

FACTORS INFLUENCING INTERNET ADDICTION

FAKTORI KOJI UTIČU NA ZAVISNOST OD INTERNETA

Nikolina Banjanin¹, Nikola Banjanin²

Summary

Using the Internet is a part of everyday life. The Internet is used for various purposes such as obtaining information, communication, education, entertainment.

Some of the factors that influence Internet addiction are gender, neuroticism, using the Internet every day.

Today it would be difficult to imagine life without the Internet, but it should find a measure in the use of the Internet.

Keywords: Internet use, factors, Internet addiction

Sažetak

Korišćenje interneta predstavlja deo svakodnevnice. Internet se koristi u različite svrhe kao što su pribavljanje informacija, komunikacija, edukacija, zabava.

Neki od faktora koji utiču na zavisnost od interneta su pol, neurotičnost, korišćenje interneta svaki dan.

Danas bi život bez interneta bilo teško zamisliti, međutim treba naći meru u njegovom korišćenju.

Glavne reči: korišćenje interneta, faktori, zavisnost od interneta

Uvod

Zavisnost od interneta predstavlja veliki problem današnjice. Internet koriste osobe različitih životnih dobi: deca, adolescenti, odrasli. Odrasli veoma često koriste internet zbog prirode posla koji obavljaju, te je za njih korišćenje interneta postalo gotovo neizbežno. Takođe, internet predstavlja sredstvo za pribavljanje informacija, komunikaciju i zabavu (1). Stoga, internet pruža različite mogućnosti kao što su čitanje vesti, čitanje o zdravstvenim problemima, slušanje muzike, gledanje filmova, igranje igrice, pisanje imejlova i odgovaranje na imejllove, prikupljanje stručnih i naučnih informacija, plaćanje računa, kupovinu preko interneta i komuniciranje sa ljudima koji žive u inostranstvu.

Pristup internetu moguć je na različitim mestima: kod kuće, u školama, u kafićima, u restoranima, na poslu. Sveprisutna dostupnost interneta dovela je do toga da ljudi značajan deo svog vremena u toku dana provode upravo na internetu i zbog toga zapostavljaju svoje obaveze. Tako, mladi zanemaruju svoje obaveze u školi, u kući, prema roditeljima i prijateljima. Neretko se dešava da dolazi do smanjenja uspeha u školi, dobijanja nižih ocena i neredovnog pisanja domaćih zadataka. Pored zanemarivanja obaveza, zavisnost od interneta može da dovede i do različitih štetnih uticaja po zdravlje čoveka.

Ljudi se zahvaljujući postojanju mnogobrojnih društvenih mreža učlanjuju u različite grupe na osnovu sličnih interesovanja i na taj način međusobno povezuju i razmenjuju svoje ideje. Društvene mreže omogućuju i postavljanje svojih fotografija, fotografija sa letovanja i zimovanja i sa različitih proslava; potom postavljanje

obaveštenja o različitim događajima, reklamiranje različitih proizvoda, iskazivanje svog trenutnog raspoloženja, dopisivanje, postavljanje različitih pesama, filmova, različitih vesti, članaka iz novina kao i deljenje informacija o različitim dešavanjima u svom životu. Vreme provedeno na internetu veoma često postaje zamena za druženje sa prijateljima uživo, šetnju, bavljenje fizičkom aktivnošću, odlazak na koncerte, u bioskop, u pozorište.

Laka dostupnost interneta i sve veća popularnost društvenih mreža čiji je broj u stalnom porastu doveli su do značajne izmene u načinu života ljudi kao i njihove komunikacije. Ipak, iako internet predstavlja značajno sredstvo za komunikaciju između ljudi dešava se da se osobe koje više koriste internet osećaju usamljenije, otuđene i neraspoloženije i da su veoma često povučene u sebe.

Zavisnost od interneta predstavlja značajan problem današnjice, te se velika pažnja posvećuje istraživanju uzroka zavisnosti od interneta, faktora koji utiču na zavisnost od interneta kao i prevenciji zavisnosti od interneta.

UTICAJ RAZLIČITIH FAKTORA NA ZAVISNOST OD INTERNETA

Različita istraživanja su se bavila ispitivanjem korišćenja interneta, različitih aktivnosti na internetu, korišćenjem društvenih mreža kao i ispitivanjem zavisnosti od interneta. Značajna pažnja u studijama data je ispitivanju faktora koji utiču na zavisnost od interneta.

Pol je jedan od važnih činilaca koji utiče na zavisnost od interneta. Rezultati istraživanja navode da zavisnost od

interneta nije podjednako zastupljena kod oba pola. Naime, studija sprovedena kod adolescenata u Kini pokazala je da je zavisnost od interneta više zastupljena kod muškaraca nego kod devojaka. Takođe, pokazano je da su adolescenti koji koriste društvene mreže, igraju igrice na internetu i kupuju putem interneta imali veću prevalenciju blage i teške zavisnosti od interneta u odnosu na adolescente koji nisu uključeni u te aktivnosti (2). I druge studije su istraživale uticaj igranja igrice na zavisnost od interneta i pokazale da je igranje igrice aktivnost koja ima značajan uticaj na zavisnost od interneta. Naime, rezultati studije sprovedene u Japanu pokazali su da je igranje igrice internet aktivnost koja je najviše povezana sa rizikom za zavisnost od interneta (3). Takođe, i rezultati studije sprovedene u Kini pokazali su da igranje igrice ima veliki uticaj na zavisnost od interneta (4).

Rezultati sprovedenih istraživanja navode da su faktori rizika za zavisnost od interneta pored muškog pola (5,6,7,8) i život sa samo jednim roditeljem (6). Međusobni odnosi između roditelja takođe imaju uticaj na zavisnost od interneta. Tako, navodi se da su faktori rizika za zavisnost od interneta konflikti između roditelja (9).

Dalje, i stepen uhranjenosti i različite navike korišćenja interneta imaju značajnu ulogu. Pokazano je da gojaznost, korišćenje interneta svaki dan i korišćenje interneta više od dva sata dnevno imaju uticaj na zavisnost od internet (10). Važan uticaj ima i korišćenje pametnih telefona i anksioznost (8). Potom, od značaja su i hiperaktivnost (11), neurotičnost (12) i psihijatrijska oboljenja (5). Neka istraživanja posvetila su pažnju i istraživanju uticaja životne sredine na zavisnost od interneta. Pokazano je da je urbana sredina značajan faktor rizika za zavisnost od interneta (13, 14). Od značaja je i sklapanje novih poznanstava preko interneta (15). Uloga majke i porodice je od posebnog značaja za nastanak zavisnosti od interneta. Roditelji bi značajan deo vremena trebalo da provedu sa svojom decom i ukažu im na sve potencijalne prednosti i mane korišćenja interneta. Rezultat istraživanja je pokazao da su adolescenti čije su majke domaćice ređe zavisni od interneta (16).

Istraživanje sprovedeno kod studenata medicine pokazalo je da su usamljenost i interpersonalni problemi jaki prediktori zavisnosti od interneta dok uzrat i pol nisu (17). I druge studije ukazuju da osećanje usamljenosti povećava rizik za nastanak zavisnosti od interneta

(10,18). Takođe, nađena je i pozitivna povezanost između depresije i zavisnosti od interneta (19).

Važnu ulogu ima i socioekonomski status. Naime, studija sprovedena u Koreji pokazala je da je u provincijama sa nižim socioekonomskim statusom zavisnost od interneta zastupljenija (20).

Usled prekomernog korišćenja interneta dešava se veoma često da je spavanje zamenjeno provođenjem vremena na internetu. Posledično dolazi do nedostatka adekvatnog odmora, pada koncentracije, promena raspoloženja, povećanja rizika za saobraćajne nesreće, smanjenja produktivnosti rada. Problemi povezani sa prekomernom upotrebom interneta postali su ozbiljni te je planiranje i implementacija prevencije i mera kontrole hitno potrebna (21).

ZAKLJUČAK

Život bez interneta bi danas bilo teško zamisliti. Zbog brojnih mogućnosti koje pruža internet je postao sastavni deo života ljudi. Internet se koristi u različite svrhe, a aktivnosti na internetu zbog kojih ljudi predominantno provode vreme su različite.

Međutim, veoma je važno naći meru u korišćenju interneta. Internet treba koristiti na odgovarajući način kako bi se sprečio nastanak zavisnosti od interneta i nastanak mnogih štetnih efekata interneta na zdravlje čoveka.

Potom, adekvatnim korišćenjem interneta moglo bi se sprečiti zapostavljanje porodičnih i profesionalnih obaveza kao i zamena vremena spavanja korišćenjem interneta.

Navedeni rezultati istraživanja pokazali su da na zavisnost od interneta uticaj imaju mnogobrojni faktori kao što su pol, vrsta aktivnosti na internetu, porodični odnosi, stepen uhranjenosti, navike korišćenja interneta, mentalno zdravlje, sredina u kojoj ljudi žive kao i socioekonomski status.

Zahvaljujući poznavanju činilaca koji imaju bitan uticaj na zavisnost od interneta moguće je sprovesti odgovarajuće mere prevencije zavisnosti od interneta.

Literatura

1. Tsitsika A, Critselis E, Kormas G, Filippopoulou A, Tounissidou D, Freskou A, Spiliopoulou T, Louizou A, Konstantoulaki E, Kafetzis D. Internet use and misuse: a multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *Eur J Pediatr* 2009; 168(6):655-665.
2. Xin M, Xing J, Pengfei W, Houru L, Mengcheng W, Hong Z. Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addict Behav Rep* 2017; 7:14-18.
3. Tsumura H, Kanda H, Sugaya N, Tsuboi S, Takahashi K. Prevalence and Risk Factors of Internet Addiction Among Employed Adults in Japan. *J Epidemiol* 2018;28(4):202-206.
4. Jiang Q, Huang X, Tao R. Examining Factors Influencing Internet Addiction and Adolescent Risk Behaviors Among Excessive Internet Users. *Health Commun* 2018;33(12):1434-1444.
5. Wu CY, Lee MB, Liao SC, Chang LR. Risk Factors of Internet Addiction among Internet Users: An Online Questionnaire Survey. *PLoS One* 2015;10(10):e0137506.

6. Lau JTF, Gross DL, Wu AMS, Cheng KM, Lau MMC. Incidence and predictive factors of Internet addiction among Chinese secondary school students in Hong Kong: a longitudinal study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.* 2017; 52(6):657-667.
7. Prabhakaran MC, Patel VR, Ganjiwale DJ, Nimbalkar MS. Factors associated with internet addiction among school-going adolescents in Vadodara. *J Family Med Prim Care* 2016;5(4):765-769.
8. Choi SW, Kim DJ, Choi JS, Ahn H, Choi EJ, Song WY, Kim S, Youn H. Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and Internet addiction. *J Behav Addict* 2015; 4(4):308-14.
9. Ko CH, Wang PW, Liu TL, Yen CF, Chen CS, Yen JY. Bidirectional associations between family factors and Internet addiction among adolescents in a prospective investigation. *Psychiatry Clin Neurosci.* 2015; 69(4):192-200.
10. Koyuncu T, Unsal A, Arslantas D. Assessment of internet addiction and loneliness in secondary and high school students. *J Pak Med Assoc* 2014; 64(9):998-1002.
11. Critselis E, Janikian M, Paleomilitou N, Oikonomou D, Kassinopoulos M, Kormas G, Tsitsika A. Predictive factors and psychosocial effects of Internet addictive behaviors in Cypriot adolescents. *Int J Adolesc Med Health.* 2014; 26(3):369-75.
12. Yan W, Li Y, Sui N. The relationship between recent stressful life events, personality traits, perceived family functioning and internet addiction among college students. *Stress Health* 2014 ;30(1):3-11.
13. Stavropoulos V, Alexandraki K, Motti-Stefanidi F. Recognizing internet addiction: prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. *J Adolesc.* 2013;36(3):565-76.
14. Pawłowska B, Zygo M, Potembska E, Kapka-Skrzypczak L, Dreher P, Kędzierski Z. Prevalence of Internet addiction and risk of developing addiction as exemplified by a group of Polish adolescents from urban and rural areas. *Ann Agric Environ Med* 2015; 22(1):129-36.
15. Krishnamurthy S, Chetlapalli SK. Internet addiction: Prevalence and risk factors: A cross-sectional study among college students in Bengaluru, the Silicon Valley of India. *Indian J Public Health* 2015; 59(2):115-21.
16. Ahmadi K. Internet addiction among Iranian adolescents: a nationwide study. *Acta Med Iran* 2014; 52(6):467-72.
17. Simcharoen S, Pinyopornpanish M, Haoprom P, Kuntawong P, Wongpakaran N, Wongpakaran T. Prevalence, associated factors and impact of loneliness and interpersonal problems on internet addiction: A study in Chiang Mai medical students. *Asian J Psychiatr* 2017; 31:2-7.
18. Wegmann E, Brand M. Internet-Communication Disorder: It's a Matter of Social Aspects, Coping, and Internet-Use Expectancies. *Front Psychol* 2016; 7:1747.
19. Oh WO. Factors influencing internet addiction tendency among middle school students in Gyeong-buk area. *Taehan Kanho Hakhoe Chi* 2003; 33(8):1135-44.
20. Lee CS, McKenzie K. Socioeconomic and Geographic Inequalities of Internet Addiction in Korean Adolescents. *Psychiatry Investig* 2015; 12(4):559-62.
21. Mihara S, Osaki Y, Nakayama H, Sakuma H, Ikeda M, Itani O, Kaneita Y, Kanda H, Ohida T, Higuchi S. Internet use and problematic Internet use among adolescents in Japan: A nationwide representative survey. *Addict Behav Rep* 2016;4:58-64.