystania z sieci jest relatywnie niskie).

Rys. 2.14. Czy łączy się Pan(i) z internetem za pośrednictwem komputera (stacjonarnego lub laptopa) czy za pomocą urządzeń przenośnych (np. smartfon, tablet)?



2.5. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu a rodzaje aktywności w sieci

Badanym przedstawiono 15 aktywności internetowych prosząc, aby określili, czy i jak często się w nie angażują. Z przeprowadzonej wstępnie analizy regresji wynika, że trzy spośród nich mają samodzielny i istotny statystycznie wpływ na ryzyko problemowego korzystania z sieci. Należą do nich: prowadzenie w sieci rozmów o charakterze erotycznym, zamieszczanie online swoich zdjęć i filmów oraz oglądanie wideo blogów¹².

Na poniższym rysunku (Rys. 2.15) przedstawiono odsetek osób zagrożonych problemowym korzystaniem z internetu wśród osób często, tj. co najmniej 2–3 razy w tygodniu angażujących się w poszczególne aktywności¹³. Z najwyższym ryzykiem wiąże się zamieszczanie online swoich zdjęć i filmów (odsetek zagrożonych problemowym korzystaniem z internetu w grupie osób, które robią to często wynosi 9,4%), a także – w mniejszym stopniu – pisanie na forach i w serwisach społecznościowych (3,9%), oglądanie vlogów lub czytanie blogów (3,8%), granie w gry nie na pieniądze (3,8%) i oglądanie filmów i seriali (3,5%).

¹² Ilorazy szans (exp B) to odpowiednio: 1,91 ($p < 0,05$); 1,77 ($p < 0,05$); 1,39 ($p < 0,001$). Oznacza to, że wzrost wartości wskazanych zmiennych niezależnych (mierzonych na skali od 1 do 5, gdzie 1 oznacza brak danej aktywności w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie, 2 – wykonywanie jej w tym czasie 1-2 razy, 3 – kilka razy, 4 – 2-3 razy w tygodniu, a 5 – codziennie lub prawie codziennie) zwiększa w określonym stopniu szansę zmiany wartości zmiennej zależnej, czyli zagrożenia problemowym korzystaniem z internetu. Innymi słowy, im częściej wykonywana jest któraś z wymienionych aktywności, tym większa szansa (ryzyko) zagrożenia problemowym użytkowaniem internetu. Na przykład częstsze prowadzenie rozmów o charakterze erotycznym zwiększa to ryzyko niemal dwukrotnie (1,91), zamieszczanie zdjęć i filmów – ponad półtorakrotnie (1,77), a oglądanie wideo blogów – niemal półtorakrotnie (1,39).

¹³ W odróżnieniu od przytoczonej wyżej analizy regresji, w której zmienne te zostały wykorzystane jako zmienne wyjaśniające z pełnym zakresem skali (od codziennego zaangażowania w daną aktywność do braku jej wykonywania), tu w przypadku każdej zmiennej wyłoniono tylko te osoby, które poszczególne aktywności wykonują minimum 2-3 razy w tygodniu, aby sprawdzić, jaki procent z nich stanowią badani zagrożeni problemowym użytkowaniem internetu. Ze względu na przyjęty warunek (wykonywania danej aktywności co najmniej 2-3 razy w tygodniu), niektórych aktywności nie sposób uwzględnić zestawieniu, ponieważ liczba osób angażujących się w nie z założoną częstotliwością, uniemożliwia miarodajną analizę.

Rys. 2.15. Aktywności online a zagrożenie problemowym używaniem internetu

Odsetki zagrożonych problemowym używaniem internetu wśród badanych deklarujących daną aktywność w internecie 2–3 razy w tygodniu lub częściej



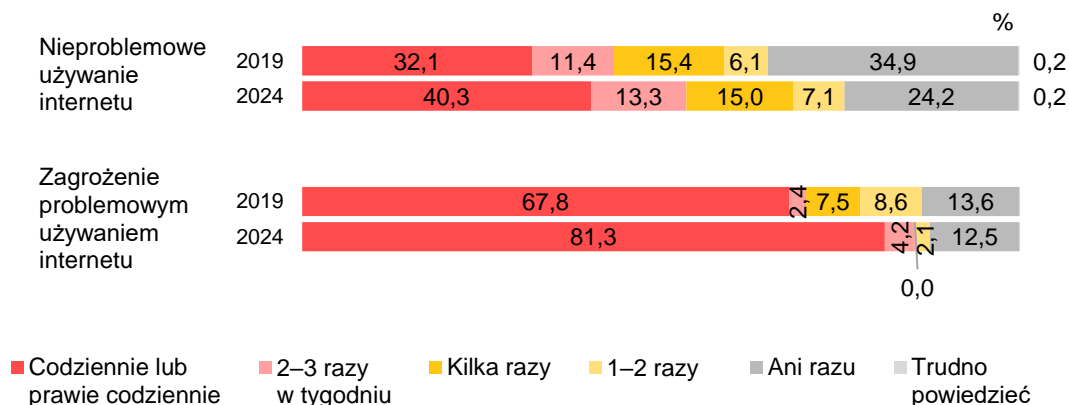
Ze względu zbyt małą liczbę osób deklarujących te aktywności z taką częstością (tj. co najmniej 2–3 razy w tygodniu), w zestawieniu pominięto gry online na pieniądze (20 wskazań), sprzedawanie różnych rzeczy w sieci (22 wskazania), poznawanie ludzi w internecie (24 wskazania) i rozmowy o charakterze erotycznym (8 osób).

Ogólnie rzecz biorąc można zauważyć, że większość monitorowanych aktywności w większym stopniu oraz częściej jest udziałem osób zagrożonych problemowym używaniem internetu niż pozostałych badanych. W dużym stopniu wynika to z faktu, że w grupie ryzyka dominują osoby młode, które z racji wieku używają sieci w inny sposób niż starsi użytkownicy, nie tylko korzystając z dostępnych online usług bardziej wszechstronnie, ale też po prostu spędzając tam więcej czasu w permanentnym „usieciowieniu”¹⁴.

¹⁴ Taką zależność obserwujemy w corocznych badaniach użytkowników internetu prowadzonych przez Centrum Badania Opinii Społecznej. Więcej na ten temat w raporcie CBOS „Korzystanie z internetu w roku 2023”, M. Feliksiak, czerwiec 2023.

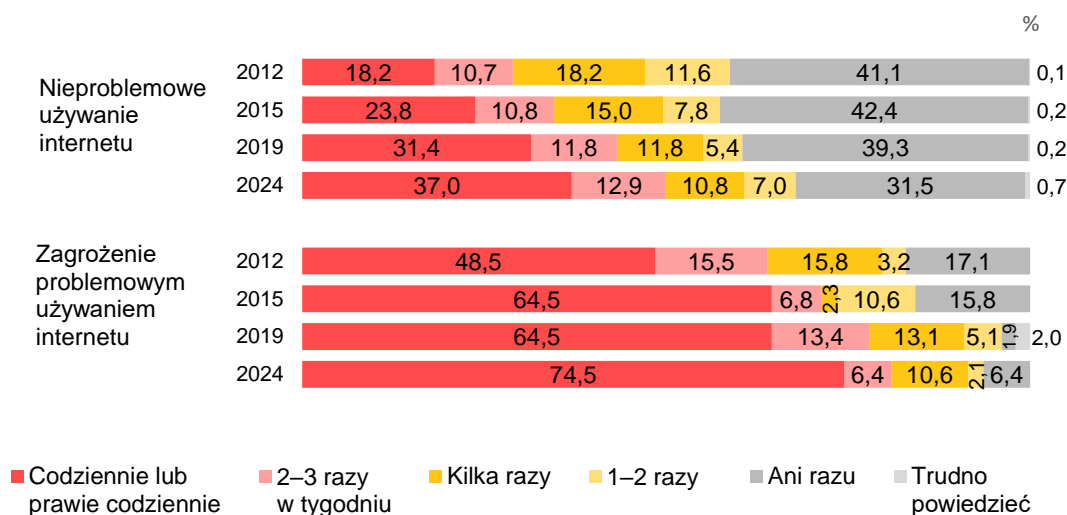
W ciągu ostatnich pięciu lat wyraźnie zintensyfikowało się wśród użytkowników internetu kontaktowanie się ze znajomymi przez komunikatory, takie jak Messenger, WhatsApp, Skype (Rys. 2.16). Obecnie codziennie robi to dwie piąte przeciętnych użytkowników internetu (40,3%) i ponad ośmiu na dziesięciu badanych z grupy ryzyka (81,3%).

Rys. 2.16. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca kontaktował(a) się Pan(i) ze znajomymi przez komunikatory, np. Messenger (Facebook), WhatsApp, Skype, GG (Gadu-Gadu)?



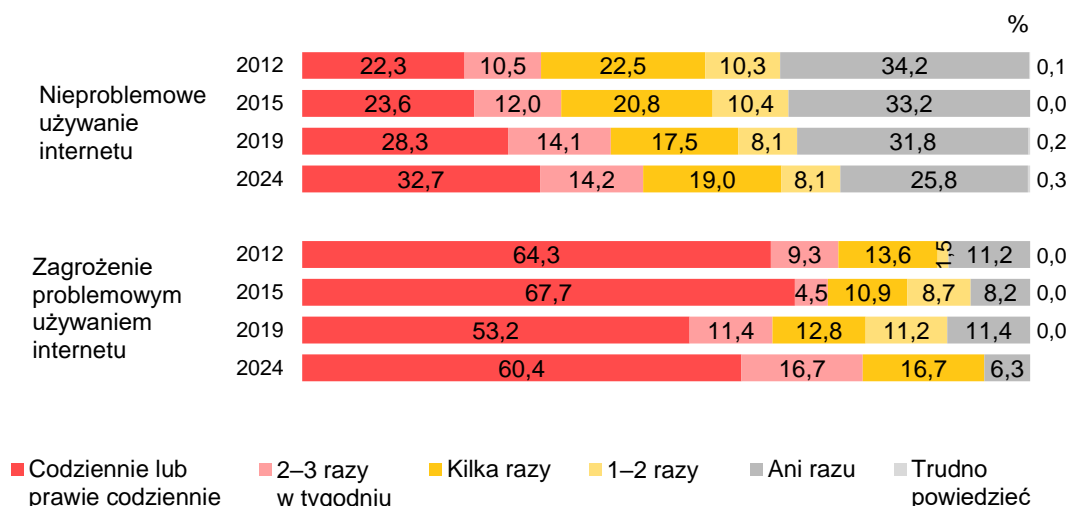
Trend wzrostowy (na przestrzeni ostatnich 12 lat) obejmuje również kontaktowanie się ze znajomymi w serwisach społecznościowych (Rys. 2.17). Codzienne tego typu kontakty deklaruje ponad jedna trzecia zwykłych użytkowników (37,0%) i trzy czwarte zagrożonych problemowym korzystaniem z sieci (74,5%).

Rys. 2.17. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca kontaktował(a) się Pan(i) ze znajomymi na portalach społecznościowych?



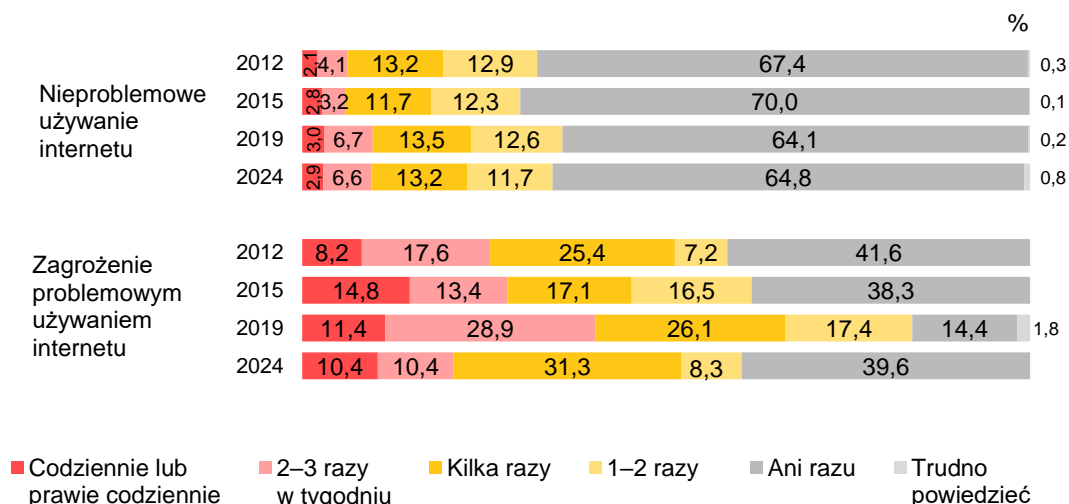
Aktywnością podejmowaną przez wielu badanych, ale niebędącą – jak się wydaje – czynnikiem ryzyka problemowego korzystania z internetu, jest słuchanie online muzyki (Rys. 2.18). Wśród osób, które są zagrożone problemowym użytkowaniem internetu, codziennie muzyki w sieci słucha sześciu na dziesięciu badanych (60,4%), a wśród pozostałych – jedna trzecia (32,7%).

Rys. 2.18. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca słuchał(a) Pan(i) muzyki w internecie?



Badani zagrożeni problemowym użytkowaniem internetu częściej niż pozostali są obiorcami blogów i vlogów (Rys. 2.19). Jako codzienna aktywność jest to trzykrotnie częstsze w grupie ryzyka niż wśród pozostałych badanych bywających online (10,4% wobec 2,9%).

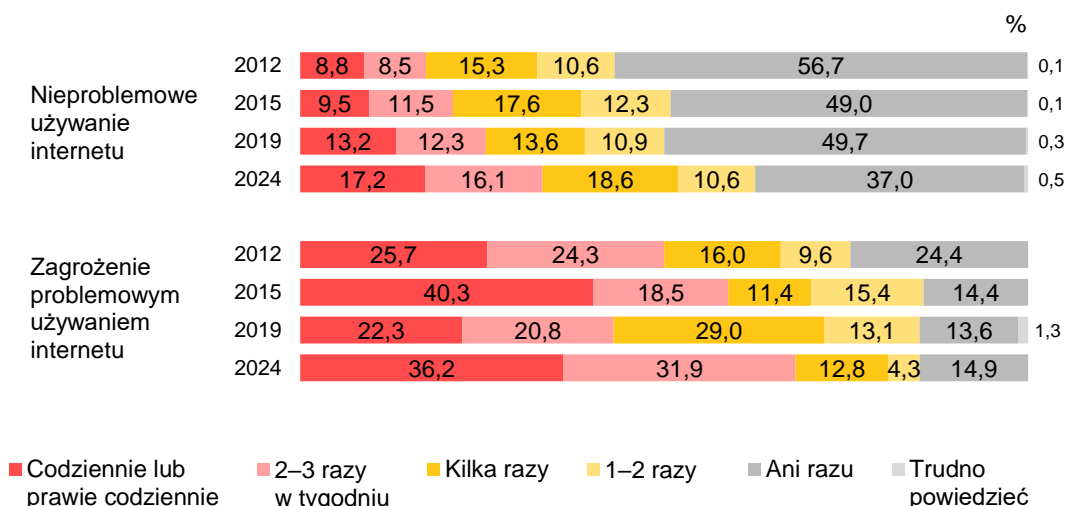
Rys. 2.19. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca czytał(a) Pan(i) blogi/ oglądał(a) vlogi*?



* W latach 2012 i 2015 pytanie brzmiało: „Jak często w ciągu ostatniego miesiąca czytał(a) Pan(i) blogi?”

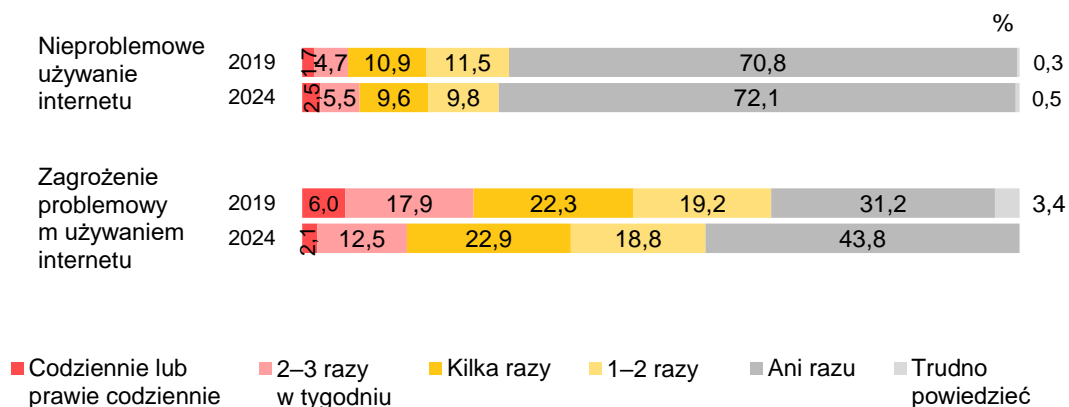
Na popularności wśród ogółu respondentów będących online zyskuje oglądanie filmów i seriali w sieci (Rys. 2.20). Odbiorców wideo na żądanie, którzy deklarują tę aktywność jako codzienną, jest ponad dwukrotnie więcej wśród osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu niż wśród pozostałych internautów (36,2% wobec 17,2%).

Rys. 2.20. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca oglądał(a) Pan(i) telewizję, filmy, seriale w internecie?



W grupie ryzyka znacznie większą popularnością niż wśród pozostałych internautów cieszą się transmisje internetowe prowadzone na żywo przez innych użytkowników, zwane potocznie streamami, co jednak wydaje się być w znacznej mierze funkcją wieku niż problemowego korzystania z sieci (Rys. 2.21). Oglądanie streamów 2–3 razy w tygodniu lub częściej deklaruje 14,6% badanych zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu i 8,0% pozostałych internautów. Wśród tych pierwszych regularne oglądanie transmisji online straciło na popularności od poprzedniego pomiaru (spadek z 23,9% do 14,6%), natomiast wśród przeciętnych użytkowników jego skala utrzymuje się w zasadzie bez zmian.

Rys. 2.21. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca oglądał(a) Pan(i) transmisje realizowane i nadawane na żywo przez innych użytkowników internetu, tzw. streamy?



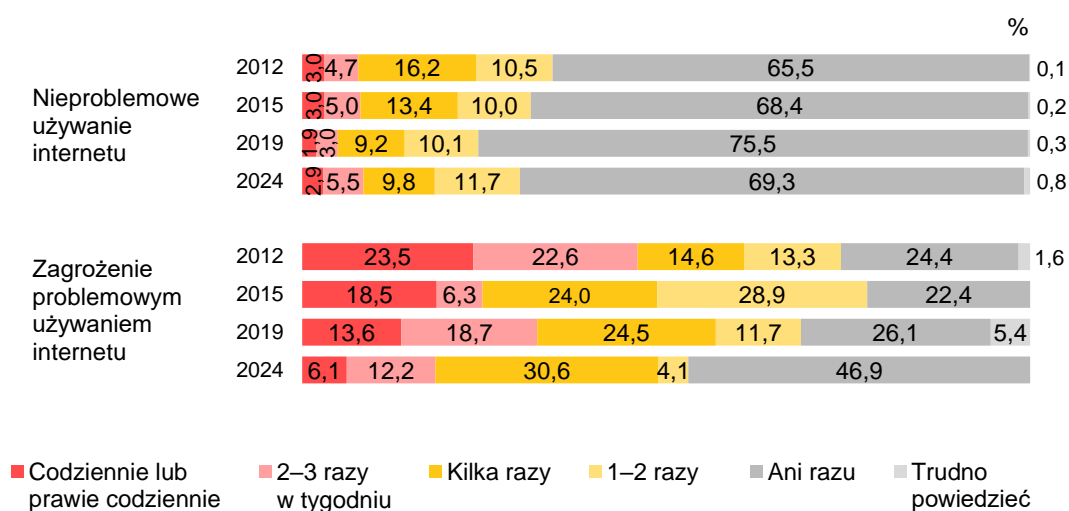
Czy tematyka streamów oglądanych przez osoby z grupy ryzyka różni się od tematyki transmisji internetowych preferowanych przez zwykłych użytkowników? Osoby zagrożone problemowym użytkowaniem internetu znacznie częściej od pozostałych wybierają streamy dotyczące gier, rozgrywek e-sportowych (44,8% wobec 24,5%) oraz będące relacjami z życia codziennego (21,2% wobec 6,7%) – Rys. 2.22.

Rys. 2.22. Czego dotyczą streamy, które Pan(i) ogląda?



Internauci z grupy ryzyka częściej niż pozostali dokonują wpisów na forach i stronach serwisów społecznościowych. Warto jednak zauważyć, że różnica ta się zmniejsza, co wynika z faktu, że wśród przeciętnych użytkowników odsetek komentujących pozostaje na przestrzeni lat względnie stabilny, natomiast wśród badanych zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu zmniejsza się (Rys. 2.23). Obecnie jako aktywność podejmowaną przynajmniej 2–3 razy w tygodniu deklaruje je niespełna jedna piąta osób z grupy ryzyka (18,3%) i ośmiu na stu spośród pozostałych internautów (8,4%).

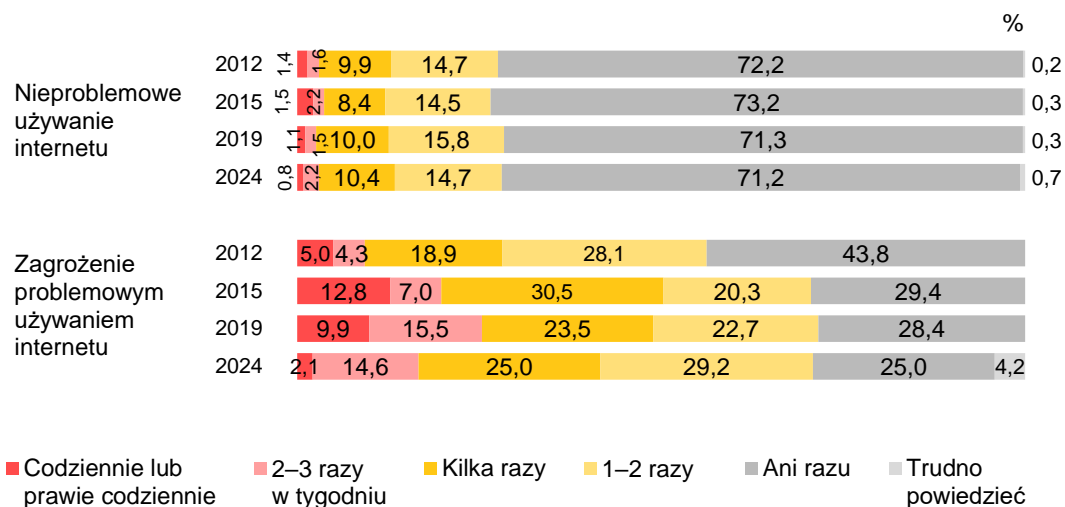
Rys. 2.23. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca dokonywał(a) Pan(i) wpisów na forach, grupach dyskusyjnych, serwisach społecznościowych?*



* W latach 2012 i 2015 pytanie brzmiało: „Jak często w ciągu ostatniego miesiąca dokonywał(a) Pan(i) wpisów na forach, grupach dyskusyjnych?”

Istotnym czynnikiem ryzyka jest zamieszczanie stworzonych przez siebie treści – zdjęć, wideo – online. Aktywność ta jest znacznie częstsza wśród osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu niż wśród pozostałych internautów (Rys. 2.24). Zamieszczanie tego typu materiałów przynajmniej 2–3 razy w tygodniu deklaruje niespełna jedna piąta badanych z grupy ryzyka (16,7%) i tylko trzech na stu spośród pozostałych użytkowników internetu (3,0%).

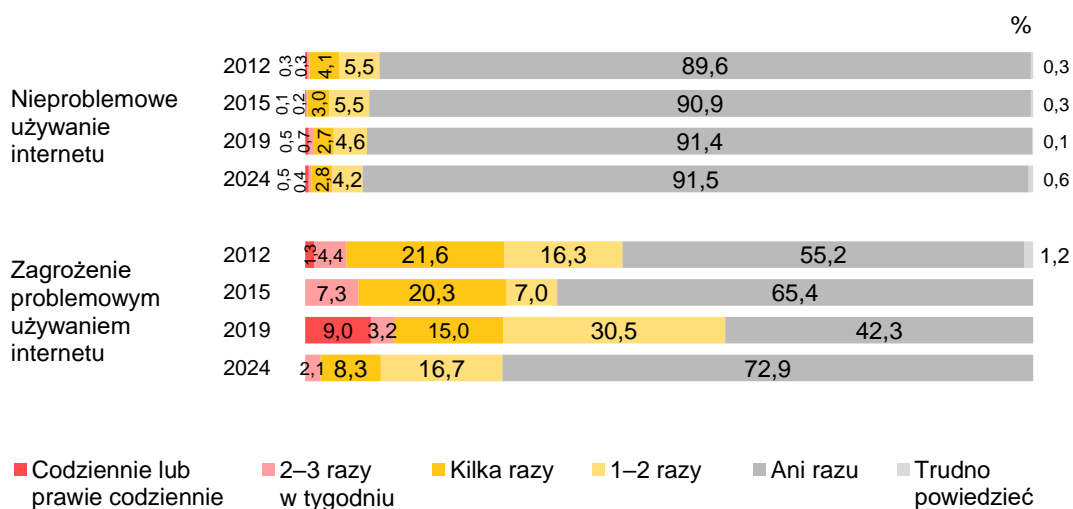
Rys. 2.24. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca zamieszczał(a) Pan(i) swoje zdjęcia, filmy w internecie*?



* W latach 2012 i 2015 pytanie brzmiało: „Jak często w ciągu ostatniego miesiąca: zamieszczał(a) Pan(i) swoje zdjęcia w internecie?”

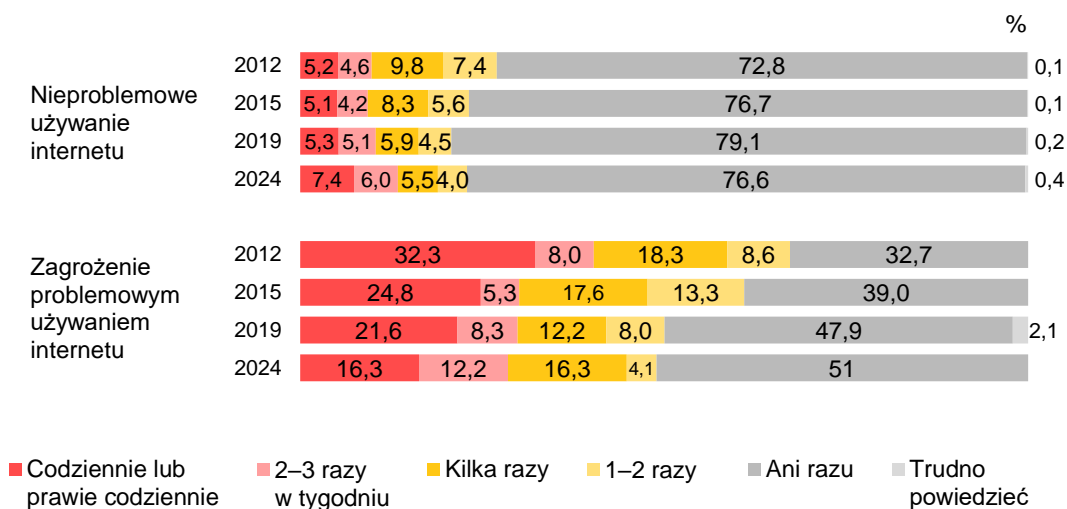
Podobnie jak w poprzednich latach obserwujemy wyraźną zależność między przynależnością do grupy zagrożonej problemowym używaniem internetu a nawiązywaniem znajomości w sieci. Jedynie co dwunasty przeciętny użytkownik internetu deklaruje, że poznał kogoś w sieci w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie (7,9%), podczas gdy w grupie ryzyka deklaruje to już więcej niż co czwarty respondent (27,1%). Warto też zwrócić uwagę na fakt, że wynik w grupie ryzyka jest znacząco niższy zarówno od tego z roku 2019 – wówczas odsetek takich deklaracji w grupie ryzyka wyniósł aż 57,7%, jak i z lat 2012 oraz 2015 (Rys. 2.25).

Rys. 2.25. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca zdarzało się, że poznał(a) Pan(i) kogoś przez internet?



Znaczące różnice w poziomie ryzyka dotyczą grania online w gry nie na pieniądze (Rys. 2.26). Co najmniej 2–3 razy w tygodniu gra w nie ponad jedna czwarta badanych zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu (28,5%) i dwukrotnie mniej przeciętnych internautów (13,4%). Warto jednak zauważyć, że na przestrzeni lat w grupie ryzyka zmniejsza się odsetek grających online codziennie.

Rys. 2.26. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca grał(a) Pan(i) w jakąś grę online nie na pieniądze?



Badani zagrożeni problemowym korzystaniem z internetu częściej sięgają po gry strategiczne, taktyczne i symulacyjne (nie chodzi o symulatory pojazdów), w które grywa dwie piąte z nich (38,9%), w porównaniu do zaledwie 12,1% przeciętnych internautów. Osoby z grupy ryzyka mniej więcej dwukrotnie częściej niż pozostali wybierają gry typu *multiplayer online battle arena* (MOBA), będące podgatunkiem gier strategicznych czasu rzeczywistego, w których dwie drużyny rywalizują ze sobą na mapie (20,5% wobec 10,6%) oraz gry kreatywne, umożliwiające tworzenie świata, jak np. *Minecraft* (13,4% wobec 6,7%). Generalnie najpopularniejszą kategorią gier, w których uczestniczy zarówno znaczny odsetek przeciętnych internautów, jak i jeszcze większy odsetek osób z grupy ryzyka (odpowiednio: 25,9% i 39,6%), są strzelanki i inne gry akcji z silnym komponentem kooperacji i rywalizacji z innymi graczami, np. *Counter-Strike*, *Fortnite*. Ponadto można zauważyć, że badani zagrożeni problemowym korzystaniem z sieci nieco częściej od pozostałych sięgają po gry *massively multiplayer online* (w skrócie MMO), w tym też MMORPG (*role-playing*), którym ze względu na czasochłonne postępy w grze (rozwój postaci) i efekt, tzw. *fear of missing out* (obawę, że nie grając, zostanie się w tyle za innymi graczami), przypisuje się na ogół duże ryzyko związane z uzależnieniem. Ponadto respondenci z grupy ryzyka wyróżniają się *in plus* graniem w gry dostępne w serwisach społecznościowych, np. na Facebooku (8,9% wobec 0,5% wśród przeciętnych użytkowników). Z kolei gry, które są relatywnie często wybierane przez zwykłych internautów

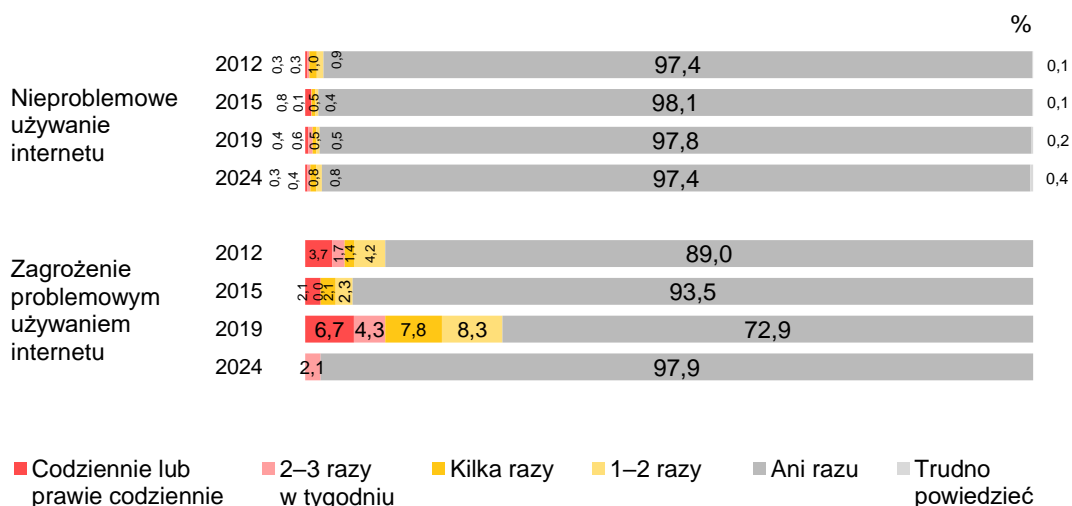
(31,1%), a wcale przez osoby z grupy ryzyka, to różnego typu gry logiczne, zagadki, rebusy i gry karciane (np. tysiąc) rozgrywane na ogół w przeglądarce internetowej (Rys. 2.27).

Rys. 2.27. Powiedział(a) Pan(i), że gra Pan(i) w jakieś gry online nie na pieniądze. Jakie to gry?



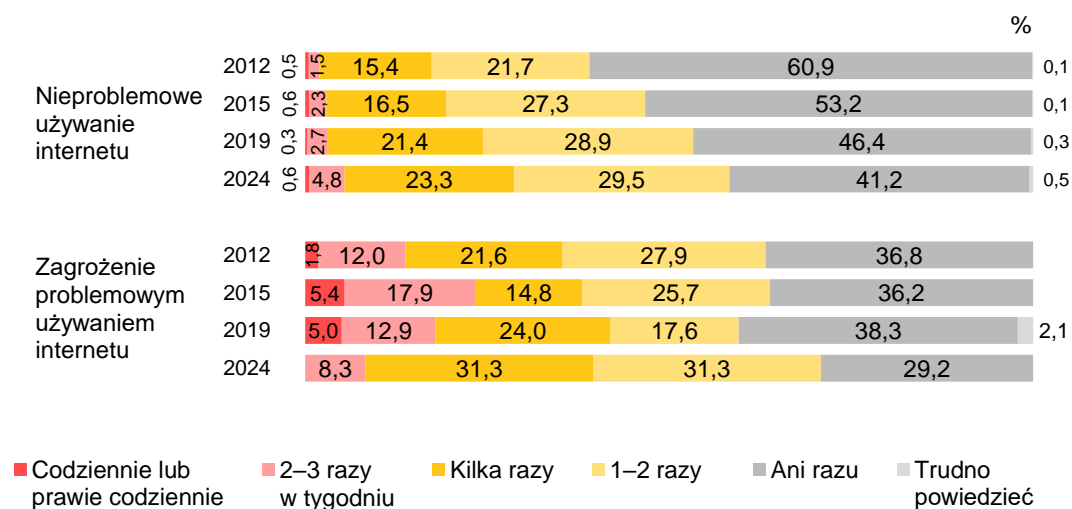
Granie w sieci w gry na pieniądze nie jest powiązane z zagrożeniem problemowym użytkowaniem internetu, a uczestnictwo w grach tego typu w grupie ryzyka jest bliskie zera (zadeklarowało to 1 osoba). Co ciekawe, o ile wśród przeciętnych internautów odsetek angażujących się online w gry na pieniądze jest stabilny, o tyle wśród osób zagrożonych problemowym korzystaniem z sieci rejestrujemy w tym względzie wyraźny spadek (Rys. 2.28).

Rys. 2.28. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca grał(a) Pan(i) w jakąś grę online na pieniądze?



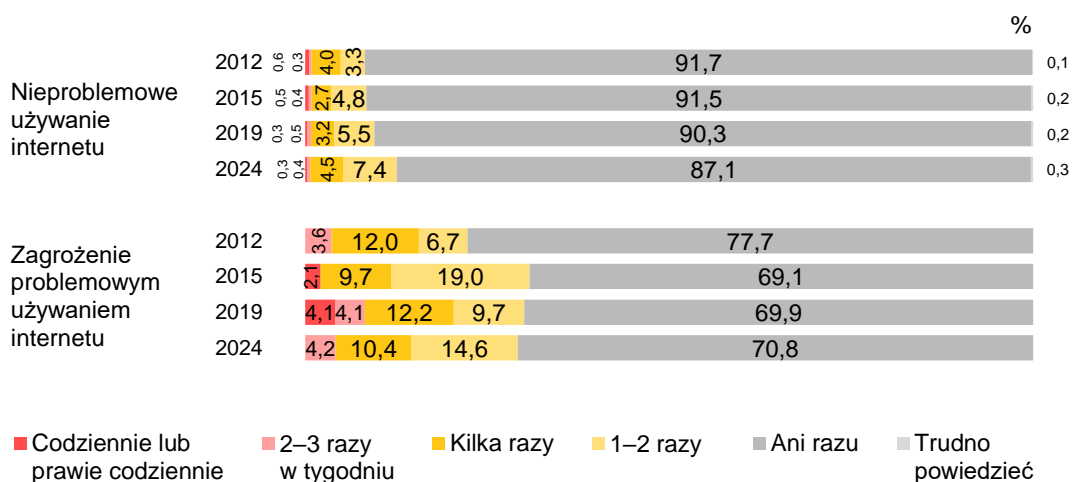
Dokonywanie zakupów przez internet – wprawdzie nieco częstsze w grupie ryzyka niż wśród pozostałych użytkowników – nie jest czynnikiem, który w stopniu istotnym statystycznie różni obie grupy (Rys. 2.29).

Rys. 2.29. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i) coś w internecie?



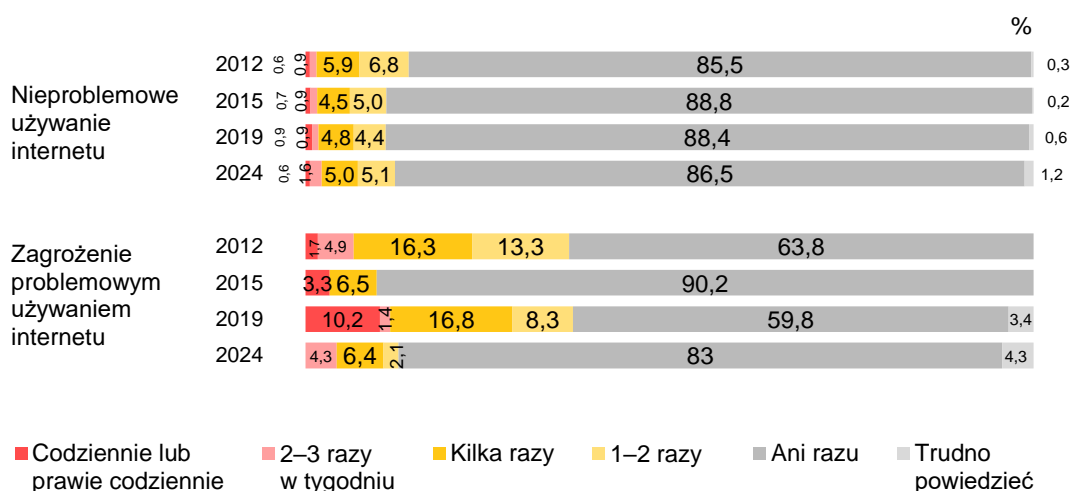
Z kolei sprzedawanie przez internet, które jest częstsze wśród osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu niż wśród przeciętnych internautów, w sposób istotny statystycznie różnicuje obie grupy (Rys. 2.30).

Rys. 2.30. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca sprzedawał(a) Pan(i) coś w internecie?



Zależność między problemowym użytkowaniem internetu a odwiedzaniem stron erotycznych lub pornograficznych nie jest istotna statystycznie, inaczej niż w poprzedniej edycji badania, kiedy odsetek wchodzących na takie strony był w grupie ryzyka znacznie wyższy niż obecnie (Rys. 2.31). Teraz strony erotyczne lub pornograficzne odwiedza co najmniej 2-3 razy w tygodniu 4,3% badanych zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu i 2,2% pozostałych internautów.

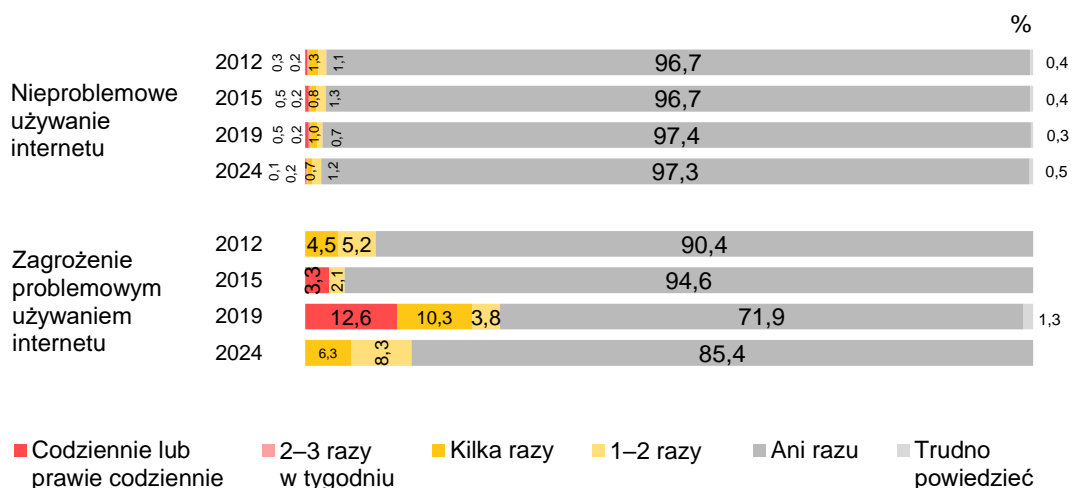
Rys. 2.31. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca odwiedzał(a) Pan(i) strony erotyczne / pornograficzne*?



* W latach 2012-2019 nie pytano o strony pornograficzne

Problemowe używanie internetu współwystępuje w sposób istotny statystycznie z uprawianiem cyberseksu¹⁵ (Rys. 2.32). Co najmniej 1–2 razy w miesiącu wiadomości erotyczne lub tego typu zdjęcia i filmy wymienia 14,6% osób z grupy ryzyka i siedmiokrotnie mniejszy odsetek zwykłych użytkowników internetu (2,2%).

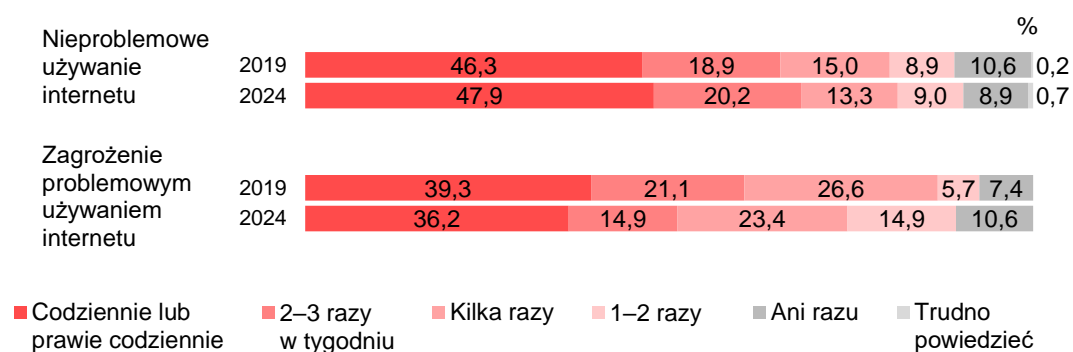
Rys. 2.32. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca prowadził(a) Pan(i) z kimś w internecie rozmowę o charakterze erotycznym lub wymieniał(a) się z kimś zdjęciami/filmami o charakterze erotycznym?*



* W latach 2012 i 2015 pytanie brzmiało: „Jak często w ciągu ostatniego miesiąca prowadził(a) Pan(i) z kimś w Internecie rozmowę o charakterze erotycznym?”

W kontekście ryzyka problemowego używania internetu aktywność taka, jak czytanie online wiadomości w serwisach informacyjnych, nie ma żadnego znaczenia.

Rys. 2.33. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca czytał(a) Pan(i) w internecie wiadomości na stronach serwisów informacyjnych?



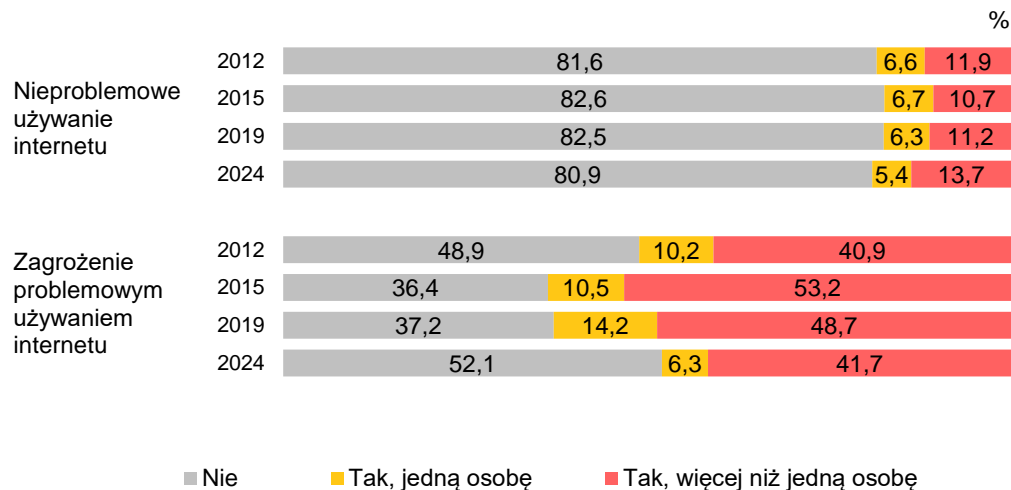
¹⁵ Więcej o cyberseksie w dalszej części raportu.

2.6. Zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu a nawiązywanie relacji w sieci

Prezentowane w tym podrozdziale dane wskazują na zmniejszenie skali nawiązywania znajomości online w grupie osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu. Z czego wynika ten spadek? Pomiędzy pomiarami z 2019 i 2024 roku miała miejsce pandemia COVID-19, która sprzyjała ograniczaniu kontaktów „w realu” na rzecz tych internetowych – być może po zniesieniu pandemicznych ograniczeń również osoby zagrożone problemowym użytkowaniem internetu zatęskniły za nawiązywaniem znajomości w realnym świecie? A może pandemia przyczyniła się do ograniczenia wszelkich kontaktów międzyludzkich, również tych nawiązywanych w sieci?

Osoby zagrożone problemowym użytkowaniem internetu deklarują wyraźnie częściej niż przeciętni internauci, że mają znajomych, których znają wyłącznie z sieci (48,0% wobec 19,1%). Przy tym – podobnie jak w przypadku poznawania ludzi online – wynik w grupie ryzyka jest znacząco niższy niż jeszcze pięć lat temu – wówczas utrzymywanie takich kontaktów deklarowało ponad sześciu na dziesięciu badanych z tej grupy (62,9%) – Rys. 2.34.

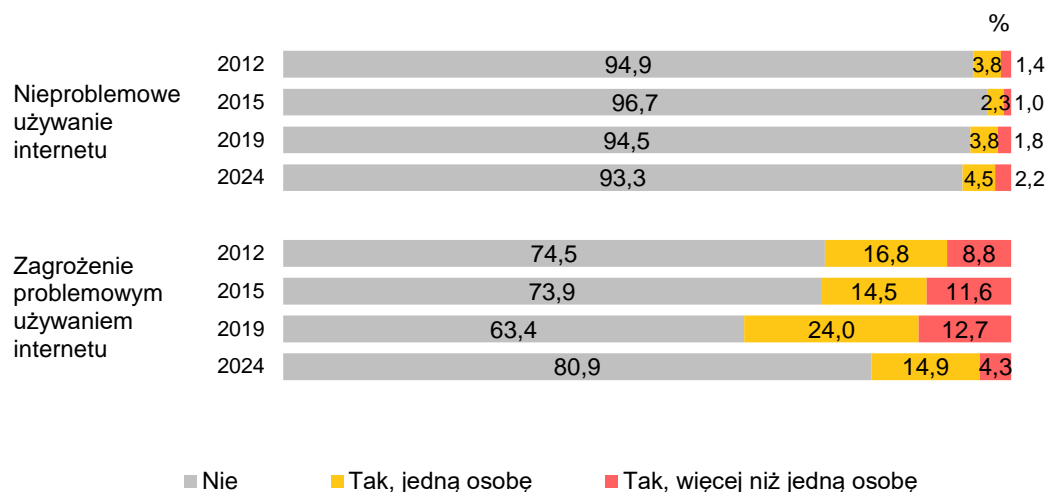
Rys. 2.34. Czy ma Pan(i) znajomych, których zna Pan(i) wyłącznie z internetu?



Podobne zależności obserwujemy w przypadku bliższych znajomości (Rys. 2.35). Wśród osób niezagrażonych problemowym użytkowaniem internetu posiadanie bliskiego przyjaciela, którego zna się wyłącznie z sieci, jest bardzo rzadkie – odsetek takich deklaracji wynosi 6,7%. Tymczasem w grupie ryzyka odsetek ten jest ponad dwukrotnie wyższy i obejmuje jedną piątą badanych (19,2%). Jeśli jednak porównamy te wyniki z pomiarami z poprzednich lat, ponownie okaże się, że osoby zagrożone

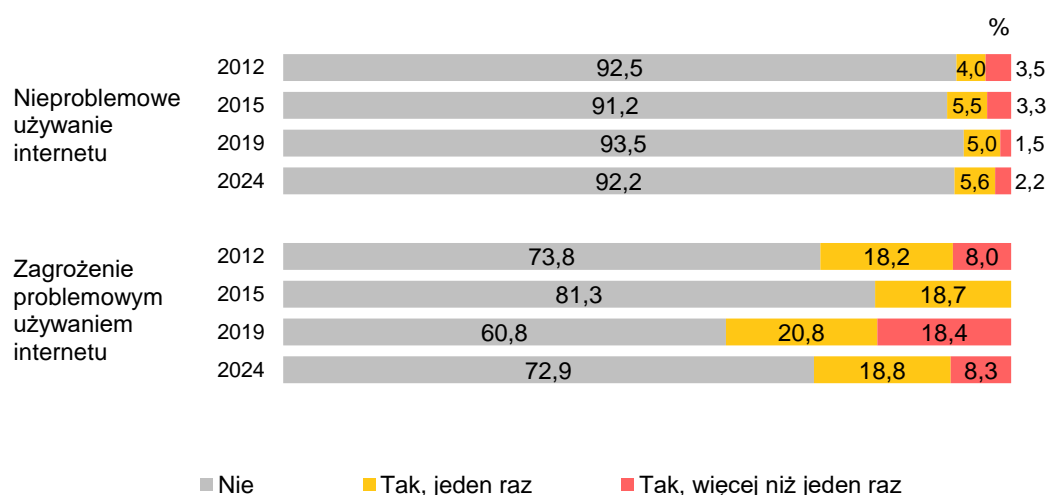
problemowym używaniem internetu składają takie deklaracje wyraźnie rzadziej niż w 2019 roku (36,7%), a także we wcześniejszych pomiarach z 2015 (26,1%) i 2012 roku (25,6%).

Rys. 2.35. Czy ma Pan(i) bliskiego przyjaciela, którego zna Pan(i) wyłącznie z internetu?



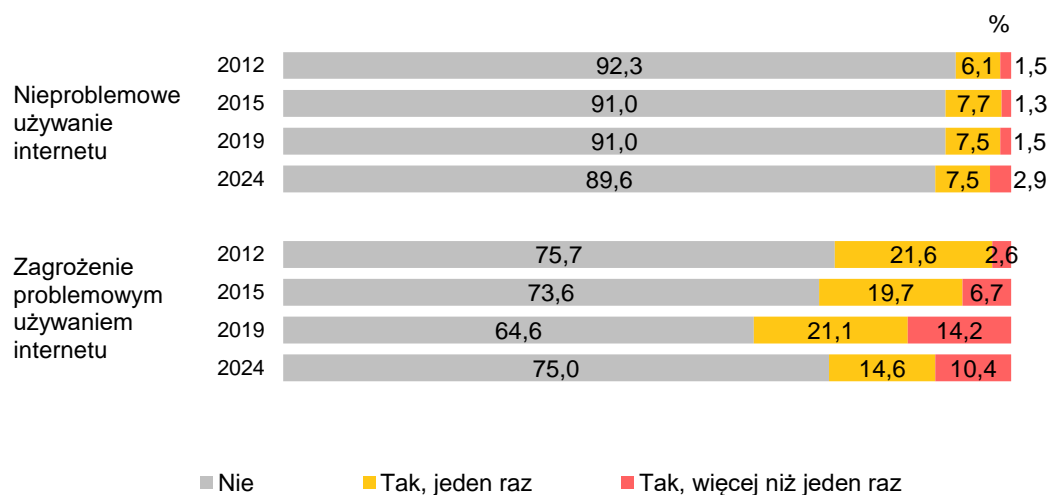
Osoby z grupy ryzyka deklarują też ponad trzykrotnie częściej niż przeciętni użytkownicy sieci, że zdarzyło im się zakochać lub zauroczyć kimś, kogo znały wyłącznie z internetu (27,1% wobec 7,8%) – Rys. 2.36. Ponownie jest to jednak znacząco niższy wynik niż w 2019 roku (wówczas odsetek ten w grupie ryzyka wynosił 39,2%), choć już nieco wyższy niż w pomiarach z lat 2015 i 2012.

Rys. 2.36. Czy zdarzyło się Panu(i) zakochać, zauroczyć kimś, kogo zna Pan(i) wyłącznie z internetu?



Osobom zagrożonym problemowym korzystaniem z internetu wyraźnie częściej zdarzało się też przenieść rozpoczętą w sieci relację romantyczną do „realu” (25,0% wobec 10,4% wśród przeciętnych użytkowników) – Rys. 2.37. Ponownie odsetek takich deklaracji w grupie ryzyka jest niższy niż w 2019 roku (wówczas wynosił 35,3%), ale już zbliżony do tych z lat 2015 i 2012.

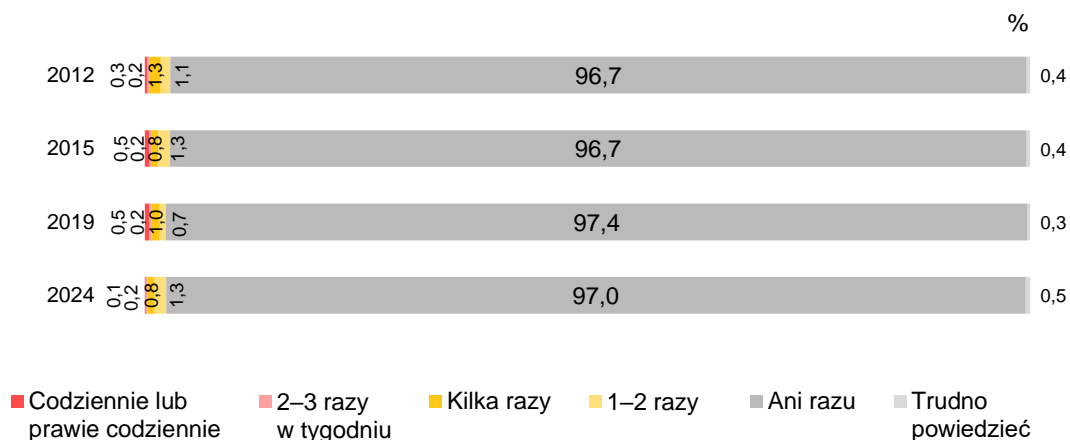
Rys. 2.37. Czy zdarzyło się Panu(i) zakochać, zauroczyć kimś, kogo poznał(a) Pan(i) przez internet i kontynuować tę znajomość w „realu”?



2.7. Internet a cyberseks

Analizując aktywność naszych badanych w internecie, zadaliśmy im również pytanie o to, czy zdarzyło im się w ciągu ostatniego miesiąca angażować w tzw. cyberseks, czyli prowadzić z kimś w sieci rozmowę bądź wymieniać się z kimś zdjęciami i/lub filmami o charakterze erotycznym. Podobnie jak w ubiegłych latach, odsetek badanych, którzy odpowiedzieli twierdząco, był bardzo niski i wyniósł zaledwie 2,4% (Rys. 2.38), co odpowiada 65 osobom w całej próbie.

Rys. 2.38. Jak często w ciągu ostatniego miesiąca prowadził(a) Pan(i) z kimś w internecie rozmowę o charakterze erotycznym lub wymieniał(a) się z kimś zdjęciami/filmami o charakterze erotycznym?*

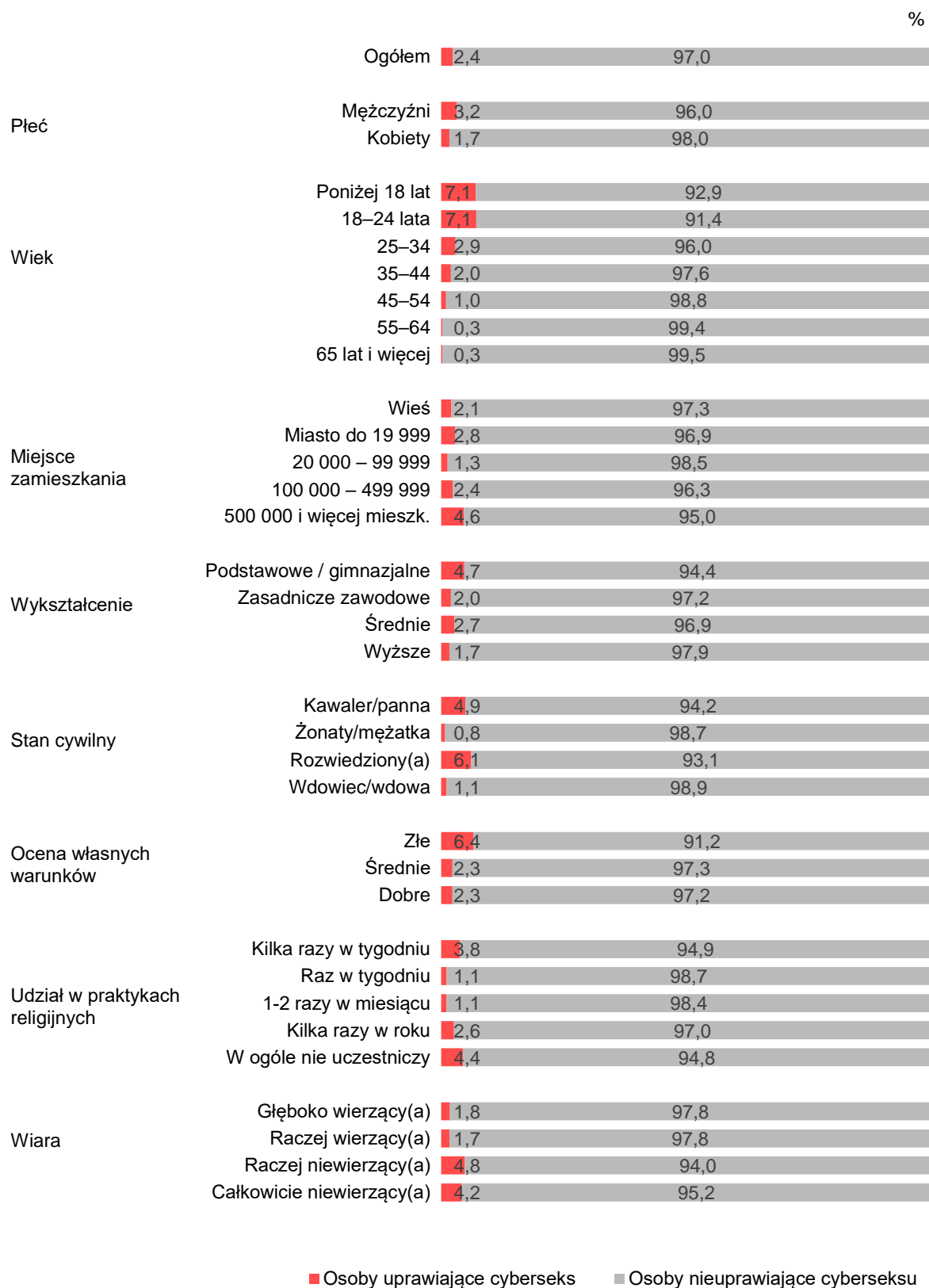


* W latach 2012 i 2015 pytanie brzmiało: „Jak często w ciągu ostatniego miesiąca prowadził(a) Pan(i) z kimś w internecie rozmowę o charakterze erotycznym?”

Co możemy powiedzieć o tej niewielkiej grupie? Opierając się na podstawowych zmiennych społeczno-demograficznych (Rys. 2.39), możemy stwierdzić, że cyberseks uprawiają częściej:

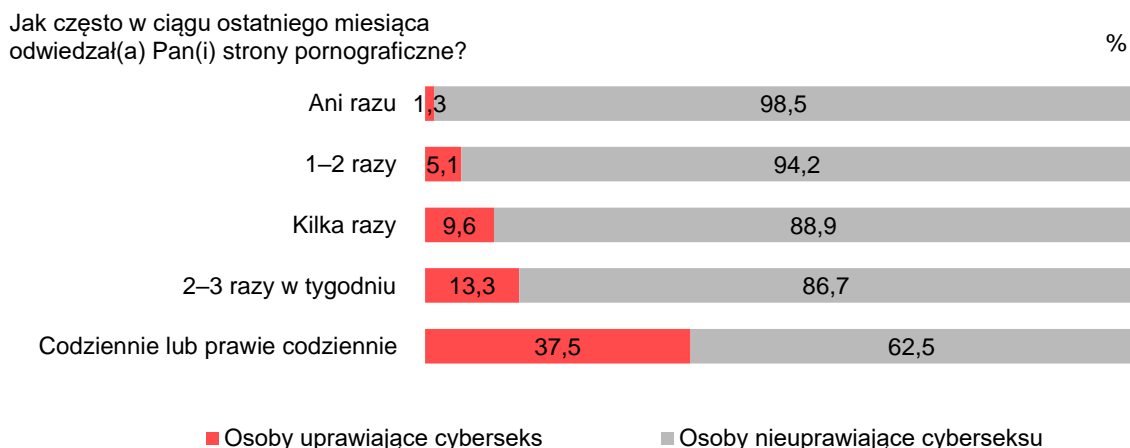
- mężczyźni niż kobiety (3,2% wobec 1,7%);
- młodszy badani, zwłaszcza ci poniżej 18 roku życia (7,1%) oraz w przedziale wiekowym 18–24 lata (7,1%) – zależność od wieku wydaje się najsilniejsza z wymienionych na tej liście;
- mieszkańcy największych miast (4,6%);
- osoby z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym (4,7%), choć to zapewne pochodna niższego przeciętnego wieku tej kategorii badanych;
- osoby pozostające poza formalnymi związkami – kawalerowie oraz panny (4,9%), a także badani po rozwodzie (6,1%);
- osoby źle oceniające własne warunki materialne (6,4%);
- badani niepraktykujący religijnie (4,4%), ale – co ciekawe – również ci, którzy praktykują kilka razy w tygodniu (3,8%);
- badani niewierzący (4,2%) bądź raczej niewierzący (4,8%).

Rys. 2.39. Udział osób uprawiających cyberseks w różnych grupach społeczno-demograficznych



Bardzo wyraźna jest też zależność od korzystania ze stron pornograficznych – im częściej badani oglądają internetową pornografię, tym częściej angażują się w cyberseks. Podczas gdy wśród osób nieodwiedzających serwisów pornograficznych w ostatnim miesiącu odsetek osób uprawiających cyberseks wynosi zaledwie 1,3%, wśród badanych odwiedzających takie serwisy jest to aż 37,5% (Rys. 2.40).

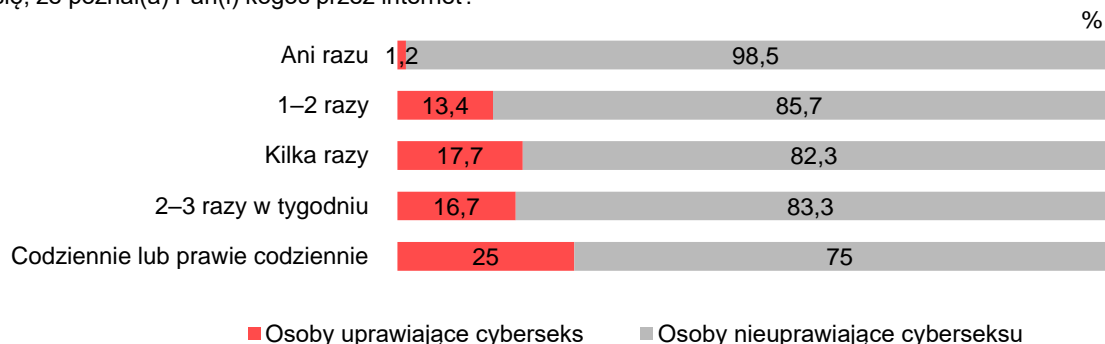
Rys. 2.40. Uprawianie cyberseksu a częstość korzystania ze stron pornograficznych



Poza tym na osoby uprawiające cyberseks natrafiamy częściej wśród tych badanych, którzy są skłonni poznawać ludzi przez internet, a nawet nawiązywać z nimi głębsze relacje. Na przykład im częściej respondenci nawiązują internetowe znajomości, tym częściej znajdują się wśród nich osoby zainteresowane cyberseksem (Rys. 2.41). Podobnie odsetek badanych uprawiających cyberseks jest wyższy w grupie respondentów mających znajomych, których znają wyłącznie z internetu (Rys. 2.42), a także wśród ankietowanych, którym zdarzyło się zakochać lub zauroczyć kimsz poznanym w internecie (Rys. 2.43). Można więc przypuszczać, że wymiana erotycznych treści nierzadko odbywa się między osobami, które nigdy nie spotkały się „w realu”.

Rys. 2.41. Uprawianie cyberseksu a częstość nawiązywania znajomości przez internet

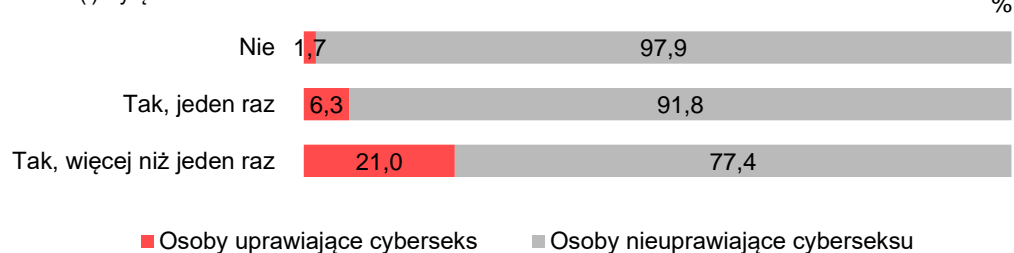
Jak często w ciągu ostatniego miesiąca zdarzyło się, że poznał(a) Pan(i) kogoś przez internet?

**Rys. 2.42. Uprawianie cyberseksu a posiadanie znajomych, których zna się wyłącznie z internetu**

Czy ma Pan(i) znajomych, których zna Pan(i) wyłącznie z internetu?

**Rys. 2.43. Uprawianie cyberseksu a nawiązywanie relacji romantycznych z osobami znanymi wyłącznie z internetu**

Czy zdarzyło się Panu(i) zakochać, zauroczyć kimś, kogo zna Pan(i) wyłącznie z internetu?



Podsumowując: tak jak w poprzednich latach, osób deklarujących uprawianie cyberseksu jest bardzo niewiele. Częściej jednak natrafiamy na nie zwłaszcza wśród najmłodszych badanych, mężczyzn, mieszkańców największych miast, kawalerów lub panien i osób rozwiedzionych, ankietowanych źle oceniających swoje warunki materialne oraz niewierzących. Ponadto więcej badanych uprawiających cyberseks notujemy w grupie osób zagrożonych uzależnieniem od internetu, korzystających ze stron pornograficznych, a także skłonnych nawiązywać relacje przez internet, również te romantyczne.

2.8. *Binge-watching*

W tegorocznym raporcie postanowiliśmy przyjrzeć się stosunkowo nowemu problemowi związanemu z tzw. *binge-watchingiem*, czyli kompulsywnym oglądaniem seriali, przejawiającym się oglądaniem wielu odcinków z rzędu i spędzaniem w ten sposób długich godzin. Zjawisko to rozwinęło się wraz ze wzrostem popularności platform streamingowych, udostępniających często wszystkie odcinki sezonu danego serialu już w dniu premiery. Żeby zbadać skalę zachowań określanych mianem *binge-watchingu*, zadaliśmy dwa pytania badanym, którzy zadeklarowali, że korzystają z internetu i oglądają w nim telewizję, filmy bądź seriale. Po pierwsze, zapytaliśmy ich o to, czy zdarzyło im się kiedyś obejrzeć cały sezon jakiegoś serialu „za jednym zamachem”, co wiązałoby się ze spędzeniem przed ekranem znaczącej części dnia lub nocy. Okazało się, że ponad dwie piąte spośród nich (43,4%) miało tego typu doświadczenie (Rys. 2.44). Oznacza to, że w skali całej polskiej populacji powyżej 15 roku życia więcej niż co piątej osobie (22,6%) zdarzyło się obejrzeć serial „za jednym zamachem”.

Rys. 2.44. Czy zdarzyło się Panu(i) obejrzeć cały sezon jakiegoś serialu „za jednym zamachem”?

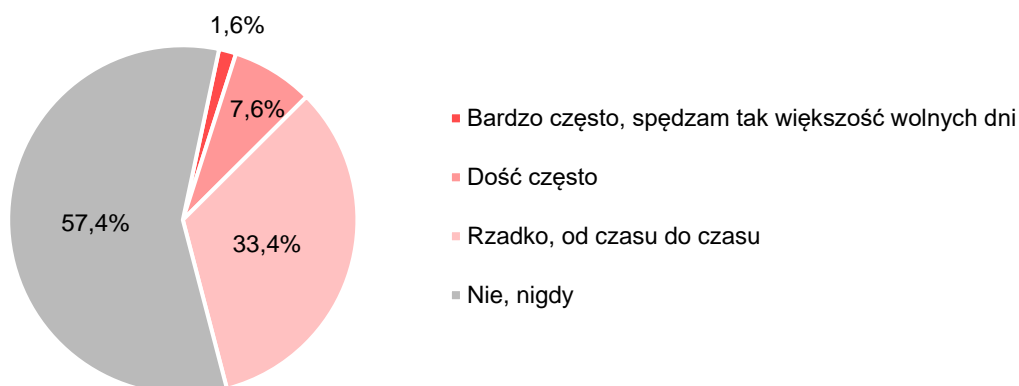
ODPOWIEDZI BADANYCH, KTÓRZY ZADEKLAROWALI, ŻE KORZYSTAJĄ Z INTERNETU ORAZ OGLĄDAJĄ W NIM TELEWIZJĘ, FILMY LUB SERIALE.



Drugie z naszych pytań dotyczyło już bardziej regularnego *binge-watchingu* – zapytaliśmy badanych, oglądających filmy czy seriale w sieci, czy zdarza im się poświęcać weekend lub inne wolne dni w całości na oglądanie seriali na platformach streamingowych. Ponownie ponad dwie piąte spośród nich (42,6%) zadeklarowało, że czasem spędza w ten sposób wolny czas (czyli 22,2% ogółu Polaków powyżej 15 roku życia). Przeważały jednak odpowiedzi „rzadko, od czasu do czasu” (33,4%). Odsetek odpowiedzi „dość często” wyniósł 7,6%, a „bardzo często, spędzam tak większość wolnych dni” – 1,6% (Rys. 2.45).

Rys. 2.45. Czy zdarza się Panu(i) poświęcać weekend lub inne wolne dni w całości na oglądanie seriali na platformach streamingowych?

ODPOWIEDZI BADANYCH, KTÓRZY ZADEKLAROWALI, ŻE KORZYSTAJĄ Z INTERNETU ORAZ OGLĄDAJĄ W NIM TELEWIZJĘ, FILMY LUB SERIALE

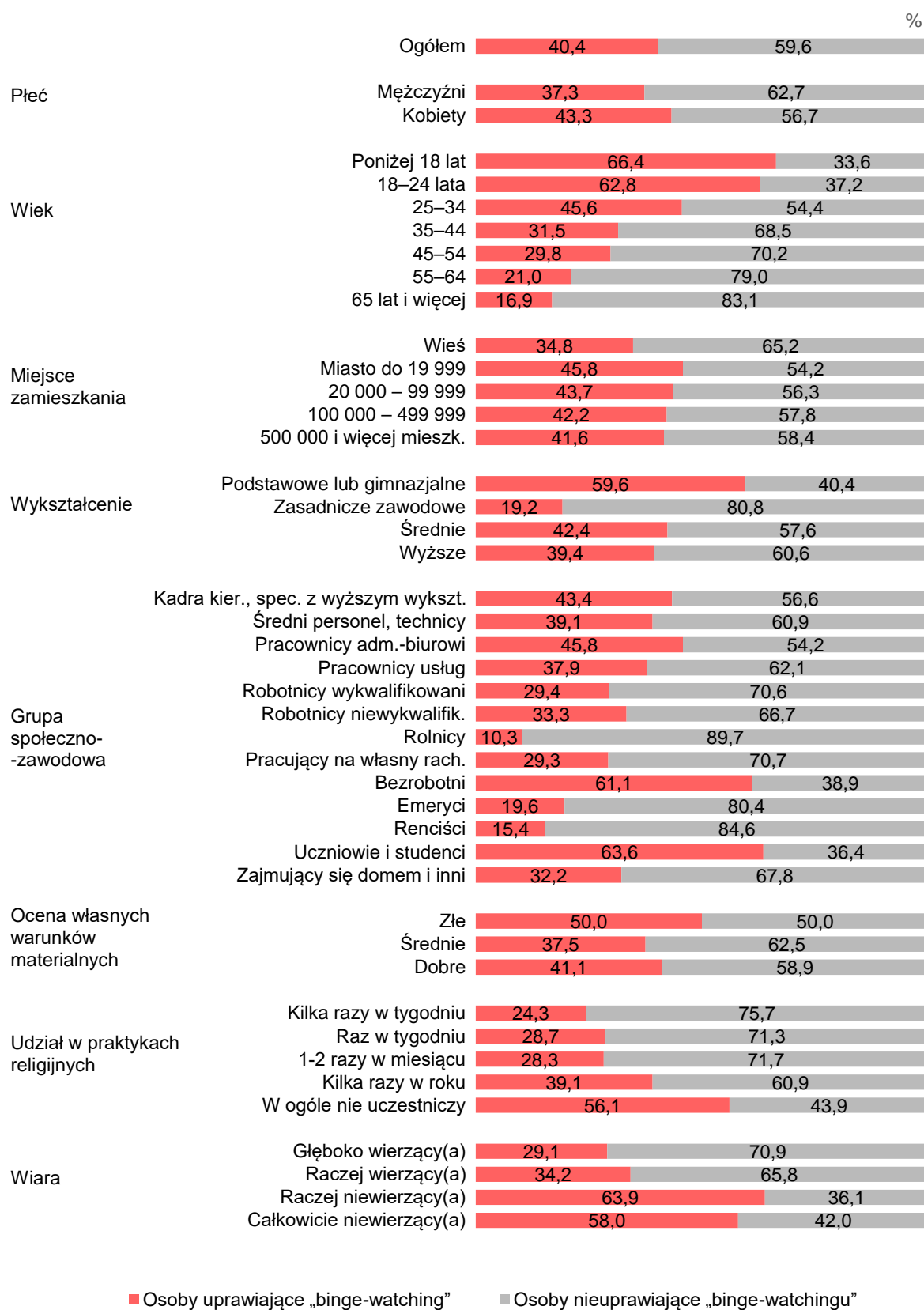


Choć więc osób oddających się *binge-watchingowi* bardzo regularnie nie ma tak wiele, kompulsywne oglądanie seriali jest, ogólnie rzecz biorąc, dość powszechnym zjawiskiem wśród internautów oglądających filmy i seriale w sieci. Jakie charakterystyki socjodemograficzne temu sprzyjają? Osoby, które odpowiedziały twierdząco na oba nasze pytania o *binge-watching* (niezależnie od wskazanej częstości takich zachowań), to częściej (Rys. 2.46):

- kobiety niż mężczyźni (43,3% wobec 37,3%);
- młodszy badani (66,4% wśród badanych poniżej 18 roku życia wobec 16,9% wśród respondentów powyżej 65 roku życia);
- mieszkańcy miast (45,8% w małych miastach wobec 34,8% na wsi);
- osoby z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym (59,6%), choć to raczej pochodna młodego wieku znacznej części *binge-watcherów*;
- uczniowie i studenci (63,6%) oraz bezrobotni (61,1%);
- osoby źle oceniające swoje warunki materialne (50,0%);
- osoby nieuczestniczące w praktykach religijnych (56,1%) oraz niewierzące (63,9% wśród „raczej niewierzących” oraz 58,0% wśród zupełnie niewierzących), choć znów jest to zapewne pochodna młodego wieku *binge-watcherów* – im młodszy badani, tym częściej nie praktykują i nie wierzą.

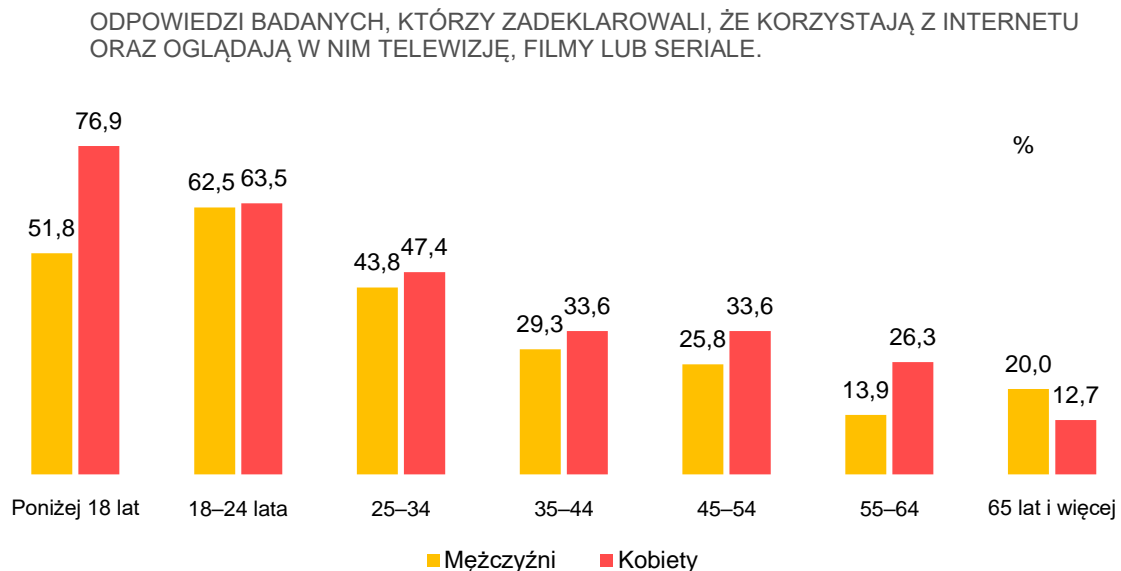
Rys. 2.46. *Binge-watching* w różnych grupach społeczno-demograficznych

PODSTAWĘ PROCENTOWANIA STANOWI GRUPA BADANYCH, KTÓRZY ZADEKLAROWALI, ŻE KORZYSTAJĄ Z INTERNETU ORAZ OGLĄDAJĄ W NIM TELEWIZJĘ, FILMY LUB SERIALE.



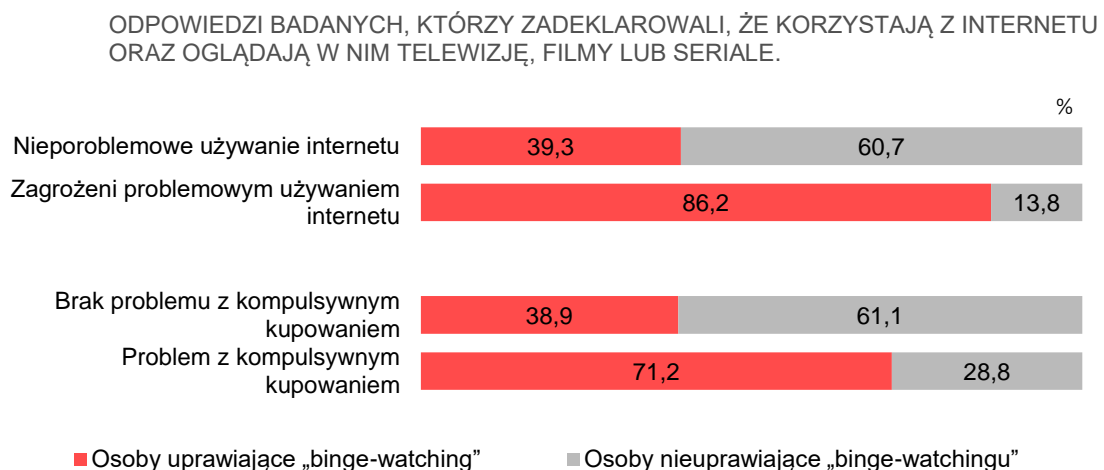
Pogłębiając trochę naszą analizę, możemy stwierdzić, że różnica w popularności *binge-watchingu* pomiędzy płciami okazuje się jeszcze wyraźniejsza w grupie najmłodszych badanych – ponad trzy czwarte dziewcząt poniżej 18 roku życia oglądających filmy i seriale w internecie uprawia *binge-watching* (76,9%) wobec nieco ponad połowy swoich rówieśników (51,8%) – Rys. 2.47.

Rys. 2.47. Osoby uprawiające *binge-watching* w podziale według płci i wieku



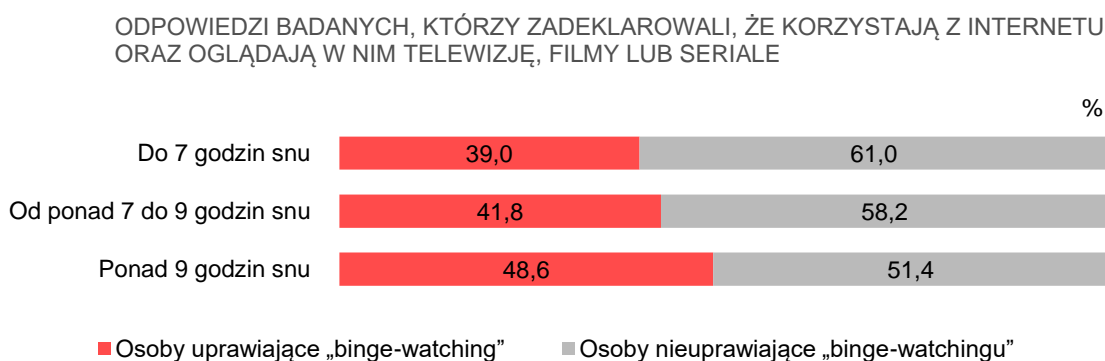
Ciekawiło nas, czy kompulsywne oglądanie seriali może korelować z jakimiś uzależnieniami. Jak się okazało, tak właśnie jest – *binge-watcherów* jest wyraźnie więcej zwłaszcza wśród osób zagrożonych problemowym używaniem internetu (aż 86,2% z nich uprawia *binge-watching*), ale też wśród badanych mających problem z kompulsywnym kupowaniem (71,2%) – Rys. 2.48.

Rys. 2.48. Uprawianie *binge-watchingu* a zagrożenie uzależnieniem od internetu i zakupów



Na *binge-watcherów* natrafimy też nieco częściej wśród osób, które więcej śpią (Rys. 2.49), co sugeruje, że badani, którzy w wolnym czasie oglądają kompulsywnie seriale, na ogół mają po prostu więcej wolnego czasu. Zgadzałoby się to z wyżej omówioną zależnością – jedną z grup społeczno-zawodowych, w której *binge-watching* jest najbardziej popularny, są bezrobotni, a także uczniowie i studenci.

Rys. 2.49. Uprawianie *binge-watchingu* a przeciętna długość snu

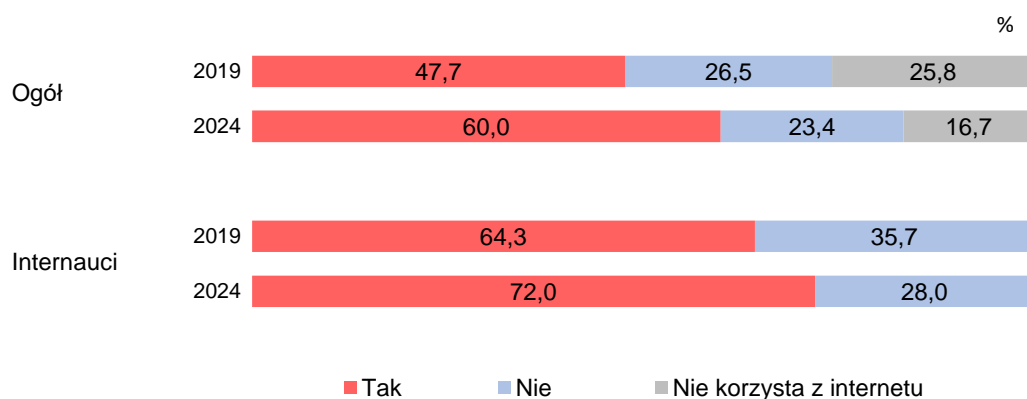


Podsumowując: blisko połowie badanych, którzy oglądają filmy i seriale w internecie, zdarza się od czasu do czasu uprawiać *binge-watching* (40,4%, czyli 15,6% ogółu Polaków powyżej 15 roku życia, co daje ponad 4,5 miliona osób), choć osoby uprawiające go z dużą regularnością są jednak w zdecydowanej mniejszości. Zjawisko to jest częstsze wśród kobiet (zwłaszcza najmłodszych), młodszych badanych, mieszkańców miast i respondentów źle oceniających swoje warunki materialne. Spośród grup społeczno-zawodowych wyróżniają się pod tym względem uczniowie i studenci oraz bezrobotni. *Binge-watching* notujemy wyraźnie częściej w grupie zagrożonej problemowym używaniem internetu, a także kompulsywnym robieniem zakupów. Wreszcie na *binge-watcherów* częściej trafiamy wśród badanych, którzy śpią ponad 9 godzin na dobę, co sugeruje, że ten sposób spędzania wolnego czasu wybierają zwłaszcza osoby, które mają tego czasu po prostu więcej.

2.9. Uczestnictwo w serwisach społecznościowych

Obecnie większość badanych w wieku 15 lat lub więcej posiada profil w jakimś serwisie społecznościowym (60,0%), a wśród użytkowników internetu obecność w mediach społecznościowych deklaruje zdecydowana większość (72,0%). W ciągu ostatnich pięciu lat popularność platform społecznościowych wyraźnie wzrosła. W roku 2019 nieco mniej niż połowa osób wieku 15+ była zarejestrowana na jakimś portalu społecznościowym, a wśród korzystających z internetu – niespełna dwie trzecie (64,3%) – Rys. 2.50.

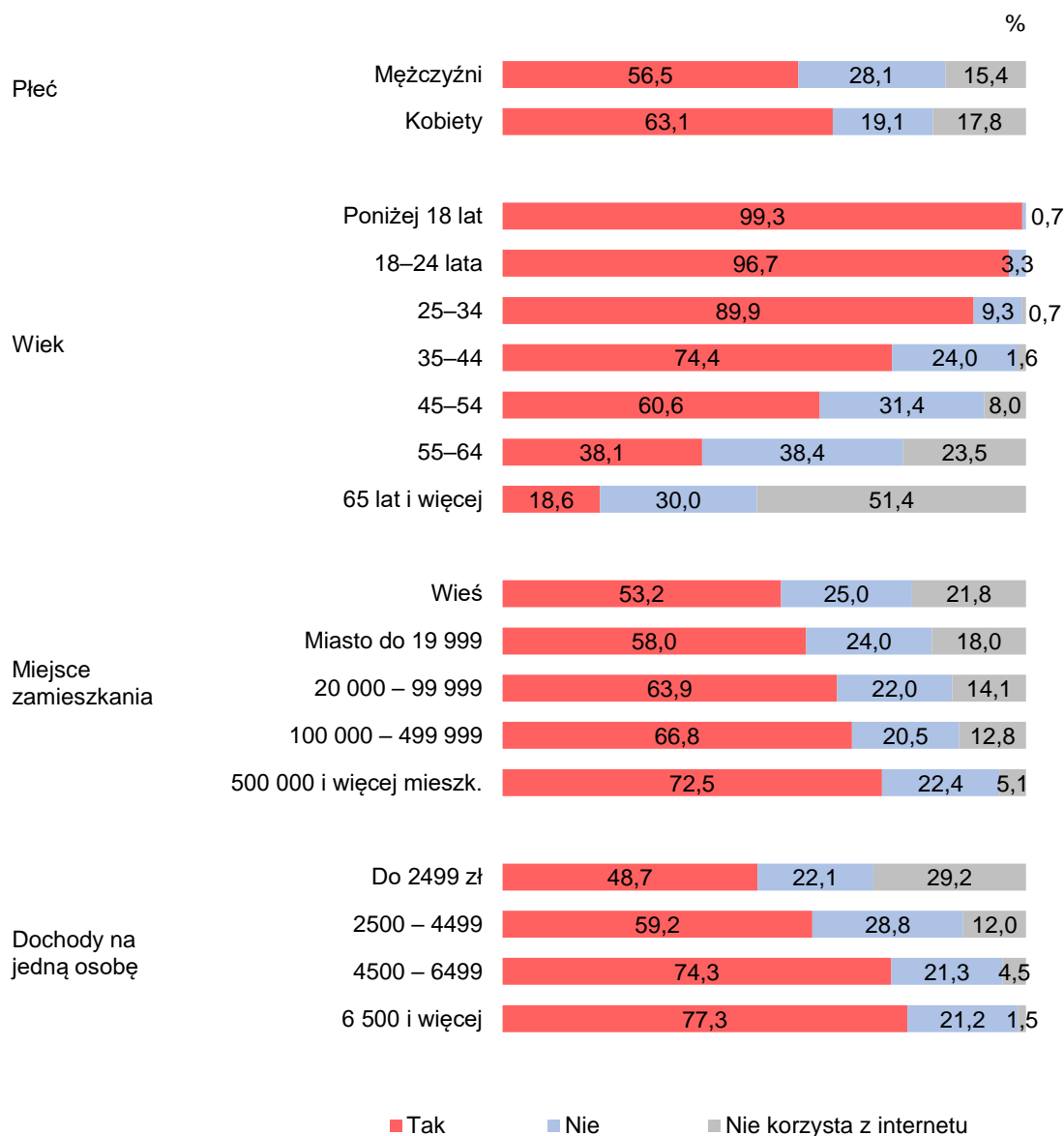
Rys. 2.50. Czy zarejestrował(a) się Pan(i), ma Pan(i) konto w jakimś serwisie społecznościowym, jak np. Facebook, Instagram, Twitter, GoldenLine, LinkedIn lub podobnym?



Obecność w mediach społecznościowych bardzo wyraźnie zależy od wieku. Częściej konta w nich mają młodszy ankietowani – mają je niemal wszyscy do 24 roku życia, a większość – do 54 roku życia.

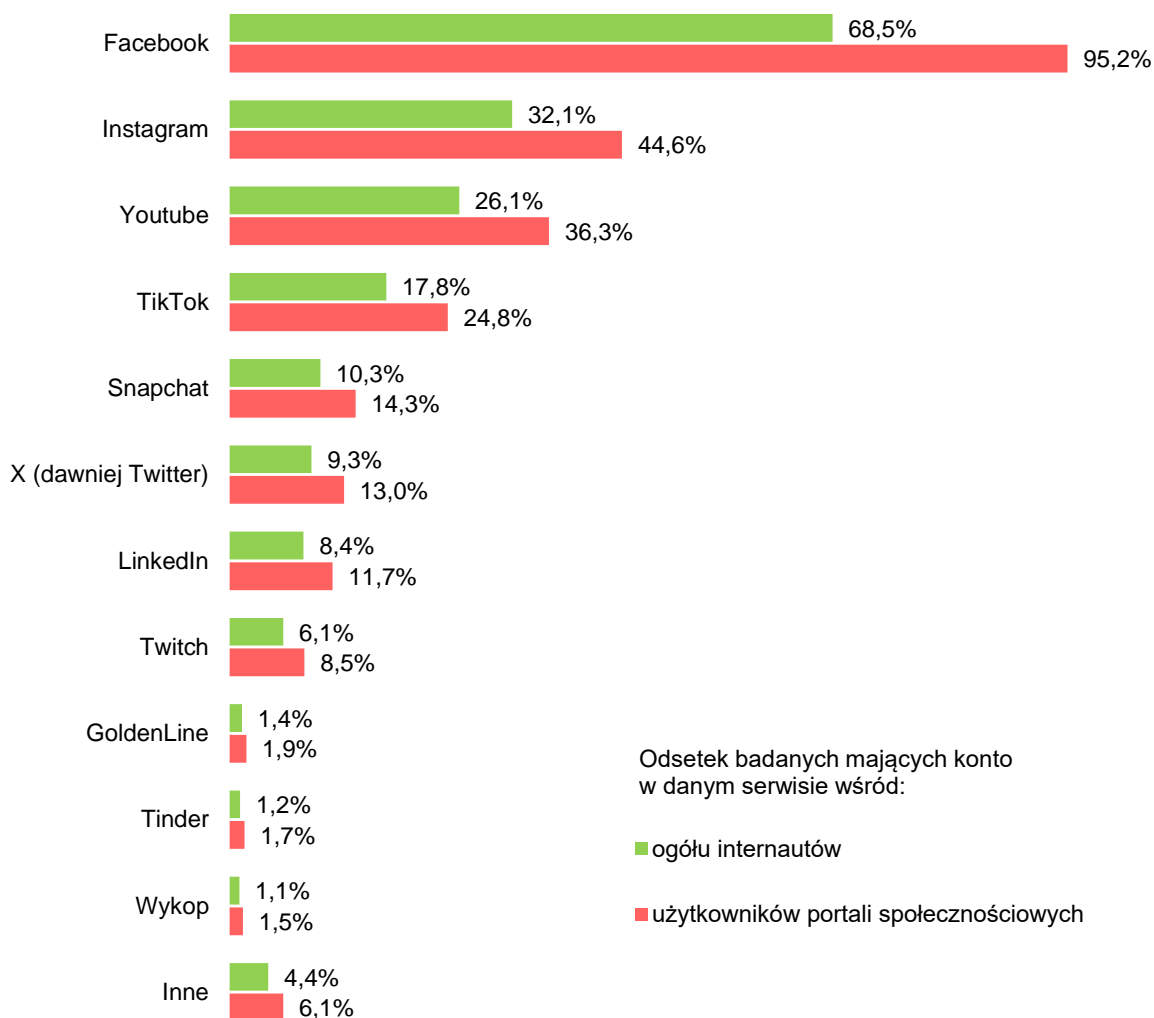
Posiadanie profilu w serwisie społecznościowym częściej deklarują kobiety niż mężczyźni, a uwzględniając inne charakterystyki społeczno-demograficzne zauważyć można, że częściej są to mieszkańcy większych miejscowości oraz respondenci lepiej sytuowani (Rys. 2.51).

Rys. 2.51. Czy zarejestrował(a) się Pan(i), ma Pan(i) konto w jakimś serwisie społecznościowym, jak np. Facebook, Instagram, X (dawniej Twitter), TikTok, GoldenLine, LinkedIn lub podobnym?



Najbardziej popularnym serwisem społecznościowym, podobnie jak pięć lat temu, jest Facebook. Konto na nim posiada zdecydowana większość internautów (68,5%) i niemal wszyscy korzystający z mediów społecznościowych (95,2%). Na drugim miejscu pod względem popularności sytuuje się Instagram, a na trzecim – YouTube. Liczba posiadających konta w tych serwisach jest jednak znacznie mniejsza niż w przypadku Facebooka. Profil na Instagramie ma niemal co trzeci internauta (32,1%), a na YouTube – mniej więcej co czwarty (26,1%). Niemalą popularnością cieszy się także TikTok (17,8% internautów), Snapchat (10,3% internautów) oraz platforma X (9,3% internautów) – Rys. 2.52.

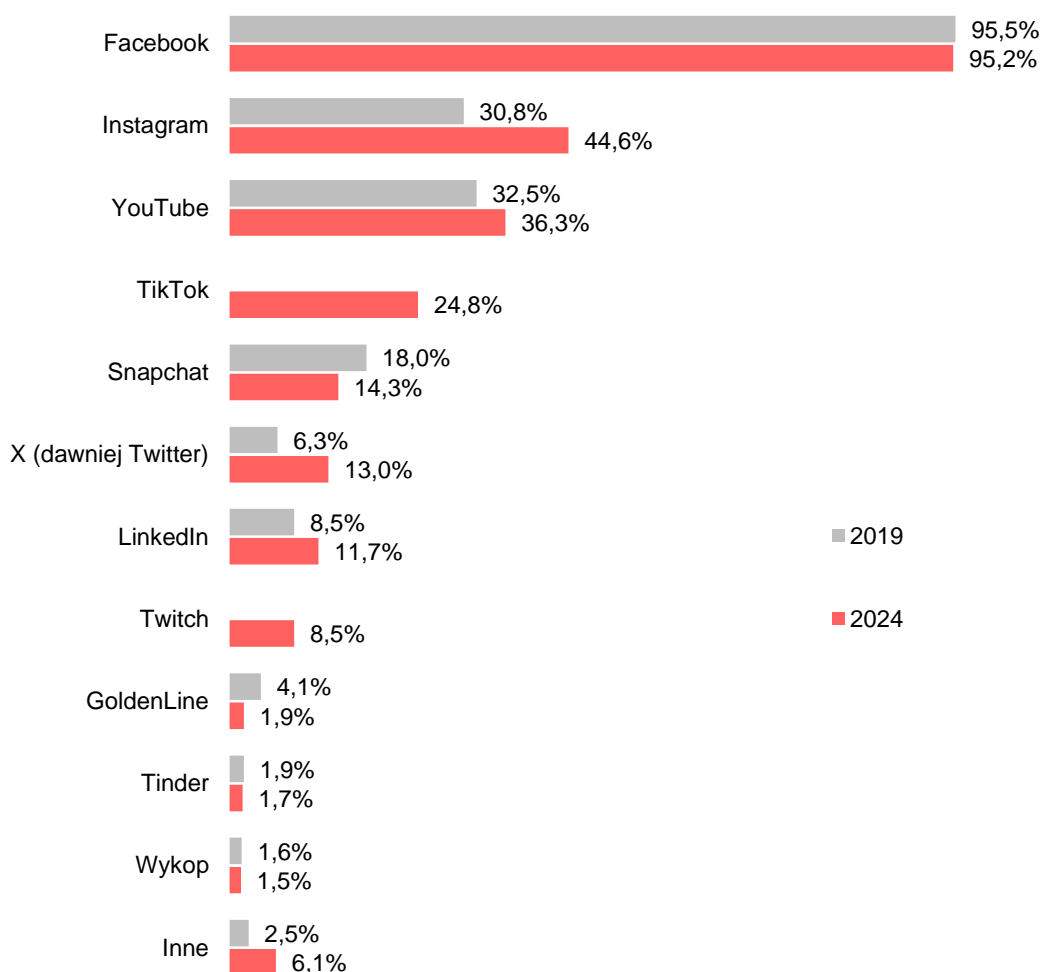
Rys. 2.52. W jakim serwisie społecznościowym ma Pan(i) konto?



W ciągu ostatnich pięciu lat wyraźnie wzrosła popularność Instagrama (z 30,8% do 44,6% użytkowników portali), platformy X (z 6,3% do 13,0% użytkowników portali), a także pewien wzrost rejestrujemy w przypadku YouTube (z 32,5% do 36,3% użytkowników portali) oraz portalu LinkedIn (z 8,5% do 11,7% użytkowników portali) – Rys. 2.53.

Rys. 2.53. W jakim serwisie społecznościowym ma Pan(i) konto?

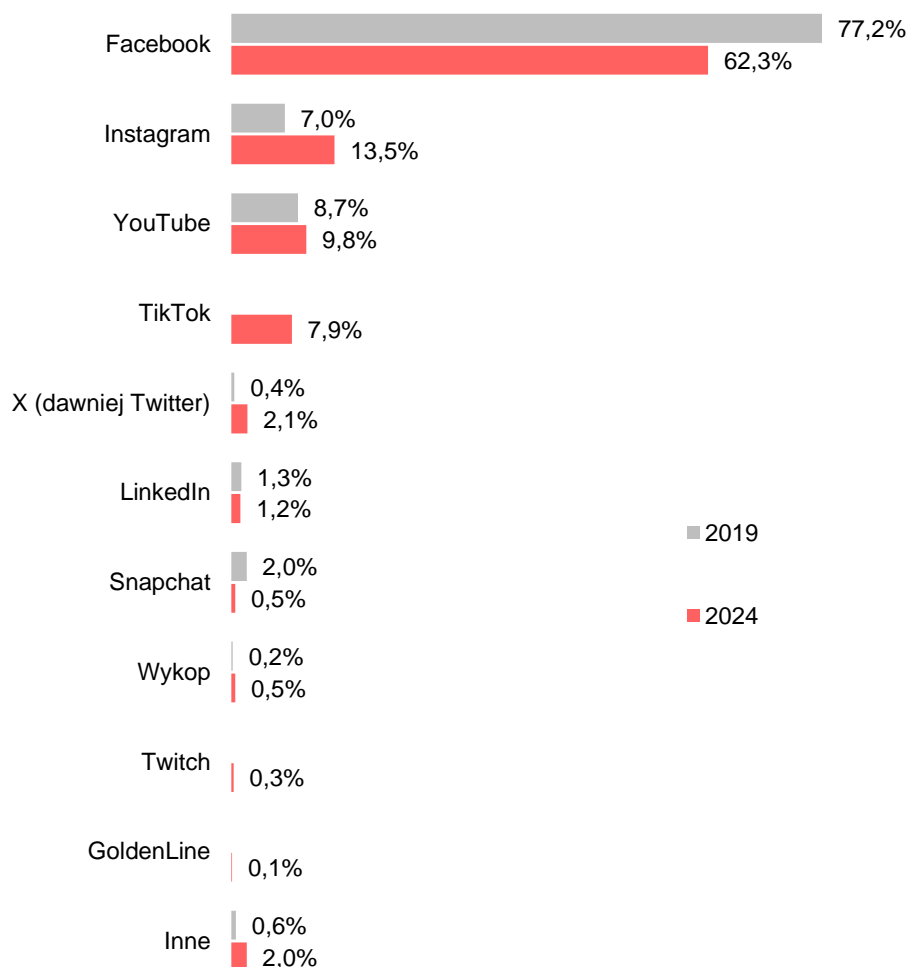
ODPOWIEDZI BADANYCH MAJĄCYCH KONTO W DANYM SERWISIE
WŚRÓD UŻYTKOWNIKÓW PORTALI SPOŁECZNOŚCIOWYCH



O dużej popularności Facebooka świadczy również fakt, że najwięcej ankietowanych wskazało go jako portal, z którego korzystają najczęściej (62,3% użytkowników mediów społecznościowych). Kilukrotnie rzadziej w tym kontekście wymieniane były takie serwisy jak: Instagram (13,5%), YouTube (9,8%) czy też TikTok (7,9%). Dla relatywnie niewielu głównymi portalami są platforma X (2,1%) czy LinkedIn (1,2%). Pozostałe portale wskazywane były jeszcze rzadziej (Rys. 2.54).

Rys. 2.54. Z jakiego serwisu społecznościowego korzysta Pan(i) najczęściej?

ODPOWIEDZI BADANYCH MAJĄCYCH KONTO W DANYM SERWISIE WŚRÓD UŻYTKOWNIKÓW PORTALI SPOŁECZNOŚCIOWYCH



Pomimo dużej popularności Facebook był relatywnie rzadziej wskazywany jako główne medium przez użytkowników serwisów społecznościowych niż pięć lat temu (spadek z 77,2% do 62,3%), natomiast relatywnie częściej wskazywano Instagrama (wzrost z 7,0% do 13,5%), a nieco częściej – platformę X (wzrost z 0,4% do 2,1%) oraz YouTube'a (wzrost z 8,7% do 9,8%).

W dalszej części rozdziału przedstawiono charakterystykę społeczno-demograficzną **użytkowników** uwzględnionych w badaniu mediów społecznościowych. Ze względu na niewielką liczebność niektórych spośród nich w próbie, dane zostały omówione jedynie w sposób opisowy. Z tego samego powodu w niektórych przypadkach nie zostali scharakteryzowani użytkownicy, którzy uznali dany serwis za **główne medium**, z którego korzystają.

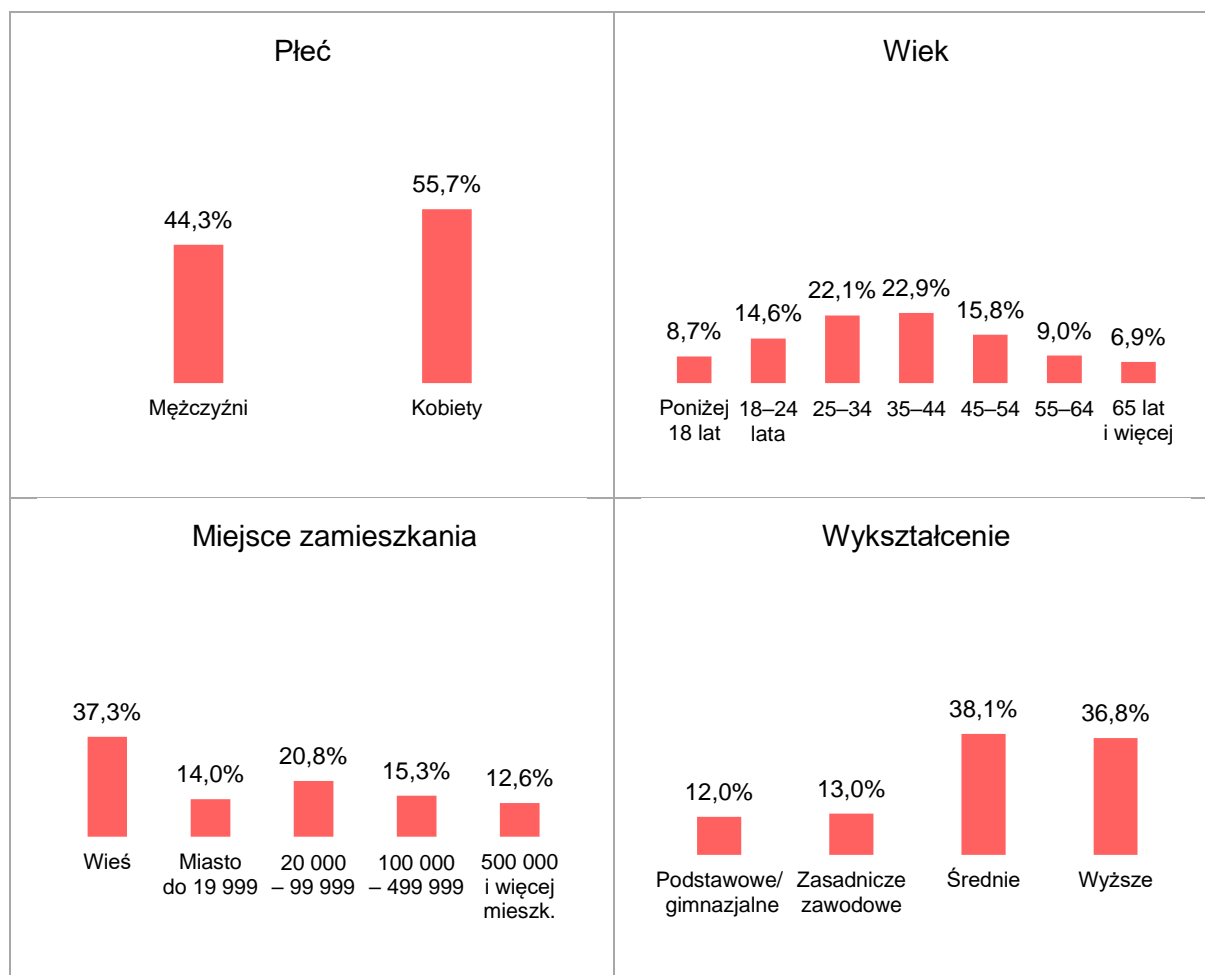
2.9.1. Facebook

Serwis społecznościowy umożliwiający zarejestrowanym użytkownikom tworzenie sieci i grup, a także dzielenie się wiadomościami i zdjęciami.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników Facebooka** (Rys. 2.55)

- Płeć: częściej kobiety (55,7%) niż mężczyźni (44,3%).
- Wiek: najczęściej osoby w wieku 25–34 lat (22,1%) i 35–44 (22,9%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi (37,3%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 62,7%.
- Wykształcenie: przeważnie średnie (38,1%) i wyższe (36,8%).

Rys. 2.55. Ogół użytkowników Facebooka (N=1850)



Na powyższym rysunku przedstawiono społeczno-demograficzną strukturę **ogółu użytkowników** Facebooka. Wśród ankietowanych, którzy zadeklarowali, że Facebook jest **głównym** użytkowanym przez nich serwisem społecznościowym, przeważają kobiety (58,1%), najczęściej są to osoby w wieku 35–44 lata (27,0%), mieszkańcy wsi (39,0%) oraz badani z wykształceniem średnim (40,0%) lub wyższym (37,3%).

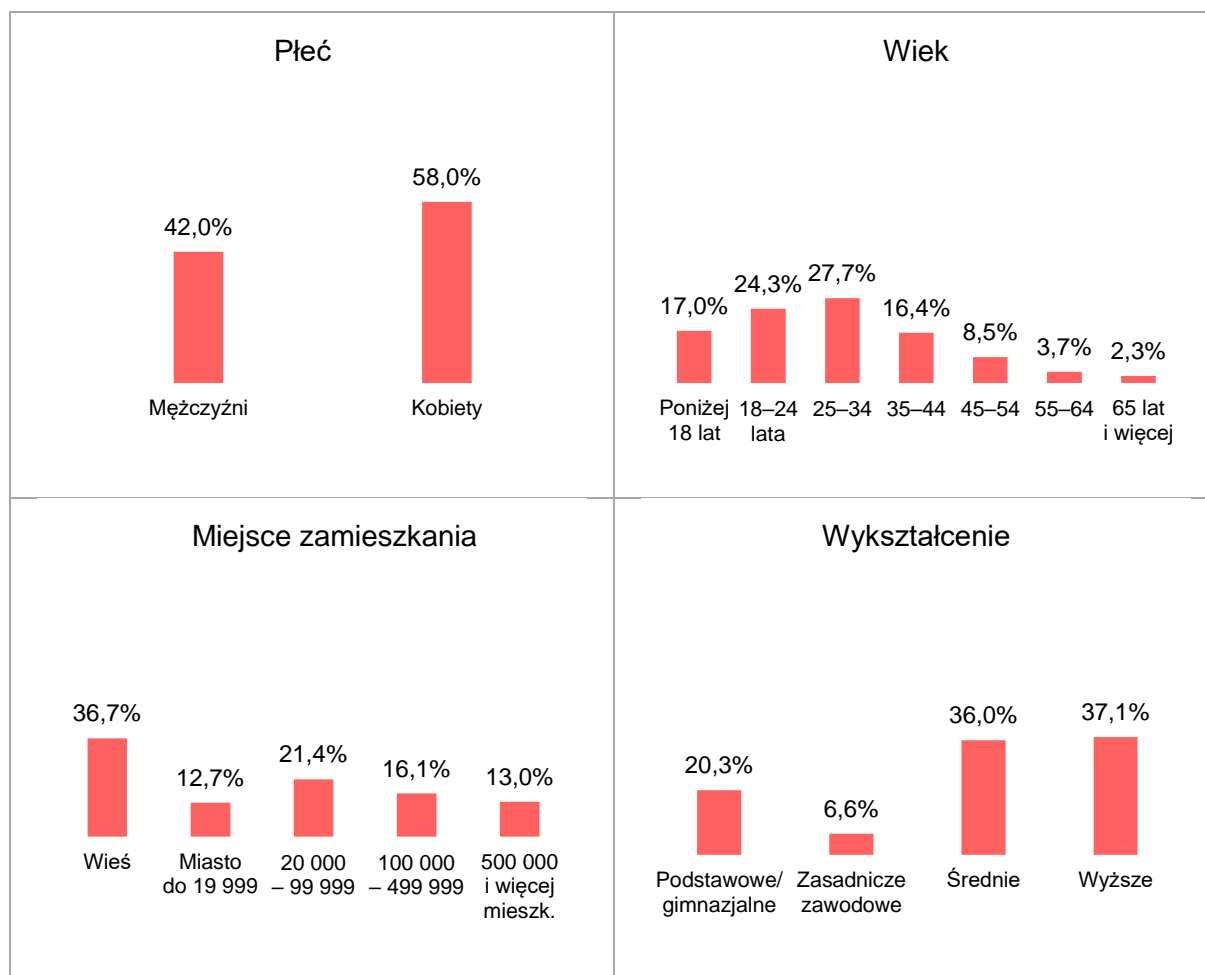
2.9.2. Instagram

Serwis społecznościowy, w ramach którego użytkownicy mogą zamieszczać zdjęcia i filmy.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników Instagrama** (Rys. 2.56)

- Płeć: częściej kobiety (58,0%) niż mężczyźni (42,0%).
- Wiek: najczęściej osoby w wieku 25–34 lata (27,7%) oraz 18–24 lata (24,3%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi (36,7%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 63,2%.
- Wykształcenie: średnie (36,0%) lub wyższe (37,1%).

Rys. 2.56 Ogół użytkowników Instagrama (N=866)



Na powyższym rysunku przedstawiono społeczno-demograficzną strukturę **ogółu użytkowników** Instagrama. Wśród badanych, którzy wskazali, że Instagram jest **głównym** użytkowanym przez nich medium, przeważają kobiety (71,9%), najliczniejszą grupę stanowią ankietowani w wieku 25–34 lata (31,6%), mieszkańcy wsi (35,2%) oraz badani z wykształceniem wyższym (49,4%).

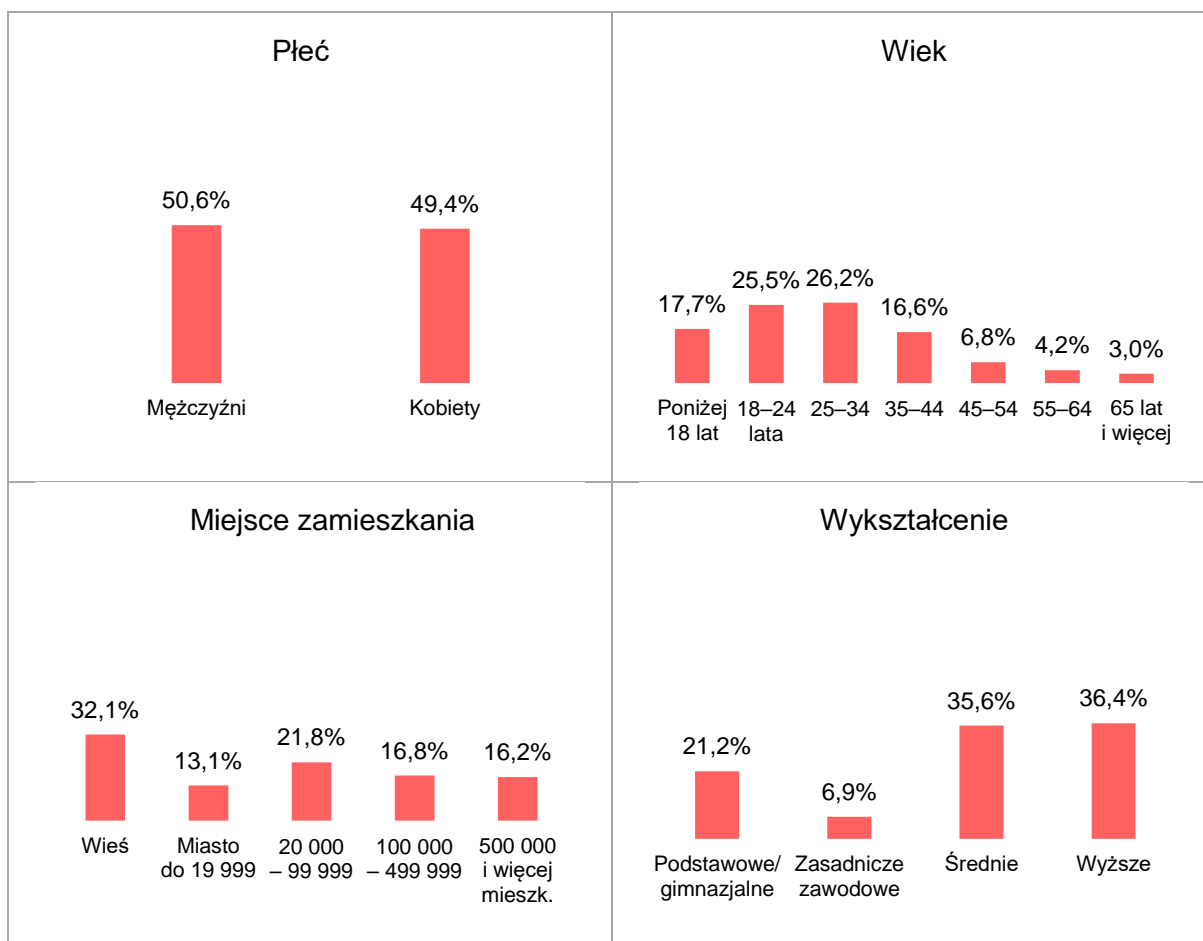
2.9.3. YouTube

Serwis społecznościowy w ramach którego użytkownicy mogą udostępniać, nadawać na żywo i komentować filmy.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników YouTube** (Rys. 2.57)

- Płeć: praktycznie równie często kobiety (49,4%) i mężczyźni (50,6%).
- Wiek: najczęściej osoby w wieku 18–24 lata (25,5%) oraz 25–34 lata (26,2%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi (32,1%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 67,9%.
- Wykształcenie: średnie (35,6%) lub wyższe (36,4%).

Rys. 2.57. Ogół użytkowników YouTube (N=704)



Na powyższym rysunku przedstawiono społeczno-demograficzną strukturę **ogółu użytkowników** YouTube. Wśród ankietowanych, którzy zadeklarowali, że YouTube jest **głównym** użytkowanym przez nich serwisem społecznościowym, przeważają mężczyźni (71,6%), najczęściej są to osoby w wieku 18–24 lata (31,1%), mieszkańcy wsi (24,2%) i miast liczących od 20 000 do 99 999 mieszkańców (24,2%) oraz badani z wykształceniem średnim (44,7%).

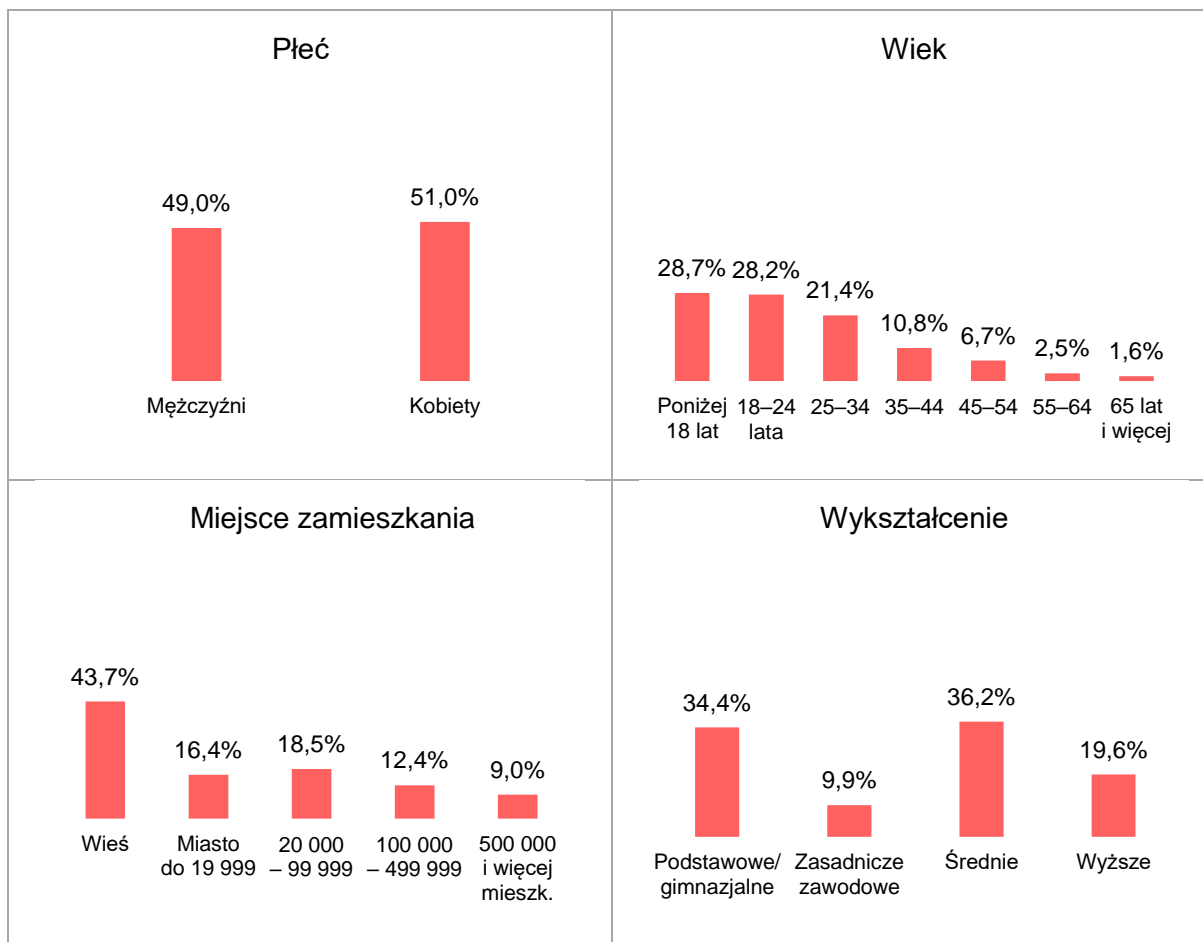
2.9.4. TikTok

Serwis społecznościowy, którego główna funkcja polega na oglądaniu i publikowaniu krótkich filmów wideo.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników TikToka** (Rys. 2.58)

- Płeć: nieco częściej kobiety (51,0%) niż mężczyźni (49,0%).
- Wiek: najczęściej osoby poniżej 18 roku życia (28,7%) oraz w wieku 18–24 lata (28,2%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi (43,7%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 56,3%.
- Wykształcenie: najczęściej podstawowe lub gimnazjalne (34,4%) i średnie (36,2%).

Rys. 2.58. Ogół użytkowników TikToka (N=481)



Na powyższym rysunku przedstawiono społeczno-demograficzną strukturę **ogółu użytkowników TikToka**. Wśród ankietowanych, którzy zadeklarowali, że TikTok jest **głównym** użytkowaniem przez nich serwisem społecznościowym, nieco ponad połowę stanowią kobiety (53,9%), najczęściej są to osoby do 18 roku życia (34,8%), mieszkańcy wsi (50,6%) oraz badani z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym (46,5%).

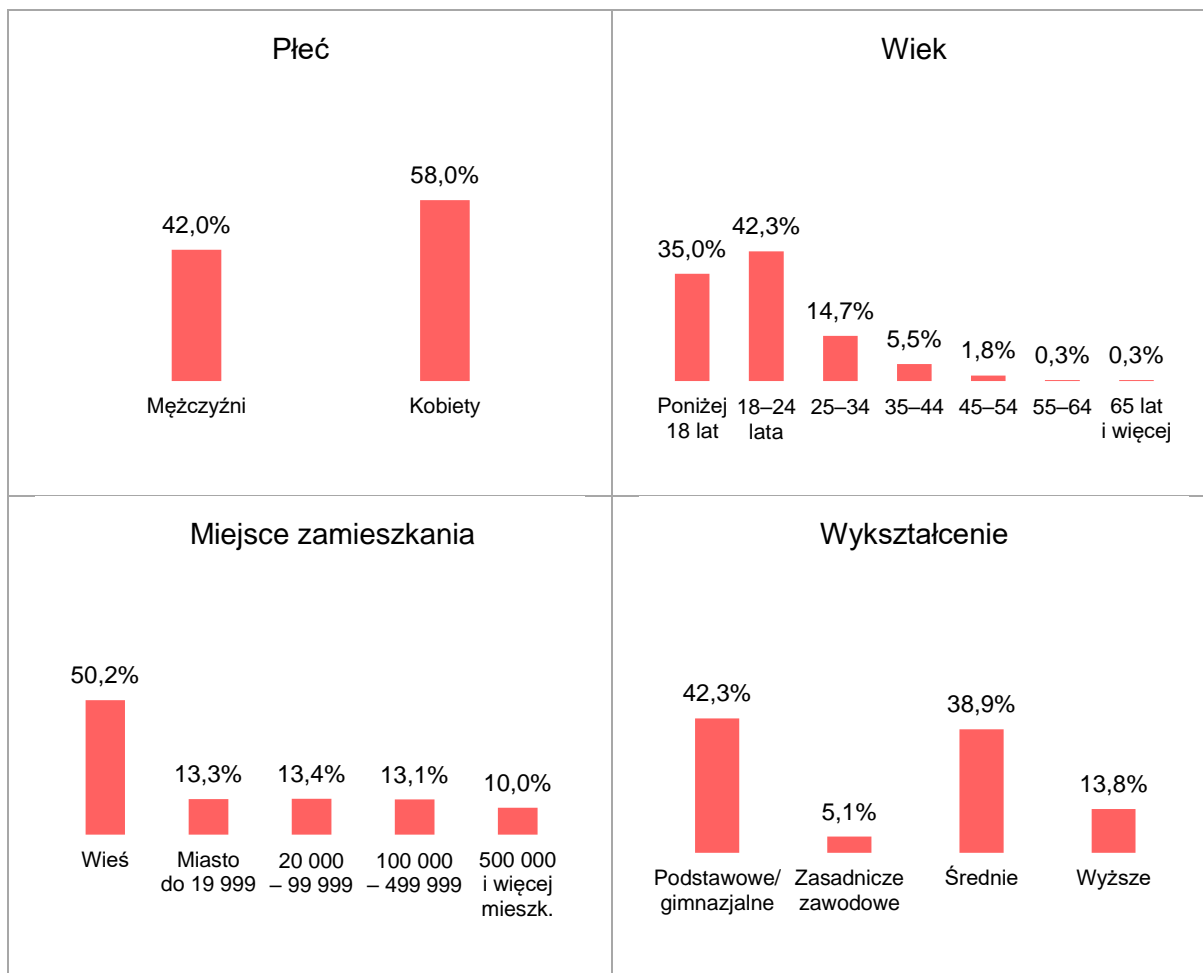
2.9.5. Snapchat

Serwis społecznościowy umożliwiający wysyłanie filmów i zdjęć, które można oglądać przez określony czas.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników Snapchata** (Rys. 2.59)

- Płeć: częściej kobiety (58,0%) niż mężczyźni (42,0%).
- Wiek: najczęściej osoby w wieku 18–24 lata (42,3%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi (50,2%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 49,8%.
- Wykształcenie: najczęściej podstawowe lub gimnazjalne (42,3%) i średnie (38,9%).

Rys. 2.59. Ogół użytkowników Snapchata (N=278)



Ze względu na niewielką liczebność w próbie osób, które jako **główny** użytkowany serwis wskazały Snapchata, nie zostały one scharakteryzowane.

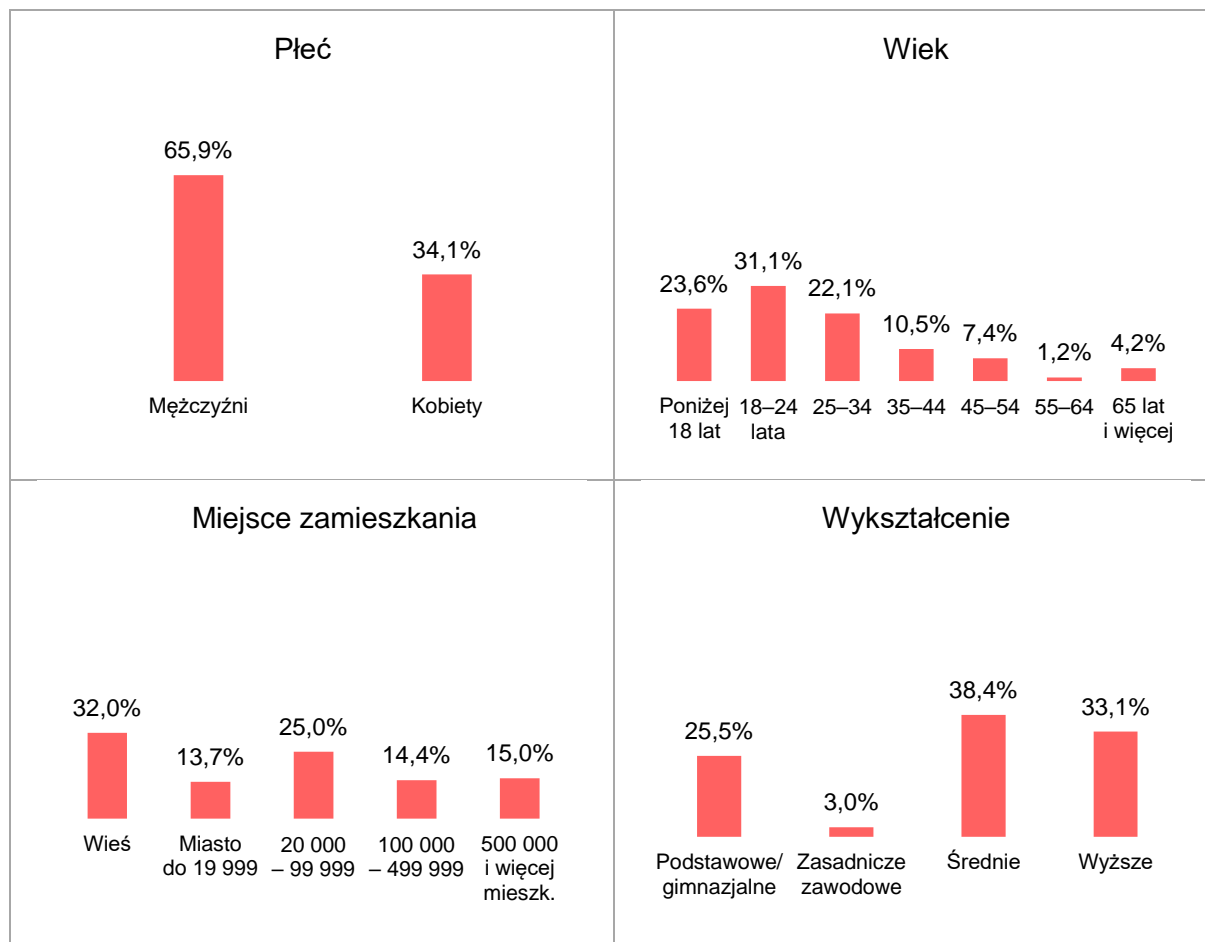
2.9.6. X (dawniej Twitter)

Serwis społecznościowy umożliwiający publikowanie krótkich wiadomości, zdjęć i filmów oraz komentowanie ich.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników X (dawniej Twittera)** (Rys. 2.60)

- Płeć: częściej mężczyźni (65,9%) niż kobiety (34,1%).
- Wiek: najczęściej osoby w wieku 18–24 lata (31,1%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi (32,0%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 68,1%.
- Wykształcenie: na ogół średnie (38,4%) lub wyższe (33,1%).

Rys. 2.60. Ogół użytkowników X (dawniej Twittera) (N=252)



Na powyższym rysunku przedstawiono społeczno-demograficzną strukturę **ogółu użytkowników X (dawniej Twitter)**. Wśród ankietowanych, którzy zadeklarowali, że platforma X (dawniej Twitter) jest **głównym** użytkowanym przez nich serwisem społecznościowym, przeważają mężczyźni, najczęściej są to badani w wieku 18–24 lata lub 25–34 lata, mieszkańcy miast liczących od 20 000 do 99 999 mieszkańców oraz badani z wykształceniem wyższym.

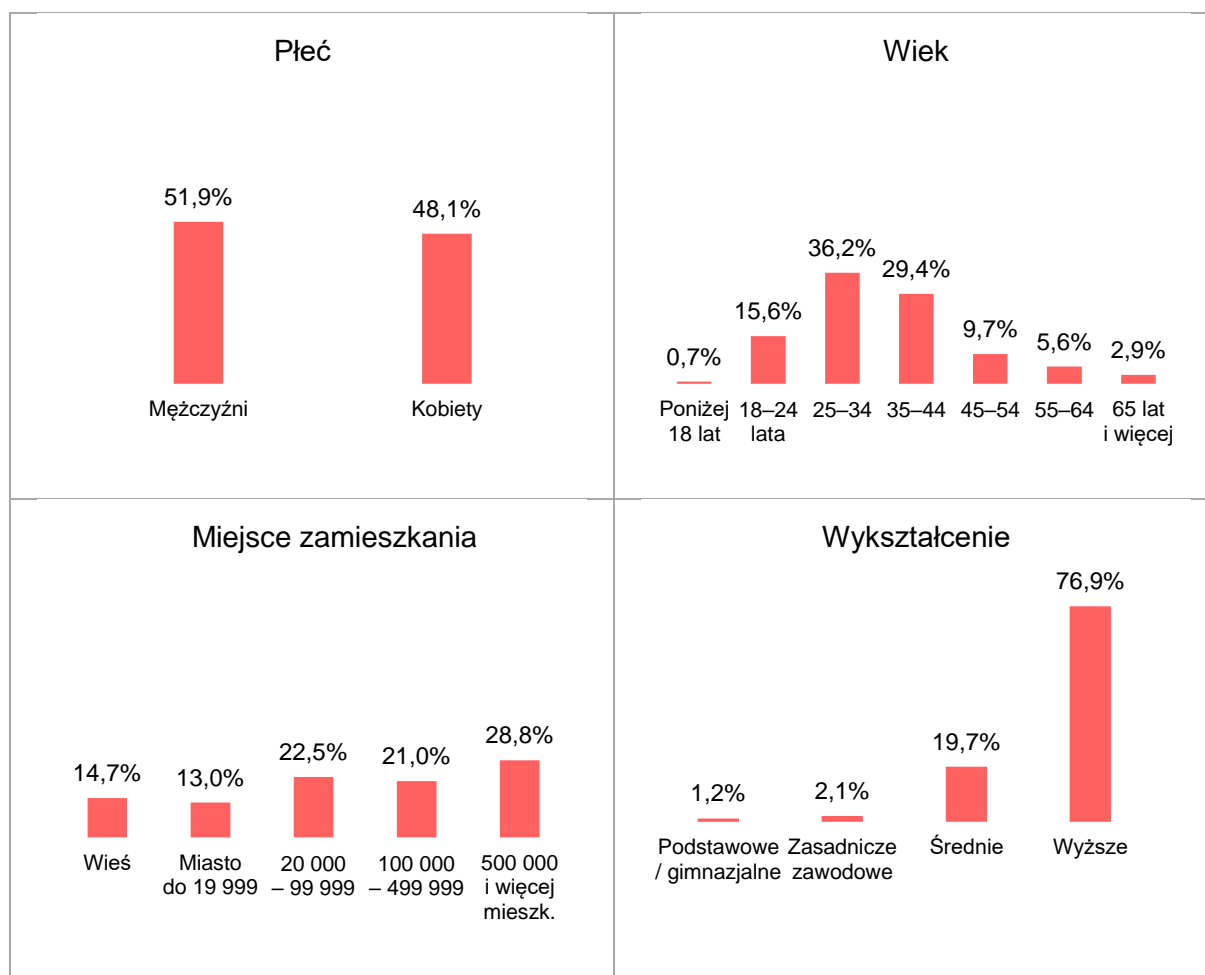
2.9.7. LinkedIn

Międzynarodowy serwis społecznościowy o charakterze zawodowym, umożliwiający nawiązywanie kontaktów zawodowo-biznesowych.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników LinkedIn** (Rys. 2.61)

- Płeć: nieco częściej mężczyźni (51,9%) niż kobiety (48,1%).
- Wiek: przeważnie osoby w wieku 25–34 lata (36,2%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy największych miast (28,8%). Niewielka reprezentacja mieszkańców wsi (14,7%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 85,3%
- Wykształcenie: przeważnie wyższe (76,9%).

Rys. 2.61. Ogół użytkowników LinkedIn (N=227)



Ze względu na niewielką liczebność w próbie osób, które jako **główny** użytkowany serwis wskazały LinkedIn, nie zostały one scharakteryzowane.

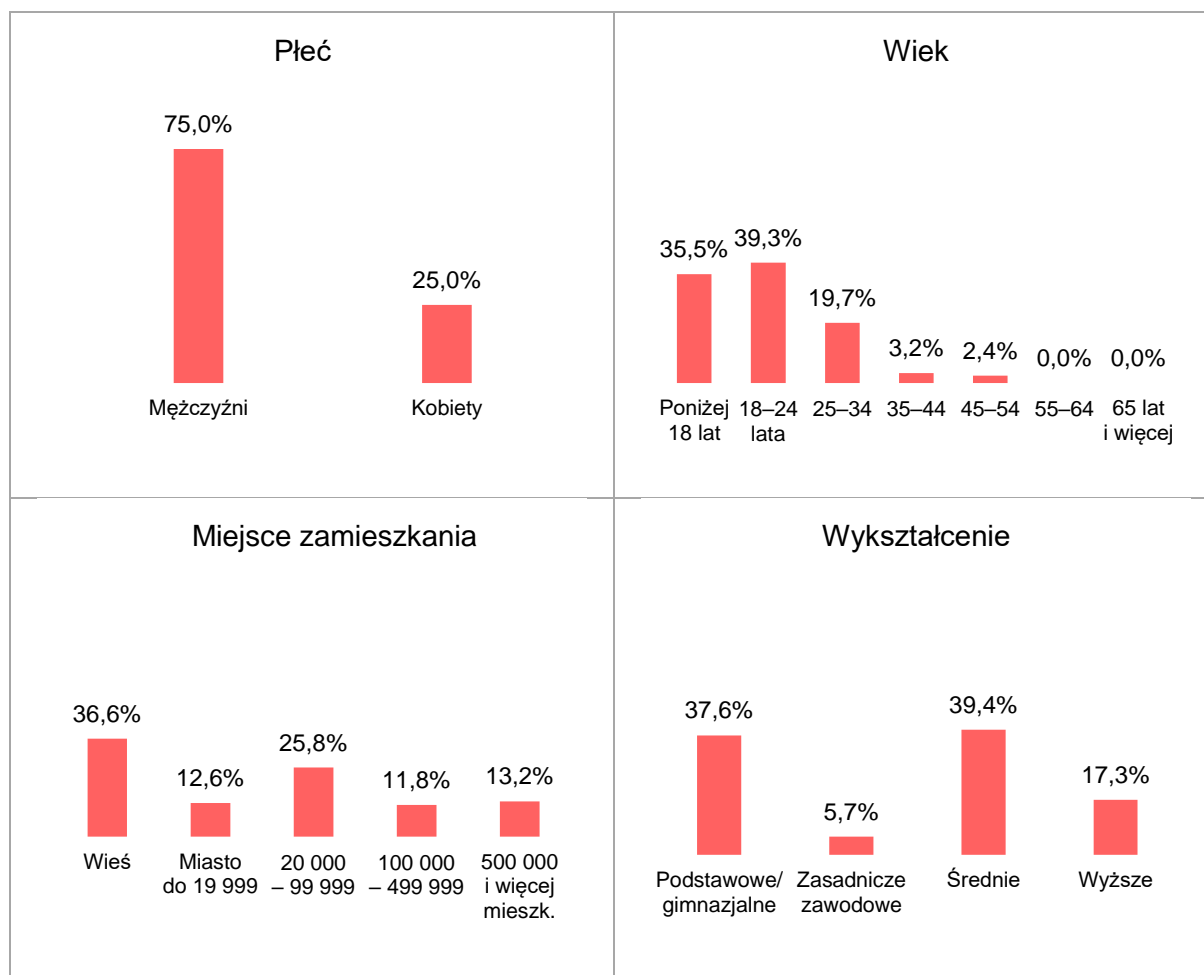
2.9.8. Twitch

Serwis społecznościowy umożliwiający transmisję wideo na żywo, wykorzystywany przede wszystkim do transmisji gier komputerowych oraz rozgrywek sportu elektronicznego.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników Twitcha** (Rys. 2.62)

- Płeć: częściej mężczyźni (75,0%) niż kobiety (25,0%).
- Wiek: przeważnie osoby w wieku 18–24 lata (39,3%) oraz poniżej 18 roku życia (35,5%).
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi (36,6%), mieszkańcy miast (łącznie różnej wielkości) – 63,4%.
- Wykształcenie: przeważnie średnie (39,4%) i podstawowe lub gimnazjalne (37,6%).

Rys. 2.62. Ogół użytkowników Twitcha (N=165)



Ze względu na niewielką liczebność w próbie osób, które jako **główny** użytkowany serwis wskazały Twitcha, nie zostały one scharakteryzowane.

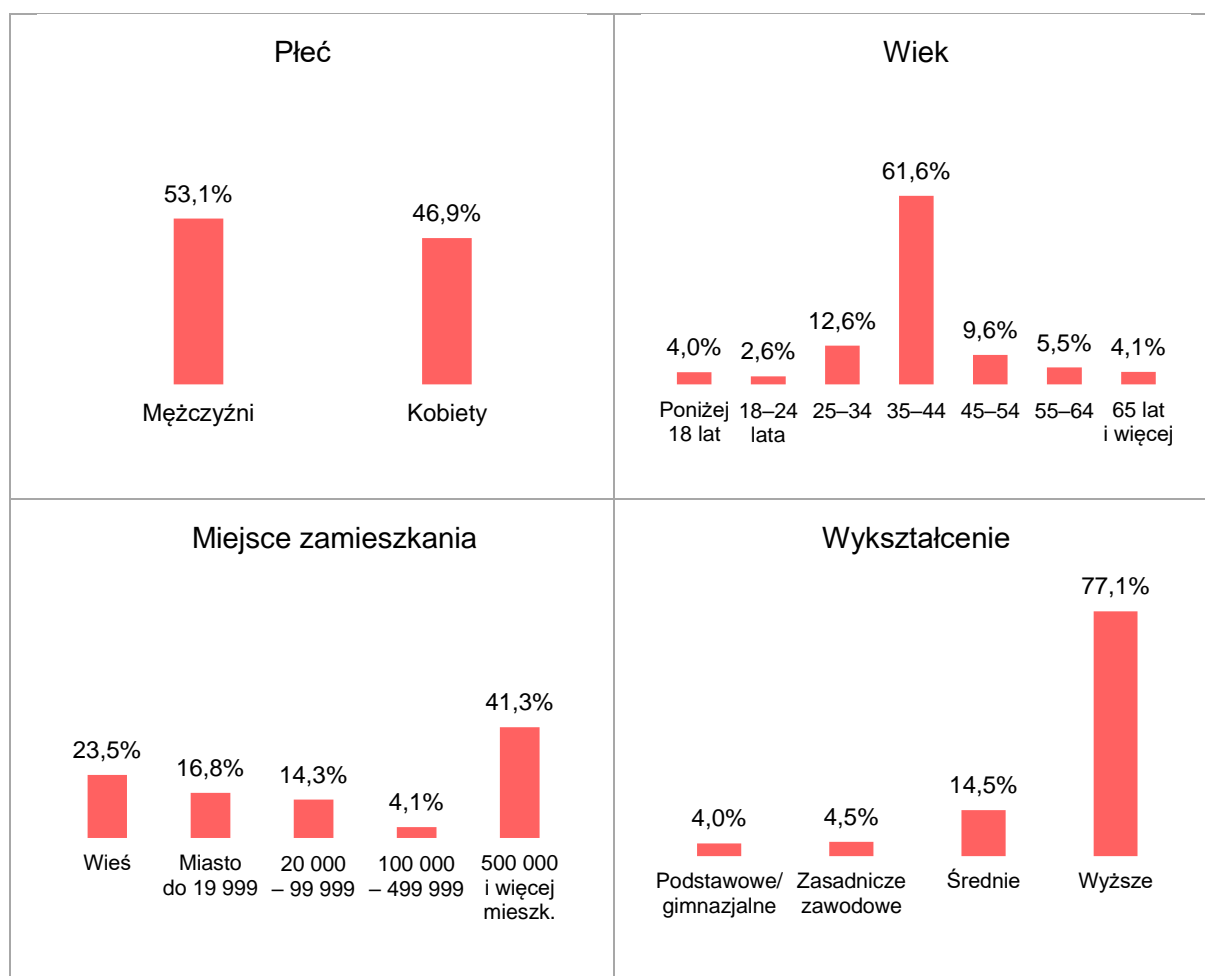
2.9.9. GoldenLine

Polski serwis społecznościowy o charakterze zawodowym, specjalizujący się w kontaktach zawodowo-biznesowych.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników GoldenLine** (Rys. 2.63)

- Płeć: trochę częściej mężczyźni niż kobiety.
- Wiek: przeważnie osoby w wieku 35–44 lata.
- Miejsce zamieszkania: najczęściej mieszkańcy największych miast.
- Wykształcenie: na ogół wyższe.

Rys. 2.63. Ogół użytkowników GoldenLine (N=38)



Ze względu na niewielką liczebność w próbie osób, które jako **główny** użytkowany serwis wskazały GoldenLine, nie zostały one scharakteryzowane.

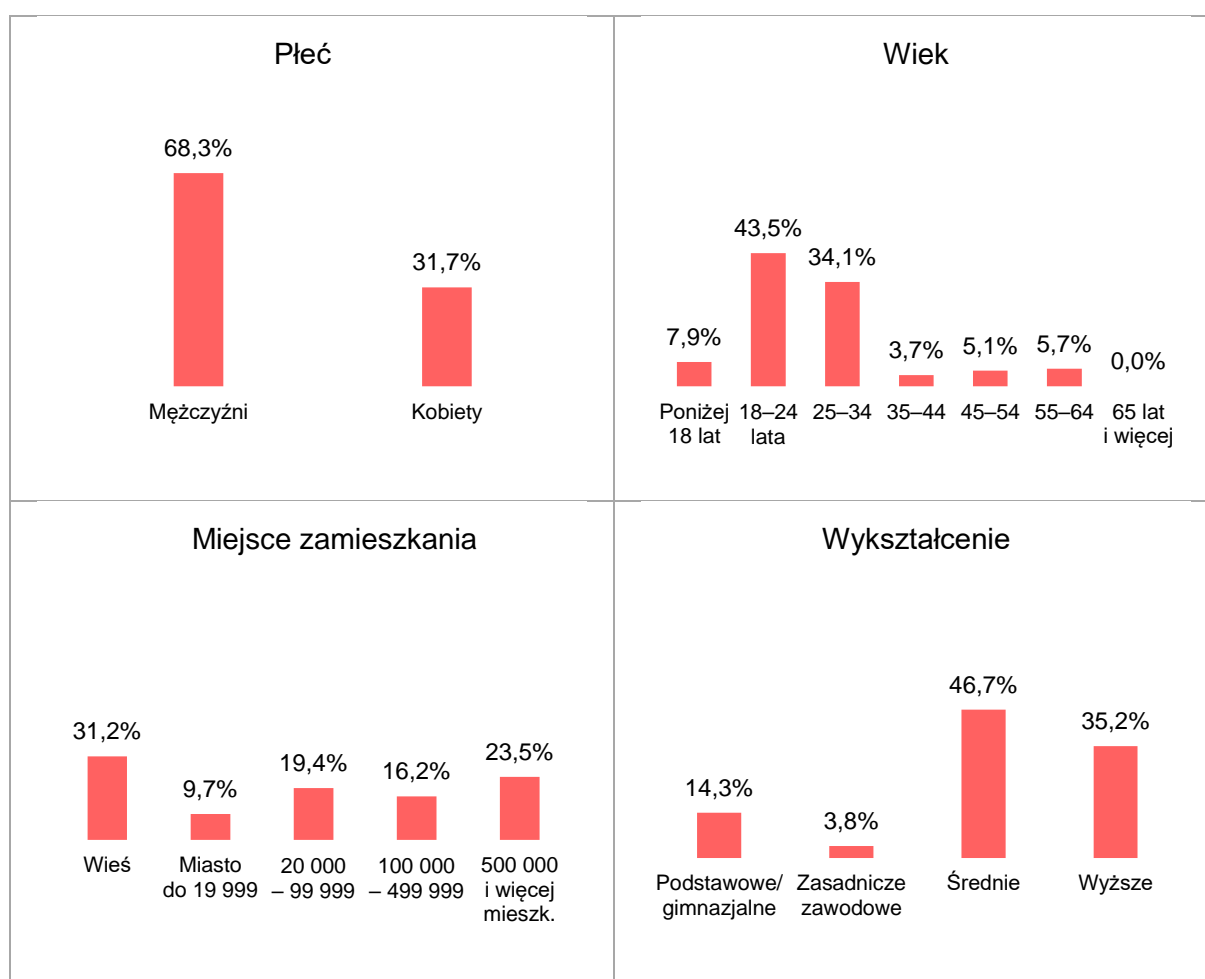
2.9.10. Tinder

Randkowy serwis społecznościowy.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników Tindera** (Rys. 2.64)

- Płeć: częściej mężczyźni niż kobiety.
- Wiek: przeważnie osoby w wieku 18–24 lat.
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji – najczęściej mieszkańcy wsi.
- Wykształcenie: najczęściej średnie.

Rys. 2.64. Ogół użytkowników Tindera (N=32)



Ze względu na niewielką liczebność w próbie osób, które jako **główny** użytkowany serwis wskazały Tindera, nie zostały one scharakteryzowane.

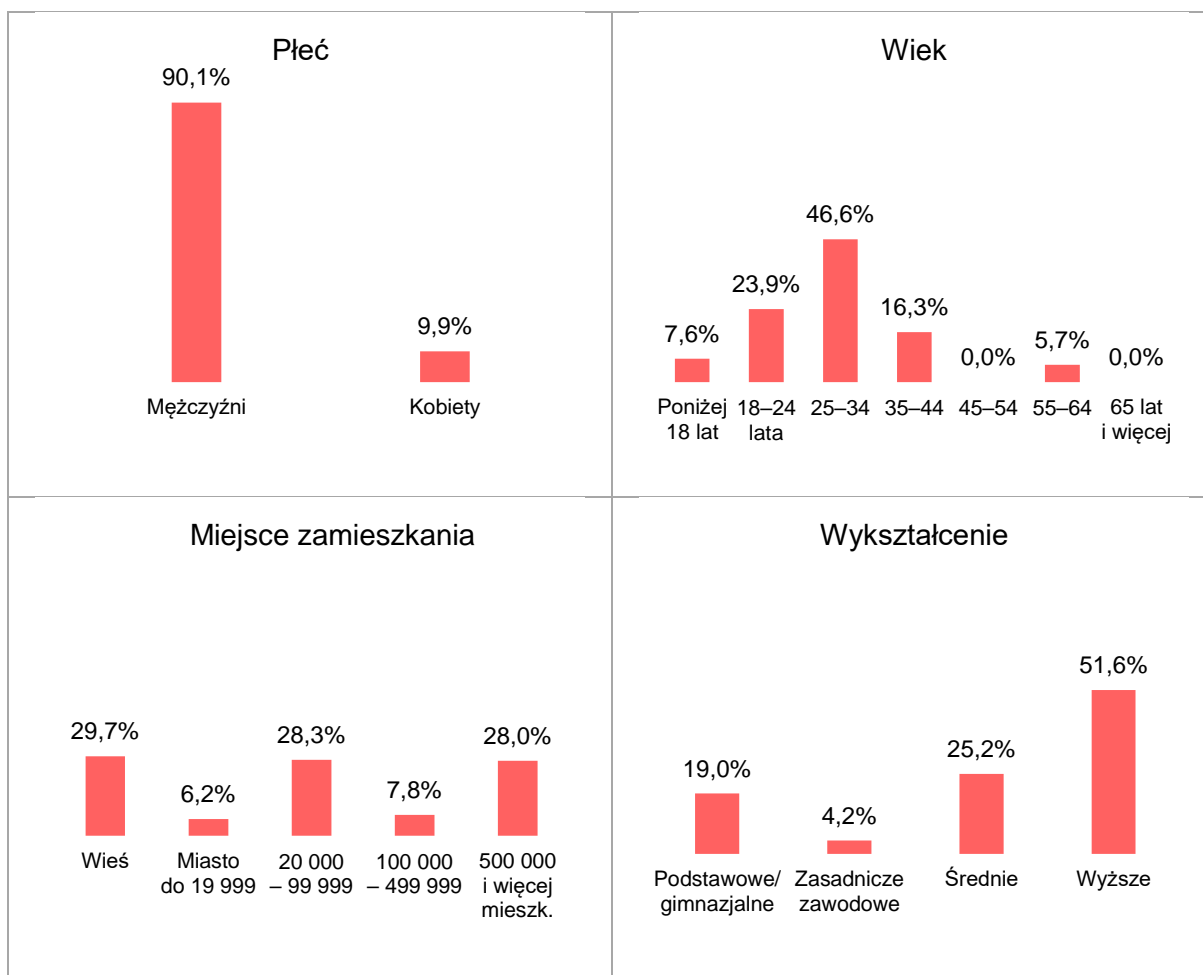
2.9.11. Wykop

Polski serwis społecznościowy specjalizujący się w odnajdywaniu ciekawych informacji w Internecie i przedstawianiu ich innym użytkownikom.

Charakterystyka społeczno-demograficzna **użytkowników Wykopu** (Rys. 2.65)

- Płeć: przeważnie mężczyźni.
- Wiek: przeważnie osoby w wieku 25–34 lata.
- Miejsce zamieszkania: w ramach uwzględnionej kategoryzacji najczęściej mieszkańcy wsi, miast liczących od 20 000 – 99 999 mieszkańców oraz dużych miast.
- Wykształcenie: najczęściej wyższe.

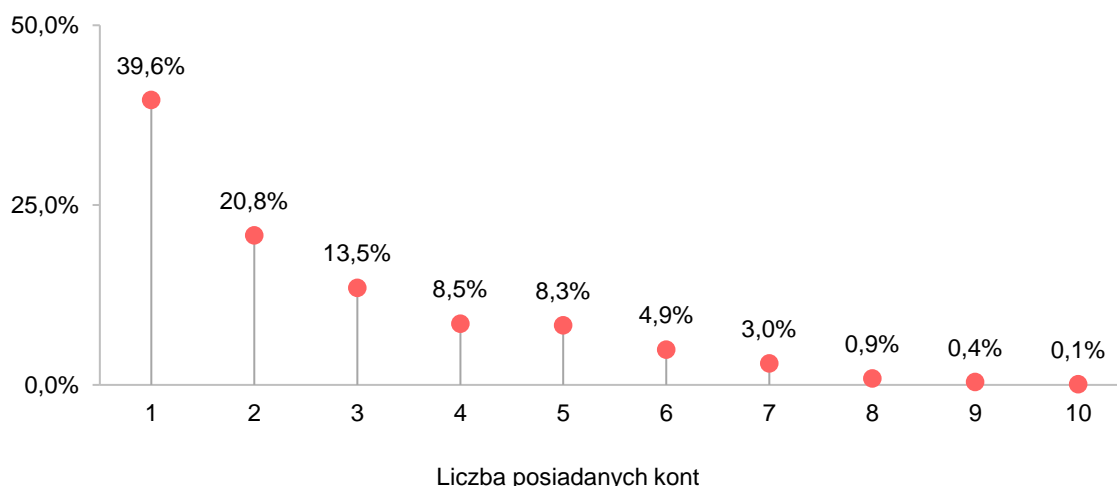
Rys. 2.65. Ogół użytkowników Wykopu (N=29)



Ze względu na niewielką liczebność w próbie osób, które jako **główny** użytkowany serwis wskazały Wykop, nie zostały one scharakteryzowane.

Wprawdzie największa część użytkowników mediów społecznościowych (39,6%) jest zarejestrowana tylko w jednym serwisie (modalna=1), jednak większość ma konto w więcej niż w jednym medium (60,4%). Średnio użytkownicy korzystają z mniej więcej trzech platform (średnia=2,59), natomiast wartość mediany wynosi 2. Blisko dwie piąte najbardziej aktywnych użytkowników (39,6%) ma konto na co najmniej trzech portalach – Rys. 2.66.

Rys. 2.66. Liczba portali społecznościowych, na których internauci mają konto



Badani bardzo aktywnie korzystający z mediów społecznościowych, tj. zarejestrowani w co najmniej trzech serwisach, to częściej mężczyźni niż kobiety (44,4% wobec 35,6%), osoby młodsze (86,7% poniżej 18 roku życia i 74,7% w wieku 18–24 lata), trochę częściej mieszkające w największych miastach (43,4%) oraz respondenci z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym (76,9%). Ten ostatni związek stanowi pochodną młodego wieku.

Jak wynika z analiz¹⁶, rejestrowanie się w kolejnych serwisach nie jest przypadkowe, lecz podlega pewnym określonym regułom. Korzystanie z Instagrama koreluje z posiadaniem konta również na YouTube, TikToku czy na Snapchacie. Portale te należą do najbardziej popularnych, pod względem częstości korzystania sytuują się na kolejnych pozycjach za Facebookiem. W odróżnieniu jednak od Facebooka, wśród ich użytkowników zdecydowanie przeważają młode osoby – do 35 roku życia. Ponadto ich użytkownikami są częściej kobiety niż mężczyźni bądź też zachowana jest równowaga płci. Druga grupa mediów skupia natomiast te wyraźnie preferowane przez mężczyzn, a wśród nich znalazły się: Wykop, Twitch, platforma X, a także Tinder. Kolejna grupa koncentruje te o charakterze zawodowym

¹⁶ Zastosowano analizę głównych składowych.

i zaliczają się do niej GoldenLine oraz LinkedIn. Osobną kategorię stanowią Facebook wraz z bardziej niszowymi platformami. Posiadanie konta na najbardziej popularnym portalu, tj. na Facebooku jest ujemnie skorelowane z korzystaniem z innych, bardziej niszowych mediów. Jeśli ktoś posiada konto na Facebooku, jest mało prawdopodobne, aby był zarejestrowany na mniej powszechnej platformie – Tab. 2.1.

Tab. 2.1. Korzystanie z serwisów społecznościowych – wyniki analizy głównych składowych

Serwisy społecznościowe	Główne składowe			
	Popularne, z dużym udziałem młodych	Preferowane przez mężczyzn	Wizytówki zawodowe	Facebook
Snapchat	0,774	0,102	-0,102	-0,026
TikTok	0,767	0,054	-0,082	0,019
Instagram	0,684	0,024	0,169	0,000
YouTube	0,612	0,316	0,238	0,045
Wykop	-0,198	0,797	0,051	-0,074
Twitch	0,424	0,583	-0,055	0,126
X	0,384	0,568	0,108	0,139
Tinder	0,209	0,235	0,035	0,048
GoldenLine	0,067	0,115	0,805	0,097
LinkedIn	0,010	-0,008	0,740	-0,072
Facebook	0,143	0,039	-0,081	-0,797
Inne	0,167	0,141	-0,065	0,679

2.10. Problemowe korzystanie z serwisów społecznościowych

2.10.1. Indeks Bergen

W celu ustalenia skali zjawiska problemowego korzystania z mediów społecznościowych i określenia jego zróżnicowania wykorzystano adaptację Skali Uzależnienia od Facebooka (the Bergen Facebook Addiction Scale). Oryginalna skala składa się z 18 stwierdzeń odnoszących się do 6 głównych komponentów uzależnienia: istotności, zmian nastroju, tolerancji, objawów abstynencji, konfliktu i nawrotów¹⁷. W badaniu wykorzystano skróconą wersję skali, składającą się z 6 stwierdzeń, w jej polskiej adaptacji.

¹⁷ Por. E. Charzyńska, J. Gózdź, *W sieci uzależnienia. Polska adaptacja Skali Uzależnienia od Facebooka (the Bergen Facebook Addiction Scale)* C. S. Andreassen, T. Torsheima, G. S. Brunborga i S. Pallesen, „Chowanna” nr 1, 2014.

Skala została zastosowana w odniesieniu do głównego portalu używanego przez respondenta, a stwierdzenia w niej stosowane sformułowane były w następujący sposób:

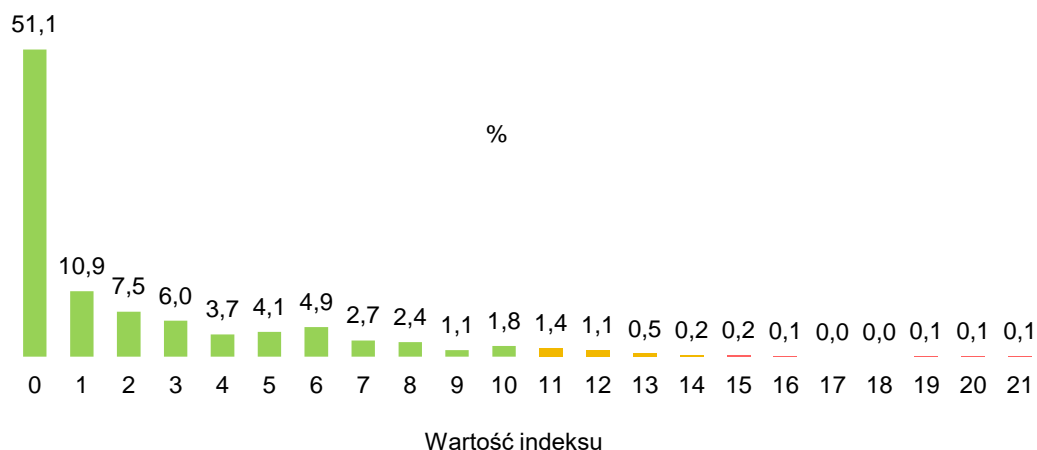
- Spędzam dużo czasu myśląc o serwisie [nazwa serwisu] lub planując, co na nim zrobię.
- Czuję potrzebę, aby coraz więcej korzystać z serwisu [nazwa serwisu].
- Wchodzę na [nazwa serwisu], by zapomnieć o swoich problemach osobistych.
- Próbowałem(a)m ograniczyć korzystanie z serwisu [nazwa serwisu], ale mi się to nie udawało.
- Gdy nie mam dostępu do serwisu [nazwa serwisu] lub nie mogę na niego zajrzeć, odczuwam niepokój lub pogarsza mi się nastrój.
- Spędzam tyle czasu na serwisie [nazwa serwisu], że ma to negatywny wpływ na moją pracę/ naukę.

Ankietowani oceniali, na ile powyższe stwierdzenia pasują do sposobu, w jaki korzystają z najczęściej używanego przez nich medium, stosując pięciostopniową skalę, której kolejnym kategoriom przypisane zostały wartości liczbowe według następującego porządku:

- 0 – rzadko/ nigdy,
- 1 – od czasu do czasu,
- 2 – dość często,
- 3 – często,
- 4 – zawsze/ bardzo często.

Suma odpowiedzi respondentów dla kolejnych sześciu stwierdzeń zawierała się w przedziale teoretycznym od 0 (sześciokrotna odpowiedź „rzadko/ nigdy”) do 24 (sześciokrotna odpowiedź „zawsze/ bardzo często”), w naszym badaniu nie osiągnęła jednak wartości wyższej niż 21 punktów (Rys. 2.67).

Rys. 2.67. Indeks problemowego korzystania z mediów społecznościowych (Indeks Bergen)



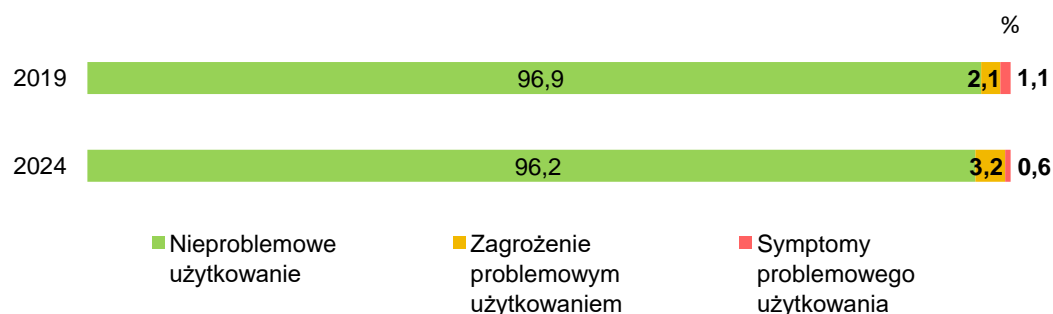
Wartości indeksu zostały zagregowane do trzech kategorii:

- nieproblemowe używanie (od 0 do 10 punktów),
- ryzyko problemowego używania (od 11 do 14 punktów),
- symptomy problemowego używania (15 punktów lub więcej).

Zgodnie z tak określoną miarą, 96,2% użytkowników korzysta z serwisów społecznościowych w sposób niewykazujący symptomów problemowego korzystania, kolejne 3,2% należy do grupy zagrożonych, a 0,6% wykazuje pewne symptomy problemowego użytkowania (Rys. 2.68).

W stosunku do 2019 roku udział użytkowników niewykazujących symptomów problemowego korzystania z serwisów społecznościowych zmienił się jedynie w niewielkim stopniu.

Rys. 2.68. Indeks problemowego korzystania z mediów społecznościowych (Indeks Bergen) – wartości zrekodowane



Ze względu na niewielkie liczebności oraz trudności w jednoznacznym stwierdzeniu problemowego korzystania z portali społecznościowych na podstawie zastosowanej techniki badawczej (stwierdzenie takie wymagałoby realizacji serii indywidualnych badań psychologicznych), kategorię zagrożonych problemowym korzystaniem oraz kategorię wykazującą symptomy problemowego korzystania w toku dalszych analiz potraktowano łącznie jako jedną grupę ryzyka, zagrożoną problemowym używaniem (3,8%). Wprawdzie w ciągu ostatnich pięciu lat udział zagrożonych problemowych korzystaniem z mediów społecznościowych wśród ich użytkowników zmienił się jedynie w niewielkim stopniu (wzrost z 3,2% do 3,8%; Rys. 2.68), lecz wzrósł także udział użytkowników serwisów społecznościowych wśród ogółu osób w wieku 15+. W 2019 roku 1,5% osób w wieku 15+ należało do grupy ryzyka, natomiast obecnie odsetek ten wynosi 2,3%.

Zagrożenie problemowym korzystaniem z mediów społecznościowych zależne jest przede wszystkim od wieku. Bardziej zagrożone nim są młode osoby poniżej 25 roku życia (7,7% zagrożonych). Trochę częściej do grup ryzyka należą kobiety niż mężczyźni (4,6% wobec 2,9%), mieszkańcy wsi (4,8%) oraz miast liczących od 20 000 do 99 999 mieszkańców (4,4%), a także badani z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym (6,7%), co w znacznej mierze jest pochodną młodego wieku.

Z analiz wielozmiennowych¹⁸ wynika, że wśród młodych badanych poniżej 25 roku życia będących w grupie ryzyka kluczowe znaczenie ma płeć. Młode kobiety są kilkakrotnie bardziej zagrożone problemowym korzystaniem z mediów społecznościowych niż młodzi mężczyźni (11,3% wobec 4,1%). Natomiast wśród starszych badanych – powyżej 24 roku życia, istotną rolę odgrywa miejsce zamieszkania. Jak się okazuje, wśród starszych – bardziej zagrożeni problemowym korzystaniem z portali społecznościowych są mieszkańcy wsi niż mieszkańcy miast (4,1% wobec 1,8%) – Rys. 2.69.

Rys. 2.69. Odsetki osób zagrożonych problemowym używaniem mediów społecznościowych



¹⁸ Wykorzystano analizę drzew klasyfikacyjnych.

Udział zagrożonych problemowym korzystaniem z portali społecznościowych różni się wśród użytkowników różnych platform. Stosunkowo wysokie odsetki należących do grupy ryzyka notujemy wśród zarejestrowanych na takich serwisach jak TikTok (8,2%), Snapchat (7,9%), YouTube (6,7%) oraz Twitch (6,2%). Wysoki wynik dla Tindera należy traktować ostrożnie ze względu na niewielką liczbę użytkowników tego medium w próbie (Tab. 2.2).

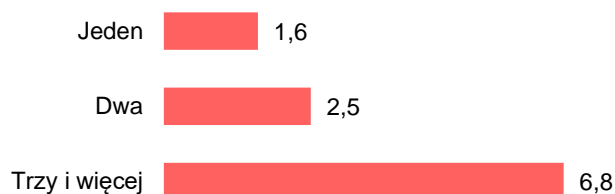
Tab. 2.2

Odsetki osób korzystających ryzykownie z mediów społecznościowych wśród użytkowników poszczególnych portali	
Tinder*	15,5
TikTok	8,2
Snapchat	7,9
YouTube	6,7
Twitch	6,2
Instagram	5,5
LinkedIn	5,5
X (dawniej Twitter)	4,9
GoldenLine*	4,3
Facebook	3,9
Wykop*	2,8
Inne	7,0

* Wyniki należy traktować ostrożnie ze względu na niewielką liczbę użytkowników w próbie.

Korzystanie z większej liczby portali społecznościowych zwiększa ryzyko problemowego ich używania. Ponadprzeciętnie wysoki udział należących do grupy ryzyka rejestrujemy wśród posiadających konto na przynajmniej trzech platformach (6,8%) – Rys. 2.70.

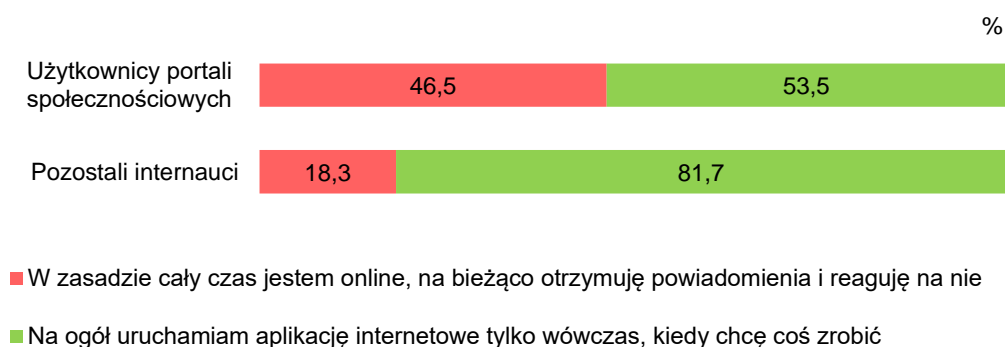
Rys. 2.70. Odsetki osób zagrożonych problemowym używaniem mediów społecznościowych w zależności od liczby wykorzystywanych portali



2.10.2. Czas spędzany w internecie a problemowe korzystanie z mediów społecznościowych

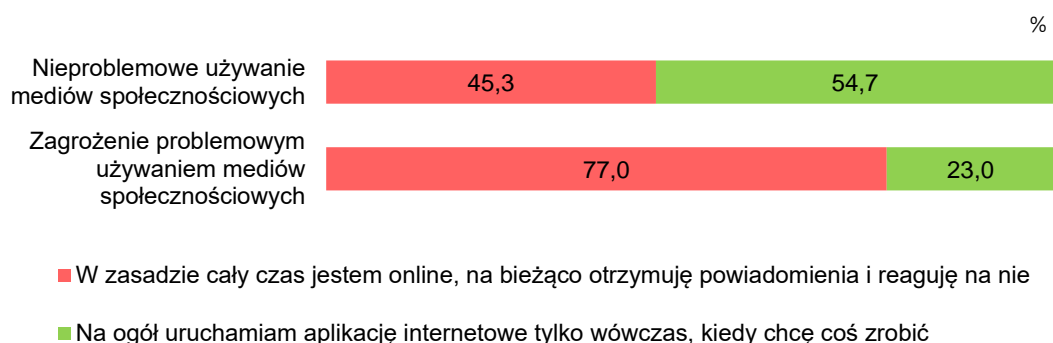
Blisko połowa użytkowników mediów społecznościowych w zasadzie cały czas jest online, na bieżąco otrzymując powiadomienia i reagując na nie (46,5%). Wśród pozostałych internautów odsetek ten jest kilkukrotnie niższy (18,3%) – Rys. 2.71.

Rys. 2.71. Sposób korzystania z internetu w celach niezwiązanych z pracą zawodową wśród użytkowników portali społecznościowych i pozostałych internautów



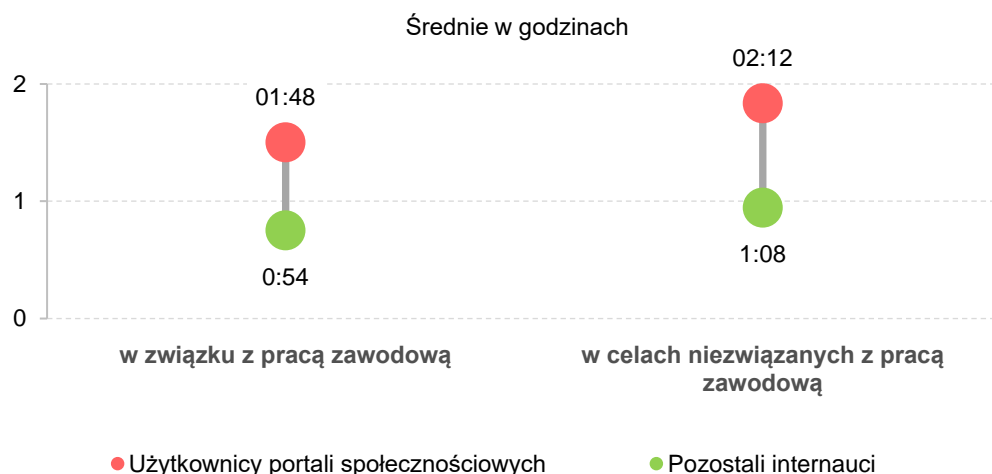
Natomiast w grupie zagrożonych problemowym używaniem serwisów społecznościowych udział cały czas pozostających online jest jeszcze wyższy. Zdecydowana większość z nich korzysta z internetu w taki właśnie sposób (77,0%) – Rys. 2.72.

Rys. 2.72. Który z poniższych opisów najlepiej pasuje do Pana(i) sposobu korzystania z internetu w celach niezwiązanych z pracą zawodową



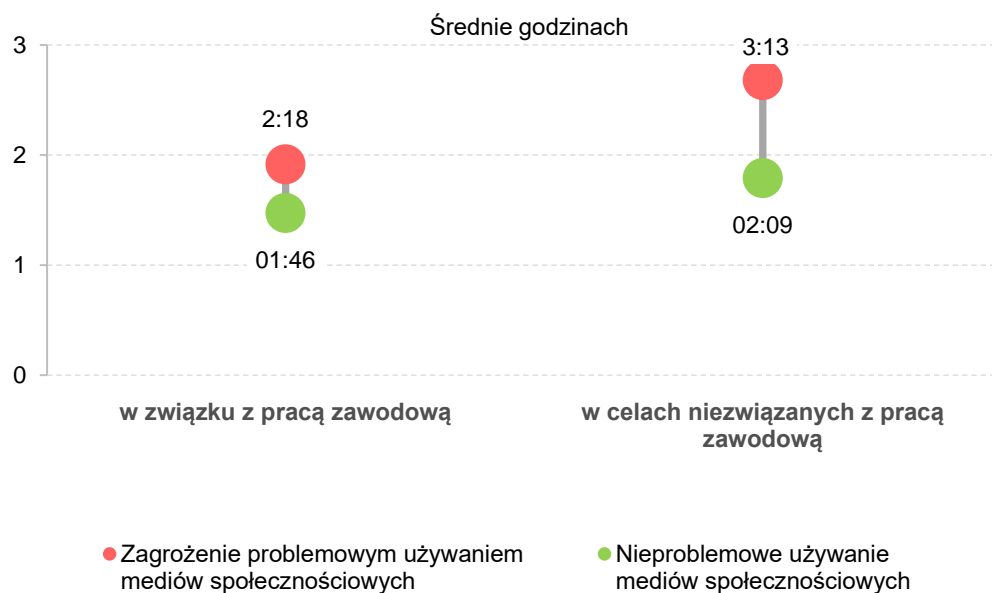
Użytkownicy mediów społecznościowych spędzają w internecie więcej czasu – zarówno w związku z pracą zawodową, jak i w celach z nią niezwiązanych – niż pozostali internauci (średnie w godzinach odpowiednio: 1:48 wobec 0:54 oraz 2:12 wobec 1:08) – Rys. 2.73.

Rys. 2.73. Czas poświęcany na korzystanie z internetu w wśród użytkowników mediów społecznościowych i wśród pozostałych internautów



Z kolei badani zagrożeni problemowym korzystaniem z platform społecznościowych spędzają w internecie w celach niezwiązanych z pracą zawodową wyraźnie więcej czasu niż pozostali użytkownicy tych mediów (średnie w godzinach odpowiednio 3:13 wobec 2:09), a także trochę więcej czasu – w związku z wykonywaną pracą (choć ta ostatnia zależność nie jest istotna statystycznie) – Rys. 2.74.

Rys. 2.74. Czas poświęcany na korzystanie z internetu wśród użytkowników portali społecznościowych



2.10.3. Ryzyko związane z mediami społecznościowymi a problemowe korzystanie z internetu

Zagrożenie problemowym korzystaniem z mediów społecznościowych w pewnej mierze koreluje z innymi uzależnieniami behawioralnymi, przede wszystkim z problemowym korzystaniem z internetu. Słabsze związki zachodzą natomiast z kompulsywnym kupowaniem czy też z problemowym zaangażowaniem w pracę. Natomiast związek z problemami z hazardem jest nieistotny statystycznie – Tab. 2.3.

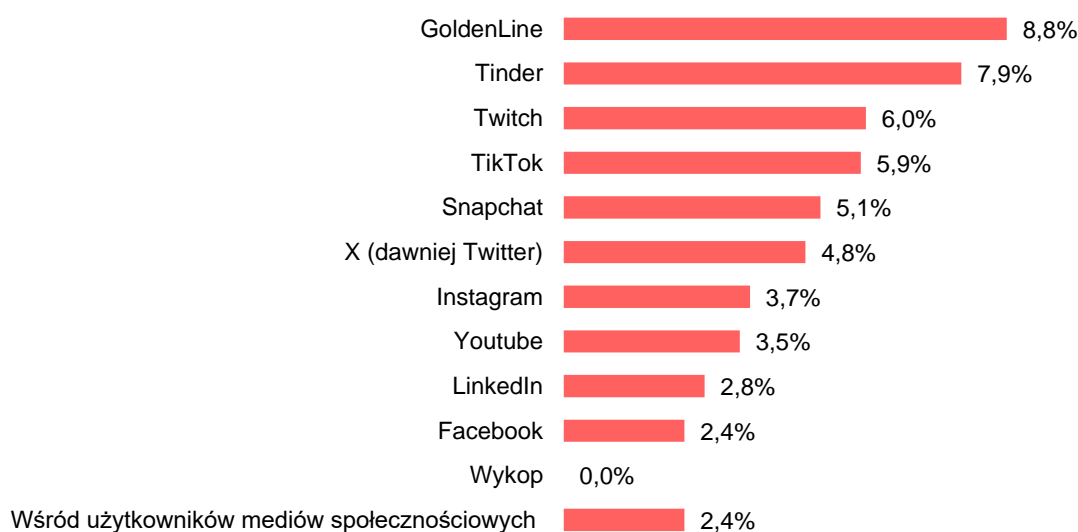
Tab. 2.3

Zależność między ryzykownym korzystaniem z mediów społecznościowych a innymi uzależnieniami behawioralnymi	
współczynniki korelacji rang Spearmana	
Problemowe korzystanie z internetu	0,238*
Problem z kompulsywnym kupowaniem	0,135*
Problemy z hazardem	0,056
Problemowe zaangażowanie w pracę	0,072*

* Wartości współczynników istotne na poziomie $p \leq 0,01$

Generalnie 2,4% użytkowników mediów społecznościowych jest zagrożone problemowym korzystaniem z internetu. Przy analizie danych w podziale na różne serwisy społecznościowe zwraca uwagę stosunkowo wysoki odsetek zagrożonych problemowym korzystaniem z internetu wśród obecnych na takich platformach, jak Twitch (6,0%), TikTok (5,9%), Snapchat (5,1%) czy też X (4,8%). Wysokie wyniki dla portali GoldenLine oraz Tinder należy natomiast interpretować ostrożnie ze względu na niewielkie liczebności ich użytkowników w próbie – Tab. 2.3.

Rys. 2.75. Odsetki zagrożonych problemowym używaniem internetu wśród użytkowników poszczególnych serwisów społecznościowych



Barbara Badora

3. PRACA

3.1. Zasięg zjawiska

Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w polskim społeczeństwie zdiagnozowane zostało za pomocą testu Bryana E. Robinsona¹⁹, który pozwolił podzielić badaną populację na trzy grupy w zależności od poziomu tego zagrożenia:

- respondentów wykazujących brak problemowego zaangażowania w pracę;
- respondentów wykazujących niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę;
- respondentów problemowo zaangażowanych w pracę.

Test Bryana E. Robinsona został skonstruowany w taki sposób, że pozwala na zdiagnozowanie problemowego zaangażowania w pracę także u osób, które nie pracują zawodowo. W tym badaniu jest to zatem test mierzący generalnie styl życia, sposób funkcjonowania, stosunek do obowiązków narzuconych respondentowi przez środowisko i jego samego, a nie wyłącznie funkcjonowanie w sytuacji pracy zarobkowej.

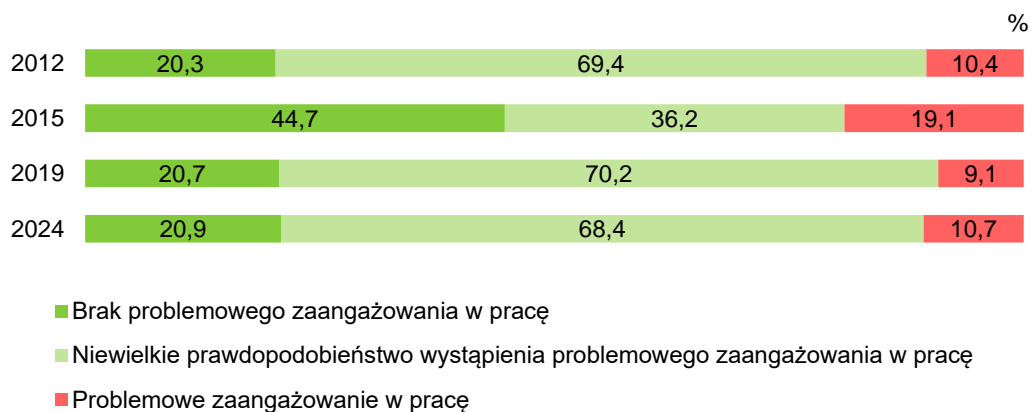
Na podstawie wyników tego testu można powiedzieć, iż w 2024 roku do osób problemowo zaangażowanych w pracę można zaliczyć 10,7% Polaków mających co najmniej 15 lat. Brak jakichkolwiek symptomów problemowego zaangażowania w pracę wg zastosowanego testu stwierdziliśmy w przypadku 20,9% badanych z tej grupy wiekowej, natomiast w przypadku ponad dwóch trzecich (68,4%) istnieje niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu (Rys. 3.1).

Wynik ostatniego badania jest zbliżony do wyników uzyskanych w latach 2012 i 2019, choć nieznacznie przybyło respondentów wykazujących symptomy problemowego zaangażowania w pracę (w porównaniu z rokiem 2019 wzrost o 1,6 punktu procentowego i o 0,3 punktu procentowego więcej niż w roku 2012). Na tym tle znacząco różnią się natomiast wyniki uzyskane w roku 2015, kiedy to niemal dwukrotnie większa część badanej populacji wykazywała symptomy problemowego zaangażowania w pracę, znacznie większy też był odsetek tych, których wynik w teście wskazywał na brak problemowego

¹⁹ C. Guerreschi, *Nowe uzależnienia*, Kraków 2010, s. 153–155.

zaangażowania w pracę, natomiast zdecydowanie rzadziej niż obecnie w roku 2012 oraz 2019 badani spełniali kryteria, które zaliczały ich do grupy z niewielkim prawdopodobieństwem wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę.

Rys. 3.1. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w polskim społeczeństwie



3.2. Charakterystyka demograficzna osób zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę

3.2.1. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a wiek

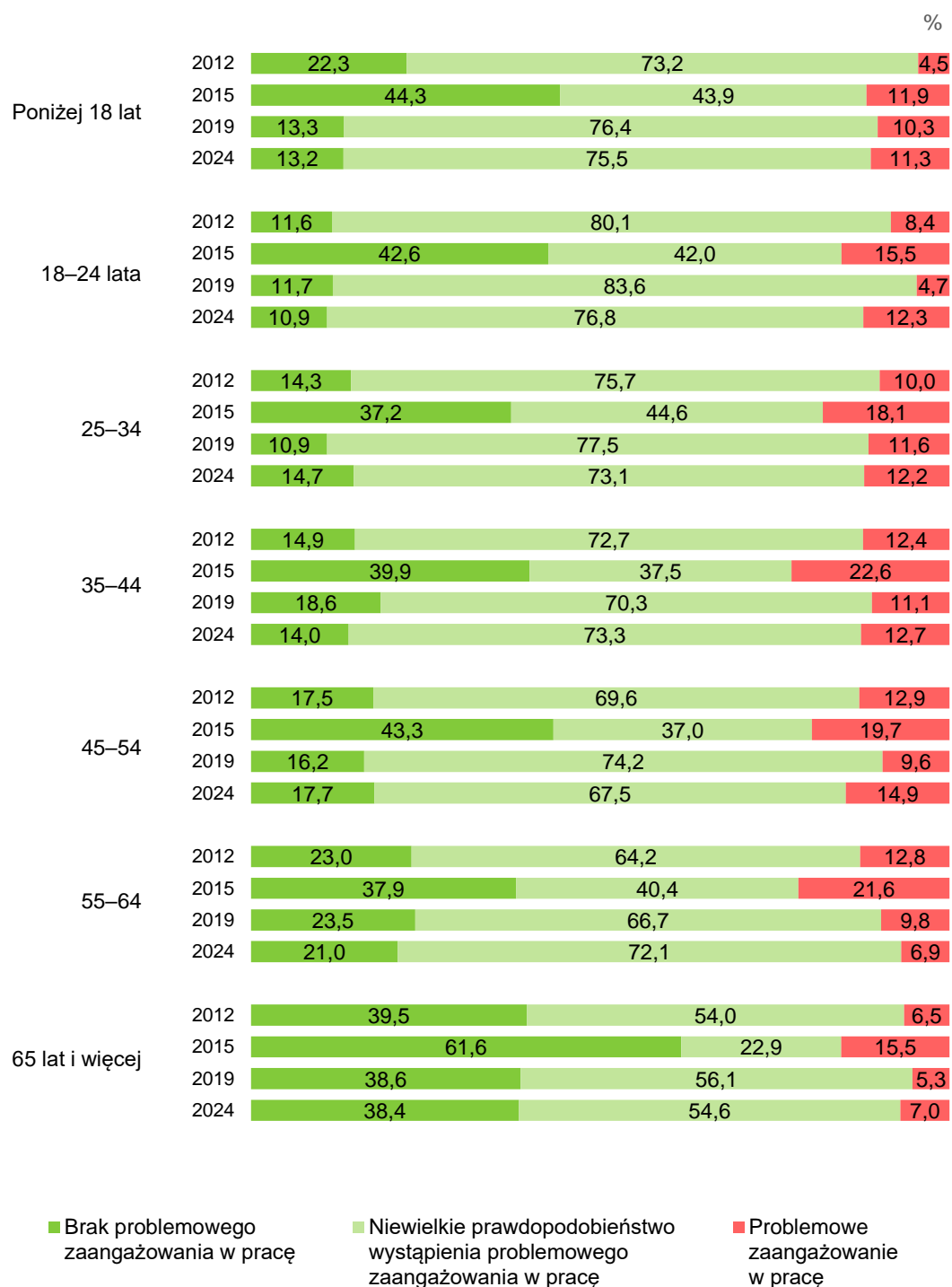
Zmienną demograficzną, która w kolejnych badaniach najsilniej różnicuje²⁰ zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę, jest wiek badanych (Rys. 3.2). W 2024 roku, tak jak w poprzednich badaniach, największy odsetek respondentów cechujących się brakiem symptomów problemowego zaangażowania w pracę notujemy wśród osób, które ukończyły 65 rok życia (38,4% z tej grupy). Ponadto w grupie wiekowej 65+ tylko 7,0% ankietowanych uzyskało w teście Bryana E. Robinsona wynik wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę. Niemal identyczny poziom problemowego zaangażowania w pracę jak w najstarszej grupie wiekowej notujemy także wśród badanych w wieku 55–64 lata (6,9%), natomiast wśród osób w wieku 15–54 lata wynik testu wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę uzyskiwany jest znacznie częściej niż wśród starszych, a najwyższy odsetek respondentów, którzy w teście uzyskali wynik wskazujący na problemowe zaangażowania w pracę, odnotowaliśmy w grupie wiekowej 45–54 lata (14,9%).

Najniższy odsetek osób wykazujących w teście Robinsona brak problemowego zaangażowania w pracę cechuje obecnie badanych w wieku 18–24 lata (10,9%). Jednocześnie jest to jednak grupa wiekowa,

²⁰ Do analiz wielozmiennowych wykorzystano moduł IBM SPSS Decision Trees.

w której – w porównaniu z poprzednim badaniem przeprowadzonym w 2019 roku – zasięg problemowego zaangażowania w pracę wyraźnie się zwiększył (z 4,7% do 12,3%). Przyrost odsetka badanych z wynikiem testu Robinsona wskazującym na problemowe zaangażowanie w pracę odnotowaliśmy ponadto wśród badanych w wieku 45–54 lata (z 9,6% do 14,9%).

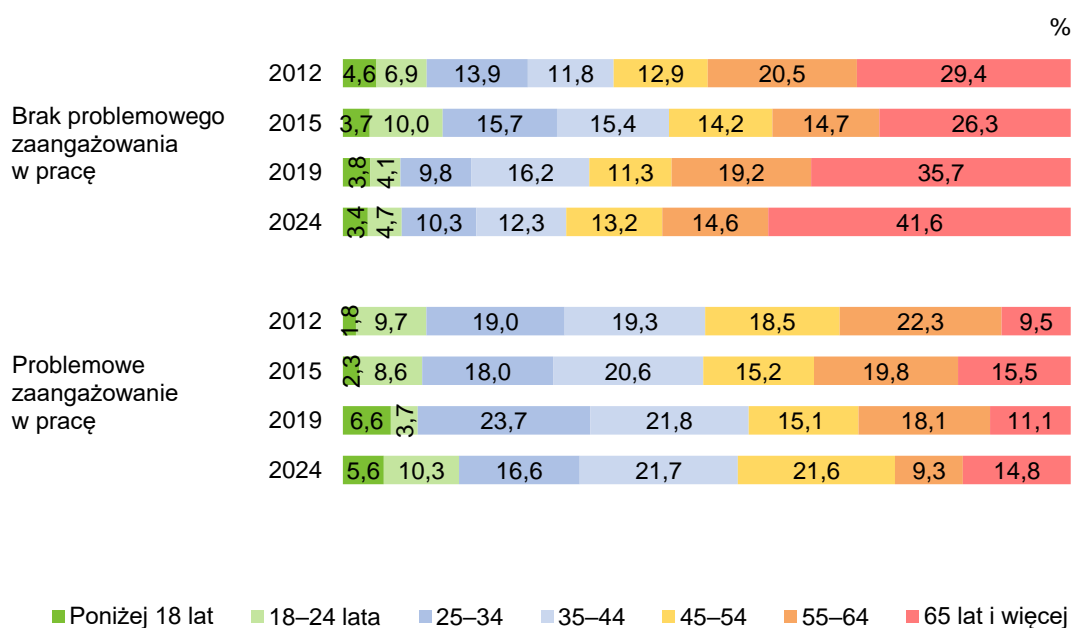
Rys. 3.2. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w zależności od wieku badanych



Warto też przyrzeć się strukturze wieku w grupach badanych, których wyniki testu Robinsona wskazują na brak problemowego zaangażowania w pracę i tych, o których z dużym prawdopodobieństwem można powiedzieć, iż funkcjonują w sposób charakteryzujący osoby problemowo zaangażowane w pracę (Rys. 3.3). W 2024 roku, tak jak w latach 2012, 2015 i 2019, wśród osób, których wyniki testu wskazują na problemowe zaangażowanie w pracę, wyraźnie więcej niż wśród całej populacji Polaków w wieku 15+ jest osób w wieku poniżej 65 lat – łącznie stanowią one 85,2% tej grupy, natomiast wśród ogółu badanych 65 lat nie ukończyło 77,4%. Ponadto w grupie osób problemowo zaangażowanych w pracę obecnie występuje wyraźna nadreprezentacja osób w wieku 45–54 lata (21,6% wobec 15,6% wśród ogółu).

Tak jak w poprzednich badaniach, wśród respondentów, których wynik testu wskazuje na brak symptomów problemowego zaangażowania w pracę, znacznie większą niż wśród ogółu badanych grupę stanowią natomiast osoby, które ukończyły 65 rok życia (obecnie 41,6% w stosunku do 22,6% w całej populacji).

Rys. 3.3. Struktura wieku w grupach badanych charakteryzujących się brakiem problemowego zaangażowania w pracę i z problemowym zaangażowaniem w pracę

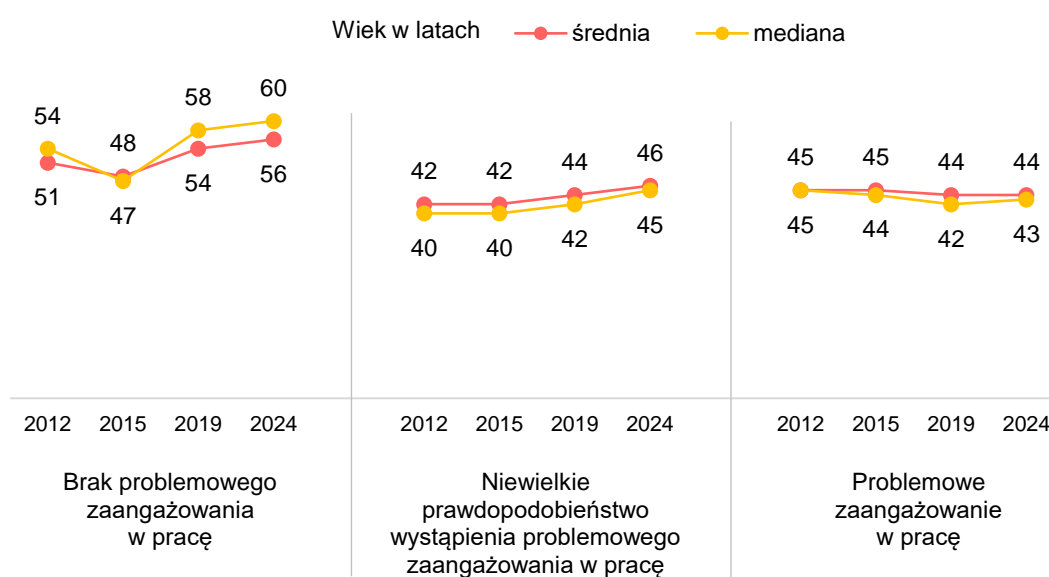


Obecnie, tak jak w poprzednich badaniach, opisane wcześniej różnice w strukturze wieku osób wykazujących różny stopień podatności na problemowe zaangażowanie w pracę (Rys. 3.3) znajdują odzwierciedlenie w wartościach miar tendencji centralnej rozkładów wieku w wyróżnionych grupach (Rys. 3.4). Porównanie średnich arytmetycznych wieku²¹ świadczy o tym, że osoby wykazujące brak

²¹ ANOVA. Test Duncana.

problemowego zaangażowania w pracę są na ogół znacznie starsze niż respondenci z problemowym zaangażowaniem w pracę oraz ci, u których istnieje pewne prawdopodobieństwo wystąpienia tego problemu (różnice średnich wieku są istotne statystycznie). Porównanie wyników ostatniego badania z poprzednimi pokazuje ponadto niewielki, ale systematyczny wzrost miar tendencji centralnej (tzn. średniej i mediany) rozkładu wieku badanych, których problemowe zaangażowanie w pracę nie dotyczy, oraz tych z niewielkim prawdopodobieństwem wystąpienia takiego problemu, natomiast w przypadku respondentów z problemowym zaangażowaniem w pracę miary te są stabilne.

Rys. 3.4. Średnia i mediana wieku w grupach badanych w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę



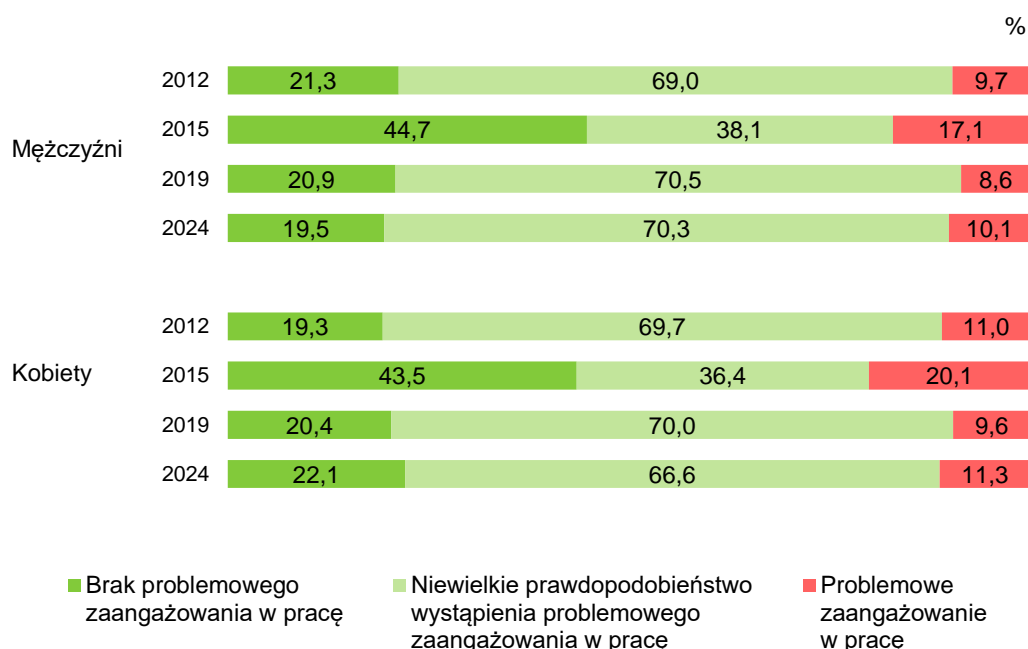
Analizy statystyczne wskazują, iż respondentów uzyskujących w teście Bryana E. Robinsona wynik wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę częściej niż wśród ogółu badanych spotkać można wśród osób, które nie przekroczyły 55 roku życia, a najwyższy odsetek osób problemowo zaangażowanych w pracę notujemy wśród badanych z grupy wiekowej 45–54 lata.

3.2.2. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a płeć

Wyniki badania zakończonego w 2024 roku po raz kolejny wskazują, iż na poziomie ogólnym w badanej populacji Polaków w wieku 15+ zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę dotyka kobiety i mężczyzn w zbliżonym stopniu. Różnice wyników dla obu płci w latach 2015, 2019 i 2024 są nieistotne statystycznie; natomiast w 2012 roku wyniki badania wskazywały, iż nieco bardziej zagrożone były kobiety niż mężczyźni (Rys. 3.5).

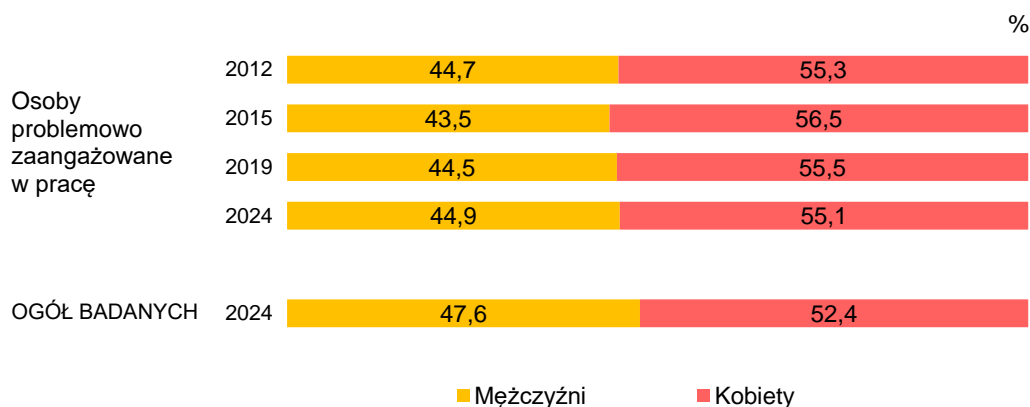
Pomimo że ze statystycznego punktu widzenia różnice pomiędzy płciami są nieistotne, to – podobnie jak w poprzednich badaniach – kobiety nieznacznie częściej niż mężczyźni uzyskują w teście Bryana E. Robinsona wyniki wskazujące na problemowe zaangażowanie w pracę. Ponadto przeprowadzone wielozmiennowe analizy statystyczne pokazują, iż wśród badanych poniżej 25 roku życia wyniki w teście Bryana E. Robinsona świadczące o problemowym zaangażowaniu w pracę wyraźnie częściej uzyskują kobiety niż mężczyźni (w grupie wiekowej 15–17 lat: 15,9% kobiet i 6,6% mężczyzn, a w grupie 18–24 lata: 16,8% kobiet i 9,0% mężczyzn). Natomiast w grupie wiekowej 65+ to kobiety znacznie częściej niż mężczyźni zaliczają się do osób charakteryzujących się brakiem symptomów problemowego zaangażowania w pracę (43,0% wobec 32,3%).

Rys. 3.5. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w zależności od płci badanych



We wszystkich dotychczasowych badaniach w grupie respondentów, których wynik testu Bryana E. Robinsona wskazuje na problemowe zaangażowanie w pracę notowaliśmy większą liczebną przewagę kobiet nad mężczyznami niż w całej badanej populacji. Również w 2024 w tej grupie badanych mamy nieznaczną (2,7 punktu procentowego) nadreprezentację kobiet w porównaniu z ogółem Polaków w wieku 15+ (Rys. 3.6).

Rys. 3.6. Struktura płci w grupie badanych, których wynik testu wskazuje na problemowe zaangażowanie w pracę



3.3. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a aktywność zawodowa

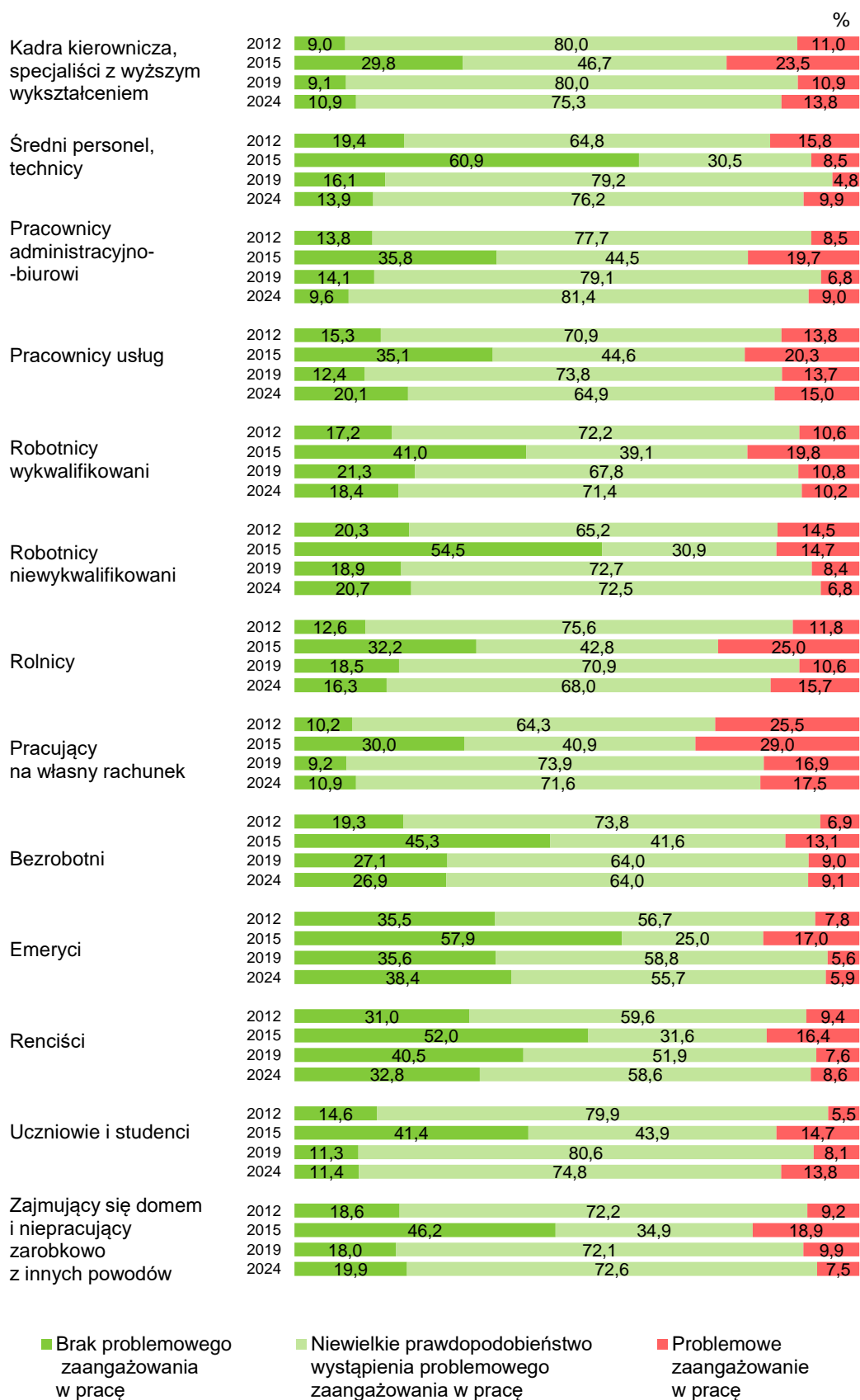
3.3.1. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w grupach społeczno-zawodowych

Przeprowadzone wielozmiennowe²² analizy statystyczne wskazują, iż kluczową zmienną różnicującą zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w polskim społeczeństwie – tak jak w poprzednich badaniach – jest przynależność do grupy opisującej sytuację badanych na rynku pracy (tzw. grupa społeczno-zawodowa)²³. Tak jak we wcześniejszych badaniach odsetek osób problemowo zaangażowanych w pracę jest istotnie różny w poszczególnych grupach społeczno-zawodowych (Rys. 3.7). Na uwagę zasługuje fakt, iż roku 2024 – tak jak w badaniach przeprowadzonych w latach 2012, 2015 i 2019 – najwyższym odsetkiem osób problemowo zaangażowanych w pracę charakteryzuje się grupa prywatnych przedsiębiorców i innych osób pracujących na własny rachunek poza rolnictwem (obecnie 17,5%). Ponadprzeciętnie wysoki odsetek osób problemowo zaangażowanych w pracę notujemy ponadto wśród rolników indywidualnych i pomagających im członków rodzin (15,7%), pracowników usług (15,0%), kierowników i specjalistów z wyższym wykształceniem (13,8%) oraz uczniów i studentów (13,8%). Warto też dodać, iż w porównaniu z 2019 rokiem odsetki badanych problemowo zaangażowanych w pracę w grupach uczniów i studentów oraz rolników indywidualnych i pomagających im członków rodzin wyraźnie wzrosły (odpowiednio o 5,7 i 5,1 punktu procentowego).

²² Do analiz wielozmiennowych wykorzystano moduł IBM SPSS Decision Trees.

²³ Grupy wyróżnione na podstawie autodeklaracji respondentów.

Rys. 3.7. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę w grupach społeczno-zawodowych

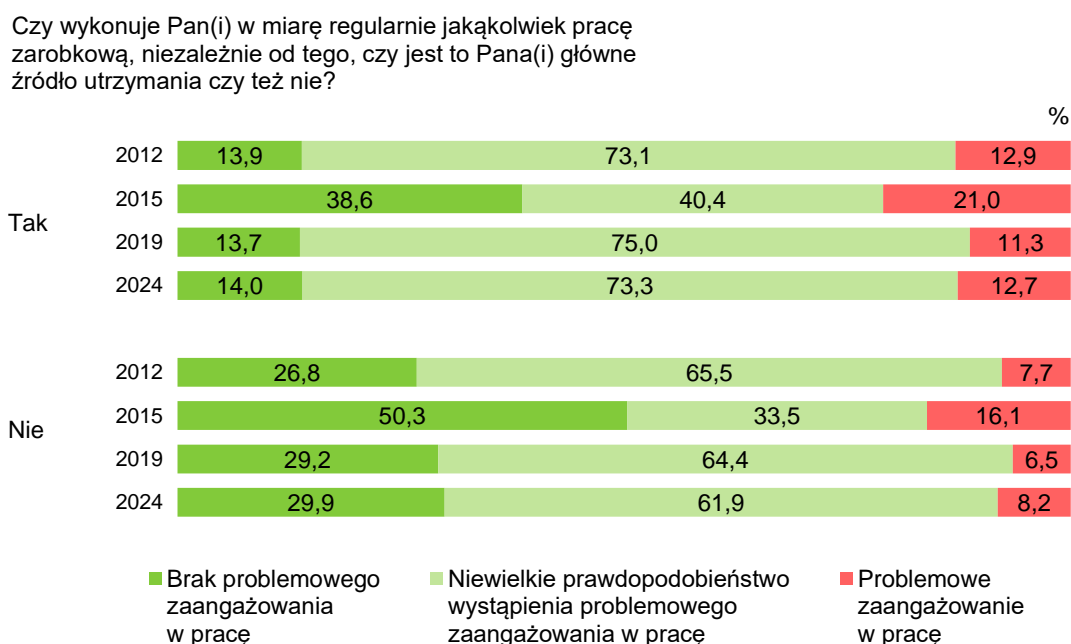


Brak problemowego zaangażowania w pracę najczęściej charakteryzuje natomiast emerytów (38,4%) i rencistów (32,8%). Ponadto wśród emerytów udział osób problemowo zaangażowanych w pracę jest znacznie niższy niż w całej badanej populacji (5,9%), a wśród rencistów niewiele niższy od przeciętnego (8,6%).

3.3.2. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a wykonywanie pracy zarobkowej

W roku 2024 utrzymuje się także – stwierdzona w latach 2012, 2015 i 2019 – zależność statystyczna pomiędzy zagrożeniem problemowym zaangażowaniem w pracę a wykonywaniem w miarę regularnie jakiegokolwiek pracy zarobkowej (Rys. 3.8). Osoby wykonujące regularnie jakiegokolwiek prace zarobkowe znacznie częściej uzyskują wynik testu wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę niż niepracujący zarobkowo (12,7% wobec 8,2%). Warto dodać, iż w 2024 roku badani problemowo zaangażowani w pracę stanowią nieco większy odsetek pracujących zarobkowo niż w roku 2019.

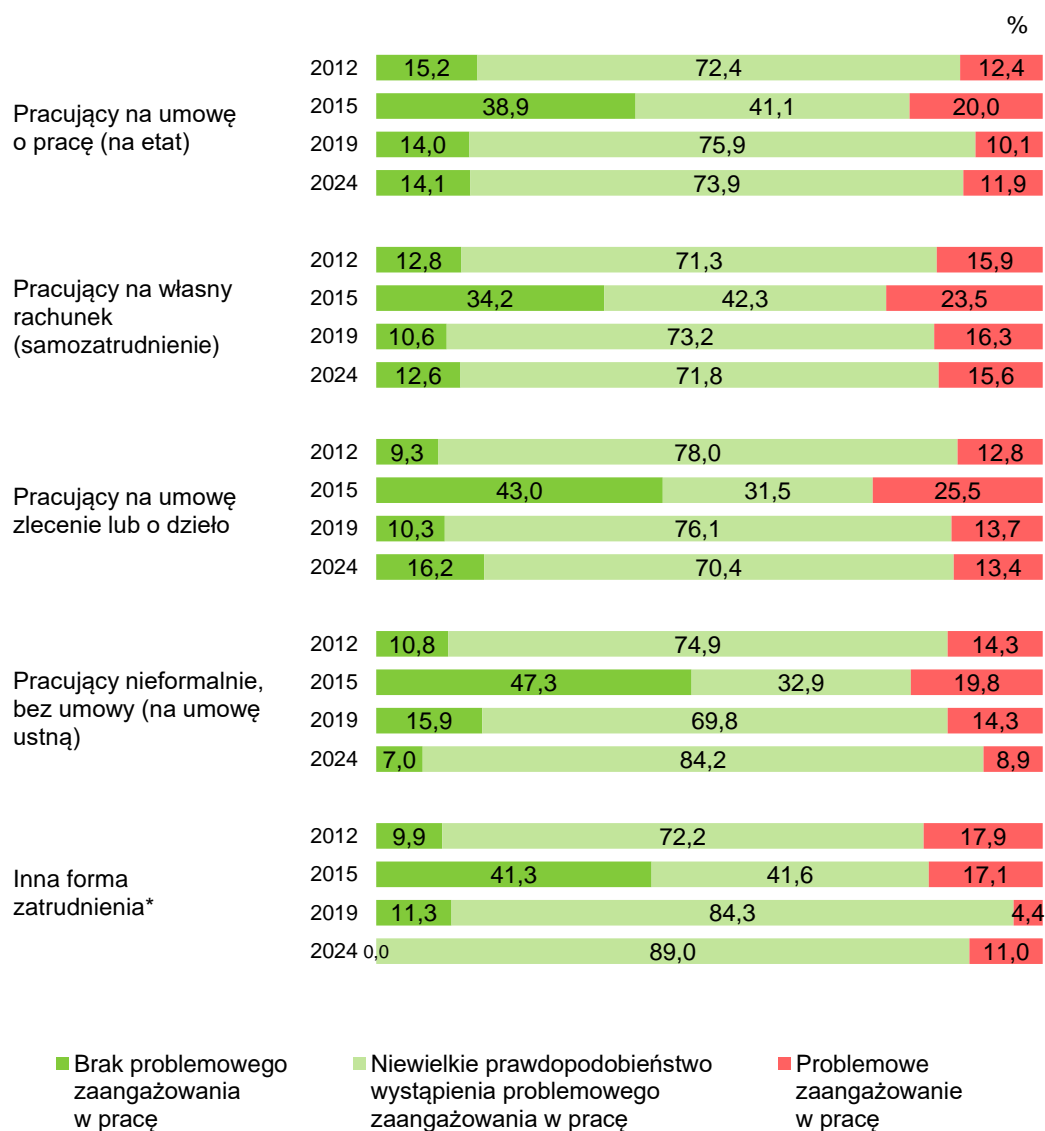
Rys. 3.8. Praca zarobkowa a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę



3.3.3. Forma zatrudnienia a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę

Uzyskane w 2024 roku wyniki potwierdzają też wnioski z badań przeprowadzonych w latach 2012, 2015 i 2019, że problemowemu zaangażowaniu w pracę sprzyja praca na własny rachunek (samozatrudnienie (Rys. 3.9). Jest to spójne z wcześniej opisanym większym prawdopodobieństwem problemowego zaangażowania w pracę wśród prywatnych przedsiębiorców i osób pracujących na własny rachunek oraz rolników indywidualnych i pomagających im członków rodzin. Wśród pracujących na własny rachunek osoby problemowo zaangażowane w pracę stanowią obecnie 15,6%, natomiast wśród pracujących na umowę o pracę (etat) – 11,9%.

Rys. 3.9. Formy zatrudnienia a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę

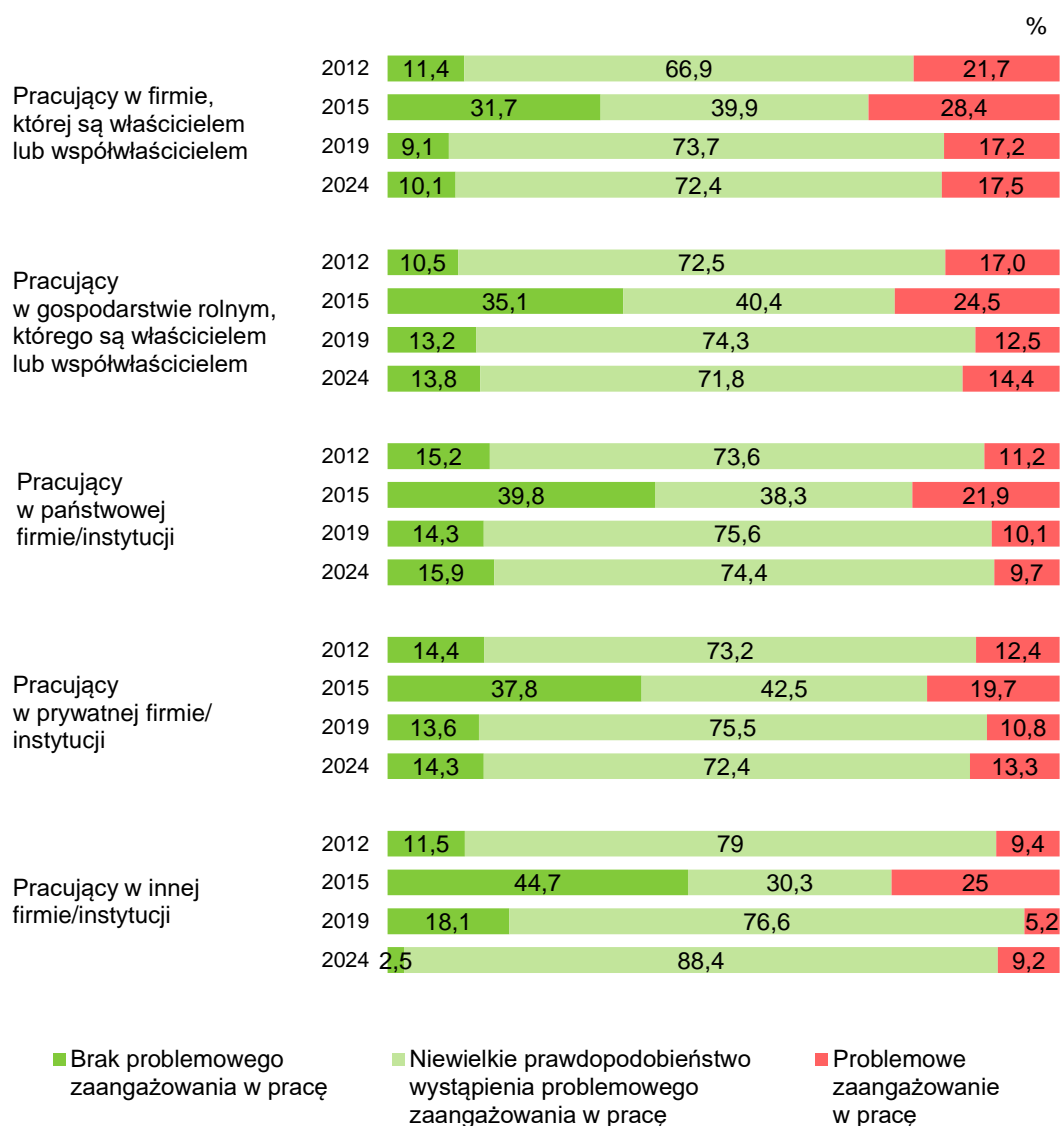


* Uwaga: niewielka liczba respondentów w próbie.

3.3.4. Forma własności zakładu pracy a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę

Analiza wyników badania z 2024 roku potwierdza też wnioski wysunięte w latach 2012, 2015 i 2019, że problemowemu zaangażowaniu w pracę sprzyja bycie właścicielem firmy, w której się pracuje (Rys. 3.10). Potwierdza to też – wcześniej opisaną – zależność pomiędzy stopniem zagrożenia pracoholizmem a przynależnością do grupy zawodowej. Wśród pracujących właścicieli i współwłaścicieli firm wynik w teście Bryana E. Robinsona wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę uzyskało obecnie 17,5% badanych (tj. tyle samo, ile wśród deklarujących prowadzenie pozarolniczej działalności gospodarczej lub pracę na własny rachunek). Ponadto wyższy niż przeciętny udział osób problemowo zaangażowanych w pracę notujemy wśród pracujących w gospodarstwach rolnych ich właścicieli (14,4%). Generalnie można powiedzieć, iż problemowemu zaangażowaniu w pracę sprzyja praca w sektorze prywatnym. Wśród pracujących w państwowych firmach lub instytucjach udział osób problemowo zaangażowanych w pracę wynosi obecnie 9,7%, czyli jest nawet nieco niższy niż w całej badanej populacji, natomiast wśród pracujących w firmach prywatnych lub prywatnych gospodarstwach rolnych jest on wyższy niż wśród ogółu badanych.

Rys. 3.10. Forma własności zakładu pracy a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę

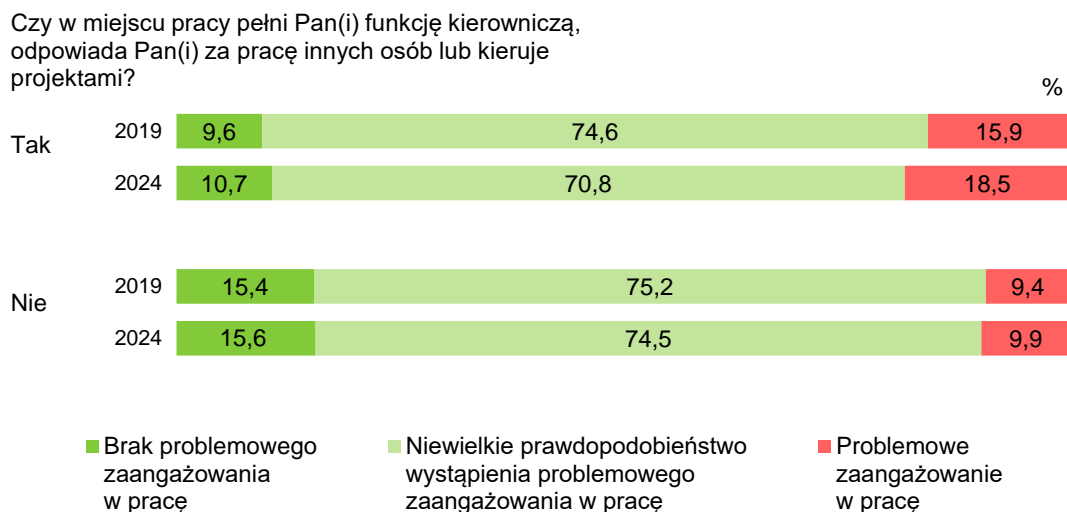


3.3.5. Pełnienie funkcji kierowniczej a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę

W 2024 roku, tak jak w roku 2019, wśród pracujących zarobkowo problemowemu zaangażowaniu w pracę sprzyja też pełnienie funkcji kierowniczej (Rys. 3.11). Badani, którzy w miejscu pracy pełnią funkcję kierowniczą, odpowiadają za pracę innych osób lub kierują projektami, niemal dwukrotnie częściej niż niewykonujący takich zadań uzyskiwali w teście Bryana E. Robinsona wynik wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę (18,5% wobec 9,9%), a jednocześnie znacznie rzadziej zaliczali się do grupy wykazujących brak problemowego zaangażowania w pracę (10,7% wobec 15,6%). Ponadto w porównaniu z rokiem 2019 wśród badanych, którzy w miejscu pracy pełnią funkcję kierowniczą, odpowiadają za pracę innych osób lub kierują projektami o 2,6 punktu procentowego przybyło osób problemowo

zaangażowanych w pracę. Warto też dodać, iż wśród respondentów w miarę regularnie pracujących zarobkowo, którzy zaliczeni zostali do grupy problemowo zaangażowanych w pracę, tak rozumiani kierownicy stanowią obecnie blisko połowę (47,3%).

Rys. 3.11. Pełnienie funkcji kierowniczej a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę



3.3.6. Praca zdalna a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę

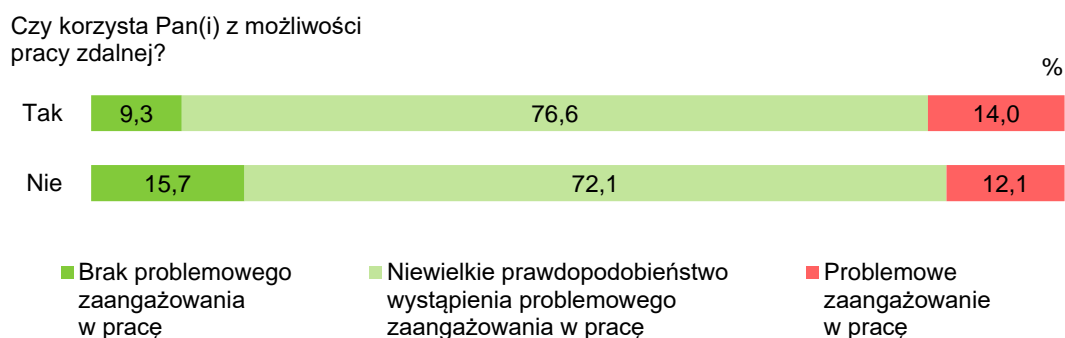
Praca zdalna polega na wykonywaniu pracy całkowicie lub częściowo w miejscu wskazanym przez pracownika (w tym pod adresem zamieszkania pracownika) i każdorazowo uzgodnionym z pracodawcą. Jest to rozwiązanie, które zyskało na popularności w trakcie pandemii COVID-19 i w wielu zakładach pracy przyjęło się na stałe (z dniem 7 kwietnia 2023 roku weszły w życie nowe przepisy regulujące pracę zdalną). W najnowszej edycji badania postanowiliśmy sprawdzić, czy praca zdalna różnicuje zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę.

Zdecydowana większość (68,4%) pracujących zarobkowo nie ma w swoim głównym miejscu pracy możliwości pracy zdalnej. Taką możliwość ma niespełna jedna trzecia pracujących zarobkowo: 9,3% może w zasadzie cały czas pracować zdalnie, a 21,7% ma taką możliwość w określonych okolicznościach. Z możliwości pracy zdalnej korzysta łącznie 26,1% pracujących zarobkowo. W tej grupie niemal połowę (12,5%) stanowią osoby, które deklarują, że zdalnie pracują rzadko. Co dwudziesty (5,1%) pracujący zarobkowo cały czas pracuje zdalnie, a 8,5% pracuje w taki sposób często.

Badani korzystający z możliwości pracy zdalnej tylko nieznacznie częściej niż niekorzystający z niej uzyskiwali w teście Bryana E. Robinsona wynik wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę

(14,0% wśród korzystających z pracy zdalnej wobec 12,1% wśród niekorzystających z takiego rozwiązania), natomiast znacznie rzadziej niż niekorzystający z tego rozwiązania uzyskiwali wynik wskazujący na brak problemowego zaangażowania w pracę (9,3% wobec 15,7%) (Rys. 3.12). Nie ma natomiast istotnie statystycznych różnic w zależności od tego czy badani pracują zdalnie cały czas, często, czy rzadko.

Rys. 3.12. Praca zdalna a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę



Najczęściej podawane powody korzystania z możliwości pracy zdalnej, to nietracenie czasu na dojazdy do pracy (49,7% pracujących zdalnie) oraz większa elastyczność czasu pracy – możliwość samodzielnego zaplanowania dnia pracy, przerw (40,1% pracujących zdalnie). W badaniu nie odnotowano różnic w odpowiedziach osób w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę.

3.4. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a czas przeznaczany na pracę zarobkową

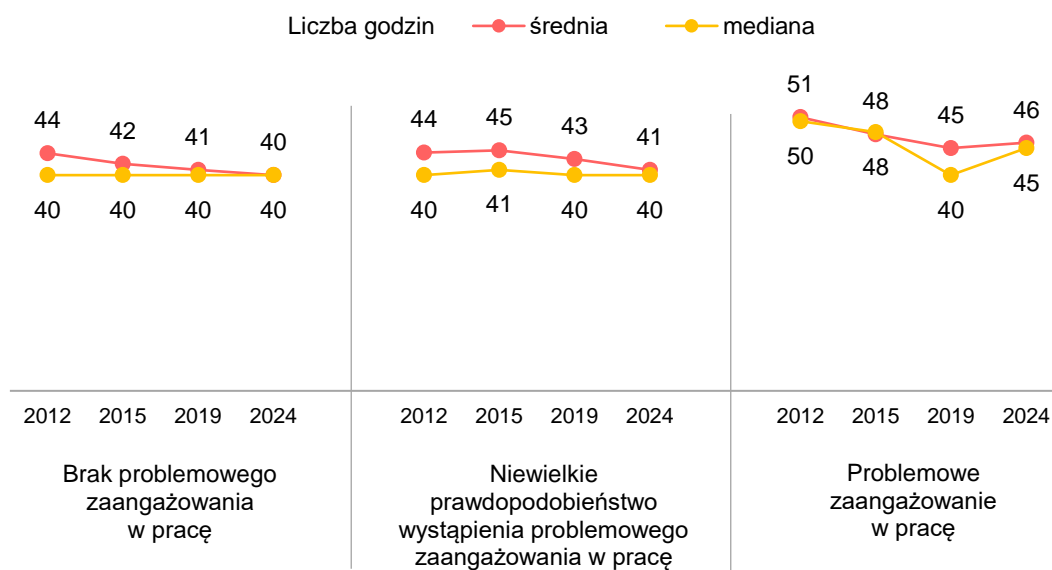
3.4.1. Deklaracje badanych

Porównanie deklaracji dotyczących godzin pracy w poszczególnych grupach badanych pracujących zarobkowo w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę pokazuje, iż średnia arytmetyczna liczby godzin przeznaczanych przeciętnie tygodniowo na pracę zarobkową badanych uzyskujących w teście Robinsona wynik wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę jest istotnie wyższa statystycznie²⁴ niż średnie w grupie badanych, których wynik testu wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę oraz tych z niewielkim prawdopodobieństwem wystąpienia takiego problemu. Wyraźnie wyższa jest także mediana rozkładu deklarowanej liczb godzin przepracowanych przez respondentów problemowo zaangażowanych w pracę niż pozostałych badanych

²⁴ ANOVA. Test Duncana.

pracujących zarobkowo. Generalnie można powiedzieć, iż badani problemowo zaangażowani w pracę na ogół pracują dłużej niż przewiduje to polska tygodniowa norma czasu pracy w wymiarze pełnego etatu (średnia arytmetyczna podawanej liczby godzin to 46, a mediana rozkładu to 45 godzin), natomiast pozostali pracujący zarobkowo w tygodniu pracują przeciętnie 40 godzin, czyli tyle, ile wynosi norma w przypadku większości miejsc pracy (Rys. 3.13).

Rys. 3.13. Średnia i mediana przeciętnej tygodniowej liczby godzin pracy w grupach pracujących w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę



Warto też dodać, iż w kontekście godzinowego czasu pracy charakterystyczne jest, że badani w różnym stopniu zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę istotnie statystycznie różnią się częstością udzielania odpowiedzi „Nie mam wolnego czasu” na pytanie o to, jak najchętniej spędzają wolny czas w dzień powszedni/roboczy. O ile twierdzi tak 2,7% respondentów, których wynik w teście Robinsona wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę, i 1,9%, tych, których wynik wskazuje na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu, to wśród ankieterów, którzy uzyskali wynik wskazujący na problemowe zaangażowanie w pracę, o braku wolnego czasu w dzień powszedni/roboczy mówi aż 6,5%. Różnice, choć mniejsze, występują także, jeżeli chodzi o brak czasu wolnego w dni wolne od pracy/nauki – nie mówił o tym żaden badany, który w teście Robinsona uzyskał wynik wskazujący na brak problemowego zaangażowania w pracę, 0,8% respondentów, w przypadku których istnieje niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu, i 2,0% osób problemowo zaangażowanych w pracę.

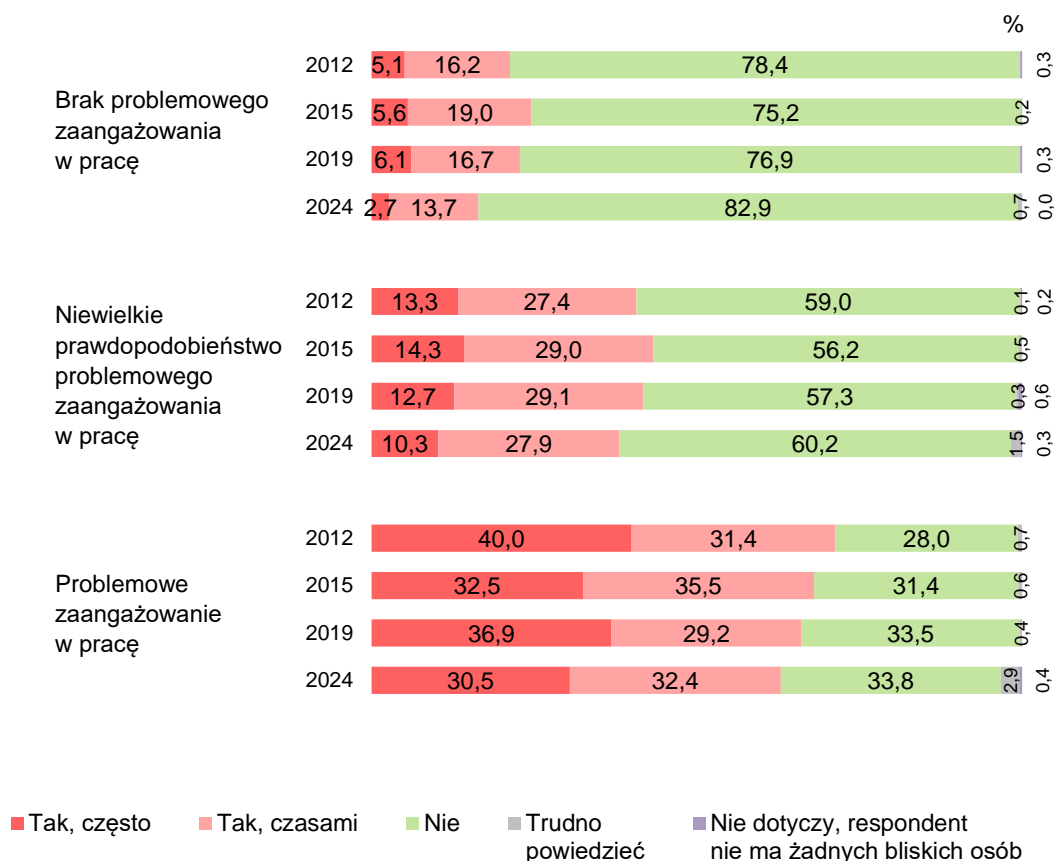
3.4.2. Postrzeganie przez otoczenie społeczne

Pomimo że zachowania cechujące problemowe zaangażowanie w pracę nie mają charakteru uzależnienia w sensie klinicznym, mogą wiązać się z upośledzeniem kontroli i kontynuowaniem zachowania, pomimo jego szkodliwych następstw w różnych obszarach życia człowieka: zarówno zdrowotnych, jak i społecznych. Jednak z uwagi na fakt, że we współczesnym społeczeństwie praca wartościowana jest pozytywnie, osoby problemowo zaangażowane w pracę oraz ich otoczenie często mogą nie dostrzegać związanych z tym zagrożeń. Z deklaracji badanych pracujących zarobkowo wynika jednak, że taki symptom problemowego zaangażowania w pracę, jak poświęcanie jej zbyt dużo czasu, jest często zauważany przez ich bliskich. Tak jak w poprzednich badaniach osoby problemowo zaangażowane w pracę znacznie częściej niż respondenci, którzy uzyskali w teście wynik wskazujący jedynie na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu, oraz ci, którzy wg tego testu charakteryzują się brakiem problemowego zaangażowania w pracę, deklarowały, że ich bliscy mają im za złe zbyt długi czas pracy (Rys. 3.14).

W roku 2024, podobnie jak w trzech poprzednich edycjach badania, zdecydowana większość (62,9%) pracujących zarobkowo, których wynik w teście Bryana E. Robinsona wskazuje na problemowe zaangażowanie w pracę, przyznała, że bliskie im osoby czasem twierdzą, że za dużo czasu przeznaczają na pracę, i z tego powodu robią im wyrzuty lub inaczej okazują niezadowolenie, przy czym w przypadku 30,5% takie wyrzuty czy inne objawy niezadowolenia bliskich pojawiają się często. Należy jednak zauważyć, iż obecnie często spotyka się z zarzutami czy innymi przejawami niezadowolenia z powodu poświęcania zbyt długiego czasu na pracę mniejsza grupa w miarę regularnie zarobkujących osób problemowo zaangażowanych w pracę niż w poprzednich latach (od roku 2019 spadek o 6,4 punktu procentowego). Ponadto wśród respondentów pracujących zarobkowo, których ze względu na wynik testu Bryana E. Robinsona zaliczyć można do problemowo zaangażowanych w pracę, w kolejnych edycjach badania nieznacznie, ale systematycznie rosną odsetki osób deklarujących, że nie zdarza się, aby bliskie im osoby okazywały jakiegokolwiek niezadowolenie ze zbyt dużej ilości czasu poświęcanego przez nich na pracę.

Rys. 3.14. Czy zdarza się, że bliskie Panu(i) osoby twierdzą, że za dużo czasu przeznaczają Pan(i) na pracę, i z tego powodu robią Panu(i) wyrzuty lub inaczej okazują niezadowolenie?

DEKLARACJE OSÓB WYKONUJĄCYCH W MIARĘ REGULARNIE JAKĄKOLWIEK PRACĘ ZAROBKOWĄ



3.5. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a motywacją do pracy

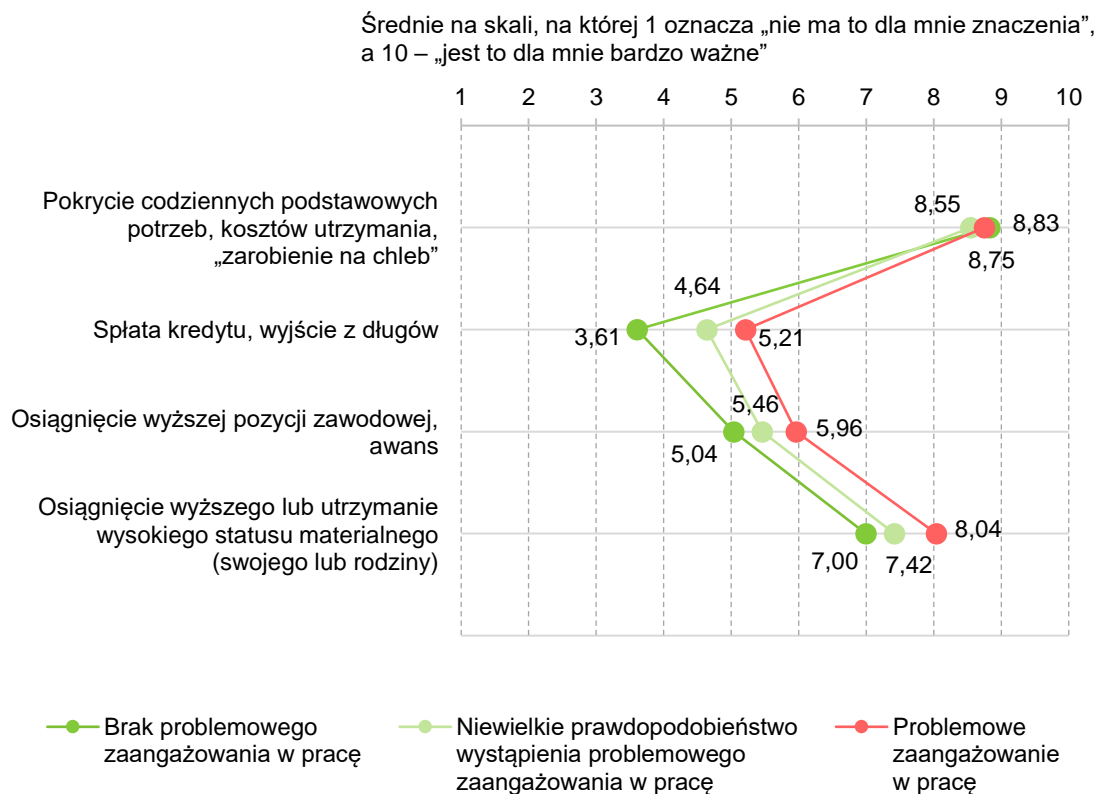
Z deklaracji pracujących zarobkowo we wszystkich dotychczasowych badaniach wynika, że – niezależnie od stopnia zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę – ich najważniejszą motywacją do pracy jest konieczność zaspokojenia codziennych podstawowych potrzeb, pokrycia kosztów utrzymania, „zarobienie na chleb”. Ponadto wartości średnie wskazań na skali, obrazujące znaczenie tego źródła motywacji do pracy w grupach badanych wyróżnionych ze względu na wyniki testu Bryana E. Robinsona, nie różnią się istotnie statystycznie²⁵. Na drugim miejscu pod względem ważności we wszystkich grupach znalazło się osiągnięcie wyższego lub utrzymanie wysokiego statusu materialnego (swojego lub rodziny), na trzecim – osiągnięcie wyższej pozycji zawodowej, awans, a na czwartym – spłata kredytu, wyjście

²⁵ ANOVA.

z długów. W przypadku tych trzech motywacji do pracy badani problemowo zaangażowani w pracę uzyskiwali wyniki istotnie statystycznie²⁶ wyższe niż pozostali pracujący zarobkowo (Rys. 3.15). Analogiczne zależności stwierdzaliśmy też we wcześniejszych badaniach, tj. w latach 2012, 2015 i 2019.

Rys. 3.15. Deklarowane motywacje do pracy w grupach badanych w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę

DEKLARACJE OSÓB WYKONUJĄCYCH W MIARĘ REGULARNIE JAKĄKOLWIEK PRACĘ ZAROBKOWĄ



²⁶ ANOVA. Test Duncana.

Porównanie deklaracji dotyczących motywacji do pracy w grupach badanych pracujących zarobkowo w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę pokazuje, iż w 2024 roku są one podobne jak w latach 2012, 2015 i 2019 – wartości średnich na poszczególnych skalach uzyskanych przez trzy grupy respondentów wyróżnione ze względu na stopień zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę są w czterech kolejnych pomiarach zbliżone (Rys. 3.16). Warto jednak zauważyć, iż średnie osób, które w teście Bryana E. Robinsona uzyskały wyniki wskazujące na problemowe zaangażowanie w pracę na trzech skalach istotnie wyróżniających tych badanych spośród pozostałych pracujących zarobkowo (tj. osiągnięcie wyższego lub utrzymanie wysokiego statusu materialnego; osiągnięcie wyższej pozycji zawodowej, awans; spłata kredytu, wyjście z długów), są najwyższe z uzyskanych w czterech dotychczasowych badaniach.

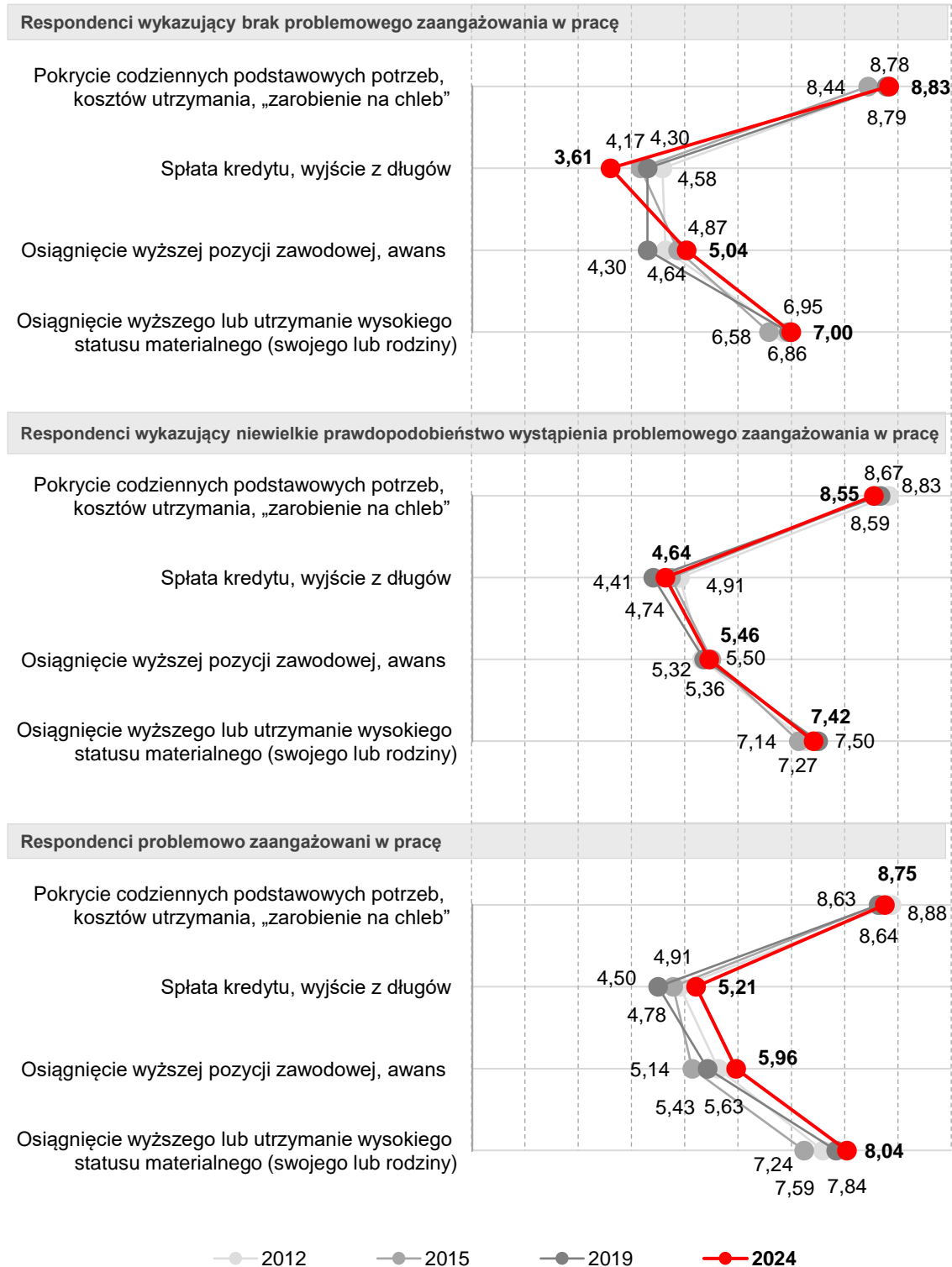
Podsumowując można powiedzieć, że różnice motywacji do pracy w trzech wyróżnionych grupach widoczne są przede wszystkim w ich natężeniu. Zarówno osoby, które w teście Bryana E. Robinsona uzyskały wyniki wskazujące na problemowe zaangażowanie w pracę, jak i badani, których wynik wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę lub niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu, motywowani są tym samym zestawem potrzeb, przy czym osoby problemowo zaangażowane w pracę są bardziej niż pozostali pracujący zarobkowo zmotywowane do zdobycia wyższej pozycji zawodowej, awansu oraz osiągnięcia wyższego lub utrzymania wysokiego statusu materialnego. Ważniejszym niż dla dwóch pozostałych grup celem motywującym do pracy jest też w ich przypadku spłata kredytu, wyjście z długów.

Rys. 3.16. Deklarowane motywacje do pracy w grupach badanych w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę wg daty badania

DEKLARACJE OSÓB WYKONUJĄCYCH W MIARĘ REGULARNIE JAKĄKOLWIEK PRACĘ ZAROBKOWĄ

Średnie na skali, na której 1 oznacza „nie ma to dla mnie znaczenia”, a 10 – „jest to dla mnie bardzo ważne”

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

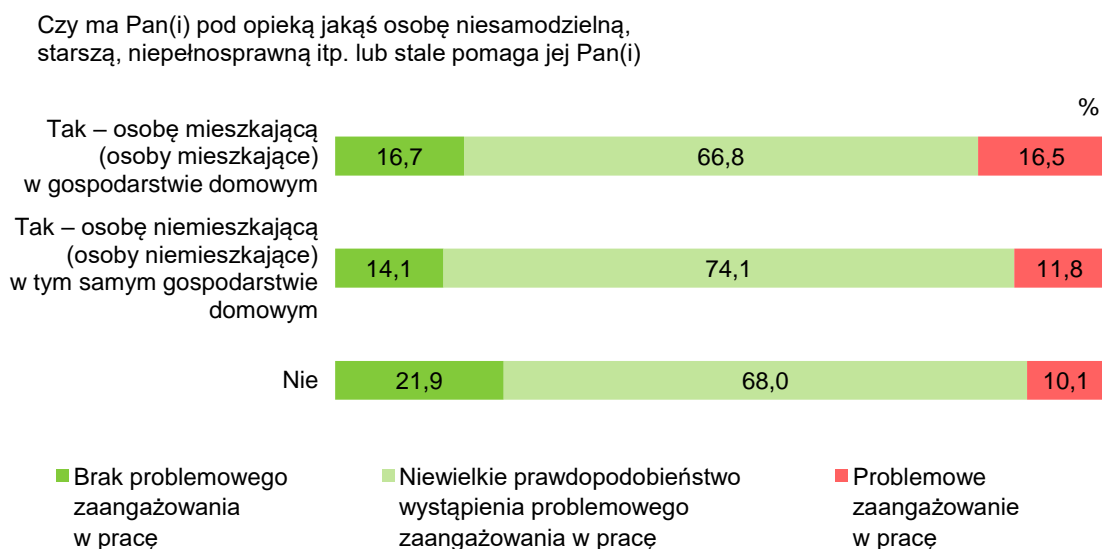


3.6. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a konieczność wspierania niesamodzielnych bliskich

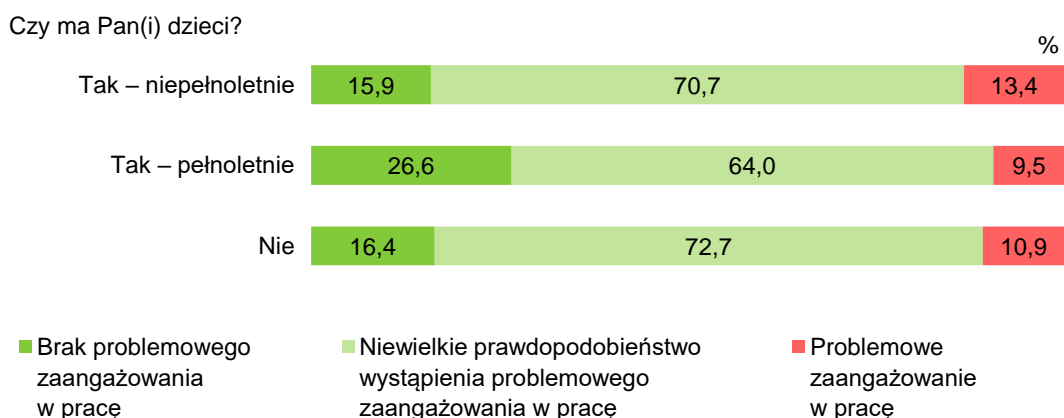
W tegorocznej edycji badania rozszerzyliśmy kwestie związane z obowiązkami ciążącymi na respondentach o pytania dotyczące sytuacji rodzinnej, a konkretnie o posiadanie dzieci oraz opiekę nad innymi niesamodzielnymi osobami, zarówno tymi tworzącymi z respondentem jedno gospodarstwo domowe, jak i niemieszkającymi w tym samym gospodarstwie domowym.

Z przeprowadzonych analiz wynika, iż problemowemu zaangażowaniu w pracę sprzyja konieczność opieki nad niesamodzielnym, starszym lub niepełnosprawnym członkiem gospodarstwa domowego (Rys. 3.17) oraz – w mniejszym stopniu – posiadanie niepełnoletnich dzieci (Rys. 3.18).

Rys. 3.17. Opieka nad osobą niesamodzielną, starszą lub niepełnosprawną a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę



Rys. 3.18. Bycie rodzicem a zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę



3.7. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a sposób spędzania czasu wolnego

Osoby problemowo zaangażowane w pracę znacznie częściej niż pozostali badani w odpowiedzi na pytanie o to, co najchętniej robią w wolnym czasie zarówno w odniesieniu do dni powszednich/roboczych, jak i w przypadku dni wolnych od pracy/nauki deklarują, że w ogóle nie mają wolnego czasu (6,5% w dni powszednie/robocze i 2,0% w dni wolne od pracy/nauki). Istotnie statystycznie różnice występują także w przypadku częstości wskazywania niektórych sposobów spędzania wolnego czasu.

Najczęściej wskazywaną przez ogół respondentów preferowaną formą spędzania wolnego czasu w dni powszednie/robocze jest oglądanie telewizji. Znacznie częściej wybierają ją jednak badani, których wynik w teście Bryana E. Robinsona wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę (45,7%), niż osoby problemowo zaangażowane w pracę (29,7%) i te, w przypadku których wynik testu wskazuje na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu (35,6%). Kolejną pod względem częstości wskazań preferowaną formą spędzania wolnego czasu w dni powszednie/robocze wśród ogółu badanych są spacerowanie na świeżym powietrzu. Osoby problemowo zaangażowane w pracę wskazują jednak taką aktywność znacznie rzadziej (23,3%) niż pozostali, natomiast najchętniej wybieraną formą spędzania wolnego czasu w dni powszednie/robocze jest w tej grupie aktywność fizyczna polegająca na uprawianiu sportu, uczestnictwie w zajęciach ruchowych (27,9%). Znacznie częściej niż badani, których wynik w teście Robinsona wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę, uprawianie sportu, uczestnictwo w zajęciach ruchowych wybierają także respondenci, których wynik w teście wskazuje na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę (25,8%). Osoby problemowo zaangażowane w pracę oraz badani z wynikiem testu wskazującym na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę, znacznie częściej niż badani, których wynik testu wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę, wśród najchętniej wybieranych sposobów spędzania wolnego czasu w dni powszednie/robocze wskazywali także spotkania ze znajomymi, oglądanie filmów lub seriali w domu (np. z DVD, w internecie), spędzanie czasu w internecie oraz słuchanie nagrań muzycznych. Ponadto osoby problemowo zaangażowane w pracę znacznie częściej niż inni deklarują, że czas wolny w dni powszednie/robocze najchętniej poświęcają na rozmowy przez telefon (Tab. 3.1).

Tab. 3.1

Co najchętniej robi Pan /Pani w wolnym czasie? Z podanej listy proszę wskazać, jak najchętniej spędza Pan /Pani czas wolny <u>w dzień powszedni/roboczy</u> . Można wskazać nie więcej niż 3 odpowiedzi.	Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę wg testu Bryana E. Robinsona		
	brak problemowego zaangażowania w pracę	niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę	problemowe zaangażowanie w pracę
	procentowanie w kolumnach		
Aktywność fizyczna – uprawiam sport, uczestniczę w zajęciach ruchowych	16,7	25,8	27,9
Chodzę do kina	3,4	5,8	4,5
Chodzę na mecze, zawody sportowe	2,5	3,4	3,6
Chodzę na występy artystyczne – na koncerty, przedstawienia teatralne itp.	2,4	3,3	2,8
Chodzę po sklepach, galeriach handlowych	2,0	2,8	2,7
Czytam książki	22,9	25,4	25,0
Czytam prasę papierową – gazety, czasopisma	11,4	5,9	5,5
Gotuję	25,4	25,3	23,7
Oglądam filmy lub serie w domu (np. z DVD, w internecie)	12,6	21,5	21,1
Oglądam telewizję	45,7	35,6	29,7
Rozmawiam przez telefon	6,2	8,9	13,0
Słucham nagrań muzycznych	9,2	15,2	15,3
Spaceruję na świeżym powietrzu	30,5	30,1	23,3
Spędzam czas w internecie	8,1	17,8	20,5
Spotykam się z rodziną	23,9	27,1	27,3
Spotykam się ze znajomymi	14,8	23,1	21,3
Zajmuję się ogrodem, działką	24,3	23,0	19,8
Inne	7,0	5,7	7,1
Nie mam wolnego czasu	2,7	1,9	6,5

W dni wolne od pracy i nauki badani najchętniej spędzają czas na spotkaniach z rodziną. Różnice wskazań tej formy spędzania wolnego czasu przez badanych w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę są nieistotne statystycznie. Kolejne pod względem częstości wskazywania przez wszystkich respondentów jest oglądanie telewizji, ale tak jak w dni powszednie/robocze znacznie częściej wybierają je badani, których wynik w teście Robinsona wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę (44,2%), niż osoby problemowo zaangażowane w pracę (31,2%) i te, w przypadku których wynik testu wskazuje na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia takiego problemu (31,5%). Osoby problemowo zaangażowane w pracę oraz badani z wynikiem testu

wskazującym na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę znacznie częściej niż badani, których wynik testu wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę, wśród najchętniej wybieranych sposobów spędzania wolnego czasu w dni wolne od pracy/nauki, tak jak w przypadku czasu wolnego w dni powszednie/robocze, wskazywali spotkania ze znajomymi, aktywność fizyczną – uprawianie sportu, uczestnictwo w zajęciach ruchowych, oglądanie filmów lub seriali w domu (np. z DVD, w internecie), spędzanie czasu w internecie oraz słuchanie nagrań muzycznych (Tab. 3.2).

Tab. 3.2

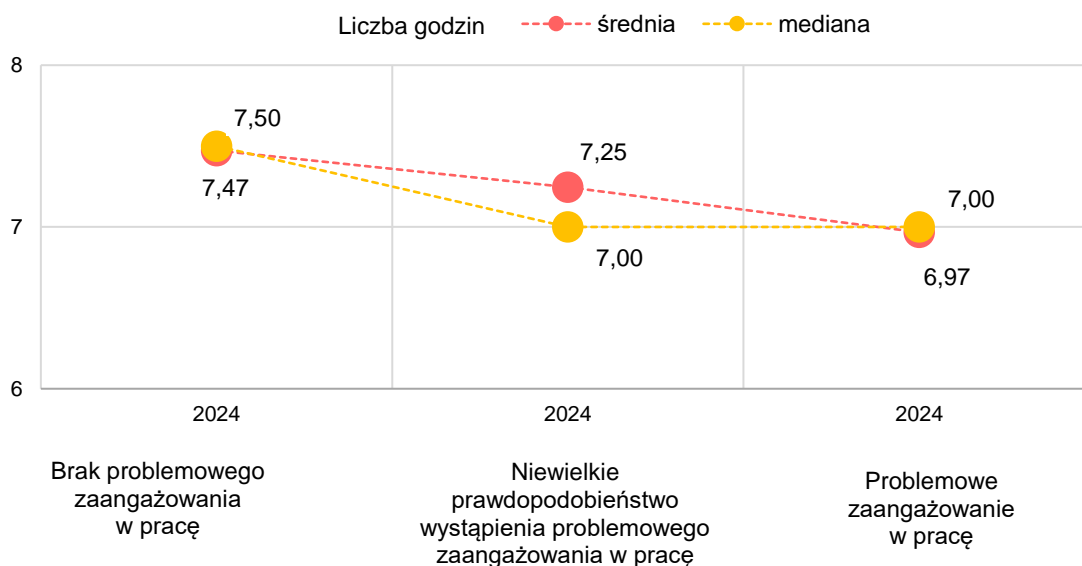
Co najchętniej robi Pan /Pani w wolnym czasie? Z podanej listy proszę wskazać, jak najchętniej spędza Pan /Pani czas wolny w dni wolne od pracy/nauki . Można wskazać nie więcej niż 3 odpowiedzi.	Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę wg testu Bryana E. Robinsona		
	brak problemowego zaangażowania w pracę	niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę	problemowe zaangażowanie w pracę
	procentowanie w kolumnach		
Aktywność fizyczna – uprawiam sport, uczestniczę w zajęciach ruchowych	13,4	23,3	20,6
Chodzę do kina	5,2	7,6	8,0
Chodzę na mecze, zawody sportowe	2,8	4,1	1,8
Chodzę na występy artystyczne – na koncerty, przedstawienia teatralne itp.	3,4	4,2	3,9
Chodzę po sklepach, galeriach handlowych	1,9	2,8	2,4
Czytam książki	17,3	20,5	21,9
Czytam prasę papierową – gazety, czasopisma	6,6	4,4	3,1
Gotuję	25,5	20,9	20,9
Oglądam filmy lub serie w domu (np. z DVD, w internecie)	10,4	17,2	17,4
Oglądam telewizję	44,2	31,5	31,2
Rozmawiam przez telefon	6,4	6,1	7,7
Słucham nagrań muzycznych	6,6	10,8	12,0
Spaceruję na świeżym powietrzu	33,9	32,0	32,4
Spędzam czas w internecie	7,3	14,0	15,4
Spotykam się z rodziną	48,1	43,7	41,2
Spotykam się ze znajomymi	24,2	32,7	31,7
Zajmuję się ogrodem, działką	12,1	16,5	14,5
Inne	6,5	6,6	6,3
Nie mam wolnego czasu	0,0	0,8	2,0

Wyniki badania wskazują na istnienie związku zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę ze skłonnością do poświęcania czasu wolnego (szczególnie w dni powszednie/robocze) na uprawianie sportu, uczestnictwo w zajęciach ruchowych. Można zatem zastanawiać się, czy nie mamy tu do czynienia z kolejnym obszarem poza pracą, w którym uwidacznia się skłonność do zachowań kompulsywnych.

3.8. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a czas przeznaczany na sen

Wskaźnikiem problemowego zaangażowania w pracę może być czas przeznaczany na sen. Porównanie odpowiedzi na pytanie: „Ile czasu zazwyczaj Pan(i) śpi w ciągu doby? Proszę podać w przeliczeniu na godziny” w poszczególnych grupach badanych, w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę, pokazuje, iż wraz ze wzrostem tego zagrożenia maleje przeciętna liczba godzin przeznaczanych na sen, a różnice średnich arytmetycznych liczby godzin deklarowanych przez badanych uzyskujących w teście Bryana E. Robinsona wyniki wskazujące na różny stopień zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę są istotne statystycznie²⁷ (Rys. 3.19).

Rys. 3.19. Średnia i mediana przeciętnej liczby godzin snu w ciągu doby w grupach badanych w różnym stopniu zagrożonych problemowym zaangażowaniem w pracę

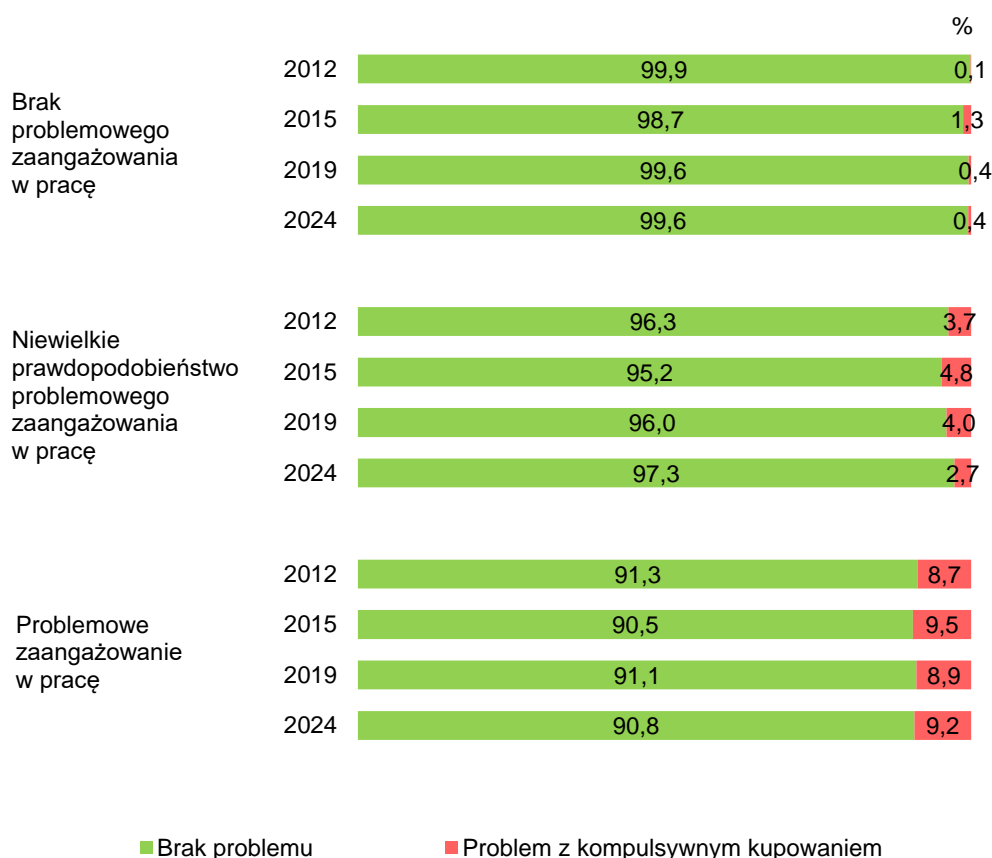


²⁷ ANOVA. Test Duncana.

3.9. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a skłonność do innych uzależnień behawioralnych

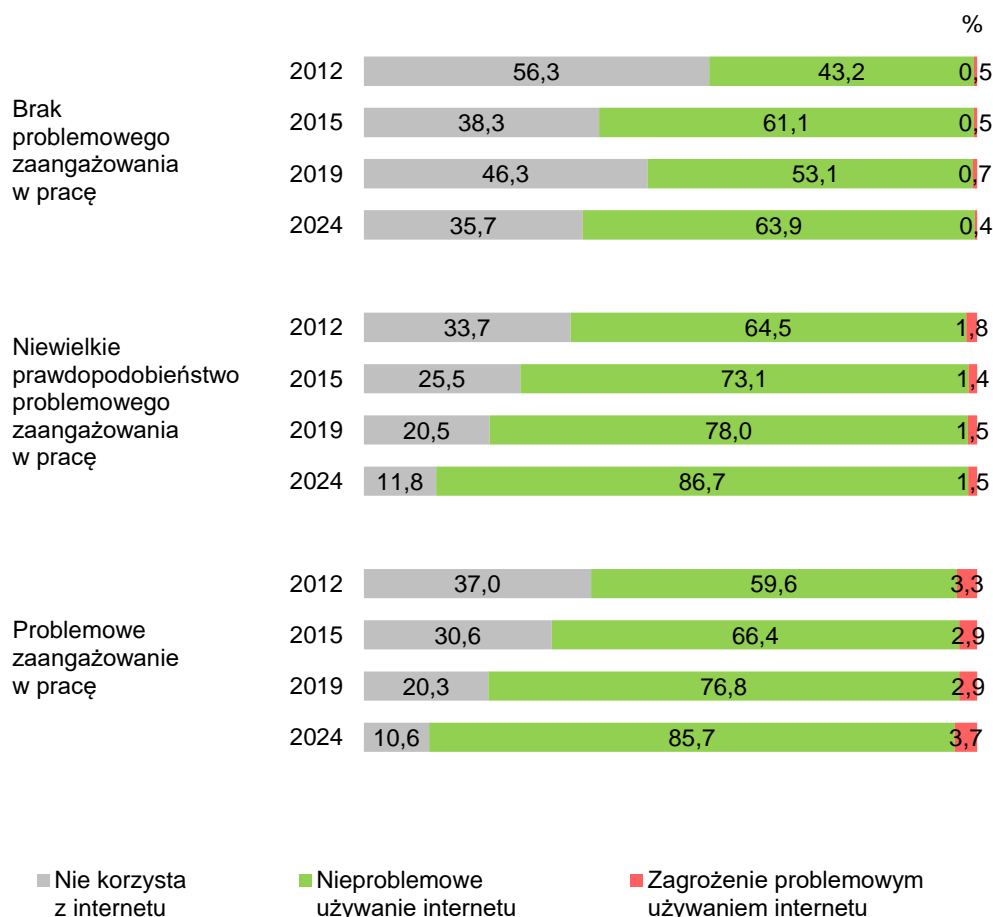
Przeprowadzone analizy statystyczne dowodzą, że skłonność do problemowego zaangażowania w pracę wykazuje istotny związek z podatnością na inne uzależnienia behawioralne. Tak jak w poprzednich badaniach jest to szczególnie widoczne w przypadku problemowego kupowania (Rys. 3.20). W 2024 roku, tak jak poprzednio, problem z kompulsywnym kupowaniem najczęściej występuje wśród osób problemowo zaangażowanych w pracę (9,2% tej grupy). Znacznie rzadziej dotyka on natomiast badanych, których wyniki w teście Bryana E. Robinsona wskazują na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę (2,7%) i tylko sporadycznie mierzą się z nim osoby niewykazujące w tym teście problemowego zaangażowania w pracę (0,4%).

Rys. 3.20. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a skłonność do kompulsywnego kupowania



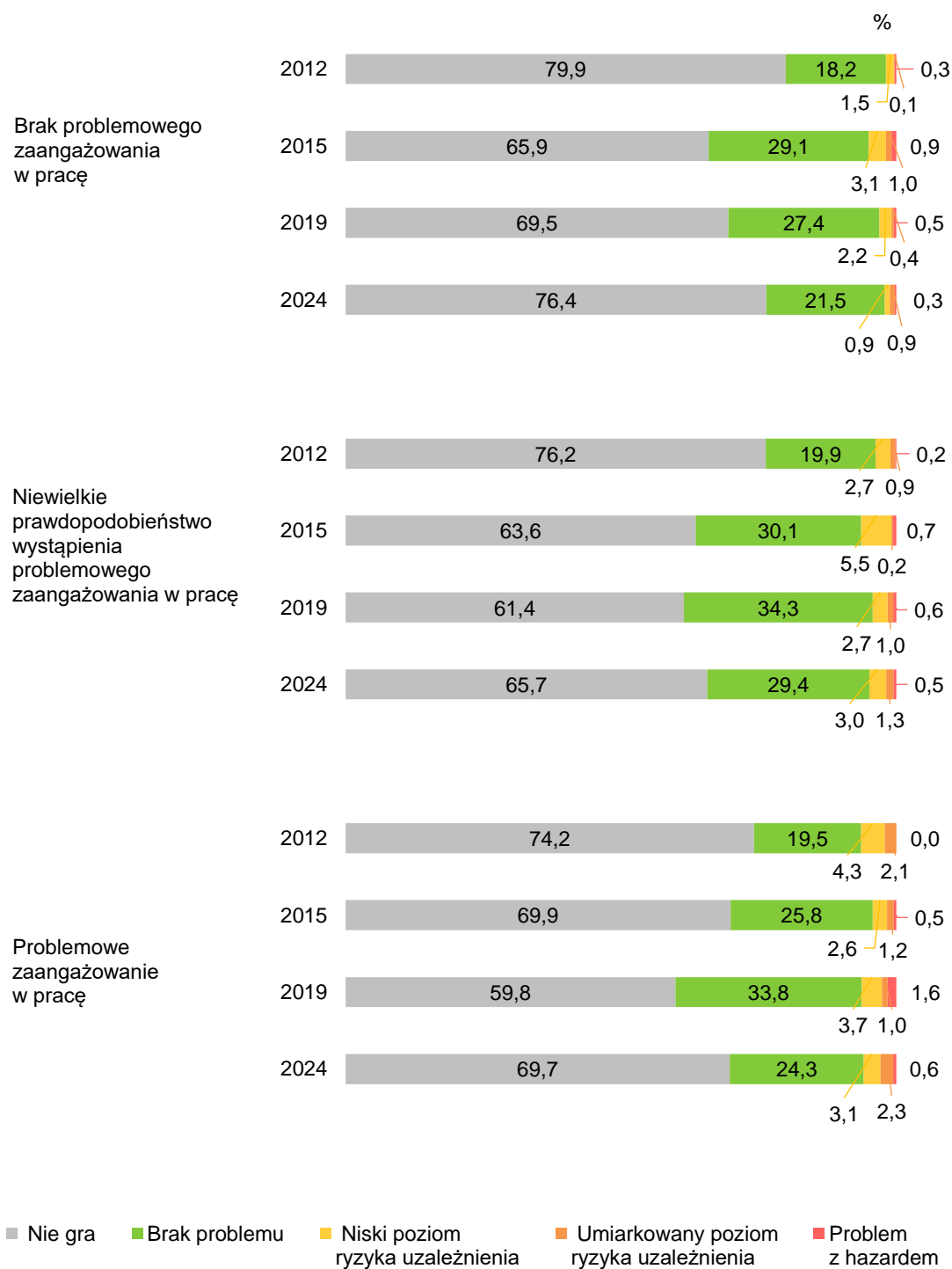
Również wystąpienie zagrożenia problemowym użytkowaniem internetu jest znacznie bardziej prawdopodobne wśród osób problemowo zaangażowanych w pracę niż wśród pozostałych badanych (Rys. 3.21). Zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu jest 3,7% badanych problemowo zaangażowanych w pracę, 1,5% osób, które w teście Bryana E. Robinsona uzyskały wynik wskazujący na niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę, oraz zaledwie 0,4% niewykazujących w tym teście problemowego zaangażowania w pracę. Jednocześnie warto zauważyć, iż upowszechnieniu się korzystania z sieci we wszystkich grupach badanych wyróżnionych ze względu na ich wynik w teście Robinsona nie towarzyszy znaczący wzrost odsetków osób zagrożonych problemowym użytkowaniem internetu, choć w grupie osób problemowo zaangażowanych w pracę jest on minimalnie wyższy niż w poprzednich latach.

Rys. 3.21. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a zagrożenie problemowym użytkowaniem internetu



W przypadku zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę i ryzyka uzależnienia od hazardu w roku 2024, tak jak w roku 2019, istotna statystycznie różnica dotyczy samego podejmowania gier o charakterze hazardowym (Rys. 3.22) Badani, którzy w teście Bryana E. Robinsona uzyskali wynik wskazujący na choćby niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę, charakteryzują się znacznie wyższym prawdopodobieństwem udziału w takich grach niż zaklasyfikowani jako niezaangażowani problemowo w pracę. Warto jednak zauważyć, iż w roku 2024, w porównaniu z rokiem 2019, odsetek grających w gry hazardowe zmniejszył się we wszystkich grupach wyróżnionych ze względu na zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę. Jeżeli chodzi o sam poziom ryzyka uzależnienia od hazardu, to badani, którzy w teście Robinsona uzyskali wynik wskazujący na choćby niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę, od zaklasyfikowanych jako niezaangażowani problemowo w pracę różnią się istotnie statystycznie jedynie wyższym odsetkiem osób charakteryzujących się niskim poziomem ryzyka uzależnienia od hazardu. Gdy jednak połączymy w jedną grupę wszystkich graczy, których wyniki testu wskazują na choćby minimalne ryzyko uzależnienia od hazardu, to okazuje się, że wśród osób problemowo zaangażowanych w pracę ich odsetek jest znacząco wyższy niż wśród respondentów, których wynik testu Robinsona wskazuje na brak problemowego zaangażowania w pracę (6,0% wobec 2,1%).

Rys. 3.22. Zagrożenie problemowym zaangażowaniem w pracę a ryzyko uzależnienia od hazardu



Beata Roguska

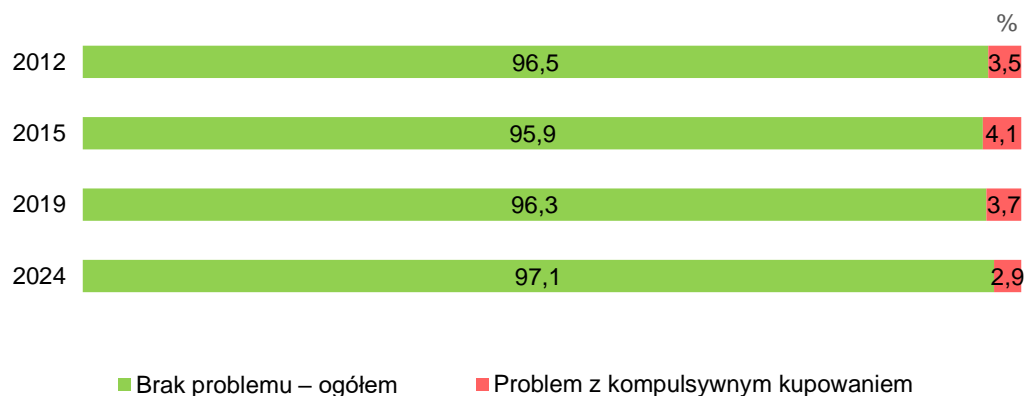
4. ZAKUPY

4.1. Zasięg zjawiska i cechy sprzyjające

Do badania zasięgu zjawiska problemowego kupowania użyty został – tak samo jak poprzednio – test Valence, d’Astous and Fortier Compulsive Buying Scale.

Problem kompulsywnego kupowania dotyczyć może obecnie 2,9% Polaków od 15 roku życia (Rys. 4.1). Skala zjawiska jest obecnie mniejsza od rejestrowanej w poprzednich edycjach badania. W stosunku do roku 2019 odsetek osób, których dotyczy problemowe kupowanie, zmniejszył się o 0,8 punktu procentowego. Diagnozowane zjawisko miało najszerszy zasięg w 2015 roku.

Rys. 4.1. Kompulsywne zakupy – zasięg zjawiska w społeczeństwie



Przeprowadzone analizy statystyczne pokazują i jednocześnie potwierdzają wcześniejsze ustalenia, że kluczowe znaczenie dla rozwoju tego zaburzenia ma wiek. Ogólnie rzecz biorąc, ludzie młodzi, poniżej 35 roku życia, częściej niż starsi wykazują symptomy kompulsywnego kupowania. Kategorią wiekową, w której szczególnie często obserwujemy obecnie to zjawisko, są ludzie od 18 do 24 roku życia, a więc młodzi dorośli (dotyczy ono 8,2% z nich). Można zatem sformułować tezę, że młody wiek stanowi czynnik ryzyka wystąpienia problemów związanych z kupowaniem.

W 2019 roku zjawisko kompulsywnego kupowania najczęściej diagnozowaliśmy wśród najmłodszych respondentów, mających poniżej 18 lat. Obecnie problemy związane z kupowaniem są wśród niepełnoletniej młodzieży zdecydowanie mniej rozpowszechnione i dotyczą 5,7% z nich (wobec 14,1% pięć lat temu). Częściej niż poprzednio zjawisko kompulsywnego kupowania obserwujemy natomiast

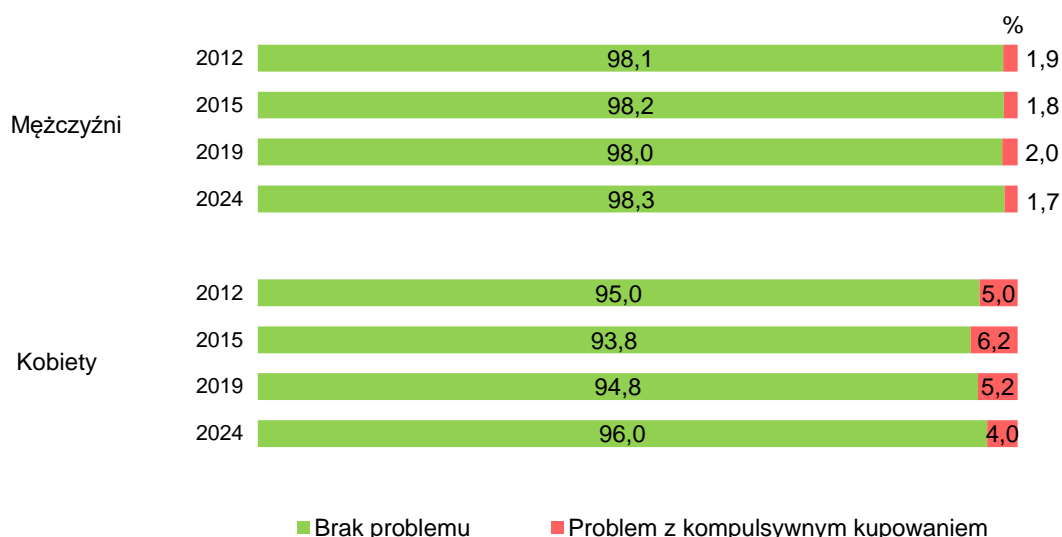
wśród osób mających od 18 do 24 lat (w 2019 roku dotyczyło ono 6,3% z nich). Przesunięcie w ciągu ostatnich pięciu lat największego ryzyka wystąpienia problemów związanych z kupowaniem z kategorii wiekowej „poniżej 18 lat” lat do kategorii „18–24 lata” może sugerować, że zjawisko problemowego kupowania w sposób szczególny dotyczy jednej konkretnej kohorty wiekowej (Rys. 4.2).

Rys. 4.2. Kompulsywne zakupy – zasięg zjawiska wg wieku



Istotne znaczenie ma tutaj płeć (Rys. 4.3). Najnowsze badanie potwierdza powszechne przekonanie, zgodnie z którym kobiety bardziej niż mężczyźni narażone są na wystąpienie problemów związanych z kupowaniem. Zjawisko to dotyczy obecnie 4,0% kobiet i 1,7% mężczyzn. Zasięg występowania tego problemu w przypadku obu płci zmniejszył się w porównaniu z poprzednimi badaniami.

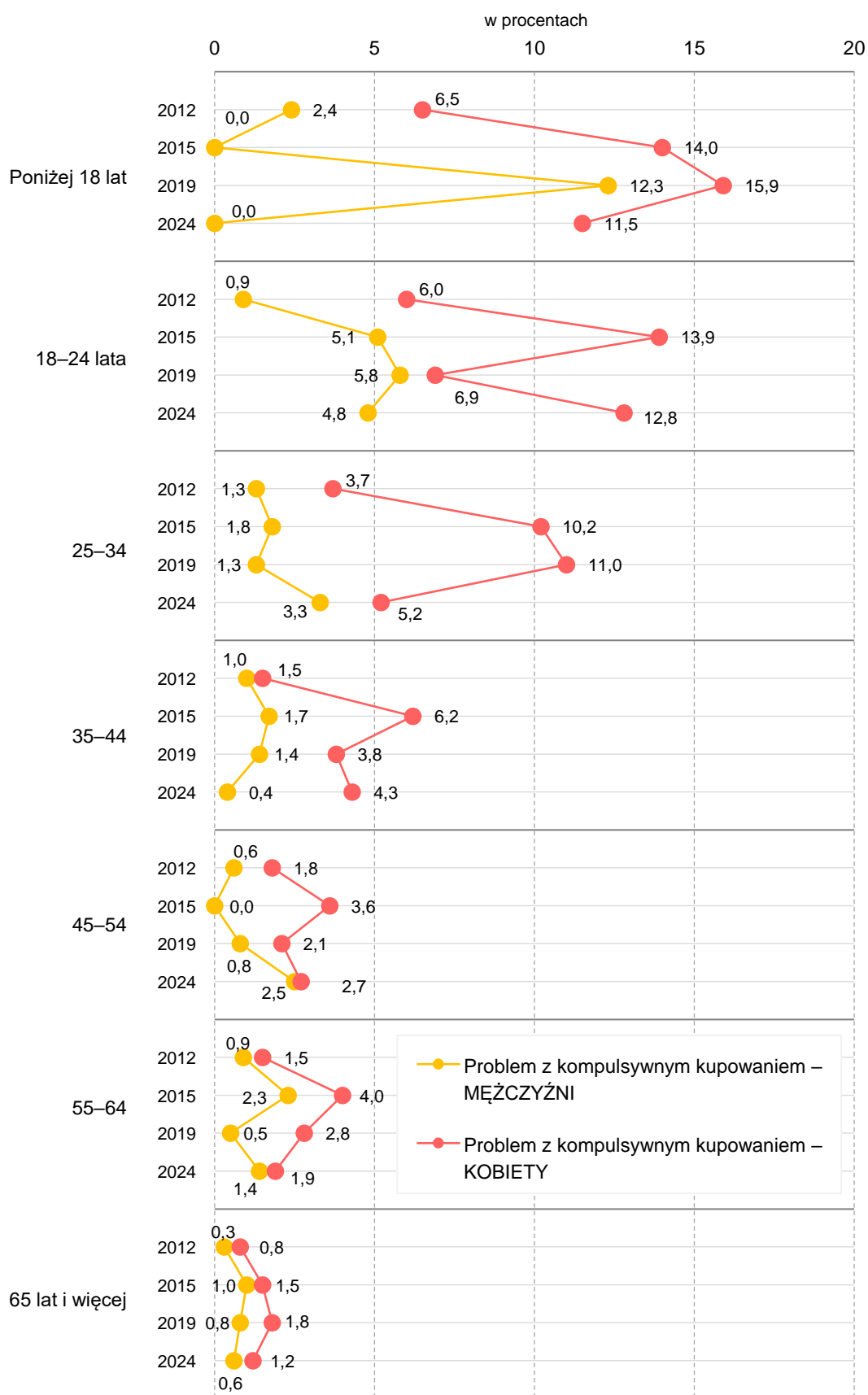
Rys. 4.3. Kompulsywne zakupy – zasięg zjawiska wg płci



Uwzględniając w analizach jednocześnie wiek i płeć, można powiedzieć, że zjawisko kompulsywnego kupowania w największej mierze dotyczy kobiet poniżej 24 roku życia. Problemy związane z kupowaniem ma 12,8% kobiet w wieku od 18 do 24 lat i 11,5% dziewcząt poniżej 18 roku życia.

W 2019 roku drugą grupą najczęściej przejawiającą symptomy kompulsywnego kupowania byli chłopcy poniżej 18 roku życia (pierwszą były dziewczęta w tym samym wieku). Obecnie w ogóle nie odnotowaliśmy tego zjawiska wśród niepełnoletniej męskiej młodzieży.

Rys. 4.4. Zasięg zjawiska kompulsywnych zakupów w grupach wiekowych wg płci



4.2. Charakterystyka społeczno-demograficzna osób z problemem zakupowym

Wśród ogółu osób określonych jako mające problem z zakupami niemal trzy czwarte (71,9%) stanowią kobiety. Porównanie udziału obu płci wśród przejawiających symptomy kompulsywnego kupowania po raz kolejny wskazuje, że zjawisko to częściej dotyczy kobiet (Tab. 4.1).

Struktura wiekowa osób mających problem związany z kupowaniem potwierdza, że dotyczy on ludzi młodych. Ponad połowa badanych, u których obserwujemy przejawy kompulsywnego kupowania, to osoby od 15 do 34 roku życia (55,4%), w tym co czwarty ma od 18 do 24 lat (24,9%). Wśród niemających tego rodzaju symptomów udział osób do 34 roku życia jest o ponad połowę mniejszy (28,1%).

Zależności między symptomami problemowego kupowania a wiekiem i płcią znajdują odzwierciedlenie w zróżnicowanym stopniu zagrożenia tym uzależnieniem w poszczególnych grupach społecznych i zawodowych. Wśród osób mających problem z kompulsywnym kupowaniem relatywnie dużo jest uczniów i studentów (aż 26,6% wobec 9,5% w grupie osób niemających tego problemu), a także pracowników administracyjno-biurowych (12,8% wobec 6,5% wśród pozostałych) i pracowników usług (13,1% wobec 8,0% wśród pozostałych). Relatywnie najrzadziej problem dotyczy emerytów, rencistów oraz rolników.

Tab. 4.1. Charakterystyka społeczno-demograficzna osób mających problem z kompulsywnym kupowaniem i niemających tego problemu

		Brak problemu z kompulsywnym kupowaniem	Problem z kompulsywnym kupowaniem
		100%	100%
Płeć	Mężczyźni	48,2	28,1
	Kobiety	51,8	71,9
Wiek	Poniżej 18 lat	5,2	10,4
	18–24 lata	8,5	24,9
	25–34	14,4	20,1
	35–44	18,5	15,8
	45–54	15,6	13,8
	55–64	14,7	8,3
	65 lat i więcej	23,1	6,7
Grupa społeczno-zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	16,1	14,6
	Średni personel, technicy	4,4	3,2
	Pracownicy adm.-biurowi	6,5	12,8
	Pracownicy usług	8,0	13,1
	Robotnicy wykwalifikowani	9,0	7,3
	Robotnicy niewykwalifik.	3,2	1,3
	Rolnicy	4,3	1,0
	Pracujący na własny rach.	5,3	5,5
	Bezrobotni	1,6	2,2
	Emeryci	24,4	9,5
	Renciści	3,3	0,0
	Uczniowie i studenci	9,5	26,6
Zajmujący się domem i inni	4,5	3,0	
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	20,2	11,0
	2500 – 4499	29,4	31,9
	4500 – 6499	13,6	15,5
	6 500 i więcej	10,8	6,9
	Brak dochodów	9,6	21,6
	Trudno powiedzieć	3,3	3,5
	Odmowa odpowiedzi	13,1	9,6
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	13,7	16,1
	Zasadnicze zawodowe	21,2	10,9
	Średnie	35,1	46,2
	Wyższe	30,0	26,8
Miejsce zamieszkania	Wieś	41,4	39,8
	Miasto do 19 999	14,1	19,8
	20 000 – 99 999	19,5	15,5
	100 000 – 499 999	14,0	15,8
	500 000 i więcej mieszk.	11,0	9,1
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	4,3	1,1
	Raz w tygodniu	34,4	28,6
	1–2 razy w miesiącu	12,5	8,9
	Kilka razy w roku	24,8	17,7
	W ogóle nie uczestniczy	24,1	43,7

Warto zwrócić uwagę na charakterystyki finansowe osób przejawiających symptomy kompulsywnego kupowania. Brak własnych dochodów deklaruje 21,6% badanych mających problem związany z kupowaniem, wśród pozostałych jest to o ponad połowę mniejszy odsetek (9,6%). Szczególnie duży udział osób nieposiadających własnych dochodów wśród osób, których dotyczy problemowe kupowanie, wynika w głównej mierze z ich młodego wieku.

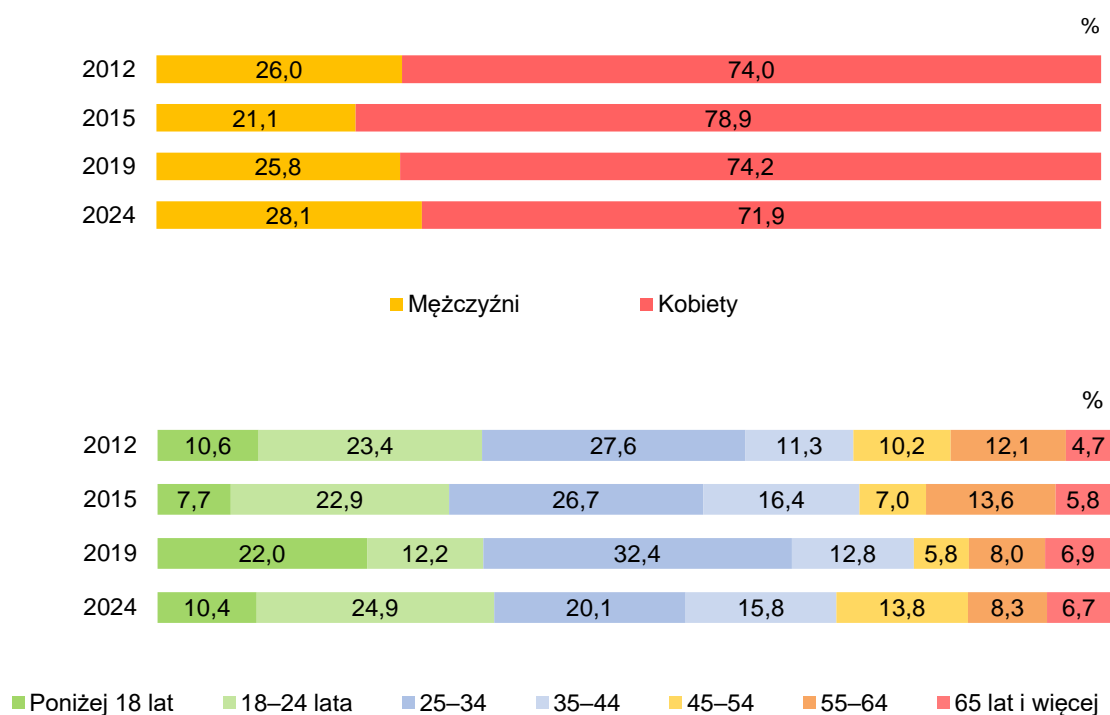
Związek między problemowym kupowaniem a wykształceniem jest w dużym stopniu wtórny wobec uwarunkowań wynikających z wieku i płci. Wśród osób mających problem z kompulsywnym kupowaniem stosunkowo dużo jest bowiem osób ze średnim wykształceniem (ogółem 46,2% wobec 35,1% wśród pozostałych), względnie mało – z wykształceniem zasadniczym zawodowym (10,9% wobec 21,2%).

W 2019 roku diagnozowaliśmy, że problemowe kupowanie częściej dotyczy mieszkańców dużych miast niż mniejszych miejscowości. Obecnie nie obserwujemy tej zależności. Generalnie wielkość miejsca zamieszkania nie ma istotnego znaczenia, jeśli chodzi o występowanie zjawiska problemowego kupowania.

Wyraźny jest natomiast związek między występowaniem tego zjawiska a religijnością, określoną przez częstotliwość udziału w praktykach religijnych. Wśród osób wykazujących symptomy kompulsywnego kupowania niepraktykujący stanowią 43,7%, podczas gdy wśród niemających tego problemu – mniej niż jedną czwartą (24,1%). Jak wynika z analiz, zależności między religijnością a problemowym kupowaniem nie można redukować do zależności między wiekiem a problemami związanymi z kupowaniem.

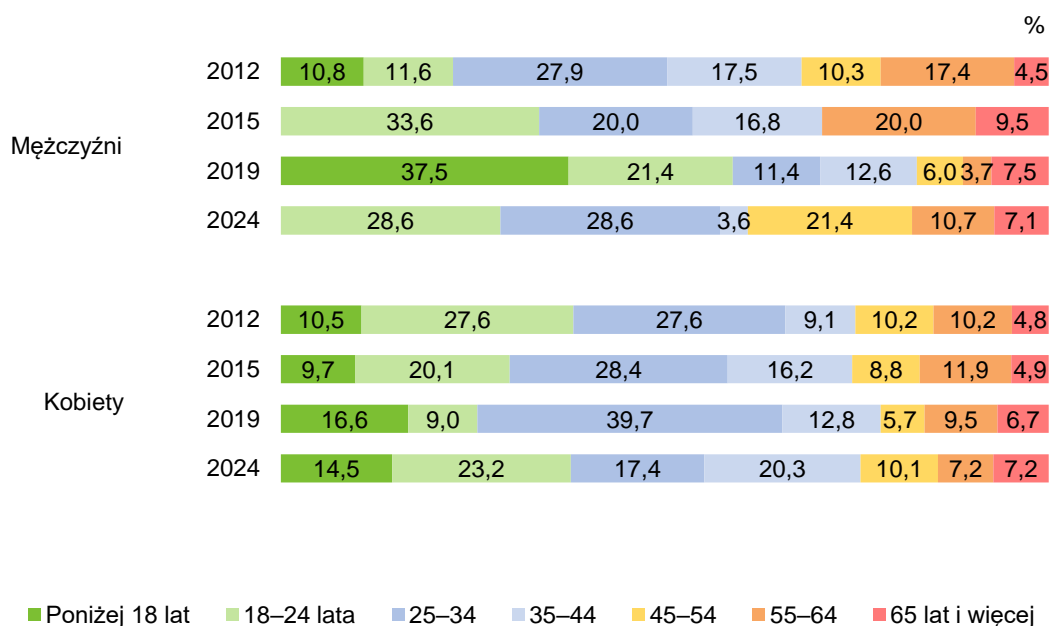
Poniżej prezentujemy dane obrazujące, jak zmienił się profil osób mających problemy związane z kupowaniem, biorąc pod uwagę dwie najważniejsze charakterystyki, a więc wiek i płeć. Zmiany między latami 2019 i 2024 dotyczą przede wszystkim zmniejszenia udziału najmłodszej kategorii wiekowej wśród osób z problemem zakupowym i zwiększenia się udziału młodych dorosłych.

Rys. 4.5. Struktura płci oraz wieku osób mających problem z kompulsywnym kupowaniem



Jeżeli natomiast uwzględnić w analizach jednocześnie płeć i wiek (Rys. 4.6), można stwierdzić, że w grupie zagrożonych mężczyzn najwięcej jest osób mających od 18 do 24 lat oraz od 25 do 34 lat (po 28,6%). W grupie kobiet największą część – podobnie jak w poprzednich badaniach – stanowią osoby w wieku od 18 do 24 lat (23,2%).

Rys. 4.6. Struktura wieku mężczyzn i kobiet mających problem z kompulsywnym kupowaniem

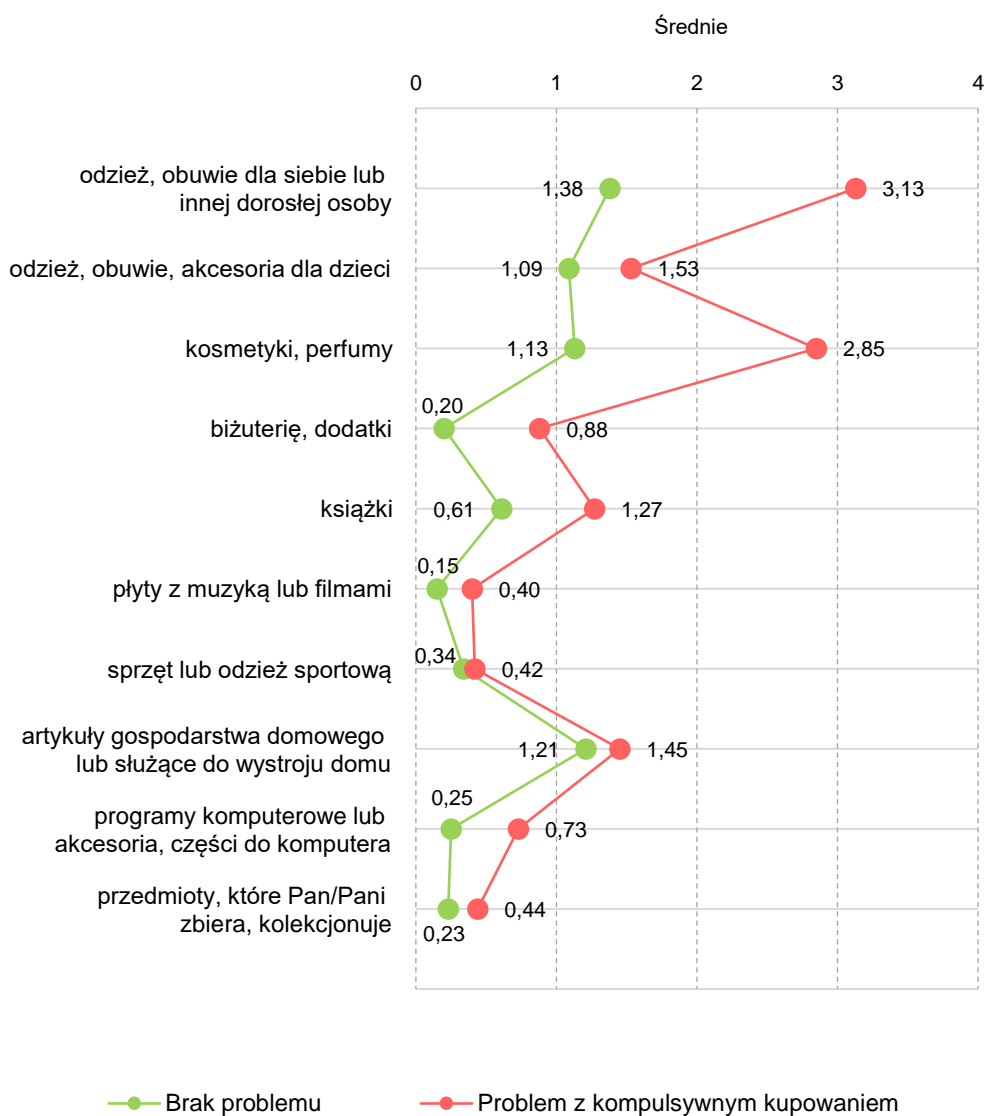


4.3. Zwyczaje konsumenckie osób z problemem zakupowym

4.3.1. Preferencje dotyczące produktów

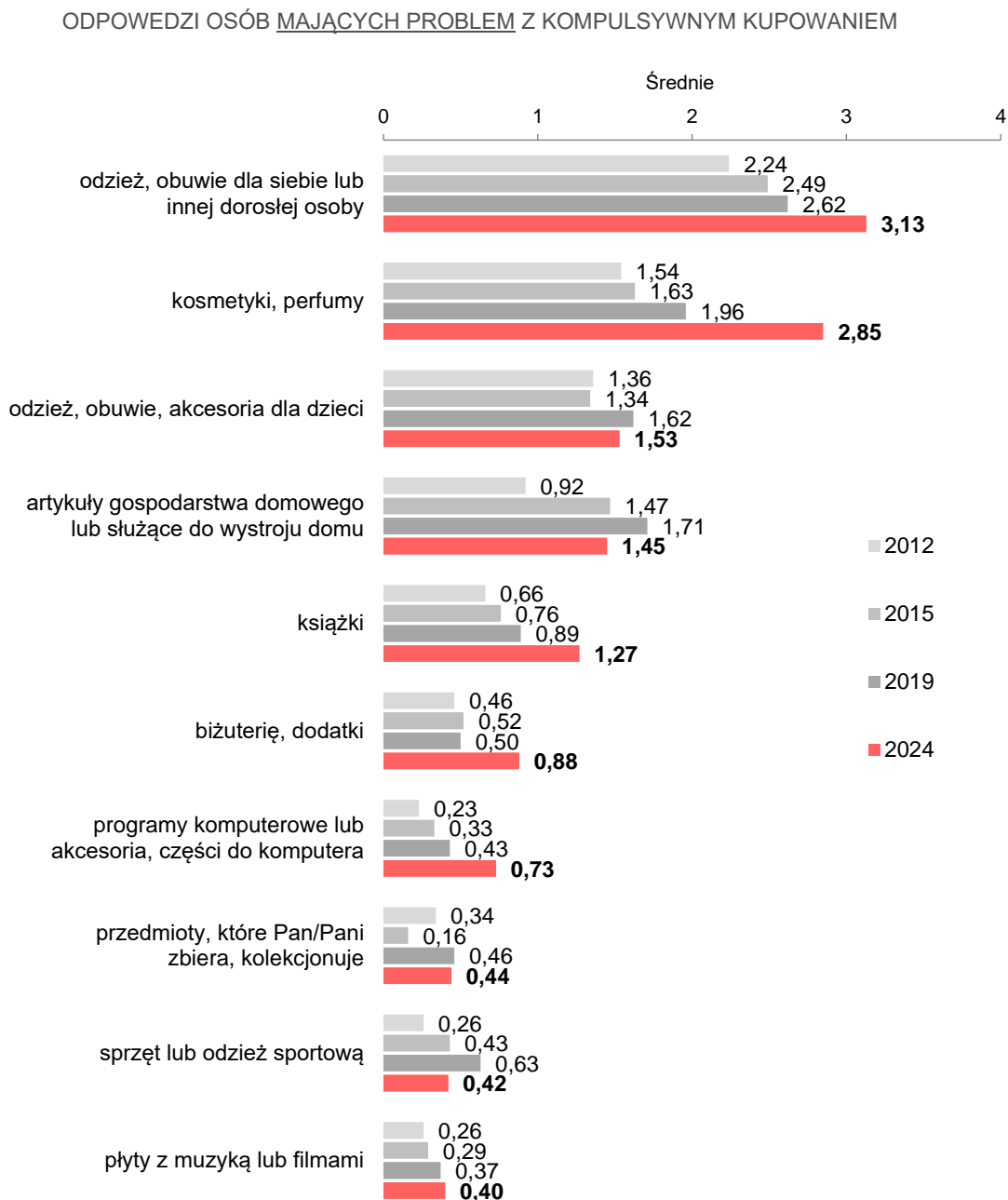
Osoby przejawiające symptomy kompulsywnego kupowania częściej niż niemający tego rodzaju problemów dokonują przede wszystkim zakupu biżuterii i dodatków, a ponadto istotnie częściej nabywają książki, akcesoria do komputera, programy komputerowe. Nieco częściej kupują również odzież, obuwie dla siebie lub innej dorosłej osoby oraz kosmetyki i perfumy (Rys. 4.7).

Rys. 4.7. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



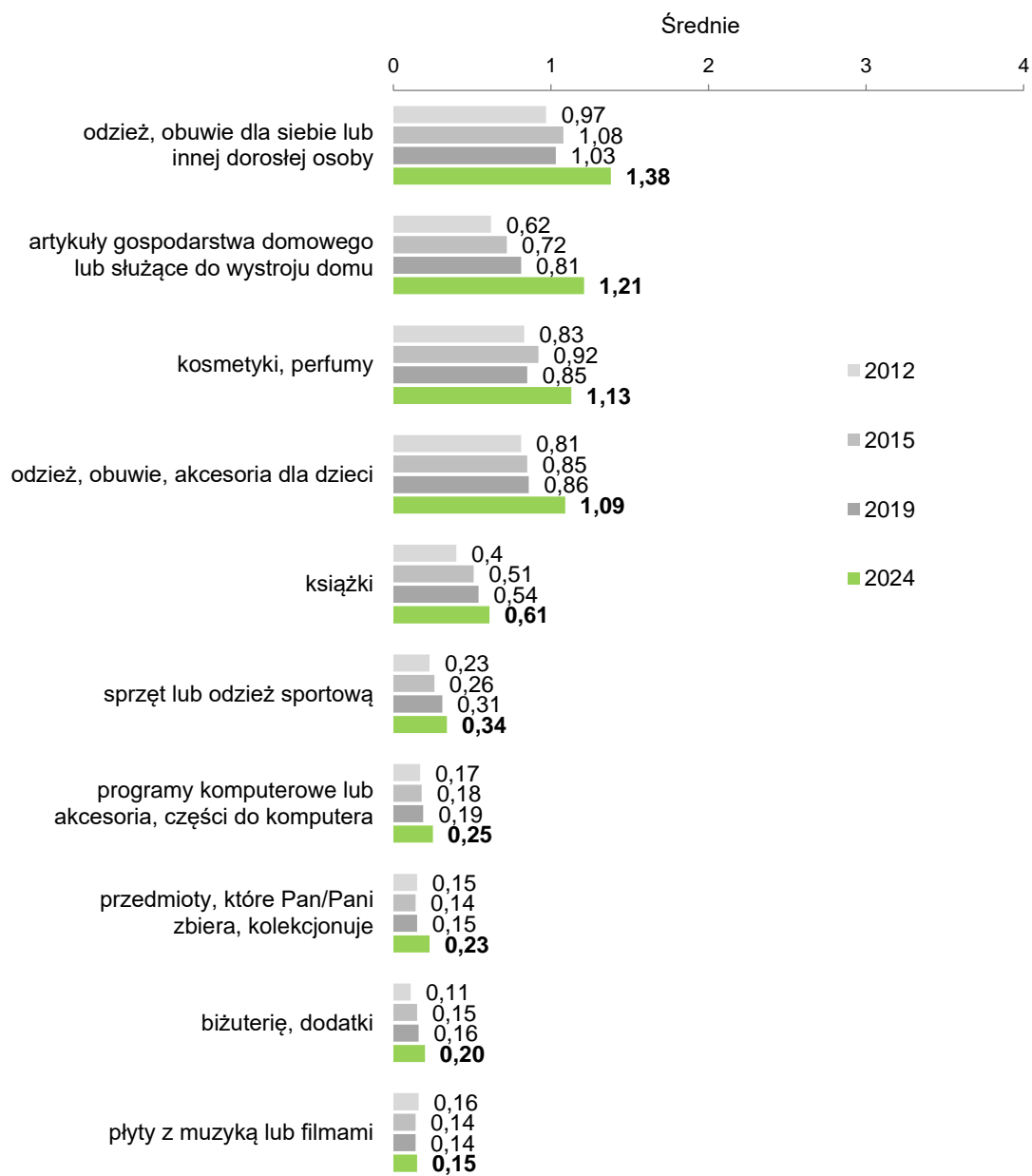
W porównaniu z ubiegłymi latami widoczny jest wzrost zainteresowania nabywaniem określonych rodzajów produktów przez osoby zagrożone uzależnieniem od zakupów. Dotyczy to przede wszystkim wymienionych wyżej kategorii produktów (Rys. 4.8, Rys. 4.9).

Rys. 4.8. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



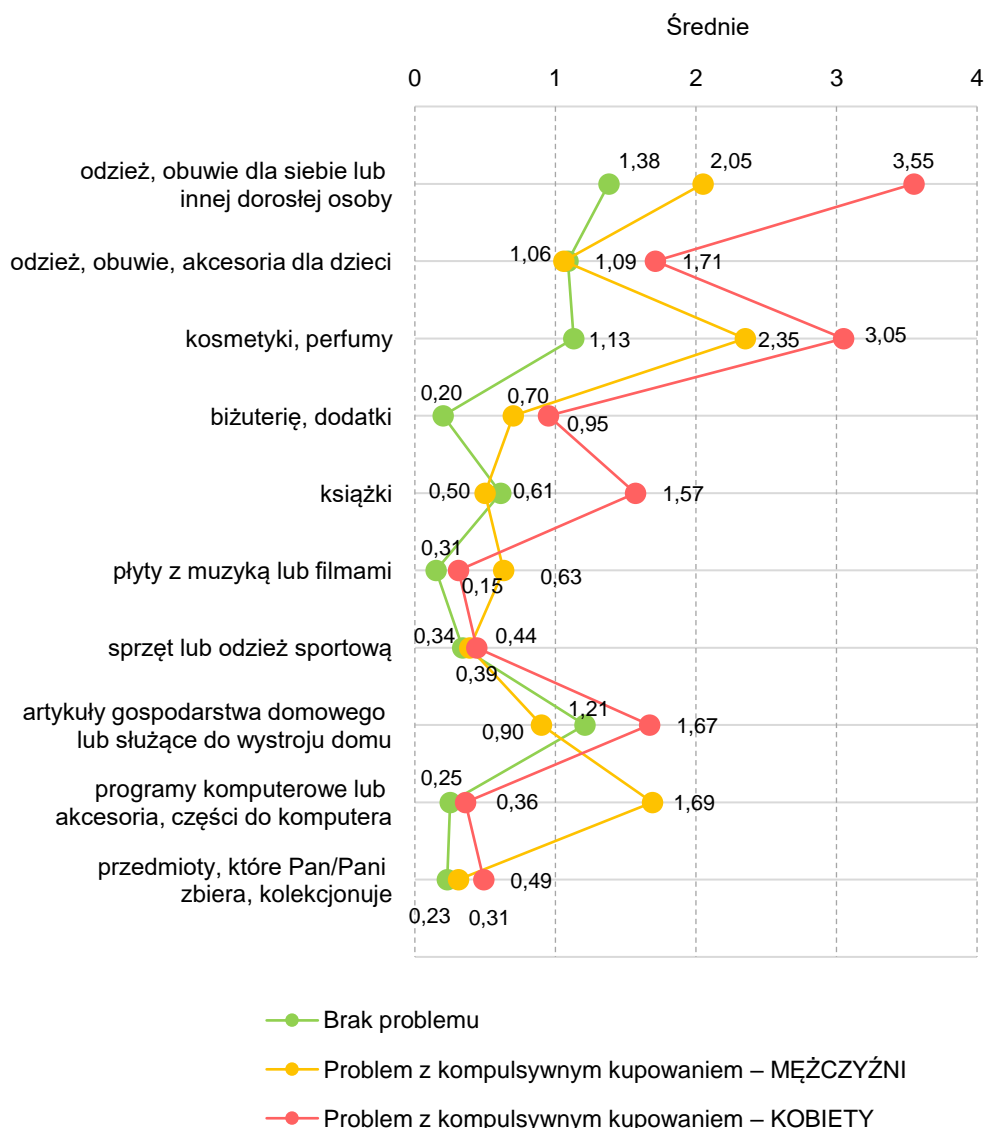
Rys. 4.9. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):

ODPOWIEDZI OSÓB NIEMAJĄCYCH PROBLEMU Z KOMPULSYWNYM KUPOWANIEM



Stosunkowo mała liczebność grupy osób zagrożonych uzależnieniem od zakupów utrudnia precyzyjne porównanie preferencji zakupowych w zależności od płci i wieku. Można jednak powiedzieć, że kobiety i mężczyźni z problemem zakupowym różnią się preferencjami dotyczącymi zakupów (Rys. 4.10). Kobiety częściej niż mężczyźni kupują przede wszystkim artykuły gospodarstwa domowego oraz służące do wystroju domu oraz odzież i obuwie dla siebie lub innej dorosłej osoby. Mężczyźni mający problem z kompulsywnym kupowaniem istotnie częściej nabywają programy komputerowe lub akcesoria do komputera.

Rys. 4.10. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



Zestawienie deklaracji ludzi młodych, do 34 roku życia, z deklaracjami osób w wieku 35+ mającymi problemy związane z kupowaniem pokazuje, że młodszy istotnie częściej kupują programy i akcesoria komputerowe, zaś starsi artykuły gospodarstwa domowego i służące do wystroju domu, a także odzież, obuwie i akcesoria dla dzieci.

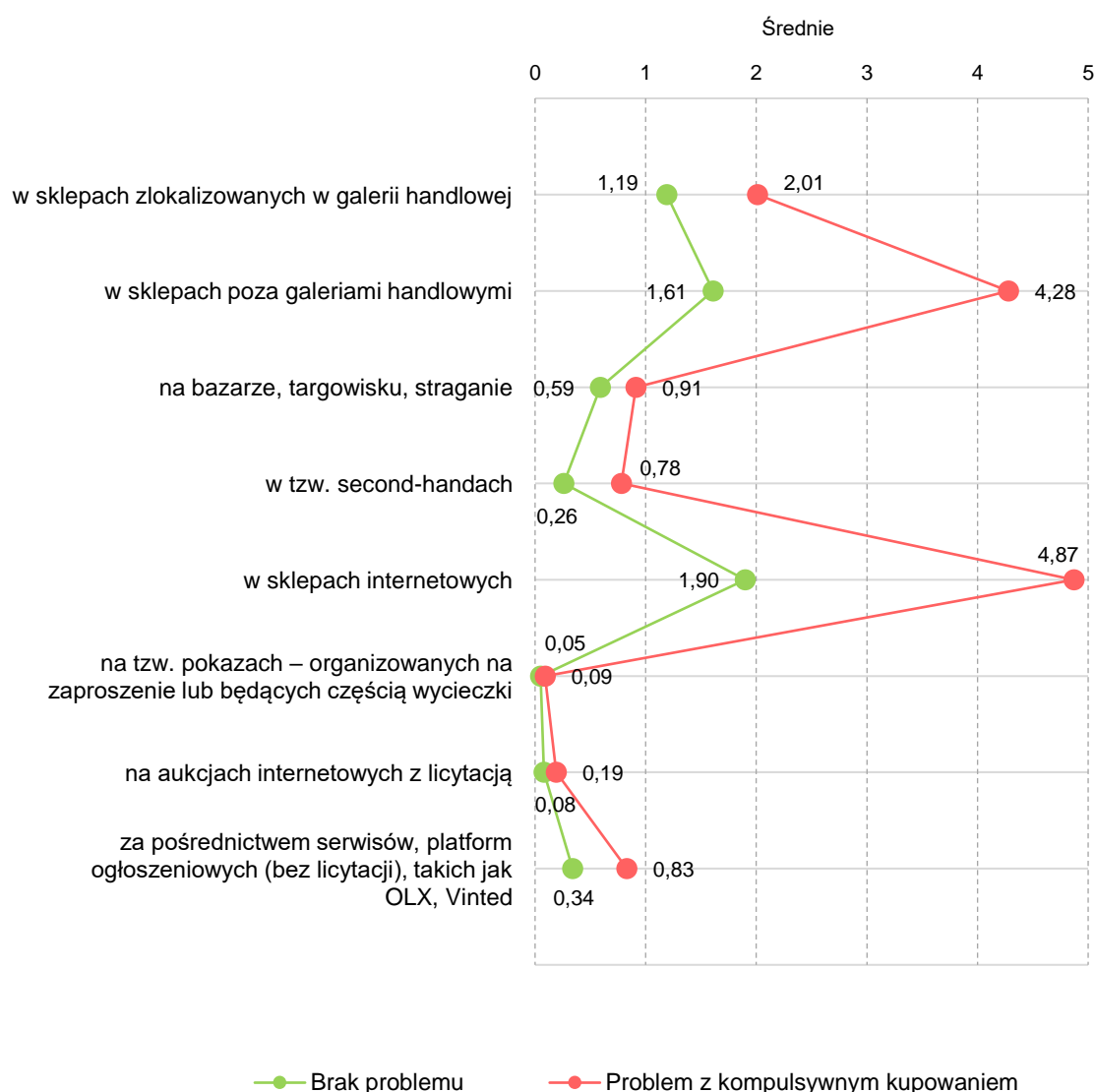
Rys. 4.11. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



4.3.2. Miejsca dokonywania zakupów

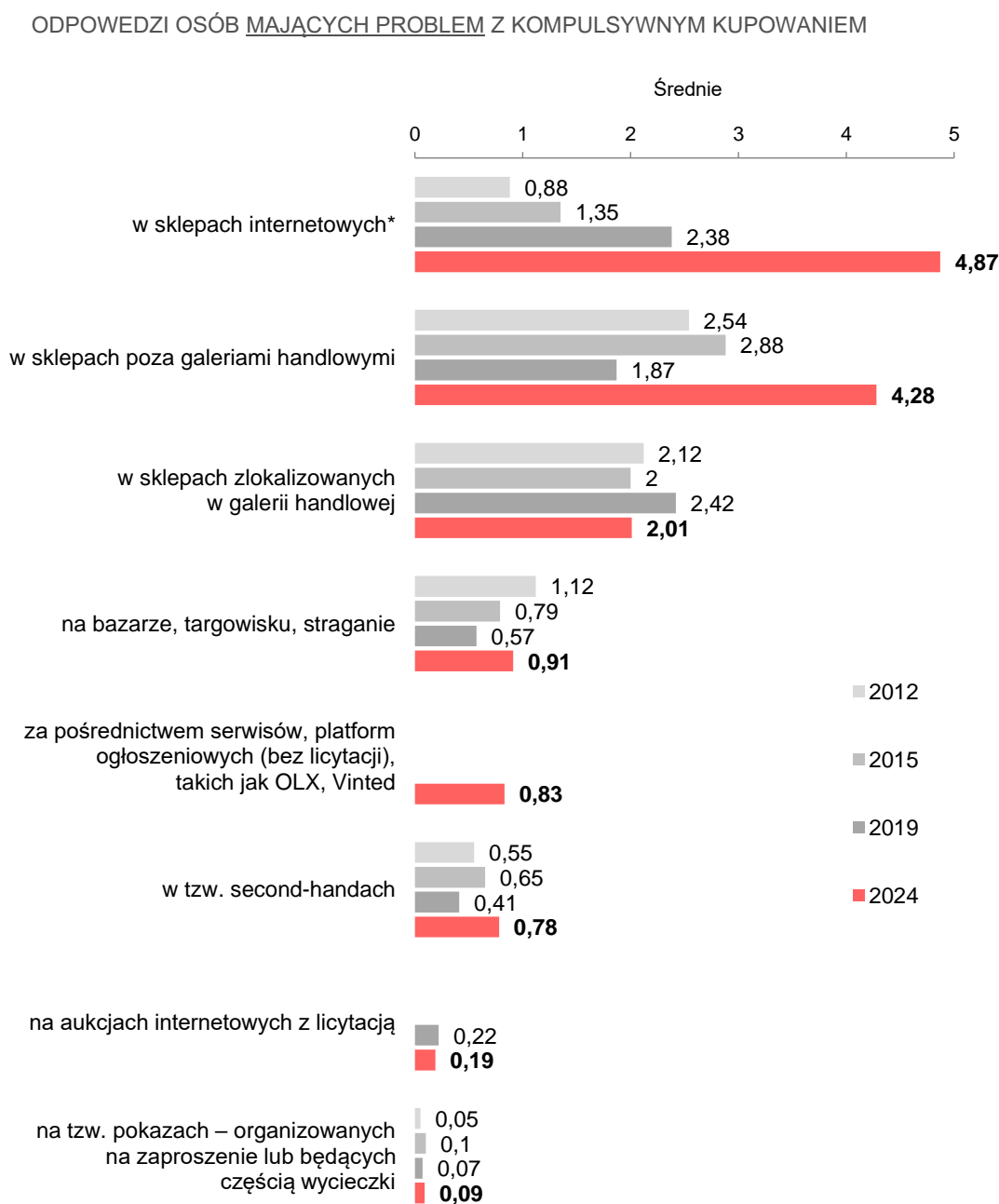
Osoby wykazujące symptomy uzależnienia od zakupów różnią się od niemających problemów z kompulsywnym kupowaniem preferencjami dotyczącymi miejsca dokonywania zakupów (Rys. 4.12). Ci pierwsi istotnie częściej robią zakupy w sklepach poza galeriami handlowymi, w second-handach, za pośrednictwem serwisów, platform ogłoszeniowych, takich jak OLX, Vinted oraz w sklepach internetowych.

Rys. 4.12. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



Zestawienie danych z czterech edycji badania pokazuje, jak zmieniały się preferowane przez osoby mające problem z kompulsywnym kupowaniem miejsca dokonywania zakupów (Rys. 4.13). Od 2019 roku wzrosła w tej grupie przede wszystkim średnia deklarowana częstość dokonywania zakupów w sklepach poza galeriami handlowymi oraz w sklepach internetowych. Warto zauważyć, że wzrost popularności zakupów przez internet w ostatnich pięciu latach widoczny jest także wśród osób niemających problemu z kompulsywnym kupowaniem (Rys. 4.14).

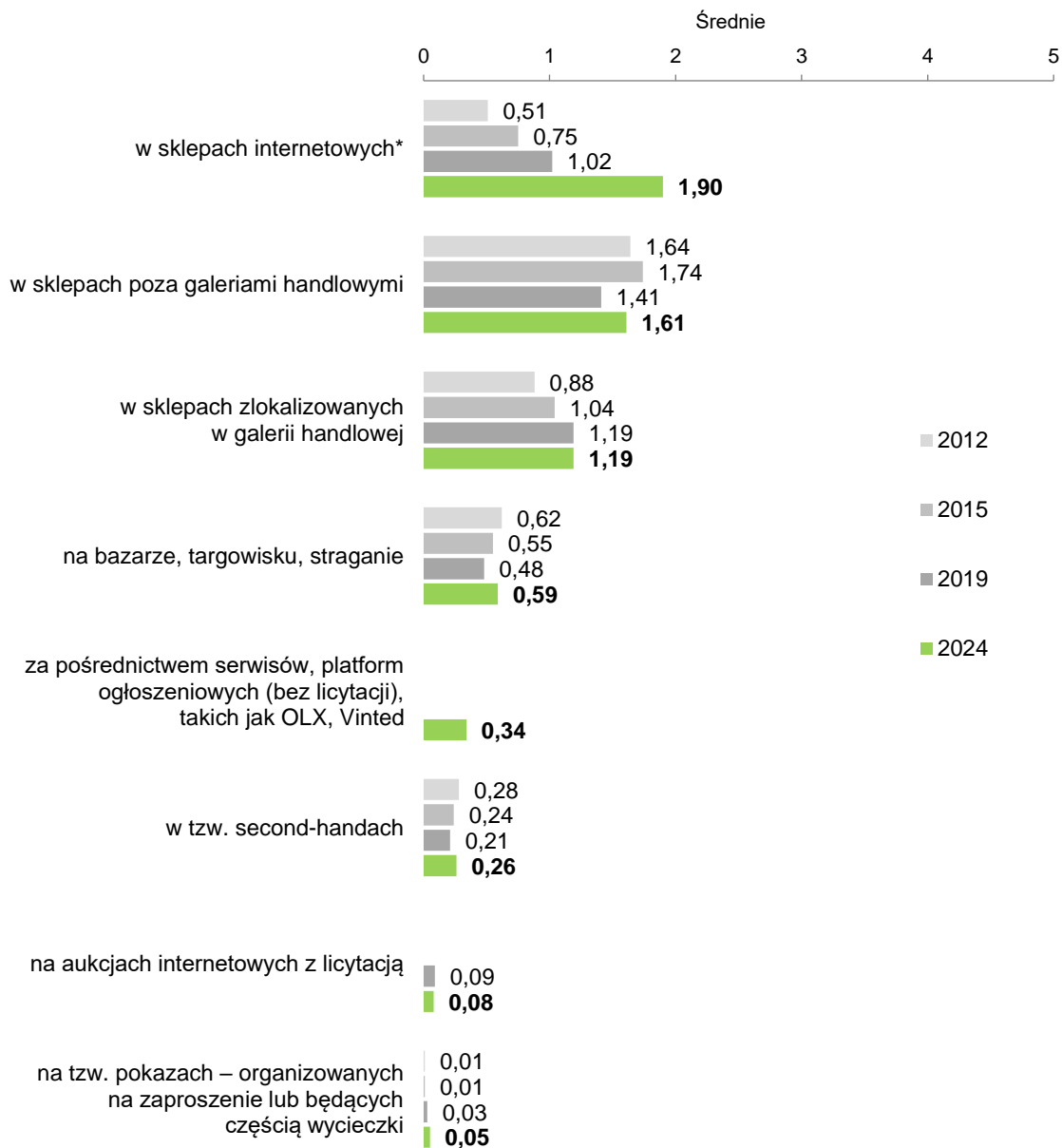
Rys. 4.13. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



* W 2012 i 2015 roku pytaliśmy ogólnie o zakupy w internecie.

Rys. 4.14. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):

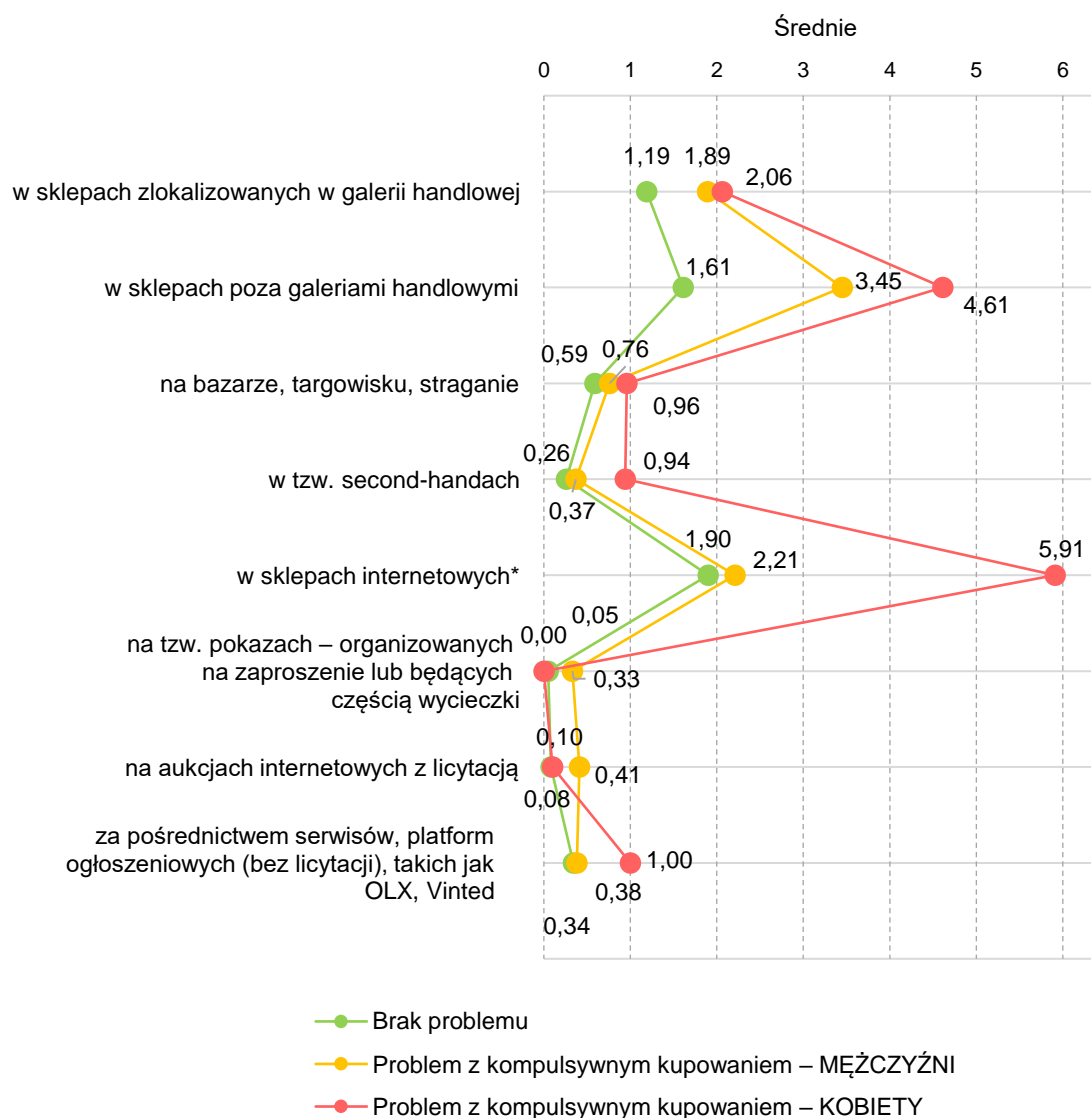
ODPOWIEDZI OSÓB NIEMAJĄCYCH PROBLEMU Z KOMPULSYWNYM KUPOWANIEM



* W 2012 i 2015 roku pytaliśmy ogólnie o zakupy w internecie.

Ze względu na małą liczebność osób mających problem związany z kupowaniem różnice między kobietami a mężczyznami dotyczące miejsc dokonywania zakupów, choć zauważalne, okazują się z reguły nieistotne statystycznie. Istotne różnice dotyczą częstości korzystania ze sklepów internetowych. Kobiety robią zakupy w tych sklepach zdecydowanie częściej niż mężczyźni (Rys. 4.15).

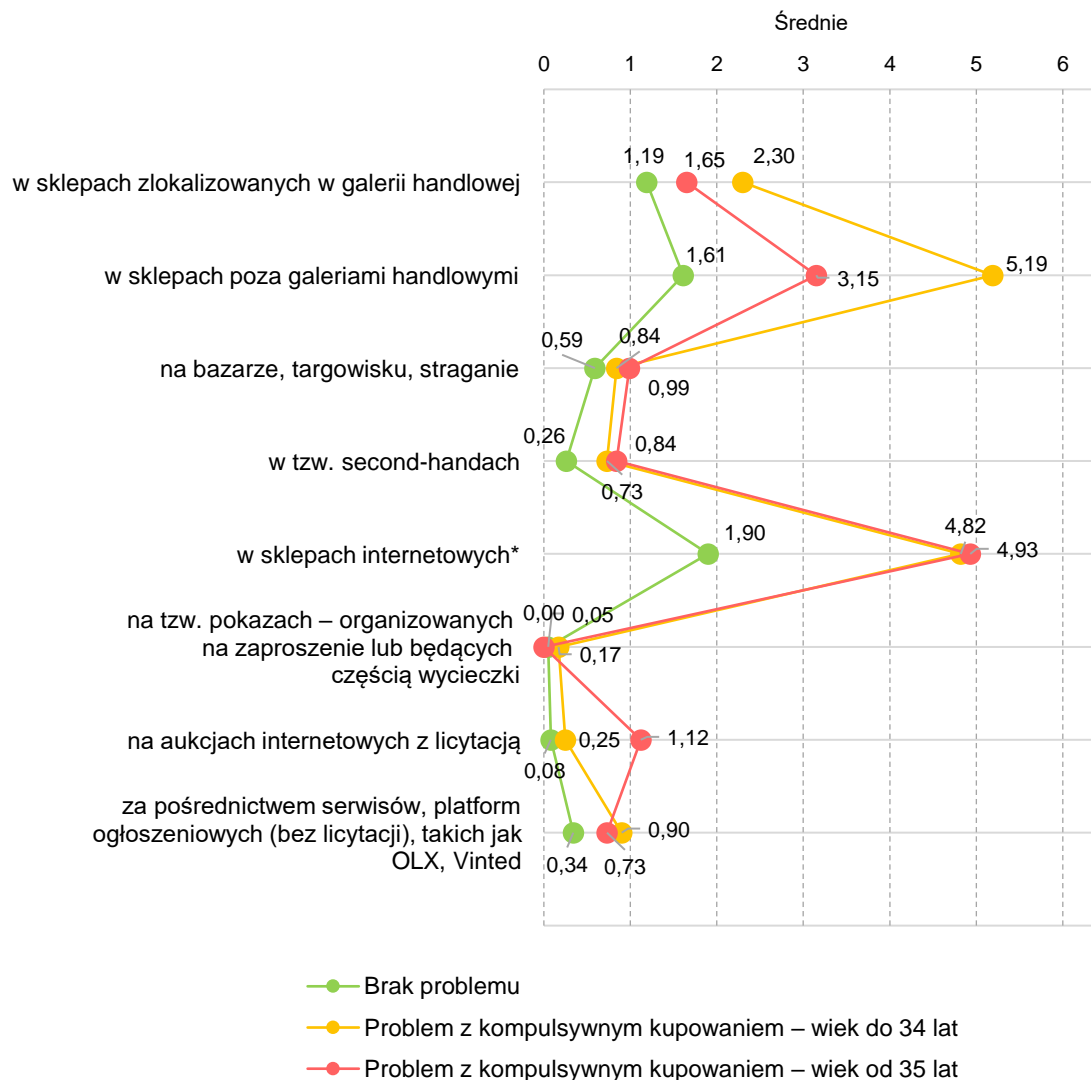
Rys. 4.15. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



* W 2012 i 2015 roku pytaliśmy ogólnie o zakupy w internecie.

Nieistotnie statystycznie okazują się też różnice dotyczące miejsc dokonywania zakupów w obu wyodrębnionych kategoriach wiekowych (Rys. 4.16).

Rys. 4.16. Ile razy w ciągu ostatniego miesiąca kupował(a) Pan(i):



4.4. *Window shopping*

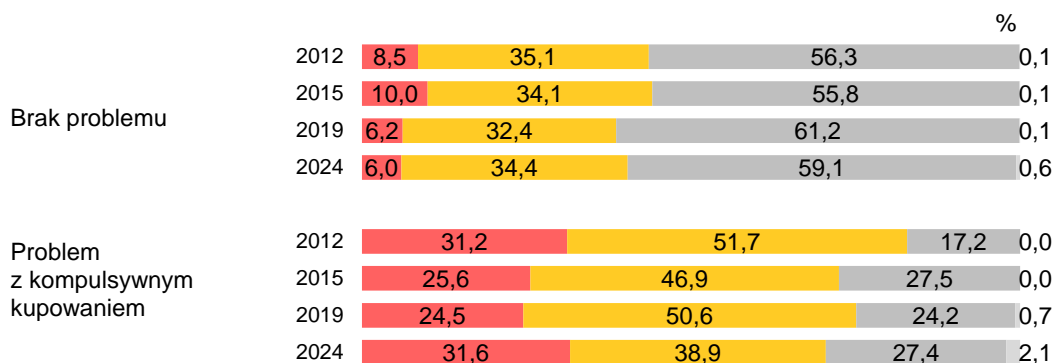
Window shopping oznacza poświęcanie czasu na oglądanie towarów wystawionych na sprzedaż bez zamiaru kupna. Według literatury przedmiotu tego rodzaju zachowanie może towarzyszyć problemowemu kupowaniu i być traktowane jako jeden z jego symptomów.

Tegoroczne badanie – podobnie jak jego poprzednie edycje – potwierdza tezę, że osoby mające problem z kompulsywnym kupowaniem częściej niż nieprzejawiający tego rodzaju symptomów spędzają czas spacerując dla przyjemności po galeriach handlowych lub sklepach (ogółem 70,5% wobec 40,4%), oglądają towary oferowane na aukcjach internetowych (69,5% wobec 32,8%), za pośrednictwem serwisów, platform ogłoszeniowych, takich jak OLX, Vinted (71,9% wobec 35,5%) oraz w sklepach internetowych (81,2% wobec 45,3%) – Rys. 4.17.

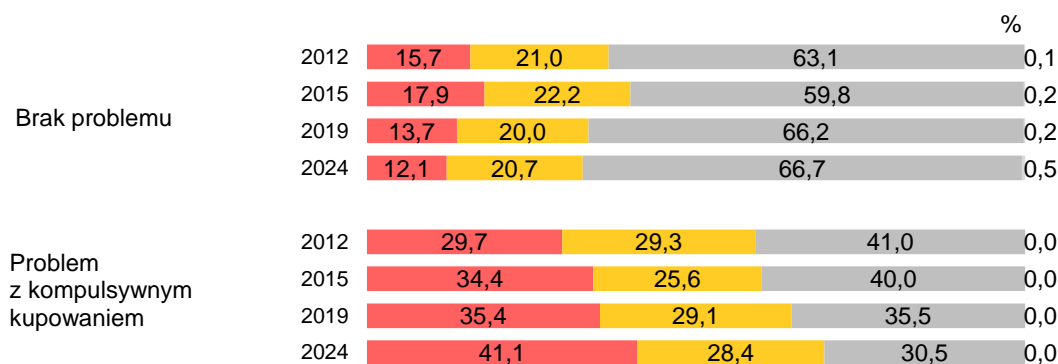
Od 2019 roku zjawisko *window shopping* wśród osób mających problem związany z kupowaniem nasiliło się. Dotyczy to przede wszystkim oglądania dla przyjemności i rozrywki towarów dostępnych przez internet, ale także oglądania towarów „stacjonarnie” – w sklepach i galeriach handlowych.

Rys. 4.17. Jak często zdarza się Panu(i) dla przyjemności/rozrywki:

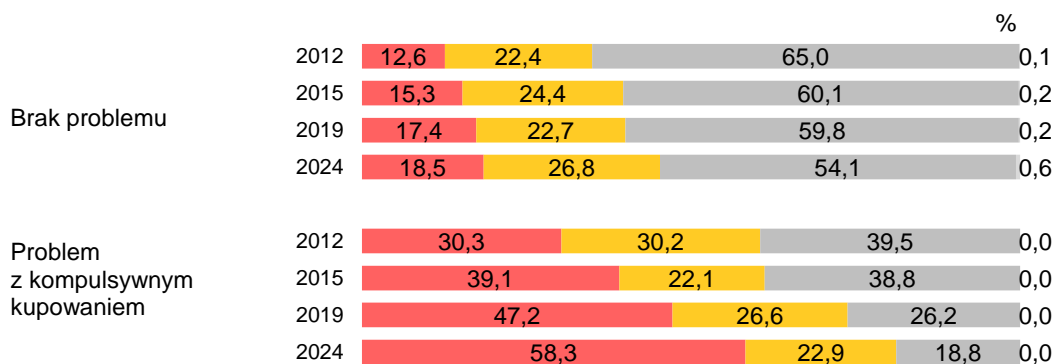
– spacerować po centrum handlowym, galerii handlowej lub po sklepach



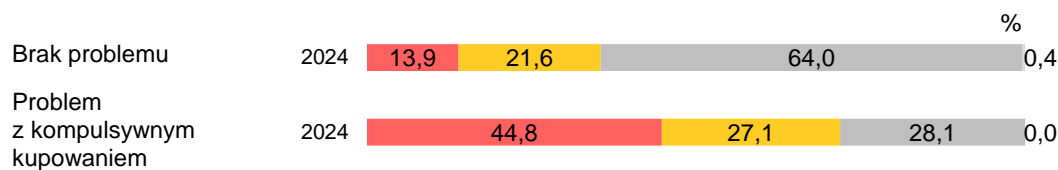
– oglądać przedmioty wystawiane na aukcjach internetowych



– oglądać towary oferowane przez sklepy internetowe



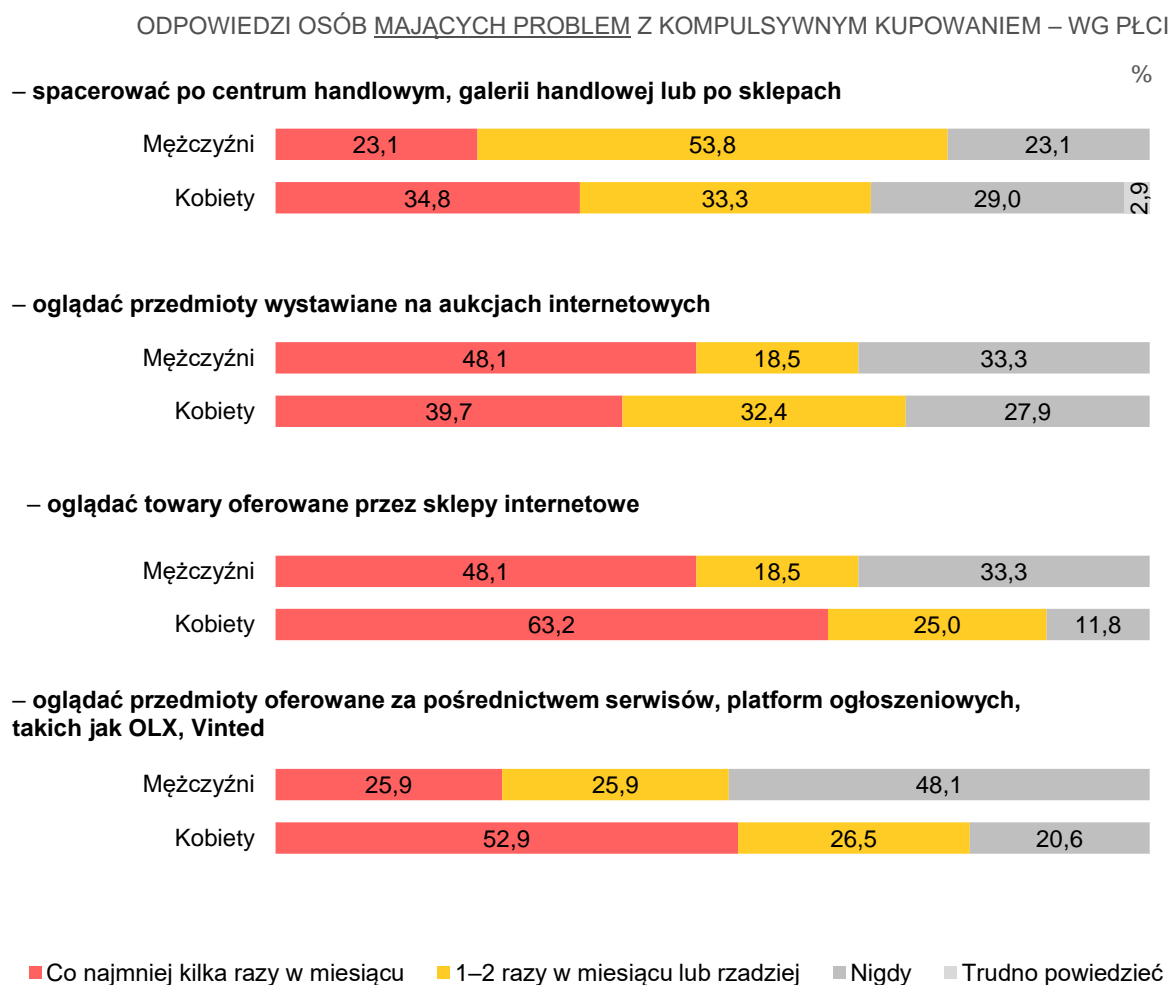
– oglądać przedmioty oferowane za pośrednictwem serwisów, platform ogłoszeniowych, np. OLX, Vinted



■ Co najmniej kilka razy w miesiącu ■ 1–2 razy w miesiącu lub rzadziej ■ Nigdy ■ Trudno powiedzieć

Analiza wyników badania pokazuje, że zjawisko określane terminem *window shopping* w większym stopniu dotyczy dotkniętych problemem zakupowym kobiet niż mężczyzn (Rys. 4.18). Kobiety istotnie częściej niż mężczyźni oglądają przedmioty oferowane za pośrednictwem serwisów, platform ogłoszeniowych, takich jak OLX, Vinted, ale także przez sklepy internetowe. Prawidłowość ta nie dotyczy jednak przeglądania przedmiotów oferowanych na aukcjach internetowych.

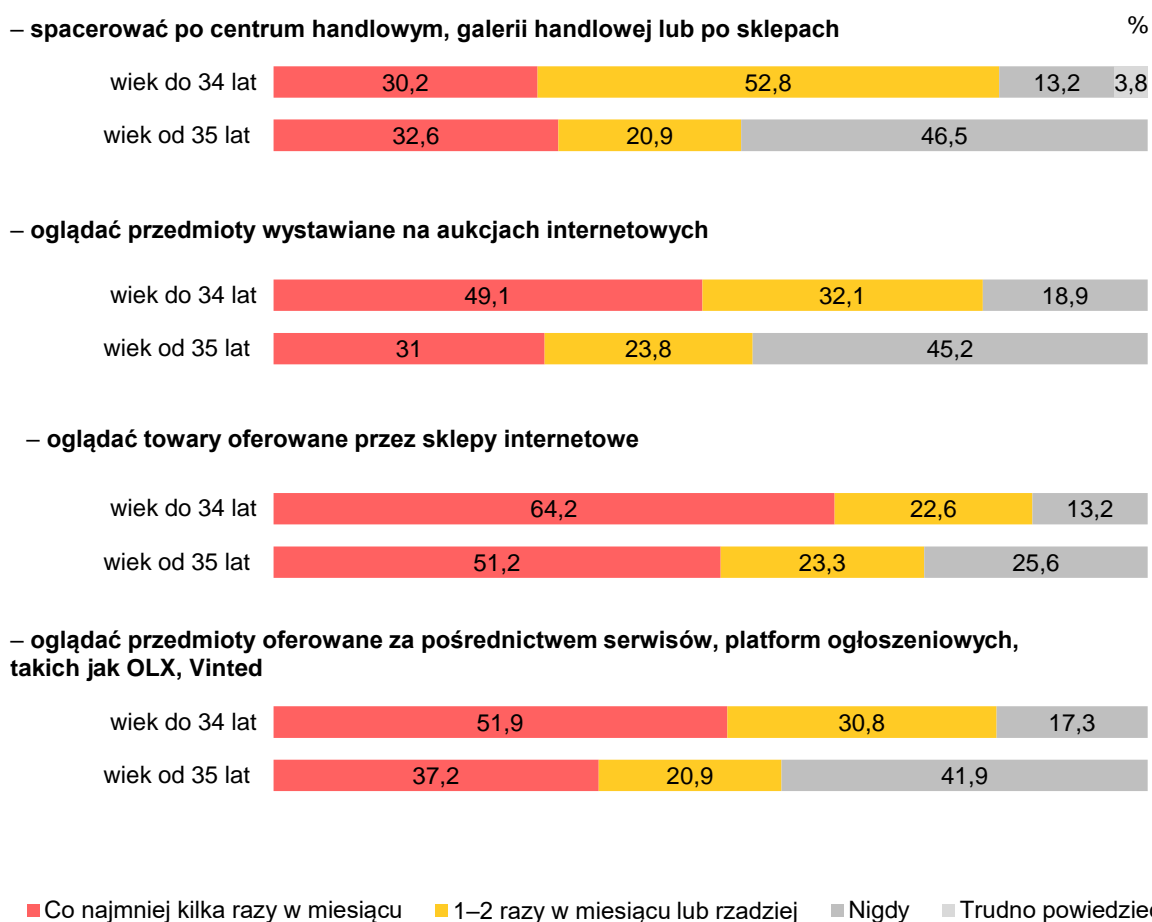
Rys. 4.18. Jak często zdarza się Panu(i) dla przyjemności/rozrywki:



Nasilenie zjawiska różnicuje wiek osób mających problem związany z kupowaniem (Rys. 4.19). Ludzie młodzi (do 34 roku życia) częściej niż starsi mają zwyczaj oglądać dla przyjemności i rozrywki przedmioty oferowane na aukcjach internetowych oraz za pośrednictwem serwisów, platform ogłoszeniowych, takich jak OLX, Vinted. Mniejsze różnice dotyczą natomiast oglądania towarów w sklepach internetowych. Co ciekawe, młodszy i starszy najbardziej różnią się pod względem częstości spędzania czasu dla przyjemności w sklepach i centrach handlowych. Spacerowanie po sklepach i galeriach handlowych to domena ludzi młodych, dysponujących z reguły większą ilością wolnego czasu.

Rys. 4.19. Jak często zdarza się Panu(i) dla przyjemności/rozrywki:

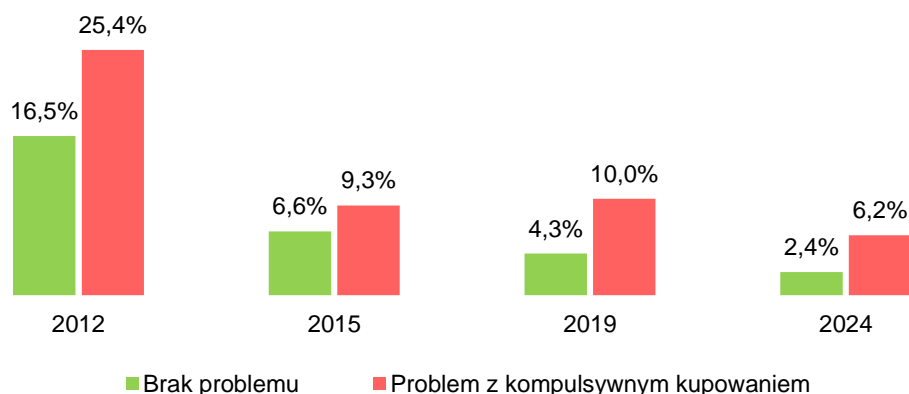
ODPOWIEDZI OSÓB MAJĄCYCH PROBLEM Z KOMPULSYWNYM KUPOWANIEM – WG WIEKU



Osoby zdefiniowane jako mające problem z kompulsywnym kupowaniem częściej niż pozostałe kupują na aukcjach internetowych z licytacją (Rys. 4.20). W ciągu miesiąca poprzedzającego badanie robiło to ogółem 6,2% z nich, podczas gdy wśród niemających problemów związanych z kupowaniem – 2,4%.

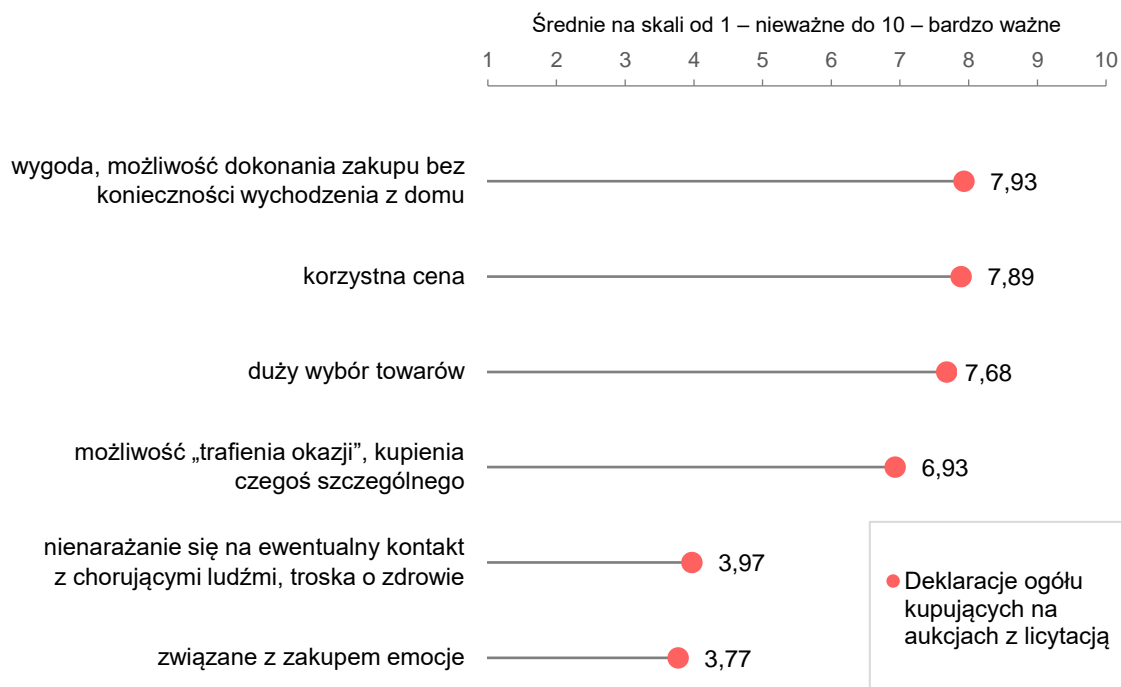
Odsetki kupujących na aukcjach internetowych wśród mających problem z kompulsywnym kupowaniem (a także wśród pozostałych badanych) są wyraźnie niższe niż w roku 2019 i we wszystkich wcześniejszych edycjach badania.

Rys. 4.20. Odsetki kupujących na aukcjach internetowych w ciągu ostatniego miesiąca przed badaniem



Ogólnie rzecz biorąc, czynnikami, które w największym stopniu skłaniają do kupowania na aukcjach internetowych, są: wygoda, wynikająca z możliwości dokonania zakupów bez wychodzenia z domu, korzystna cena oraz duży wybór towarów (Rys. 4.21). Bardzo istotna jest także możliwość „trafienia okazji”. Wedle deklaracji kupujących na aukcjach z licytacją niewielkie znaczenie mają natomiast związane z zakupem towaru na aukcji emocje oraz obawy przed ewentualnym kontaktem z chorującymi ludźmi.

**Rys. 4.21. Co skłania Pana(ią) do kupowania na aukcjach internetowych?
Na ile ważne są dla Pana(i) następujące elementy:**

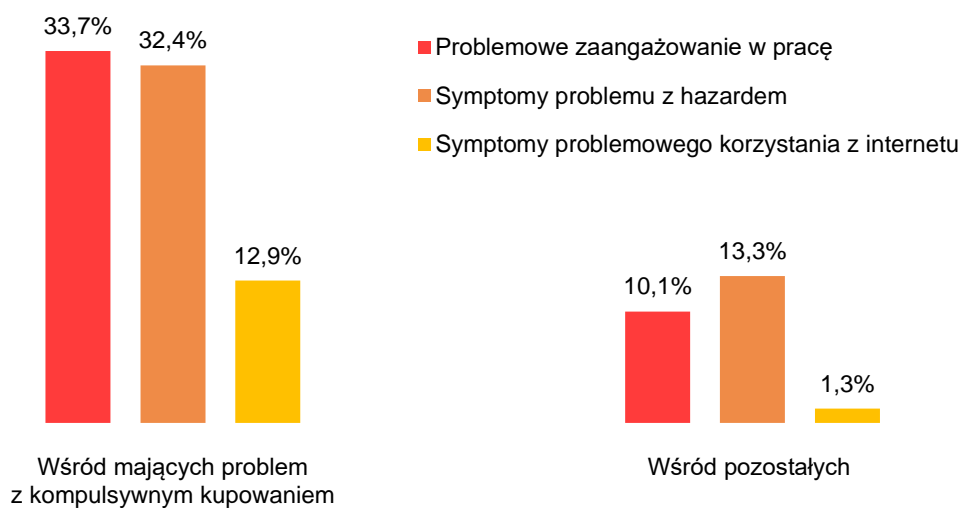


Jedynie kilka osób spośród kupujących na aukcjach z licytacją można zaliczyć do mających problem zakupowy. Stąd też niemiernodajne jest wnioskowanie o motywach korzystania z aukcji internetowych przez osoby mające problem z kompulsywnym kupowaniem na podstawie ich deklaracji.

4.5. Problemowe kupowanie a inne zaburzenia

Tegoroczne badanie potwierdza istnienie zjawiska współwystępowania zaburzeń behawioralnych – osoby przejawiające symptomy problemowego kupowania częściej niż pozostali wykazują jednocześnie objawy innego problemu (Rys. 4.22).

Rys. 4.22. Inne uzależnienia behawioralne

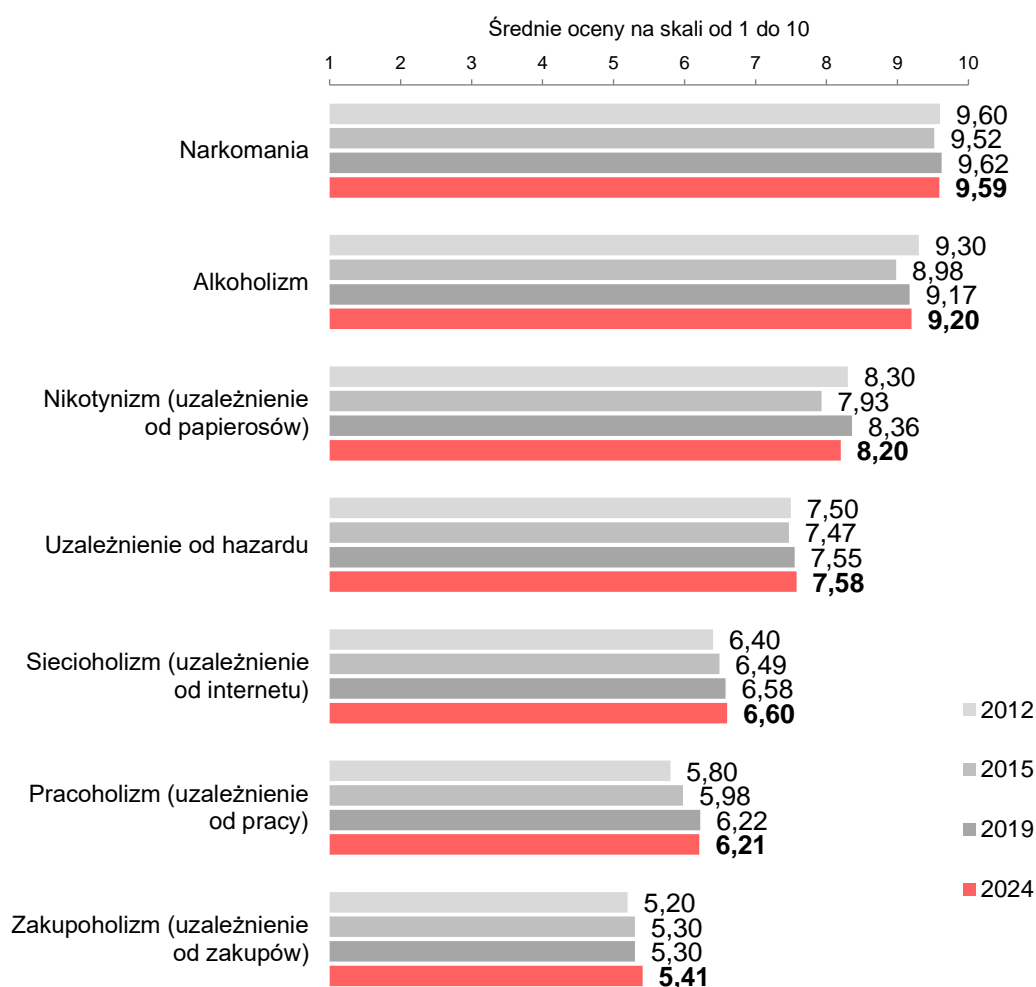


Beata Roguska

5. SPOŁECZNA PERCEPCJA PROBLEMU UZALEŻNIEŃ

Podobnie jak w dwóch poprzednich edycjach badania respondenci poproszeni zostali o ocenę stopnia szkodliwości wybranych uzależnień i zaburzeń przy użyciu 10-stopniowej skali, na której wartości skrajne oznaczały: *niegroźne przyzwyczajenie, nawyk* (1) oraz *nałóg zagrażający życiu* (10). Badani odnosili się zatem w swych opiniach do czterech typów zachowań problemowych: dotyczących hazardu, pracy, zakupów, internetu oraz do trzech typów uzależnień o charakterze chemicznym: alkoholizmu, narkomanii i nikotynizmu (Rys. 5.1).

Rys. 5.1. Jaka jest Pana(i) opinia na temat różnego rodzaju uzależnień?
Odpowiadając, proszę posłużyć się skalą, na której 1 oznacza „niegroźne przyzwyczajenie, nawyk”, a 10 – „nałóg zagrażający życiu”.



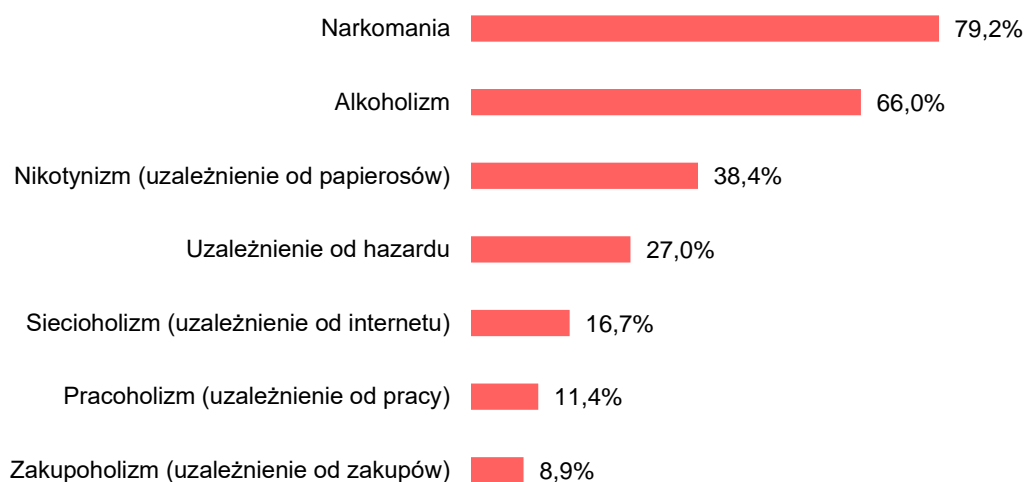
W ciągu ostatnich lat w społecznym sposobie myślenia o uzależnieniach i zaburzeniach nie zaszły znaczące zmiany. W ocenie społecznej kolejność najbardziej zagrażających uzależnieniem zachowań jest taka sama jak w poprzednich edycjach badania. Generalnie uzależnienia od substancji uważane są za groźniejsze niż różnego typu zaburzenia behawioralne. Niezmiennie jako najgroźniejsze uzależnienie postrzegana jest narkomania – w jej ocenie średnia wartość na skali była bliska jej krańca oznaczającego nałóg zagrażający życiu (9,59). Podobnie jako nałóg zagrażający życiu funkcjonuje w społecznej świadomości alkoholizm (9,20). Jako najmniej groźny spośród uzależnień chemicznych odbierany jest nikotynizm (8,20). Spośród zaburzeń behawioralnych największy potencjał uzależniająca ma – w ocenie społecznej – hazard (7,58). Wartości średnich pokazują, że w odbiorze społecznym stanowi on zagrożenie porównywalne bardziej z uzależnieniem od nikotyny niż z innymi zaburzeniami o charakterze behawioralnym. Spośród badanych zachowań jako najmniej niebezpieczne postrzegane jest uzależnienie od zakupów (5,41).

Społecznie postrzegana hierarchia uzależnień według stopnia ich szkodliwości wg średnich ocen na skali od 1 (*niegroźne przyzwyczajenie, nawyk*) do 10 (*nałóg zagrażający życiu*) kształtuje się następująco:

1. narkomania,
2. alkoholizm,
3. nikotynizm,
4. uzależnienie od hazardu,
5. siecioholizm,
6. pracoholizm,
7. zakupoholizm.

Hierarchia ta wygląda identycznie, jeśli zestawimy ze sobą odsetki wskazań na kategorię 10 (odpowiedź *nałóg zagrażający życiu*) w odniesieniu do wszystkich uwzględnionych w badaniu typów uzależnień i zaburzeń.

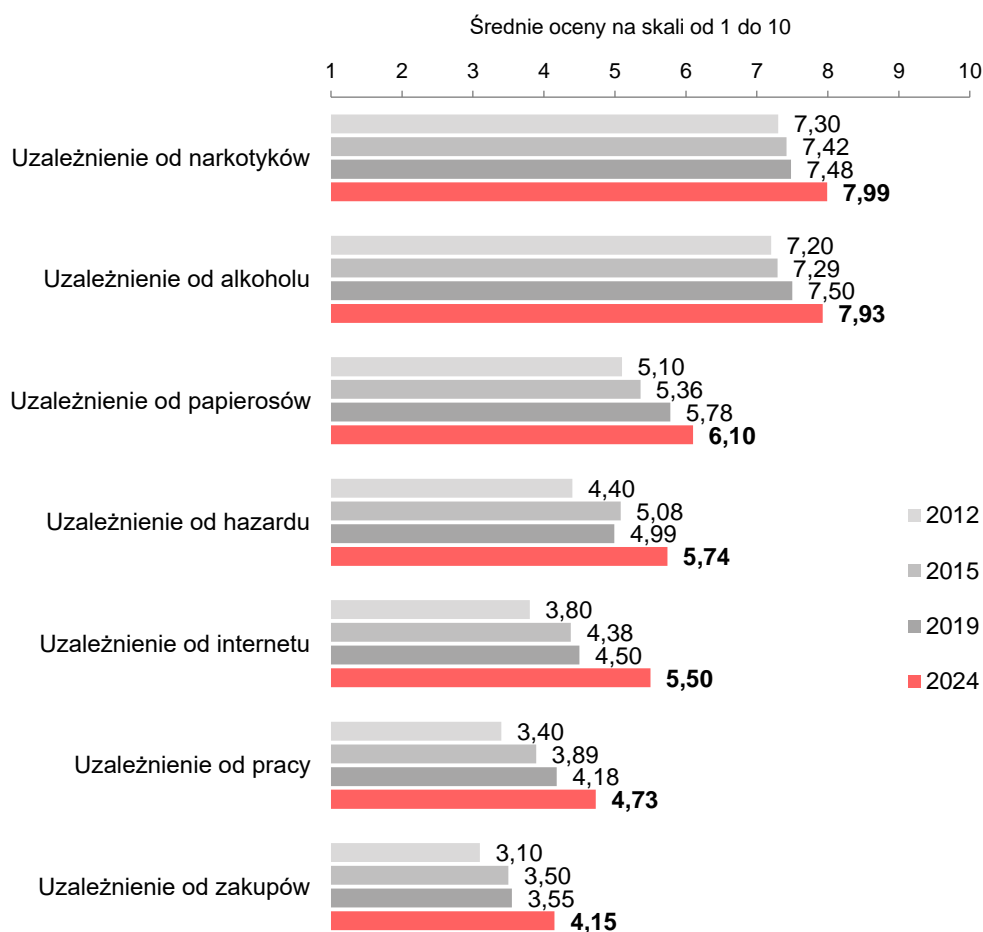
Rys. 5.2. Odsetki badanych postrzegających dane uzależnienie jako „nałóg zagrażający życiu” (ocena 10 na skali 1 – 10)



Podobnie jak w poprzednich badaniach zmienną zdecydowanie najsilniej różnicującą opinie badanych w omawianej kwestii jest płeć. Kobiety są z reguły bardziej niż mężczyźni skłonne dostrzegać zagrożenia związane z wymienionymi zachowaniami. Dotyczy to wszystkich uwzględnionych w pytaniu typów uzależnień i zaburzeń.

Postrzeganie potencjału uzależniającego różnego rodzaju zachowań znajduje odzwierciedlenie w poglądach na temat ewentualnego leczenia osób uzależnionych w ramach powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego (Rys. 5.3). Im większe postrzegane zagrożenie dotyczące danego zachowania, tym silniej wyrażane przekonanie o potrzebie dostępu do leczenia osób dotkniętych uzależnieniem lub zaburzeniem z nim związanym.

Rys. 5.3. Czy, Pana(i) zdaniem, uzależnienia powinny być leczone w ramach ubezpieczenia zdrowotnego czy też nie? Odpowiadając, proszę posłużyć się skalą, na której 1 oznacza „zdecydowanie nie powinno”, a 10 – „zdecydowanie powinno”.



Polacy są dość zgodni co do tego, że dostęp do bezpłatnego leczenia powinny mieć osoby uzależnione od narkotyków i alkoholu. Na podstawie średnich wartości na skali od 1 do 10 można powiedzieć, że dość duże jest także społeczne przyzwolenie dla bezpłatnego leczenia nałogowych palaczy. Spora akceptacja dotyczy również dostępu do bezpłatnego leczenia dla osób mających problem z hazardem lub korzystaniem z internetu.

W ciągu ostatnich pięciu lat znacząco wzrosło przyzwolenie dla finansowania ze środków NFZ terapii osób zmagających się ze wszystkim wymienionymi w pytaniu uzależnieniami lub zaburzeniami. Od 2019 roku najbardziej zwiększyła się akceptacja dostępu do bezpłatnego leczenia osób uzależnionych od internetu. Wzrost akceptacji możliwości leczenia w ramach NFZ osób dotkniętych wyżej omawianymi uzależnieniami lub zaburzeniami jest jeszcze bardziej widoczny z dłuższej perspektywy czasowej. Od 2012 roku najsilniej zwiększyło się społeczne przyzwolenie na korzystanie z bezpłatnej terapii przez osoby uzależnione od internetu, a także od pracy i hazardu.

Zmiany te wskazują na pewną ewolucję myślenia o różnego rodzaju uzależnieniach i zaburzeniach behawioralnych i większe zrozumienie dla problemów osób nimi dotkniętych. Dotyczy to szczególnie mniej oczywistych typów zaburzeń, takich jak problemowe korzystanie z internetu, problemowe zaangażowanie w pracę czy problem z hazardem.

Czynnikiem różnicującym stosunek badanych do leczenia osób uzależnionych w ramach NFZ jest przede wszystkim płeć: w porównaniu z mężczyznami kobiety są bardziej skłonne akceptować taką możliwość (i dotyczy to wszystkich uwzględnionych w badaniu uzależnień i zaburzeń).

WNIOSKI I REKOMENDACJE

Porównanie danych z lat 2012–2024 wskazuje na zahamowanie trendu wzrostowego, jeśli chodzi o odsetek osób uczestniczących w grach na pieniądze, z jakim mieliśmy do czynienia w latach 2012–2019. Zmiana ta jest być może w pewnym stopniu odroczonym efektem nowelizacji (w 2017 roku) przepisów tzw. ustawy hazardowej, która ograniczyła dostęp do niektórych form hazardu. Obecnie wprawdzie nieco mniej osób niż przed pięcioma laty bierze udział w grach hazardowych, ale ci, którzy w nich uczestniczą robią to w sposób trochę bardziej ryzykowny. Dotyczy to przede wszystkim kategorii „umiarkowany poziom ryzyka uzależnienia”, która osiągnęła najwyższy poziom w historii naszych pomiarów. Profil gracza w największym stopniu zagrożonego uzależnieniem od hazardu/mającego problem z hazardem to młody, relatywnie nisko wykształcony mężczyzna.

W stosunku do 2019 roku notujemy ponad dwukrotny wzrost popularności internetowego hazardu w tzw. wersji demo (bez rejestracji ani logowania). Udział w tego rodzaju grach hazardowych w wirtualnych kasynach w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem skorelowany jest z problemową grą: w porównaniu z grającymi bezpiecznie osoby zdradzające symptomy uzależnienia od hazardu uczestniczyły w nich ponad pięciokrotnie częściej. W świetle tych danych, a także biorąc pod uwagę możliwe w tym przypadku zagrożenie uzależnieniem krzyżowym (hazard i internet), celowe wydaje się pogłębienie w kolejnej edycji badania kwestii uwarunkowań hazardu wirtualnego, w tym podjęcie próby dotarcia do uczestników gier lokujących się na pograniczu legalności.

Na przestrzeni ostatnich pięciu lat wzrosła świadomość możliwości uzależnienia od hazardu w grupie osób już uzależnionych bądź zagrożonych uzależnieniem. Stanowi to niewątpliwie pozytywne zjawisko, jako że świadomość zagrożenia może pomóc niektórym uwolnić się od szkodliwych nawyków, również w drodze leczenia. Z drugiej strony – warto pracować nad upowszechnianiem wiedzy na temat zagrożeń również wśród ogółu populacji, tak by powstrzymać osoby niemające tego problemu przed rozwinięciem zaburzeń hazardowych w przyszłości.

Metoda punktu referencyjnego potwierdziła swoją użyteczność w szacowaniu rozpowszechnienia patologicznego hazardu w Polsce. Według aktualnego oszacowania liczba osób cierpiących z powodu patologicznego hazardu zwiększyła się w ciągu pięciu lat o jedną trzecią i przekroczyła nieco rekordowy poziom z roku 2014. Odsetek patologicznych hazardzistów podejmujących leczenie zmniejszył się nieznacznie w porównaniu z wcześniejszymi badaniami, spadając poniżej 10%, co oznacza, że nadal nie leczy się ok. 90% hazardzistów. W świetle uzyskanych wyników rekomendowane jest dalsze ograniczanie dostępności gier hazardowych wraz ze zwiększeniem dostępności leczenia zaburzeń hazardowych i jego atrakcyjności.

W kontekście problemowego używania internetu w kolejnych edycjach badania zasadne wydaje się skupienie na problemowym korzystaniu z konkretnych usług lub treści dostępnych online i – być może – rezygnacja ze stosowanego dotychczas ujęcia całościowego (problemowego używania internetu). Bez wątplenia nadal warto monitorować relacje społeczne w sieci (poznawanie ludzi, randki, cyberseks), jak i – generalnie – obecność w serwisach społecznościowych, przy czym tu interesujące wydawałoby się pogłębienie wiedzy o tym, jak ta obecność wygląda, co użytkownicy tam robią, np. w jakiej mierze jest to obecność bierna (wyłącznie odbiór treści), a w jakiej aktywna (komentowanie, zamieszczanie zdjęć, wideo itp.) oraz czy treści dobierane są z kryterium zainteresowań czy też ogląda się wszystko „jak leci”. Grupą wysokiego ryzyka, na którą trzeba przede wszystkim zwrócić tu uwagę, są młode (15–17 lat) kobiety. Istotne też wydaje się dalsze monitorowanie tych aktywności internetowych, które angażują zwłaszcza młodych użytkowników, a jednocześnie współwystępują z zaburzonym używaniem internetu, np. grania, tworzenia i udostępniania treści, ale też konsumpcji (również kompulsywnej) treści takich jak seriale, streamy czy inne materiały wideo.

W kontekście zaburzeń w korzystaniu z internetu gry online na pieniądze nie są czynnikiem ryzyka. Warto jednak przyjrzeć się mikropłatnościom w grach niebędących w założeniu grami na pieniądze („inwestycje” w nich nie przekładają się na potencjalny zysk w powszechnym, materialnym rozumieniu) – ale w ujęciu hazardowym. Mikropłatności w grach (nie na pieniądze) mają bowiem niejednokrotnie specyfikę hazardową, ponieważ zawartość wirtualnego zakupu jest losowa. Dodanie tego obszaru tematycznego mogłoby stanowić interesujące uzupełnienie dla głównego przedmiotu badania, jakim jest hazard.

Tematem, który wykracza poza obserwowany obecnie zestaw aktywności, a którego uwzględnienie w badaniu także warto rozważyć, jest tzw. trading, czyli kupowanie i sprzedawanie jakichś aktywów giełdowych oraz kryptowalut przez aplikacje internetowe. Obecnie aplikacje tego typu są łatwo dostępne, a jednocześnie zaprojektowane tak, by handlowanie akcjami, walutami czy zawieranie kontraktów za ich pośrednictwem imitowało w jakimś stopniu granie w gry, co może znosić poczucie ryzyka, z którym wiąże się używanie tych instrumentów finansowych. Wydaje się, że to zjawisko, zwłaszcza zawieranie krótkoterminowych kontraktów na różnicę w cenie (CFD – contract for differences), które są instrumentami wysokiego ryzyka, można uznać za aktywność hazardową.

Poziom zagrożenia problemowym zaangażowaniem w pracę w polskim społeczeństwie jest zbliżony do notowanego w latach ubiegłych. Należy podkreślić, że stosowany w badaniu test Bryana E. Robinsona został skonstruowany w taki sposób, że pozwala na zdiagnozowanie problemowego zaangażowania w pracę także u osób, które nie pracują zawodowo – mierzy on bowiem generalnie styl życia, sposób funkcjonowania, stosunek do obowiązków narzuconych respondentowi przez środowisko i jego samego, a nie wyłącznie funkcjonowanie w sytuacji pracy zarobkowej. Problemowe zaangażowanie w pracę

dotyka w szczególności osoby z grupy wiekowej 45–54 lata. Kolejne badania potwierdzają, że istotnymi czynnikami ryzyka związanymi z podatnością na problemowe zaangażowanie w pracę są różne aspekty aktywności zawodowej (charakter pracy, wiążąca się z nią odpowiedzialność za pracę innych i realizację projektów), ale znaczącą rolę odgrywa także sytuacja rodzinna, a przede wszystkim konieczność opieki nad należącą do gospodarstwa domowego osobą niesamodzielną, starszą, niepełnosprawną, ale także posiadanie niepełnoletnich dzieci. Zgłębienie zachodzących tu kierunków korelacji może znacząco wzbogacić wiedzę na temat uwarunkowań zjawiska problemowego zaangażowania w pracę.

Problemowe zaangażowanie w pracę ma związek ze zmiennymi opisującymi czas odpoczynku, takimi jak ilość snu i dysponowanie czasem wolnym. W szczególności wyniki badania wskazują na istnienie związku pomiędzy zagrożeniem problemowym zaangażowaniem w pracę a skłonnością do poświęcania czasu wolnego (szczególnie w dni powszednie/robocze) na uprawianie sportu, uczestnictwo w zajęciach ruchowych. Można zatem zastanawiać się, czy nie mamy tu do czynienia z kolejnym obszarem poza pracą, w którym uwidacznia się skłonność do zachowań kompulsywnych. Aktywność sportowa może w tych przypadkach również zacząć dominować nad innymi aktywnościami, wiązać się z upośledzeniem kontroli, poczuciem przymusu i kontynuowaniem zachowania, pomimo jego szkodliwych następstw nie tylko dla samej jednostki, ale często również dla jej najbliższego otoczenia. Kwestię tę warto uwzględnić w przyszłych badaniach.

Mimo znacznego wzrostu dochodu rozporządzalnego oraz stałej presji reklam i promocji, odsetki ludzi, którzy mogą mieć problem z kompulsywnymi zakupami, są niewielkie, a tendencja spadkowa oscyluje w granicach błędu statystycznego. Brak istotnych zmian w pięcioletnich interwałach daje podstawę do rekomendacji ograniczenia kwestii kompulsywnego kupowania w kolejnym badaniu.

Postawiona w poprzedniej edycji badania ostrożna teza o wzroście świadomości społecznej w odniesieniu do zagrożeń związanych z uzależnieniami, przede wszystkim behawioralnymi, znajduje potwierdzenie w niniejszym badaniu. Zauważalny wzrost akceptacji dla leczenia ze środków publicznych osób dotkniętych wszystkimi rodzajami uzależnień i zaburzeń, mający już charakter trendu, można interpretować w kategoriach ewolucji społecznej świadomości problemu uzależnień i związanego z nią wzrostu poziomu empatii wobec osób uzależnionych.

Rekomendacje badawcze

- Kontynuacja niniejszego cyklu badawczego – rekomendowana sekwencja pięcioletnia, z następującymi modyfikacjami/rozszerzeniami/ograniczeniami:
 - pogłębienie w kolejnej edycji badania kwestii uwarunkowań hazardu wirtualnego, w tym podjęcie próby dotarcia do uczestników gier lokujących się na pograniczu legalności;
 - rekomendowane poprzedzenie badania ilościowego badaniem jakościowym;
 - włączenie w obszar badawczy jako aktywności parahazardowej tzw. tradingu – kupowania i sprzedawania aktywów giełdowych oraz kryptowalut przez aplikacje internetowe;
 - zmiana podejścia do badania problemowego korzystania z internetu: rezygnacja ze stosowanego dotychczas ujęcia całościowego na rzecz skupienia się na problemowym korzystaniu z konkretnych usług lub treści dostępnych online;
 - należy brać pod uwagę konieczność adaptacji/walidacji nowych testów i skal;
 - włączenie w obszar badawczy aktywności sportowej jako zachowania kompulsywnego (fitoreksja);
 - rekomendowane poprzedzenie badania ilościowego badaniem jakościowym;
 - należy brać pod uwagę konieczność adaptacji/walidacji nowych testów i skal;
 - ograniczenie tematyki dotyczącej kompulsywnych zakupów do testu diagnostycznego (ewentualnie dodatkowo: zamieszczanie bloku pytań w co drugiej edycji badania);
 - zmiana podejścia do kwestii problemowego zaangażowania w pracę: ograniczenie bloku pytań do testu diagnostycznego;
 - poszerzenie – w badaniu jakościowym – kwestii wpływu sytuacji rodzinnej na problemowe zaangażowanie w pracę.
- Generalnie w przyszłych edycjach badania rekomendowane jest wzmocnienie komponentu jakościowego; badania jakościowe wśród osób cierpiących na konkretne zaburzenia pozwolą lepiej interpretować zmiany zachodzące w odpowiedzi na zmieniającą się politykę zdrowotną i społeczną oraz procesy makrospołeczne, które kształtują trendy w rozpowszechnieniu badanych zjawisk.

WYBRANA BIBLIOGRAFIA

- APA (1994) *American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (Fourth Edition). DC: APA, Washington.
- APA (2012) *American Psychiatric Association. DSM-5*. DC: APA, Washington.
- Badora i in. (2012) *Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących w odniesieniu do hazardu, w tym hazardu problemowego (patologicznego) oraz innych uzależnień behawioralnych*. CBOS, Warszawa.
- Biechowska D. (2013) *Opracowanie i walidacja narzędzi do screeningu i diagnozy uzależnienia od Internetu*.
- Bujalski M., Klingemann J. (2021) *Słownik uzależnień*. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.
- Dąbrowska K., Wieczorek Ł. (2021) *Granie w gry hazardowe – rozpowszechnienie, motywy i zaburzenia hazardowe*. W: Moskalewicz J., Wciórka J. (red.) *Kondycja psychiczna mieszkańców Polski*. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.
- Habrat B., red. (2016) *Zaburzenia uprawiania hazardu i inne tak zwane nałogi behawioralne*. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.
- Kallick-Kaufmann M. (1976) *Survey of American Gambling Attitudes and Behavior*. Washington.
- Kessler R.C., Ustun T.B., red. (2008) *The WHO Mental Health Surveys; Global Perspectives on the Epidemiology of Mental Disorders*. Cambridge University Press, New York.
- Makaruk K., Włodarczyk J., Skoneczna P. (2019) *Problematyczne używanie internetu przez młodzież*. Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, Warszawa.
- Moskalewicz J., Wciórka J., red. (2021) *Kondycja psychiczna mieszkańców Polski*. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa.
- Rennert L., Denis C., Peer K., Lynch K.G., Gelernter J., Kranzler H.R. (2014) *DSM-5 Gambling Disorder: Prevalence and Characteristics in a Substance Use Disorder Sample*. *Exp. Clin. Psychopharmacol.* 22(1); 50–56.
- Shaffer H.J., Hall M.N., Vander Bildt J. (1999) *Estimating the Prevalence of Disordered Gambling Behavior in the United States and Canada: A Research Synthesis*. *American Journal of Public Health*, 89(9): 1369–1376.
- Stimson G.V., Hickman M., Quirk A., Frisher M., Taylor C., eds (1997) *Estimating the Prevalence of Problem Drug Use in Europe*. Scientific Monograph No 1, Lisbon.
- Wieczorek Ł., Dąbrowska K., Sierosławski J. (2021) *Polska adaptacja i walidacja dwóch testów przesiewowych zaburzeń hazardowych – Kanadyjski Indeks Gier Hazardowych (PGSI) oraz kwestionariusz Lie/Bet*. „Serwis Informacyjny Uzależnienia”, nr 1 (93).
- Young K.S. (1998) *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Young K.S. (1998) *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder*. „CyberPsychology and Behavior”, 1, 237–244.

TABELE ZRÓŻNICOWAŃ SPOŁECZNO-DEMOGRAFICZNYCH

Tabela 1. Indeks hazard

		Indeks hazard				Liczba osób
		brak problemu	niski poziom ryzyka uzależnienia	umiarkowany poziom ryzyka uzależnienia	problem z hazardem	
		%	%	%	%	
Ogółem		86,0	8,2	4,2	1,6	1025
Płeć	Mężczyźni	82,2	9,6	6,1	2,1	563
	Kobiety	90,7	6,5	1,9	0,9	462
Wiek	Poniżej 18 lat	75,8	6,8	12,4	4,9	58
	18–24 lata	71,8	12,7	13,0	2,5	109
	25–34	82,7	9,9	6,1	1,4	197
	35–44	89,3	7,5	1,0	2,2	214
	45–54	91,0	6,4	1,9	0,6	158
	55–64	90,2	8,6	1,2		125
	65 lat i więcej	90,9	6,1	1,7	1,3	164
Miejsce zamieszkania	Wieś	85,8	7,5	4,9	1,8	365
	Miasto do 19 999	84,4	11,8	1,4	2,4	131
	20 000 – 99 999	87,1	8,2	4,3	0,5	214
	100 000 – 499 999	82,4	10,8	4,4	2,4	173
	500 000 i więcej mieszk.	90,8	3,6	4,6	1,0	142
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	83,7	5,7	6,9	3,8	105
	Zasadnicze zawodowe	87,1	7,7	4,1	1,1	180
	Średnie	83,3	10,5	4,3	1,9	410
	Wyższe	89,6	6,5	3,2	0,6	330
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	88,3	6,9	3,6	1,2	180
	Średni personel, technicy	73,5	13,0	11,3	2,1	58
	Pracownicy adm.-biurowi	87,0	11,1	1,9		90
	Pracownicy usług	89,0	7,1	2,7	1,2	92
	Robotnicy wykwalifikowani	79,7	12,1	4,8	3,4	111
	Robotnicy niewykwalifik.	90,2		9,8		35
	Rolnicy	96,9			3,1	28
	Pracujący na własny rach.	94,6	5,4			50
	Bezrobotni	75,5	13,2	7,6	3,7	16
	Emeryci	90,8	7,0	1,1	1,2	177
	Renciści	90,2	9,8			27
	Uczniowie i studenci	74,7	10,9	10,5	3,9	111
	Zajmujący się domem i inni	90,9	4,9	4,2		50
Stan cywilny	Kawaler/panna	79,5	8,6	9,2	2,8	334
	Żonaty/mężatka	89,7	7,7	1,8	0,8	591
	Rozwiedziony(a)	85,0	9,3	1,6	4,1	54
	Wdowiec/wdowa	87,4	10,5	2,0		45
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	86,1	8,7	4,6	0,7	163
	2500 – 4499	85,7	9,5	3,1	1,7	324
	4500 – 6499	84,7	9,1	4,9	1,4	168
	6 500 i więcej	92,5	6,8		0,7	131
	Brak dochodów	81,1	7,0	9,5	2,4	102
	Trudno powiedzieć	81,7	6,5	11,8		29
	Odmowa odpowiedzi	86,9	5,8	3,9	3,4	108
Dochody na jedną osobę	Do 2499 zł	88,8	5,6	4,4	1,2	280
	2500 – 4499	83,8	10,4	4,3	1,5	300
	4500 – 6499	86,9	10,2	2,3	0,7	110
	6 500 i więcej	94,5	2,9	2,6		70
	Trudno powiedzieć	79,2	13,1	6,5	1,2	124
	Odmowa odpowiedzi	86,5	5,5	3,6	4,3	141
Ocena własnych war. mater.	Złe	85,0	9,8	4,1	1,1	53
	Średnie	86,6	9,0	3,1	1,3	388
	Dobre	86,0	7,6	4,9	1,6	575
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	88,1	4,5	3,6	3,8	31
	Raz w tygodniu	89,0	7,3	2,6	1,1	298
	1–2 razy w miesiącu	85,2	9,9	3,4	1,5	126
	Kilka razy w roku	85,9	9,1	3,9	1,1	268
	W ogóle nie uczestniczy	83,3	8,2	6,8	1,7	272
Wiara	Głęboko wierzący(a)	89,2	8,2	1,6	1,0	154
	Raczej wierzący(a)	85,4	8,9	3,9	1,7	644
	Raczej niewierzący(a)	86,3	4,5	9,3		105
	Całkowicie niewierzący(a)	83,4	8,8	6,3	1,4	83

Tabela 2. Indeks hazard recode

		Indeks hazard		Liczba osób
		brak problemu	symptomy problemu z hazardem	
		%	%	
Ogółem		86,0	14,0	1025
Płeć	Mężczyźni	82,2	17,8	563
	Kobiety	90,7	9,3	462
Wiek	Poniżej 18 lat	75,8	24,2	58
	18–24 lata	71,8	28,2	109
	25–34	82,7	17,3	197
	35–44	89,3	10,7	214
	45–54	91,0	9,0	158
	55–64	90,2	9,8	125
	65 lat i więcej	90,9	9,1	164
Miejsce zamieszkania	Wieś	85,8	14,2	365
	Miasto do 19 999	84,4	15,6	131
	20 000 – 99 999	87,1	12,9	214
	100 000 – 499 999	82,4	17,6	173
	500 000 i więcej mieszk.	90,8	9,2	142
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	83,7	16,3	105
	Zasadnicze zawodowe	87,1	12,9	180
	Średnie	83,3	16,7	410
	Wyższe	89,6	10,4	330
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	88,3	11,7	180
	Średni personel, technicy	73,5	26,5	58
	Pracownicy adm.-biurowi	87,0	13,0	90
	Pracownicy usług	89,0	11,0	92
	Robotnicy wykwalifikowani	79,7	20,3	111
	Robotnicy niewykwalifik.	90,2	9,8	35
	Rolnicy	96,9	3,1	28
	Pracujący na własny rach.	94,6	5,4	50
	Bezrobotni	75,5	24,5	16
	Emeryci	90,8	9,2	177
	Renciści	90,2	9,8	27
	Uczniowie i studenci	74,7	25,3	111
Zajmujący się domem i inni	90,9	9,1	50	
Stan cywilny	Kawaler/panna	79,5	20,5	334
	Żonaty/mężatka	89,7	10,3	591
	Rozwiedziony(a)	85,0	15,0	54
	Wdowiec/wdowa	87,4	12,6	45
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	86,1	13,9	163
	2500 – 4499	85,7	14,3	324
	4500 – 6499	84,7	15,3	168
	6 500 i więcej	92,5	7,5	131
	Brak dochodów	81,1	18,9	102
	Trudno powiedzieć	81,7	18,3	29
	Odmowa odpowiedzi	86,9	13,1	108
Dochody na jedną osobę	Do 2499 zł	88,8	11,2	280
	2500 – 4499	83,8	16,2	300
	4500 – 6499	86,9	13,1	110
	6 500 i więcej	94,5	5,5	70
	Trudno powiedzieć	79,2	20,8	124
	Odmowa odpowiedzi	86,5	13,5	141
Ocena własnych war. mater.	Złe	85,0	15,0	53
	Średnie	86,6	13,4	388
	Dobre	86,0	14,0	575
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	88,1	11,9	31
	Raz w tygodniu	89,0	11,0	298
	1–2 razy w miesiącu	85,2	14,8	126
	Kilka razy w roku	85,9	14,1	268
	W ogóle nie uczestniczy	83,3	16,7	272
Wiara	Głęboko wierzący(a)	89,2	10,8	154
	Raczej wierzący(a)	85,4	14,6	644
	Raczej niewierzący(a)	86,3	13,7	105
	Całkowicie niewierzący(a)	83,4	16,6	83

Tabela 3. Indeks zakupy

		Indeks zakupy		Liczba osób
		brak problemu	problem z kompulsywnym kupowaniem	
		%	%	
Ogółem		97,1	2,9	3239
Płeć	Mężczyźni	98,3	1,7	1541
	Kobiety	96,0	4,0	1698
Wiek	Poniżej 18 lat	94,3	5,7	174
	18–24 lata	91,8	8,2	290
	25–34	95,9	4,1	472
	35–44	97,5	2,5	597
	45–54	97,4	2,6	505
	55–64	98,3	1,7	469
	65 lat i więcej	99,1	0,9	733
Miejsce zamieszkania	Wieś	97,2	2,8	1340
	Miasto do 19 999	95,9	4,1	462
	20 000 – 99 999	97,7	2,3	628
	100 000 – 499 999	96,7	3,3	455
	500 000 i więcej mieszk.	97,5	2,5	354
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	96,6	3,4	446
	Zasadnicze zawodowe	98,5	1,5	678
	Średnie	96,2	3,8	1147
	Wyższe	97,4	2,6	968
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	97,3	2,7	521
	Średni personel, technicy	97,8	2,2	141
	Pracownicy adm.-biurowi	94,4	5,6	215
	Pracownicy usług	95,2	4,8	263
	Robotnicy wykwalifikowani	97,6	2,4	290
	Robotnicy niewykwalifik.	98,8	1,2	103
	Rolnicy	99,3	,7	136
	Pracujący na własny rach.	97,0	3,0	171
	Bezrobotni	95,9	4,1	52
	Emeryci	98,8	1,2	776
	Renciści	100,0		103
	Uczniowie i studenci	92,2	7,8	324
	Zajmujący się domem i inni	98,0	2,0	143
Stan cywilny	Kawaler/panna	94,9	5,1	899
	Żonaty/mężatka	97,7	2,3	1948
	Rozwiedziony(a)	97,6	2,4	146
	Wdowiec/wdowa	99,0	1,0	246
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	98,4	1,6	644
	2500 – 4499	96,8	3,2	954
	4500 – 6499	96,6	3,4	441
	6 500 i więcej	98,1	1,9	345
	Brak dochodów	93,6	6,4	324
	Trudno powiedzieć	96,9	3,1	108
	Odmowa odpowiedzi	97,8	2,2	422
Dochody na jedną osobę	Do 2499 zł	97,4	2,6	909
	2500 – 4499	97,5	2,5	838
	4500 – 6499	96,4	3,6	297
	6 500 i więcej	97,2	2,8	191
	Trudno powiedzieć	95,4	4,6	492
	Odmowa odpowiedzi	97,6	2,4	512
Ocena własnych war. mater.	Złe	96,7	3,3	168
	Średnie	97,5	2,5	1272
	Dobre	96,7	3,3	1750
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	99,2	0,8	131
	Raz w tygodniu	97,6	2,4	1080
	1–2 razy w miesiącu	97,9	2,1	393
	Kilka razy w roku	97,9	2,1	777
	W ogóle nie uczestniczy	94,8	5,2	778
Wiara	Głęboko wierzący(a)	98,1	1,9	492
	Raczej wierzący(a)	97,4	2,6	2137
	Raczej niewierzący(a)	95,4	4,6	270
	Całkowicie niewierzący(a)	95,0	5,0	231

Tabela 4. Indeks praca

		Indeks praca			Liczba osób
		brak problemowego zaangażowania w pracę	niewielkie prawdopodobieństwo wystąpienia problemowego zaangażowania w pracę	problemowe zaangażowanie w pracę	
		%	%	%	
Ogółem		20,9	68,4	10,7	3239
Płeć	Mężczyźni	19,5	70,3	10,1	1541
	Kobiety	22,1	66,6	11,3	1698
Wiek	Poniżej 18 lat	13,2	75,5	11,3	174
	18–24 lata	10,9	76,8	12,3	290
	25–34	14,7	73,1	12,2	472
	35–44	14,0	73,3	12,7	597
	45–54	17,7	67,5	14,9	505
	55–64	21,0	72,1	6,9	469
	65 lat i więcej	38,4	54,6	7,0	733
Miejsce zamieszkania	Wieś	20,5	67,5	12,0	1340
	Miasto do 19 999	21,7	69,8	8,5	462
	20 000 – 99 999	21,6	67,0	11,4	628
	100 000 – 499 999	24,9	65,9	9,2	455
	500 000 i więcej mieszk.	14,7	75,5	9,8	354
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	28,6	62,4	9,0	446
	Zasadnicze zawodowe	28,8	61,7	9,4	678
	Średnie	19,7	68,9	11,4	1147
	Wyższe	13,1	75,2	11,7	968
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	10,9	75,3	13,8	521
	Średni personel, technicy	13,9	76,2	9,9	141
	Pracownicy adm.-biurowi	9,6	81,4	9,0	215
	Pracownicy usług	20,1	64,9	15,0	263
	Robotnicy wykwalifikowani	18,4	71,4	10,2	290
	Robotnicy niewykwalifik.	20,7	72,5	6,8	103
	Rolnicy	16,3	68,0	15,7	136
	Pracujący na własny rach.	10,9	71,6	17,5	171
	Bezrobotni	26,9	64,0	9,1	52
	Emeryci	38,4	55,7	5,9	776
	Renciści	32,8	58,6	8,6	103
	Uczniowie i studenci	11,4	74,8	13,8	324
Zajmujący się domem i inni	19,9	72,6	7,5	143	
Stan cywilny	Kawaler/panna	15,0	73,2	11,9	899
	Żonaty/mężatka	20,2	69,2	10,6	1948
	Rozwiedziony(a)	24,1	63,5	12,4	146
	Wdowiec/wdowa	45,8	47,4	6,7	246
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	32,6	57,5	9,9	644
	2500 – 4499	21,4	68,4	10,2	954
	4500 – 6499	13,7	73,9	12,4	441
	6 500 i więcej	12,7	73,2	14,2	345
	Brak dochodów	16,5	74,7	8,8	324
	Trudno powiedzieć	19,2	66,1	14,7	108
	Odmowa odpowiedzi	19,8	71,0	9,2	422
Dochody na jedną osobę	Do 2499 zł	25,9	63,2	10,8	909
	2500 – 4499	20,3	69,2	10,5	838
	4500 – 6499	12,2	75,0	12,9	297
	6 500 i więcej	13,4	73,1	13,4	191
	Trudno powiedzieć	20,2	69,1	10,7	492
	Odmowa odpowiedzi	21,4	70,0	8,6	512
Ocena własnych war. mater.	Złe	24,8	61,2	13,9	168
	Średnie	24,2	65,2	10,6	1272
	Dobre	18,3	71,3	10,4	1750
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	31,6	61,5	6,9	131
	Raz w tygodniu	25,4	65,8	8,9	1080
	1–2 razy w miesiącu	18,2	71,4	10,4	393
	Kilka razy w roku	17,9	70,6	11,5	777
	W ogóle nie uczestniczy	17,5	68,6	13,9	778
Wiara	Głęboko wierzący(a)	26,7	62,5	10,9	492
	Raczej wierzący(a)	21,0	69,2	9,8	2137
	Raczej niewierzący(a)	12,4	75,7	12,0	270
	Całkowicie niewierzący(a)	19,8	61,9	18,3	231

Tabela 5. Indeks Bergen

		Indeks social media (Bergen)			Liczba osób
		nieproblemowe używanie	ryzyko problemowego używania	symptomy problemowego używania	
		%	%	%	
Ogółem		96,2	3,2	0,6	1942
Płeć	Mężczyźni	97,1	2,2	0,7	871
	Kobiety	95,4	4,1	0,5	1072
Wiek	Poniżej 18 lat	92,6	6,0	1,5	173
	18–24 lata	92,1	7,1	0,8	281
	25–34	96,6	3,1	0,3	424
	35–44	96,8	2,5	0,7	444
	45–54	98,4	1,3	0,4	306
	55–64	97,8	2,2		178
	65 lat i więcej	98,4	0,6	1,0	137
Miejsce zamieszkania	Wieś	95,2	4,0	0,8	713
	Miasto do 19 999	96,8	1,8	1,4	268
	20 000 – 99 999	95,6	4,1	0,3	402
	100 000 – 499 999	98,1	1,9		303
	500 000 i więcej mieszk.	96,5	3,1	0,4	256
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	93,2	6,1	0,6	234
	Zasadnicze zawodowe	97,2	2,4	0,5	248
	Średnie	96,5	3,1	0,4	733
	Wyższe	96,4	2,8	0,8	727
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	96,8	2,4	0,8	414
	Średni personel, technicy	98,1	1,9		101
	Pracownicy adm.-biurowi	97,6	2,4		178
	Pracownicy usług	94,5	5,5		192
	Robotnicy wykwalifikowani	95,7	3,1	1,2	182
	Robotnicy niewykwalifik.	100,0			60
	Rolnicy	96,2	1,7	2,1	55
	Pracujący na własny rach.	99,4		0,6	118
	Bezrobotni	98,5	1,5		34
	Emeryci	98,2	1,4	0,4	166
	Renciści	87,9	12,1		24
Uczniowie i studenci		92,3	6,7	1,1	320
	Zajmujący się domem i inni	97,3	2,7		99
Stan cywilny	Kawaler/panna	94,7	4,7	0,6	754
	Żonaty/mężatka	97,0	2,5	0,6	1053
	Rozwiedziony(a)	98,5	1,5		75
	Wdowiec/wdowa	97,1	1,4	1,5	60
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	96,0	3,6	0,4	221
	2500 – 4499	96,4	3,1	0,5	557
	4500 – 6499	96,3	3,2	0,6	318
	6 500 i więcej	97,7	2,3		254
	Brak dochodów	93,4	5,3	1,3	279
	Trudno powiedzieć	93,9	4,3	1,8	65
	Odmowa odpowiedzi	97,7	1,8	0,5	249
Dochody na jedną osobę	Do 2499 zł	96,2	2,9	0,9	443
	2500 – 4499	96,8	3,2		496
	4500 – 6499	96,0	2,7	1,3	221
	6 500 i więcej	95,9	4,1		148
	Trudno powiedzieć	94,4	4,9	0,7	321
	Odmowa odpowiedzi	97,1	2,1	0,8	314
Ocena własnych war. mater.	Złe	95,3	4,7		63
	Średnie	95,9	3,8	0,4	618
	Dobre	96,2	3,0	0,8	1229
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	97,1	1,4	1,5	59
	Raz w tygodniu	96,1	3,4	0,5	507
	1–2 razy w miesiącu	95,9	3,6	0,5	242
	Kilka razy w roku	95,7	3,6	0,6	518
	W ogóle nie uczestniczy	96,3	3,1	0,6	566
Wiara	Głęboko wierzący(a)	96,4	2,5	1,0	243
	Raczej wierzący(a)	95,4	4,1	0,5	1237
	Raczej niewierzący(a)	98,0	2,0		216
	Całkowicie niewierzący(a)	97,9	1,4	0,7	175

Tabela 6. Indeks sieć

		Indeks sieć			Liczba osób
		nieproblemowe używanie internetu	zagrożenie problemowym używaniem internetu	problemowe używanie internetu	
		%	%	%	
Ogółem		98,2	1,7	0,0	2699
Płeć	Mężczyźni	98,6	1,4		1304
	Kobiety	97,9	2,1	0,1	1395
Wiek	Poniżej 18 lat	87,2	12,8		174
	18–24 lata	97,9	2,1		290
	25–34	98,3	1,7		468
	35–44	99,2	0,8		587
	45–54	99,2	0,5	0,2	465
	55–64	99,4	0,6		358
	65 lat i więcej	99,8	0,2		356
Miejsce zamieszkania	Wieś	98,2	1,8		1048
	Miasto do 19 999	97,0	3,0		379
	20 000 – 99 999	98,3	1,5	0,2	540
	100 000 – 499 999	99,3	0,7		397
	500 000 i więcej mieszk.	98,4	1,6		336
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	91,7	8,3		273
	Zasadnicze zawodowe	99,4	0,6		447
	Średnie	98,3	1,7		1033
	Wyższe	99,4	0,5	0,1	947
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	99,3	0,7		515
	Średni personel, technicy	97,0	3,0		140
	Pracownicy adm.-biurowi	97,8	2,2		214
	Pracownicy usług	98,9	1,1		250
	Robotnicy wykwalifikowani	100,0			268
	Robotnicy niewykwalifik.	97,5	2,5		89
	Rolnicy	100,0			108
	Pracujący na własny rach.	100,0			167
	Bezrobotni	100,0			42
	Emeryci	99,8	0,2		395
	Renciści	100,0			57
	Uczniowie i studenci	91,5	8,5		324
	Zajmujący się domem i inni	98,3	0,8	0,9	130
Stan cywilny	Kawaler/panna	96,0	4,0		841
	Żonaty/meżatka	99,1	0,8	0,1	1632
	Rozwiedziony(a)	100,0			118
	Wdowiec/wdowa	100,0			108
Miesięczne dochody osobiste netto	Do 2499 zł	99,4	0,6		349
	2500 – 4499	98,8	1,2		840
	4500 – 6499	98,6	1,4		429
	6 500 i więcej	99,6	0,4		340
	Brak dochodów	92,8	6,8	0,4	310
	Trudno powiedzieć	98,4	1,6		93
	Odmowa odpowiedzi	98,6	1,4		338
Dochody na jedną osobę	Do 2499 zł	98,8	1,2		644
	2500 – 4499	99,0	1,0		738
	4500 – 6499	98,9	1,1		284
	6 500 i więcej	99,0	1,0		188
	Trudno powiedzieć	96,4	3,6		425
	Odmowa odpowiedzi	96,9	2,9	0,3	421
Ocena własnych war. mater.	Złe	97,3	2,7		99
	Średnie	98,6	1,4		946
	Dobre	98,1	1,9		1611
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	100,0			88
	Raz w tygodniu	98,8	1,2		808
	1–2 razy w miesiącu	97,7	2,3		330
	Kilka razy w roku	97,9	1,9	0,2	686
	W ogóle nie uczestniczy	97,7	2,3		711
Wiara	Głęboko wierzący(a)	99,1	,9		373
	Raczej wierzący(a)	98,1	1,8	0,1	1751
	Raczej niewierzący(a)	98,8	1,2		258
	Całkowicie niewierzący(a)	97,4	2,6		215