

**Funkcjonowanie społeczne i rodzinne a problematyczne korzystanie z portali
społecznościowych**

Projekt realizowany ze środków funduszu rozwiązywania problemów hazardowych
pozostających w dyspozycji ministra właściwego do spraw zdrowia



Wprowadzenie

Głównym celem prezentowanych badań jest pokazanie problemu uzależnienia od Facebooka w aspekcie funkcjonowania rodzinnego i poczucia otrzymywanego wsparcia. Biorąc pod uwagę fakt, że od wielu lat Internet jest nieodzowną częścią funkcjonowania zarówno w sferze prywatnej jak i zawodowej, podjęty problem badawczy wydaje się być aktualny i bardzo ważny, ponieważ Internet z jednej strony ułatwia życie, ale z drugiej stał się źródłem problemów. Nadmierne korzystanie stało się przyczyną uzależnienia, które w znacznym stopniu prowadzi do zakłócenia we wszystkich sferach funkcjonowania człowieka. W literaturze można spotkać następujące terminy odnoszące się do tego zjawiska: patologiczne używanie Internetu, nadużywanie Internetu, kompulsywne używanie Internetu, zaburzenie kontroli impulsów, nadmierne korzystanie z Internetu oraz dysfunkcjonalne korzystanie z Internetu (Błachnio, Przepiórka, Rowiński, 2015; Yellowlees, Marks, 2007). Jako trzon tego pojęcia podkreśla się kwestię utraty kontroli nad używaniem Internetu, nadmiernej ilości czasu spędzanego przed ekranem, a co za tym idzie negatywnego wpływu użytkowania Internetu na sferę fizyczną, psychiczną, interpersonalną, społeczną (Błachnio, Przepiórka, Rowiński, 2015).

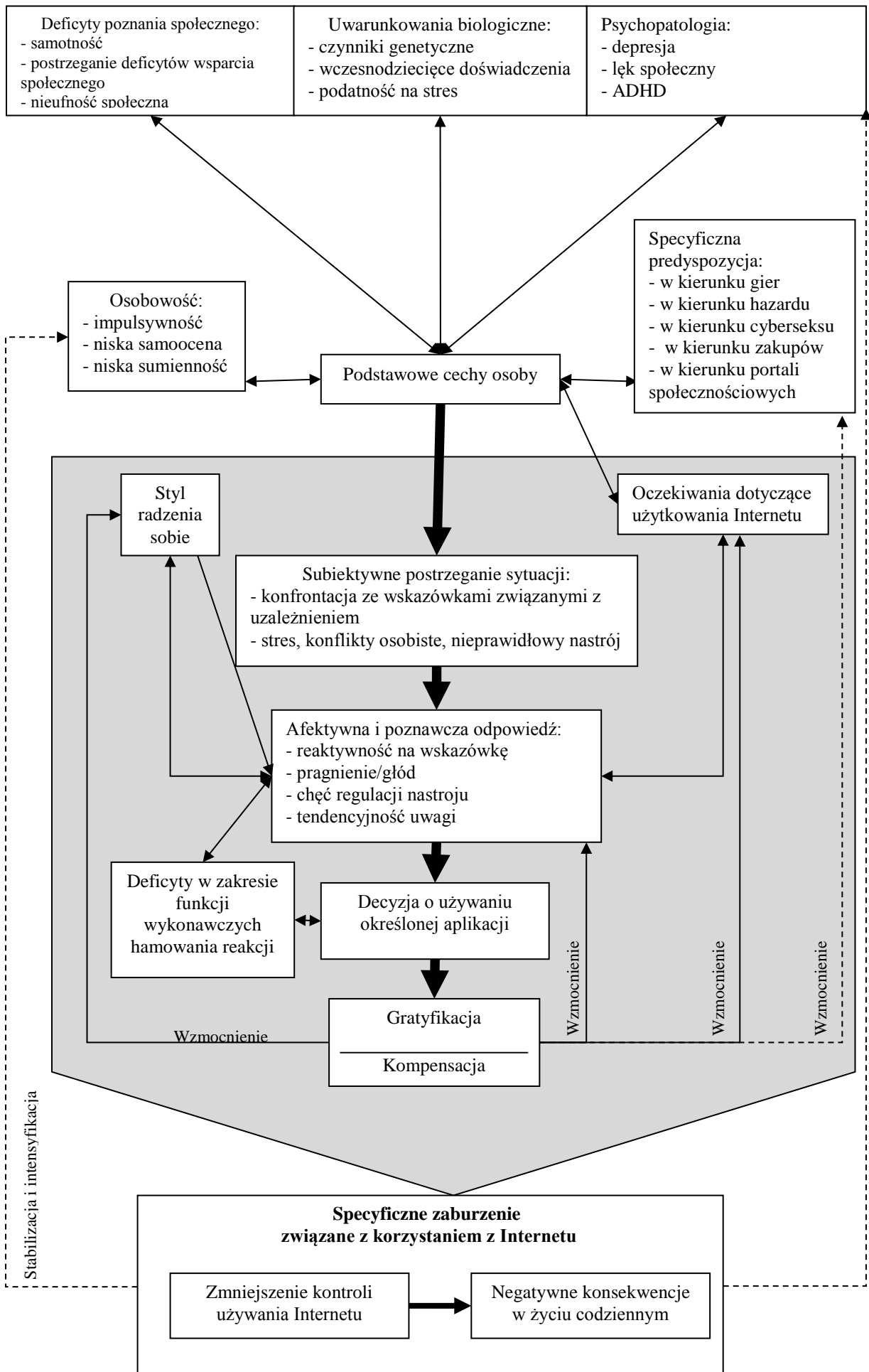
W wyjaśnieniu tego zjawiska można odnieść się do teorii korzystania i gratyfikacji, w których zakłada się aktywną rolę odbiorcy i selekcje mass mediów w celu gratyfikacji określonych potrzeb (Katz, Blumler i Gurevitch, 1973). Przyczynę efektywnego lub dysfunkcjonalnego korzystania z Internetu można tu upatrywać w interakcji pomiędzy dyspozycją internauty (kompetencje społeczne) a siłą gratyfikacyjną aplikacji online (potrzeby realizowane w Internecie). Przez kompetencje społeczne można rozumieć umiejętności warunkujące efektywność radzenia sobie w sytuacjach społecznych wymagających bezpośredniego kontaktu interpersonalnego (Maczak, 2001). Są one nabywane w toku treningu społecznego, a ich intensywność zależy od zmiennych

osobowościowo – temperamentalnych. Zakładając, że brak kompetencji społecznych wiąże się z trudnościami w przystosowaniu, osoby o niskich kompetencjach społecznych będą w Internecie kompensować sobie brak relacji społecznych, natomiast te o wysokich kompetencjach będą mogły w Internecie rozwijać te kompetencje. Można tu odnieść się do opisywanej w literaturze hipotezy (Kraut i in., 2002), iż “bogaty staje się bogatszy”. Oznaczać to może, iż osoby otwarte społecznie czerpią w Internecie korzyści w postaci wsparcia społecznego i podniesienia dobrostanu psychologicznego.

Uzależnienie od Internetu jest fenomenem często podejmowanym w badaniach psychologicznych (np. Pezoa-Jares, 2012). Jednak badacze raczej przychylają się do podejścia, które mówi, że powinniśmy mówić o uzależnieniu od poszczególnych modalności w Internecie, a nie od uzależnieniu od Internetu w ogóle (Błachnio, Przepiórka, 2016). Jedną z takich modalności są portale społecznościowe, które stały się ważnym środkiem komunikacji wykorzystywanym w celach zawodowych, prywatnych, rekreacyjnych czy informacyjnych. Facebook obok Twittera, LinkedIn i MySpace jest jednym z najbardziej popularnych portali społecznościowych, powstał w 2004 i obecnie posiada około 800 milionów uczestników. Zagadnienie Facebooka jest często podejmowane przez badaczy portali społecznościach ze względu na jego szerokie grono użytkowników i technologiczne możliwości, które sprawiają, że Facebook ma ogromny wpływ na życie społeczne. Jest on swego rodzaju platformą wymiany informacji, medium pozwalającym nawiązywać lub podtrzymywać istniejące więzi (Ellison, Steinfield, Lampe, 2007). W Polsce według statystyk Gemius 75% internautów korzysta z Facebooka. Największy odsetek użytkowników stanowią osoby młode od 13 do 35 roku życia. Można przypuszczać, że dla tej grupy wiekowej będzie to jedno z najbardziej powszechnych i naturalnych form komunikacji.

W tym kontekście należy zwrócić uwagę, iż rozwijając model behawioralno-poznawczy Davisa (2009), Brand, Young i Laier (2014) zaproponowali model uogólnionego

uzależnienia od Internetu oraz model specyficznego uzależnienia od Internetu. Przy czym specyficzny model uzależnienia jest związany przede wszystkim z określonymi treściami jakie można znaleźć w Internecie (np. portale społecznościowe, pornografia, gry komputerowe, portale społecznościowe, itp.). Aktywność użytkownika nie jest rozproszona, a skupiona na konkretnym obszarze w sieci. Poza tym niektóre treści (np. pornografia, gry komputerowe) mogą być pozyskiwane również poza Internetem. Ważnym elementem w tym przypadku jest gratyfikacja związana z dostępem do tych treści. Zgodnie z tym modelem uzależnienie od portali społecznościowych, jako specyficzny rodzaj uzależnienia od Internetu, zależy od koincydencji czynników osobowościowych, poznawczych, środowiskowych oraz od potrzeb i celów działania jednostki. Na podstawie dalszych badań Brand i współpracownicy (2014) rozszerzyli swój model specyficznego uzależnienia od Internetu. Zwracają oni uwagę, iż nałogowe korzystanie z sieci jest konsekwencją neurobiologicznych i psychologicznych czynników predysponujących, które są między innymi moderowane przez styl radzenia sobie oraz błędy poznawcze. Ponadto wskazują oni, iż jednymi z czynników związanych z tego typu nałogowymi zachowaniami są deficyty w zakresie poznania społecznego (social cognition), do których autorzy zaliczają poczucie samotności, brak wsparcia społecznego oraz nieufność względem innych. Należy przy tym pamiętać, iż między innymi osamotnienie (Sendyk, 2011) oraz deficyty w zakresie poczucia wsparcia (Biegasiewicz, 2010) są wypadkową rodzaju więzi rodzinnych. Ponadto Brand i współpracownicy (2014) wskazują, iż deficyty w sferze społecznej stanowią jedne z czynników ryzyka w zakresie nałogowego korzystania z Internetu, w szczególności z określonych aplikacji, np. portale społecznościowe, gry komputerowe itp. Model specyficznego uzależnienia od Internetu (Brand i in., 2014) przedstawiono na rysunku 1.



Rysunek 1. Model powstawania specyficznego uzależnienia od Internetu.

Uzależnienie od Facebooka

Facebook ma bardzo dużą liczbę użytkowników a jego wpływ na ich funkcjonowanie jest ogromny (Błachnio, Przepiórka i Rudnicka, 2013). Według badań (PewResearchCenter, 2014) ludzie spędzają coraz więcej czasu na Facebooku. W grupie 1,597 użytkowników Facebooka aż 70% korzystało z Facebooka kilka razy dziennie. Fakt ten sprawił, że w literaturze pojawiło się nowe pojęcie „uzależnienie od Facebooka”, które jest definiowane jako nadmierne zaangażowanie zakłócające codzienne aktywności i relacje interpersonalne, z którym wiąże się utrata kontroli nad czasem spędzonym na portalach społecznościowych. Wyróżnia się trzy fazy tego fenomenu: wycofanie, pogorszenie i polepszenie, euforia. Osoby, które nadmiernie korzystają z Facebooka, odczuwają niepokój i dyskomfort, kiedy nie mogą się zalogować do portalu. Występujący obniżony stan afektywny ma znaczący wpływ na funkcjonowanie osoby w sferze fizycznej, psychicznej, interpersonalnej, społecznej, rodzinnej i ekonomicznej (Elphinston i Noller, 2011; Andreassen i Pallesen, 2014, Błachnio, Przepiórka, Pantic, 2016; Atroszko i in., 2018; Brailovskaia i Margraf, 2017).

W literaturze można znaleźć szereg badań pokazujących zmienne osobowościowe, które mogą predysponować do problematycznego korzystania z portali społecznościowych. Wykazano między innymi związek z wysokim poziomem neurotyzmu, niską sumiennością (Seidman, 2012; Błachnio i Przepiórka, 2016), niską stabilnością emocjonalną (Błachnio i Przepiórka, 2016), narcyzmem (Bergman, Fearington, Davenport i Bergman, 2011), niskim poczuciem wartości (Błachnio, Przepiórka i Rudnicka, 2016), nieśmiałością (Orr i in., 2009). Ponadto osoby, które nadmiernie korzystają z Internetu, jak i z Facebooka uzyskują niższe wyniki na wymiarze otwartość na doświadczenia, a także w poziomie orientacji pozytywnej (Błachnio i Przepiórka, 2016). Nie bez znaczenia jest także samokontrola. Okazało się, że

osoby z niską samokontrolą mają często problemy z nadmiernym korzystaniem z Facebooka (Błachnio i Przepiórka, 2015). W badaniach podkreśla się także biologiczne funkcjonowanie użytkowników, a mianowicie z uzależnieniem od Facebooka związany jest chronotyp wieczorny, w przeciwieństwie do rannego (Błachnio, Przepiórka, Díaz-Morales, 2015). W sferze emocji wykazano, że orientacja na emocje negatywne w sytuacji porażki również może predysponować do nadmiernego korzystania z Facebooka (Błachnio i Przepiórka, 2015).

Jednakże przy opisie osób mających predyspozycje do nadmiernego korzystania z Facebooka nie bez znaczenia jest wymiar społeczny. W dotychczasowych badaniach wykazano, że relacja pomiędzy potrzebą prywatności i nadmiernym korzystaniem z Facebooka jest ujemna w przypadku wprowadzenia mediatora zmiennej samotność. Można tu mówić o paradoksalnym efekcie potrzeby prywatności. Z jednej strony potrzeba prywatności może chronić przed nadmiernym korzystaniem z Facebooka, ale z drugiej - wysoki poziom potrzeby prywatności może być związany z samotnością, a osoby samotne są bardziej narażone na nadmierne korzystanie z Facebooka (Błachnio, Przepiórka, Boruch i Bałakier, 2016). Należy tutaj zwrócić uwagę, iż duża część badań dotyczących nałogowego korzystania z Facebooka dotyczy zmiennych intrapsychicznych, natomiast ciągle brakuje badań dotyczących czynników społecznych, które przyczyniają się do tego typu problematycznych zachowań. Przeglądając literaturę można zauważyć brak badań pokazujących jak funkcjonowanie społeczne, a zwłaszcza sfera rodzinna i otrzymywane wsparcie, mogą łączyć się z problematycznym korzystaniem z Facebooka.

Zaspokojenie potrzeb

Istotny przy wyjaśnianiu nadmiernego korzystania z Facebooka wydaje się stopień zaspokojenia potrzeb, dlatego odniesiemy się tu do teorii samookreślenia Ryana i Deciego (2000), która zakłada, że ludzie mają trzy wrodzone potrzeby: kompetencji, związku z

innymi, czyli afiliacji i autonomii. Potrzeba autonomii przejawia się w stosowaniu motywacji wewnętrznej w działaniu. Badania pokazują, że osoby z zaspokojoną potrzebą autonomii wykazują większą ciekawość, chętniej podejmują działania, są bardziej twórcze, co wiąże się z poczuciem sprawstwa. Potrzeba związku z innymi wiąże się z poczuciem więzi z innymi i poczuciem przynależności, chęcią bycia częścią grupy. Ponadto autorzy teorii zakładają, że ludzie mają wrodzoną skłonność do zainteresowania nieznanymi bodźcami, podejmowania wyzwań i w ten sposób rozwijają swoją kompetencję. Wcześniejsze badania pokazują, że korzystanie z Facebooka wiąże się z potrzebą afiliacji oraz akceptacji ze strony innych (Nadkarni i Hofman, 2012), czy wyrażaniem własnej tożsamości (Brandtzæg & Heim, 2009).

Sheldon i współpracownicy (1996) pojęcie zaspokojenia potrzeb (need satisfaction) operacjonalizują poprzez pomiar stopnia, w jakim określone doświadczenia (autonomii, kompetencji, relacyjności) towarzyszą wymienianym przez jednostkę aktywnościom dnia codziennego. Badacze przyjmują, iż pomimo różnorodności aktywności i zachowań, to właśnie doświadczenia kompetencji, autonomii i relacyjności dostarczają podstawy do poprawy dobrostanu. Sheldon i współpracownicy (1996) potwierdzili w swoich badaniach, że te trzy jakości doświadczenia pozwalają przewidzieć pozytywny nastrój danego dnia, witalność oraz zdrowie fizyczne. Sheldon i Elliot (1999) rozszerzyli to ujęcie, przyjmując, iż dokonująca się w czasie akumulacja wszystkich tych trzech typów doświadczeń prowadzi do zmian w dobrostanie mierzonym w dłuższym okresie czasu. Przyjmują oni za Kahnemanem (1997) założenie, że jednostki oceniają swój bieżący dobrostan przynajmniej w części w odwołaniu do doświadczeń, które mogą przypomnieć sobie z przeszłości. Przyjmują także założenie, iż to właśnie doświadczenia, dla których charakterystyczne są uczucia kompetencji, autonomii i interpersonalnej relacyjności, stanowią ten rodzaj pozytywnych doświadczeń w oparciu o które ludzie budują swoją ocenę bieżącego dobrostanu.

Funkcjonowanie rodzinne

Model Kołowy Systemów Małżeńskiego i Rodzinnego jest szczególnie użyteczny jako narzędzie diagnozy relacji wewnątrzrodzinnych, ponieważ skupia się on na systemie relacji i integruje trzy wymiary, które pozwalają zrozumieć funkcjonowanie rodziny: spójność, elastyczność i komunikacja (Olson, Russell i Sprenkle, 1989). Spójność (Cohesion) oznacza emocjonalne więzi istniejące między członkami rodziny. Spójność odnosi się do tego, jak w rodzinie równoważone jest „bycie razem” i „bycie oddzielnie” jej członków. W Modelu wyróżnia się spójność zrównoważoną i niezrównoważoną. W rodzinach znajdujących się w obszarze spójności zrównoważonej jednostki są w stanie być zarówno niezależne od swoich rodzin, jak i z nimi związane. Zrównoważone systemy małżeńskie i rodzinne dążą do tego, aby w czasie trwania cyklu życia rodziny być bardziej funkcjonalnym. Na przykład, relacje trochę związane cechują się istnieniem pewnego emocjonalnego odseparowania, ale nie jest to oddzielenie tak ekstremalne jak w systemie pozbawionym więzi. Chociaż czas spędzany oddzielnie, poza rodziną, jest ważniejszy, to jednak jakiś czas jest spędzany razem, niektóre decyzje podejmowane są wspólnie oraz małżonkowie udzielają sobie wsparcia. Zainteresowania i rozrywka z reguły realizowane są oddzielnie, ale nieliczne z nich są wspólne. Relację związaną charakteryzuje równowaga między „byciem razem” a „byciem oddzielnie”. Relacje, które cechuje silne związanie to relacje, w których jest bliskość emocjonalna i lojalność. Kładzie się tutaj nacisk na wspólnotowość. Czas spędzany razem jest ważniejszy niż czas spędzany oddzielnie. Członkowie rodziny obok swoich oddzielnych, osobistych przyjaciół, posiadają również przyjaciół wspólnych dla pary (rodziny). Powszechne są wspólne zainteresowania, z pewnymi aktywnościami realizowanymi oddzielnie. Niezrównoważone poziomy spójności to jej ekstremalnie niskie nasilenie, czyli rodziny pozbawione więzi lub ekstremalnie wysokie nasilenie, czyli rodziny splątane. Relacje pozbawione więzi często charakteryzują się ekstremalnie nasiloną emocjonalną odrębnością.

Między członkami rodziny jest niewielkie wzajemne zainteresowanie, natomiast jest duża niezależność i odrębność. Jednostki często zajmują się swoimi własnymi sprawami. Dominują oddzielne zainteresowania, brak wspólnego spędzania czasu, niedzielenie przestrzeni. Członkowie rodziny nie potrafią zwracać się do siebie nawzajem z prośbą o wsparcie i pomoc w rozwiązywaniu problemów. W relacji splątanej natomiast jest ekstremalnie duże nasilenie bliskości emocjonalnej i wymagana jest lojalność. Jednostki są bardzo od siebie zależne i silnie reagują na siebie nawzajem (duża wzajemna reaktywność). Brak osobistej odrębności, nie ma prywatności. Jest przyzwolenie na niewielką tylko prywatną przestrzeń. Energia jednostek prawie wyłącznie skoncentrowana jest na wnętrzu rodziny i mają one zaledwie kilku swoich odrębnych, osobistych przyjaciół lub zainteresowań (Olson, Russell i Sprenkle, 1989).

Elastyczność rozumiana jest jako jakość i sposób zarządzania rodziną, jej zorganizowania, układ ról, reguły relacji i negocjacji (Olson, Russell i Sprenkle, 1989). Specyficzne wskaźniki elastyczności systemu to: zarządzanie rodziną (kontrola, dyscyplina), style negocjowania, układ ról, reguły rządzące relacjami. Elastyczność określa to, jak systemy równoważą dążenie do zmiany i dążenie do zachowania stałości. Zasadniczo, elastyczność koncentruje się na zmianach w zarządzaniu rodziną, w rodzinnych rolach i regułach relacji. Pary i rodziny potrzebują zarówno stabilności, jak i zmiany. Zdolność do zmiany, gdy zmiana jest potrzebna, jest jedną z cech odróżniających pary i rodziny funkcjonalne od dysfunkcyjnych. Systemy małżeńskie i rodzinne mające zrównoważony poziom elastyczności są potrafią zarówno utrzymać istniejący stan rzeczy, jak i dokonać jego zmiany. Relacje trochę elastyczne charakteryzują się dążeniem do tego, aby zarządzanie miało cechy demokratyczne, z pewnymi negocjacjami, w których biorą udział również dzieci. Role są tutaj stabilne, chociaż jest pewne dzielenie ról. Reguły są stałe, silne, z niewielkimi zmianami. W tych regułach i zasadach jest niewiele zmian i są one przez członków rodziny przestrzegane.

Relację elastyczną cechuje zarządzanie egalitarne wraz demokratycznym sposobem podejmowania decyzji. Negocjacje są otwarte i aktywnie włączane są w nie dzieci. Role są dzielone (pełnione są wspólnie) a zmiany są płynne, jeżeli pojawi się potrzeba zmiany. Reguły mogą być zmieniane i są stosowne do wieku członków rodziny. Relacja bardzo elastyczna charakteryzuje się tendencją do częstych zmian w zakresie zarządzania i w odniesieniu do pełnionych ról. Reguły są elastyczne i szybko mogą być zmieniane, gdy pojawia się potrzeba zmiany w celu poprawy funkcjonowania. Niezrównoważone pary i rodziny posiadają albo ekstremalnie dużo stabilności (sztywność), albo ekstremalnie dużo zmiany (chaos). W relacji sztywnej jedna osoba kieruje, zarządza i jest bardzo kontrolująca. Jest tendencja do tego, aby ograniczać negocjacje a większość decyzji jest narzucana przez przywódcę. Role są bardzo dokładnie określone a reguły funkcjonowania rodziny nie podlegają zmianie. Relacja chaotyczna to taka, gdzie zarządzanie jest ograniczone: jest niedobór zarządzania, kierownictwa lub są częste zmiany osoby zarządzającej. Decyzje podejmowane są impulsywnie i nie są dobrze przemyślane. Role są niejasne i często są przenoszone z osoby na osobę (Olson, Russell i Sprenkle, 1989).

Główna hipoteza związana z Modelem Kołowym dotyczy tego, iż zrównoważony poziom spójności i elastyczności jest najbardziej sprzyjający zdrowemu funkcjonowaniu rodziny, podczas, gdy niezrównoważone poziomy spójności i elastyczności (poziomy bardzo niskie lub bardzo wysokie) wiążą się z problemami w funkcjonowaniu rodziny. Oznacza to, że spójność, elastyczność i komunikacja (każde z nich) pozostają w związku ze wskaźnikami dobrego funkcjonowania rodziny. W analizach można wykorzystać wskaźnik uzyskany po porównaniu wyniku w skalach zrównoważonych z wynikiem w skalach niezrównoważonych. Im większą wartość przyjmuje wskaźnik określający stosunek wyników w skalach dotyczących zrównoważenia do wyników w skalach mierzących niezrównoważenie, tym zdrowszy jest system rodziny.

Satysfakcja z rodziny

Globalna satysfakcja z życia dzielona jest na satysfakcje z różnorodnych, konkretnych obszarów życia jednostki (Diener, Suh i Oishi, 1997). W przypadku osób dorosłych jest to najczęściej obszar pracy zawodowej, relacja romantyczna a w przypadku osób młodych jest to szkoła, a przede wszystkim – rodzina. Badacze (np. Diener, Suh i Oishi, 1997) za w pełni uzasadnione uważają badanie dobrostanu obszarowego, ograniczonego do wąskiego kontekstu, ponieważ – jak wskazują – daje to możliwość lepszego zrozumienia specyficznych czynników wpływających na dobrostan jednostki w tym wąskim obszarze jej życia. Wyniki wielu badań wskazują, że chociaż cechy osobowości i dyspozycje do przeżywania afektu są bardzo dobrymi predyktorami dobrostanu trwałego, to zmienne sytuacyjne, takie jak wydarzenia dnia codziennego, relacje z innymi osobami dobrze wyjaśniają dobrostan chwilowy (DeNeve i Cooper, 1998). Wśród czynników sytuacyjnych ważnych dla dobrostanu jednostki, a zwłaszcza dla dobrostanu młodych osób, szczególną rolę pełnią relacje z rodzicami. Efektywne rodzicielstwo, obok relacji z rówieśnikami, uważane jest za bardzo ważny czynnik pozytywnego rozwoju młodych osób i ich satysfakcji z życia. Do takich wniosków doszli m. in. Mupinga i współpracownicy (2002) w oparciu o analizę wyników wielu badań. Joronen i Astedt-Kurki (2005) na podstawie wywiadów z 19 adolescentami z grupy nieklinicznej zidentyfikowali sześć elementów istotnych dla satysfakcji adolescentów. Są to: ciepło emocjonalne, poczucie komfortu w domu, zaangażowanie rodziny, poczucie, iż jest się w rodzinie kimś ważnym, możliwość relacji ze środowiskiem pozarodzinnym oraz otwarta komunikacja. Czynnikiem niskiego dobrostanu były natomiast: zły stan zdrowia lub śmierć członka rodziny, nadmierna zależność i wrogość w rodzinie. Powyższe dane jednoznacznie wskazują, że ważnym czynnikiem satysfakcji adolescenta z rodziny jest dobra komunikacja wewnątrzrodzinna i brak wrogości. Satysfakcja

z życia rodzinnego ma natomiast istotne znaczenie dla funkcjonowania jednostki. Satysfakcja z życia młodych osób wiąże się z ich zdrowiem fizycznym oraz zachowaniami zdrowotnymi, takimi jak ćwiczenia fizyczne i zdrowe odżywianie (Frisch, 2000) a także z mniejszym prawdopodobieństwem używania alkoholu, narkotyków i palenia papierosów (Zullig i in., 2001) i związanych z przemocą problemów w zachowaniu (Valois i in., 2001). Większa satysfakcja z życia adolescentów wiąże się także z mniejszymi problemami emocjonalnymi, takimi jak niepokój (anxiety), depresja (depression), poczucie osamotnienia (loneliness), neurotyzm (neuroticism), symptomy zaburzeń psychicznych (symptoms of psychological disorders) a także z mniejszymi problemami w przestrzeganiu dyscypliny szkolnej ocenianymi przez nauczycieli (school-discipline problems) (McKnight, Huebner i Suldo, 2002).

Huang i współpracownicy (2009) wykazali, iż osoby z wyższym problematycznym używaniem Internetu mają poczucie mniejszego poziomu miłości ze strony rodziców niż osoby przejawiające niższe nasilenie tego typu nałogowego zachowania. Ponadto grupy te różniły się pod względem atmosfery panującej w rodzinie. Oceniana ona była zdecydowanie niżej przez osoby nałogowo korzystające z sieci niż przez osoby nie ujawniające symptomów tego typu zachowania. Ponadto młodzież uzależniona od Internetu przejawia niższą satysfakcję z funkcjonowania rodziny (Ko i in., 2009). Liu i Kuo (2007) także stwierdzili, iż pozytywna relacja między dzieckiem a rodzicami jest czynnikiem chroniącym przed problematycznym używaniem Internetu. Z kolei Wang i współpracownicy (2011) zaobserwowali, iż osoby z rodzin skonfliktowanych, o małej częstości wzajemnych kontaktów i małej satysfakcji z wzajemnych relacji, są bardziej narażone na tego typu nałogowe zachowanie. Ponadto Lin, Lin i Wu (2009) wskazują, iż czynnikami chroniącymi przed nałogowym używaniem sieci są monitoring działania młodzieży przez rodziców oraz stałe wspólne rodzinne aktywności w ciągu tygodnia.

Należy tutaj zwrócić uwagę, iż satysfakcja z rodziny jest istotnym czynnikiem pozwalającym młodemu człowiekowi budować własne zadowalające życie. Zwoliński (2000) wskazuje, iż systemowe zasoby rodziny są predyktorem poczucia koherencji u dorosłego dziecka. Stwierdzono pozytywny związek satysfakcji z rodziny u adolescentów z dążeniem rodziców do kompromisu oraz negatywny – z agresją rodziców (Lachowska, 2016). Ponadto, Pawłowska i Dziurzyńska (2012) zwracają uwagę na istnienie istotnych zależności między poczuciem odrzucenia przez rodziców i poczuciem braku akceptacji z ich strony, przekonaniem, że jedynie chore dzieci otrzymują od rodziców miłość, uwagę i wsparcie oraz doświadczaniem z ich strony przemocy psychicznej i fizycznej a objawami uzależnienia od gier komputerowych. Ponadto ich zdaniem nałogowe korzystanie z gier komputerowych może być powiązane również z ucieczką od konfliktów w rodzinie, może być sposobem radzenia sobie z negatywnymi emocjami, sposobem zaspokojenia potrzeby wrażeń, agresji, dominacji oraz kompensacją niskiego poczucia własnej wartości.

Otrzymywane wsparcie

Postrzegane wsparcie społeczne ujmuje emocjonalne wsparcie czy też poczucie osoby, że jest kochana, potrzebna, uznana i że należy do grupy społecznej (Cobb, 1976, s. 300). Jest ono ważnym wskaźnikiem dobrostanu emocjonalnego (por. Rueger, Malecki i Demaray, 2010). Posiadanie przyjaciół jest ważnym źródłem wsparcia społecznego zwłaszcza u adolescentów, którzy potrzebują grupy odniesienia przy formowaniu swojej tożsamości (np. Bokhorst, Sumter i Westenberg, 2010).

Badania wskazują, że postrzegane wsparcie społeczne redukuje symptomy depresji (np. Murberg i Bru, 2004; Rueger i in., 2010). Niektórzy naukowcy w swoich badaniach podjęli pytanie o rolę postrzeganego wsparcia społecznego online w zależności od motywacji do korzystania z Facebooka. Frison i Eggermont (2015) wykazali, że postrzegane wsparcie

online na Facebooku pozytywnie oddziałuje na dobrostan w grupie adolescentów oraz ma podobne właściwości gratyfikujące jak relacje “twarzą w twarz”. Co więcej, postrzegane wsparcie pełniło rolę mediatora pomiędzy korzystaniem z Facebooka (biernym i aktywnym) a stanami depresyjnymi (Frison i Eggermont, 2016). Aktywne korzystanie polegało na nawiązywaniu interakcji z innymi użytkownikami Facebooka zarówno prywatnie, jak i publicznie. Z kolei bierne korzystanie z Facebooka odnosiło się do przeglądania profilu i treści dodawanych przez inne osoby. Porter i współpracownicy (2012) wykazali, iż patologiczne korzystanie z mediów społecznościowych powiązane jest z niską satysfakcją z relacji interpersonalnych z osobami w realnym otoczeniu. Z kolei Tang i współpracownicy (2016) wykazali, iż zadowolenie z relacji interpersonalnych w sieci jest pozytywnie skorelowane z poziomem uzależnienia od Facebooka. W badaniu Liu i Yu (2013) uzyskano pozytywną relację pomiędzy korzystaniem z Facebooka a postrzeganym wsparciem społecznym online. Podobne rezultaty wykazano również w innych badaniach (Tang i in. 2016).

Badania własne

Głównym celem badań było poznanie skali zjawiska uzależnienia od Facebooka oraz wpływu funkcjonowania rodzinnego na to uzależnienie. Uzyskane wyniki w zakresie funkcjonowania rodzinnego zostały porównane do grupy osób uzależnionych od środków psychoaktywnych (narkotyków). Celem tych analiz było sprawdzenie czy w przypadku problemowego korzystania z portali społecznościowych zachodzi podobny mechanizm jak w przypadku uzależnienia od narkotyków.

Badania wskazują, że bierne korzystanie z Facebooka jest związane z depresją (Burke i in., 2010; Krasnova, Wenninger, Widjaja i Buxmann, 2013; Qiu i in., 2012).

Podobnie, publiczna aktywność na Facebooka (zmiana statusu czy udostępnianie zdjęć) była pozytywnym predyktorem stanów depresyjnych niezależnie od postrzeganego wsparcia społecznego. Z kolei prywatna aktywność na Facebooku wiąże się dodatnio z poczuciem otrzymywanego wsparcia (Burke i in., 2011), co potwierdza hipotezę przyjętą przez Krauta – bogaty jeszcze bardziej się bogaci.

Na podstawie wcześniejszych badań postawiono następujące hipotezy:

H1: Uzależnienie od Facebooka jest związane z jakością relacji rodzinnych

H1a. Uzależnienie od Facebooka jest związane z niezrównoważeniem relacji rodzinnych w aspekcie ich spójności

H1b: Uzależnienie od Facebooka jest związane z niezrównoważeniem relacji rodzinnych w aspekcie ich elastyczności.

H1c: Uzależnienie od Facebooka jest związane z niską jakością komunikacji rodzinnej

H1d: Uzależnienie od Facebooka jest związane z niską satysfakcją z rodziny,

H2: Uzależnienie od Facebooka jest związane z niskim wsparciem społecznym

H3: Uzależnienie od Facebooka jest związane z wielkością postrzeganego wsparcia społecznego w Internecie.

H4: Powyższe zależności są mediowane przez stopień zaspokojenia potrzeb: afiliacji, autonomii i kompetencji. W im większy stopniu relacje z członkami rodziny oraz wsparcie uzyskiwane w środowisku pozwalają jednostce na zaspokojenie jej potrzeb, tym słabszy będzie wpływ środowiska, sprzyjający uzależnieniu od Facebooka. W im większym stopniu potrzeby jednostki są zaspokajane poprzez jej aktywność na Facebooku, tym osoba bardziej będzie angażować się w korzystanie z Facebooka.

H5: Osoby uzależnione od narkotyków oraz osoby uzależnione od Facebooka postrzegają niższe wsparcie społeczne niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych.

H6: Osoby uzależnione od narkotyków oraz osoby uzależnione od Facebooka postrzegają wyższe wsparcie społeczne w Internecie niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych.

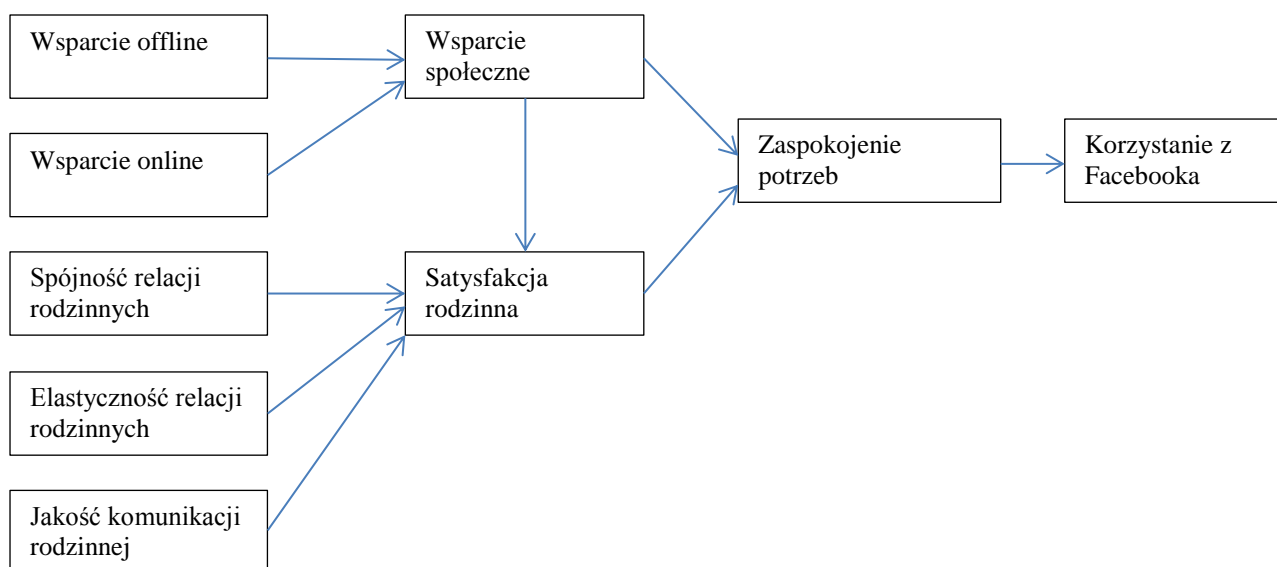
H7: Osoby uzależnione od Facebooka oraz osoby uzależnione od substancji psychoaktywnych ujawniają niższą satysfakcję z rodziny niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych.

H8: Osoby uzależnione od substancji psychoaktywnych oraz osoby uzależnione od Facebooka postrzegają niższą jakość komunikacji rodzinnej niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych.

H9: Osoby uzależnione od narkotyków oraz osoby uzależnione od Facebooka ujawniają niższą jakość relacji rodzinnych niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych.

Problem uzależnienia od portali społecznościowych i jego związku z funkcjonowaniem rodzinnym użytkowników wymaga dokładnych badań i jest problemem wartym eksploracji z uwagi na merytoryczne i praktyczne aspekty zagadnienia. W celu odpowiedzi na pytanie o skalę zjawiska uzależnienia i jego związków z funkcjonowaniem rodzinnym zostaną przeprowadzone badania wśród adolescentów i młodych dorosłych, którzy stanowią najbardziej liczną grupę użytkowników Facebooka. Jest to też grupa, w której formuje się tożsamość a rówieśnicy stanowią ważną grupę odniesienia. W tym okresie życia dla prawidłowego rozwoju emocjonalnego, psychologicznego i społecznego kluczowe jest poczucie wsparcia społecznego.

W badaniu będzie testowany następujący model (Rysunek 2.)



Rysunek 2. Model powiązań pomiędzy uzależnieniem od Facebooka a funkcjonowaniem społecznym i rodzinnym (opracowanie własne)

Opis badań własnych

Osoby badane i procedura

W badaniu wzięły udział 1673 osoby (uczniowie szkół średnich i studenci), 61% badanych stanowiły kobiety. Osoby badane były w wieku $M=19.60$, $SD=3.25$. Badanie było prowadzone w dwóch grupach, grupa 1: wśród użytkowników Facebooka (uczniowie gimnazjów, szkół ponadgimnazjalnych i studentów) oraz grupa 2. wśród osób uzależnionych od narkotyków. Jeśli chodzi o grupę 1. Kryterium doboru do próby stanowiło posiadanie i korzystanie z konta na Facebooku. Badania było oparte na zasadzie dobrowolnego udziału. Na podstawie listy szkół wskazanych przez Kuratorium Oświaty na terenie miast wylosowanych zostanie po 10 szkół i po 6 uczelni wyższych z podziałem na prywatne i publiczne. Ankiety przeprowadzono w wersji papierowej w małych grupach kilkusobowych przed zajęciami lub podczas lekcji wychowawczych. Uczestnicy zostali zapewnieni o anonimowym charakterze prowadzonych badań oraz otrzymali jasne instrukcje wypełniania kwestionariuszy. Badanie trwało około 20 minut. Badania zostały przeprowadzone w Lublinie, Katowicach, Warszawie i Szczecinie (po około 400 osób w każdym z miast). Miasta

do badań zostały wybrane w odniesieniu do NUTS1 (Klasyfikacja Jednostek Terytorialnych do Celów Statystycznych), tak aby uwzględnić jak największą ilość regionów ujętych w tej klasyfikacji: rejon wschodni (Lublin), region centralny (Warszawa), region północnozachodni (Szczecin) oraz region południowy (Katowice). Przy wyborze powyższego podziału znaczenie miał fakt, że jest to klasyfikacja ogólnoeuropejska (UE), z powodzeniem wykorzystywana przez CBOS przy przygotowywaniu raportów m.in. na temat korzystania przez Polaków z Internetu (CBOS, 2015).

W przypadku grupy drugiej - osób uzależnionych od narkotyków kryterium udziału w badaniach, oprócz wyrażenia świadomej zgody, było odpowiednie rozpoznanie według ICD-10 oraz okres abstynencji wynoszący minimum 1 miesiąc umożliwiający kontakt z osobą badaną. Po uzyskaniu niezbędnych pozwoleń badania przeprowadzono w Ośrodku Rehabilitacji Uzależnień i Podwójnej Diagnozy w Otwocku na próbie 45 osób posiadających rozpoznanie jednego z zespołów uzależnienia od narkotyków. Badania były realizowane z poszanowaniem Kodeksu Etyki Psychologa Polskiego Towarzystwa Psychologicznego w zakresie badań naukowych, w szczególności w zakresie dobrowolności oraz anonimowości prowadzenia badań. Ponadto z badań zostały wykluczone osoby posiadające głębokie deficyty w zakresie funkcjonowania poznawczego związane z uszkodzeniami neurologicznymi OUN oraz rozpoznaniem zaburzeń osobowości i depresji. Ponadto osoby te musiały znajdować się w okresie abstynencji. Badania były prowadzone przez zespół projektowy, który swoimi kompetencjami i doświadczeniem badawczym zapewnia pomyślną realizację badań.

Narzędzia badawcze

W projekcie zastosowano wystandaryzowane narzędzia kwestionariuszowe. Wszystkie metody posiadają dobrze potwierdzoną wartość psychometryczną i są powszechnie używane w badaniach w Polsce i za granicą.

Do pomiaru uzależnienia od Facebooka wykorzystano Kwestionariusz uzależnienia od Facebooka (Facebook Intrusion Scale) (Elphinston and Noller, 2011) utworzony na podstawie komponentów uzależnień behawioralnych i skali patologicznego korzystania z telefonów komórkowych. Składa się z 8 twierdzeń (np. Nie jestem w stanie ograniczyć korzystania z Facebooka), do których osoby badane mają za zadanie ustosunkować się na 7-stopniowej skali od 1 - zupełnie się nie zgadzam do 7 - całkowicie się zgadzam. Kwestionariusz był wykorzystywany w wielu badaniach także na próbach polskich (por. Błachnio, Przepiórka, Pantic, 2015). Wynik wyższy wskazuje na większe uzależnienie od Facebooka.

Do pomiaru funkcjonowania rodzinnego wykorzystano skalę do oceny spójności i elastyczności relacji rodzinnych oraz jakości komunikacji wewnątrzrodzinnej wchodzące w skład Skali Oceny Rodziny D. H. Olsona w polskiej adaptacji A. Margasińskiego (2009). Kwestionariusz składa się z 62 pozycji tworzących osiem skal. Sześć skal wchodzi w skład Modelu Kołowego (wszystkie liczą po 7 pozycji): (1) Zrównowazona spójność, (2) Zrównowazona elastyczność, (3) Niezwiązanie, (4) Splątanie, (5) Sztynność, (6) Chaotyczność. Dwie pozostałe są skalami dodatkowymi – (7) Komunikacja rodzinna i (8) Zadowolenie z życia rodzinnego – obejmują po 10 stwierdzeń. Odpowiedzi na wszystkie pozycje są punktowane na skali od 1 do 5. W badaniach osoby będą proszone o ocenę relacji we własnej rodzinie pochodzenia. Wynik wyższy w każdej ze skal wskazuje na większe nasilenie badanego daną skalą aspektu funkcjonowania rodziny.

Do pomiaru wsparcia społecznego wykorzystano **Skalę oceny wsparcia społecznego** (Interpersonal support evaluation list (ISEL)) (Cohen i Hoberman, 1983) (polska adaptacja Zarzycka, Śpila, Wrońska, Makara-Studzińska, 2010). Skala składa się z 40 stwierdzeń. W narzędziu tym wyodrębniono 4 podskale, obejmujące po 10 stwierdzeń: faktyczna/rzeczywista skoncentrowana na wsparciu materialnym (Tangible Scale), przynależności polegającej na utożsamianiu się z sytuacją innych osób (Belonging Scale),

samooceny poprzez porównywanie siebie z innymi osobami (Self-Esteem Scale) i poczucia własnej wartości (Appraisal Scale).

Do pomiaru percepcji wsparcia społecznego online wykorzystano **Skalę postrzeganego wsparcia społecznego w Internecie**, która posiada 4 pytania zaadaptowane z Wielowymiarowej Skali postrzeganego wsparcia Społecznego (ZIMET, Dahlem, ZIMET, i Farley, 1988) (adaptacja własna Błachnio i Przepiórka, 2017). Pozycje z tej podskali zostały zaadaptowane do kontekstu wsparcia społecznego postrzeganego w Internecie. Odpowiedzi udzielane są na 5-punktowej skali (od 1 - zdecydowanie nie zgadzam się do 5 - zdecydowanie się zgadzam). Respondenci odpowiadają na pytanie: "Kiedy czujesz się, że masz gorszy nastrój lub jesteś w trudnej sytuacji ... " w odniesieniu do 4 pozycji: (1) "Mogę znaleźć pomoc na Facebooku", (2) "Mogę znaleźć pomoc i wsparcie emocjonalne na Facebooku", (3) "Mogę rozmawiać z kimś na Facebooku o moich problemach" i (4) "Mogę znaleźć kogoś na Facebooku, kto pomoże mi podjąć decyzje.". wyższe wyniki mówią o tym, że osoba ma poczucie wsparcia otrzymywanego na Facebooku.

Do oceny poziomu zaspokojenia potrzeb wykorzystano **Skalę do oceny stopnia zaspokojenia potrzeb** (Sheldon i Elliot, 1999), która składa się z trzech stwierdzeń, wobec których osoba badana ustosunkowuje się podając na skali od 1 do 7 w jakim stopniu w danym obszarze jej aktywności ma poczucie zaspokojenia potrzeby kompetencji, autonomii i afiliacji. Rozumienie potrzeb jest zgodne z konceptualizacją zaproponowaną przez Deciego i Ryana (1991)

Analizy statystyczne

Do analizy statystycznej, oprócz statystyk opisowych (średnie, odchylenie standardowe), przy testowaniu hipotez będą wykorzystane analizy korelacyjne oraz metoda modelowania równań strukturalnych z użyciem programu Amos w pakiecie SPSS. O wyborze

tej metody zadecydowało kilka argumentów. Po pierwsze, metoda ta opisuje efekty przyczynowe zarówno bezpośrednie, jak i pośrednie, związki między zmiennymi i wyznacza wyjaśnioną oraz niewyjaśnioną wariancję (Zakrzewska, 2004). Natomiast w przypadku porównania z grupą osób uzależnionych od substancji psychoaktywnych analiza wyników zostanie przeprowadzona w modelu jednoczynnikowej MANOVA-y, gdzie czynnikiem międzygrupowym będzie rodzaj grupy (uzależnienie od Facebooka vs uzależnienie od narkotyków vs grupa kontrolna). Natomiast zmiennymi zależnymi analizowanymi w modelu będą wyniki pochodzące z poszczególnych metod badawczych.

Do analizy danych w celu weryfikacji hipotez od 1 do 4 zostanie wykorzystana metoda modelowania równań strukturalnych w oparciu o metodę asymptotyczną wolną od rozkładu. Ocenę jakości modelu wyznaczono w oparciu o następujące miary: χ^2 , χ^2/df , RMSEA, SRMR, GFI, CFI, IFI. Wynik nieistotny ($p > 0.05$) testu χ^2 jest wskaźnikiem dobrego dopasowania modelu do danych. Również wartość χ^2/df mniejsza niż 2 jest wskaźnikiem dobrego dopasowania modelu do danych. Jednakże dla dużych prób wynik testu χ^2 może być istotny statystycznie przy innych miarach wskazujących na dobre dopasowanie modelu. Indeks RMSEA mniejszy niż 0,06 oraz indeks SRMR mniejszy niż 0,08 są wskaźnikami dobrego dopasowania modelu. Indeksy GFI, CFI, IFI, TLI większe od 0,90 również są wskaźnikami dobrego dopasowania modelu (Byrne, 2010; Kline, 2011). Ponadto w celu analizy mediacji wykorzystano metodę bootstrap (5000 próbek). Do analizy modeli strukturalnych zostanie wykorzystane oprogramowanie AMOS dostępne w pakiecie SPSS24.

Natomiast analiza w celu weryfikacji hipotez od 5 do 9 oparta była na modelu jednoczynnikowej MANOVA-y, w której czynnikiem międzygrupowym była przynależność do analizowanej grupy (grupa przejawiająca symptomy nałogowego korzystania z Facebooka vs osoby uzależnione od narkotyków vs osoby nie przejawiające zachowań nałogowych).

Natomiast zmiennymi zależnymi były poszczególne zmienne mierzone za pomocą wymienionych wcześniej kwestionariuszy. Ponadto w celu spełnienia założeń potrzebnych do przeprowadzenia analizy każda z grup liczyła po 45 osób. Analiza post-hoc została przeprowadzona z wykorzystaniem testu Bonferroniego.

Wyniki

W Tabeli 1. przedstawiono statystyki opisowe mierzonych zmiennych. Średnia uzależnienia od Facebooka dla całej próby wynosiła $M=2,83$, $SD=1,98$.

Tabela 1. Statystyki opisowe rozkładu mierzonych zmiennych

zmienne		Minimum	Maksimum	Średnia	Odchylenie standardowe	uzależnieni		nieuzależnieni	
						Średnia	Odchylenie standardowe	Średnia	Odchylenie standardowe
uzależnienie od Facebooka		1,00	7,00	2,83	1,198	3,37	1,663	2,82	1,180
kompetencja	potrzeb	1	7	4,09	1,772	4,09	1,893	4,09	1,770
autonomia		1	7	4,35	1,785	4,36	1,811	4,34	1,784
afiliacja		1	7	4,59	1,840	4,67	1,846	4,59	1,840
wsparcie w internecie		1,00	5,00	2,71	1,089	3,27	1,122	2,69	1,084
materialne	Wsparcie	3,00	22,00	14,44	2,005	5,38	1,319	14,69	1,313
przynależności		2,00	28,00	14,18	1,987	5,76	1,510	14,41	1,397
porównywanie		2,00	22,00	14,22	2,056	5,36	1,384	14,47	1,419
własnowartość		2,00	24,00	14,61	2,238	4,91	1,240	14,88	1,548
spójność	Funkcjonowanie rodzinne	1,00	5,00	3,60	0,804	3,27	0,892	3,61	0,800
elastyczność		1,00	5,00	3,14	0,711	2,98	0,839	3,14	0,707
niezwiązanie		1,00	5,00	2,41	0,794	2,83	0,831	2,40	0,790
splatanie		1,00	4,86	2,24	0,680	2,27	0,645	2,24	0,682
sztywność		1,00	4,86	2,63	0,643	2,67	0,659	2,62	0,643
chaotyczność		1,00	5,00	2,56	0,726	2,97	0,891	2,55	0,718
komunikacja		1,00	10,00	3,43	0,872	3,00	0,856	3,44	0,869
satysfakcja		1,00	6,00	3,50	0,903	3,13	1,041	3,51	0,897

Tabela 2. Korelacje między zmiennymi dla całej próby.

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1Fbintru	-.106***	-0,021	0,012	.135***	.139***	.086***	.146***	-0,010	-.079***	.346***	-.086***	-.083**	-.078**	.175**	.132**	.186**	
2wspasamoocena		.099***	0,021	-.118***	-.133**	-.063*	-.122***	.085***	0,045	-.094***	.617***	.642***	.622***	-0,046	-0,031	-.057*	
3spojnosc			.677***	-.606***	-.115***	.128***	-.287***	.744***	.637***	0,019	.072**	.093***	.087***	0,031	.087***	.073***	
4elastycznosc				-.399***	.089***	.367***	-.301***	.637***	.554***	0,028	0,043	.048*	0,041	.096***	.105***	.124***	
5niezwiazanie					.306***	.108***	.529***	-.575***	-.603***	.055*	-.081***	-.112***	-.114***	0,035	-0,020	-0,013	
6splatanie						.459***	.293***	-.102***	-.079***	0,038	-0,045	-.078**	-0,047	.122***	0,046	.080***	
7sztywnosc							-0,006	.104***	.085***	0,027	0,003	-0,046	-0,023	.090***	.060*	.078***	
8chaotycznosc								-.295***	-.340***	.066**	-.108***	-.122***	-.127***	0,019	-0,001	0,015	
9komunikcja									.688***	0,020	.071**	.104***	.074**	0,038	.068**	.077**	
10satisfakcja										0,003	0,044	.100***	.076**	.064**	.098***	.116***	
11wspacieInternet												-.096***	-.060*	-.059*	.275***	.250***	.326***
12Wspmaterialne													.608***	.676***	-0,031	-0,025	-0,026
13wspprzynalez														.592***	-0,010	-0,003	-0,009
14wspwartosc															-0,002	-0,009	-0,028
15kompetencja																.711***	.534***
16autonomia																	.547***
17 afiliacja																	

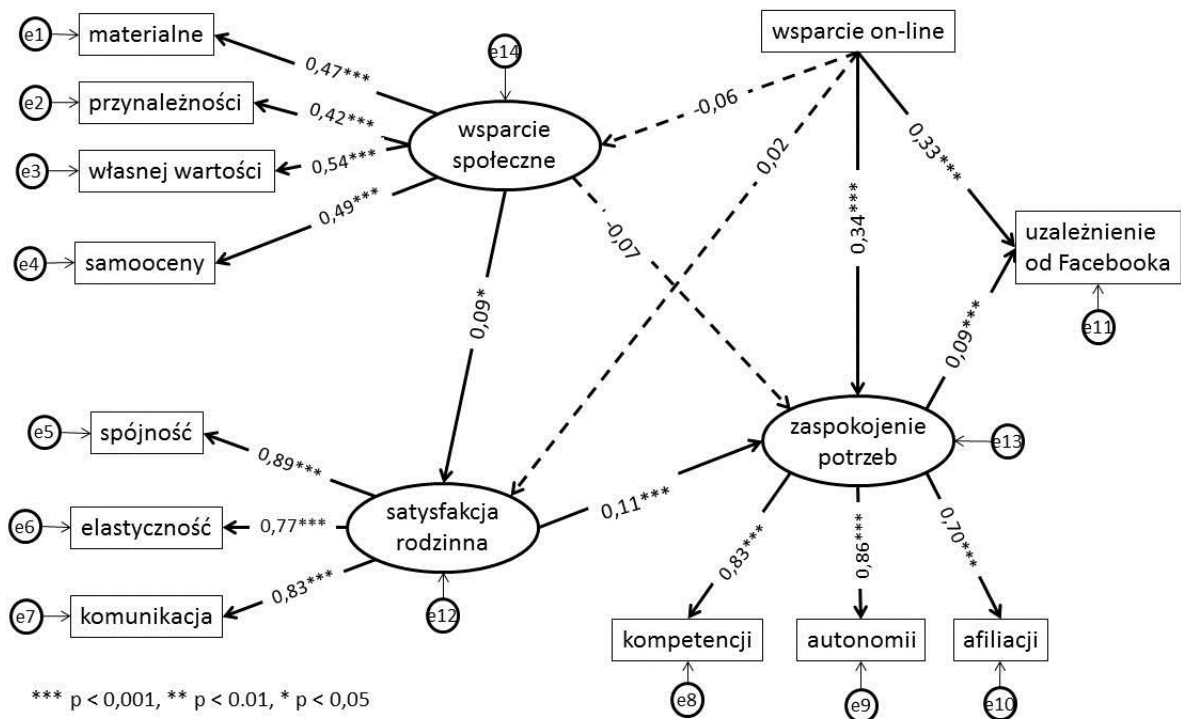
***p<.001, **p<.01, *<.05

Uzależnienie od Facebooka ma ujemny związek z zadowoleniem z życia rodzinnego, z przynależnością polegającą na utożsamianiu się z sytuacją innej osoby, samooceną poprzez porównanie siebie z innymi osobami oraz poczuciem własnej wartości. Ponadto uzależnienie od Facebooka ma dodatni związek z następującymi wymiarami funkcjonowania rodzinnego: niezwiązanie, splątanie, sztywność, chaotyczność, a także z poczuciem wsparcia w Internecie oraz z zaspokojeniem potrzeb – kompetencji, autonomii i afiliacji.

Na podstawie przeprowadzonych obliczeń wykazano brak dopasowania zakładanego modelu: $\chi^2_{(df = 51)} = 383,73$; $p < 0,001$, $\chi^2/df = 7,23$, RMSEA = 0,065, SRMR = 0,084, GFI = 0,939, CFI = 0,763, IFI = 0,767, TLI = 0,695. Biorąc pod uwagę wartości indeksów modyfikacji oraz znaczenie wsparcia on-line w korzystaniu z Facebooka zmodyfikowano model wyjściowy dodając bezpośrednie ścieżki między wsparciem on-line, a satysfakcją z rodziny i zaspokojeniem potrzeb a uzależnieniem od Facebooka oraz wsparciem społecznym. Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano, że zmodyfikowany model posiada akceptowalne wskaźniki dopasowania: $\chi^2_{(df = 48)} = 128,71$; $p < 0,001$, $\chi^2/df = 2,68$, RMSEA = 0,033, SRMR = 0,032, GFI = 0,980, CFI = 0,943, IFI = 0,944, TLI = 0,921 (wykres 2.).

Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano istnienie zależności między wsparciem społecznym a satysfakcją z rodziny ($\beta = 0,09$; $p = 0,043$). Zaobserwowano również statystycznie istotną relację między satysfakcją z rodziny a zaspokojeniem potrzeb ($\beta = 0,11$; $p < 0,001$). Ponadto wsparcie on-line było związane z zaspokojeniem potrzeb ($\beta = 0,34$; $p < 0,001$) oraz uzależnieniem od Facebooka ($\beta = 0,34$; $p < 0,001$). Wykazano również istnienie zależności między zaspokojeniem potrzeb a uzależnieniem od Facebooka ($\beta = 0,09$; $p < 0,001$). Szczegółowe wyniki przedstawiono na wykresie .

Wykres 2 Model zależności między analizowanymi zmiennymi.



Na podstawie przeprowadzonych analizy wykazano istnienie częściowej mediacji między wsparciem on-line a uzależnieniem od Facebooka via zaspokojenie potrzeb. Zanotowano również, że satysfakcja rodzinna w pełni mediuje związek między wsparciem społecznym i zaspokojeniem potrzeb. Szczegółowe wyniki przedstawiono w tabeli 3.

Tabela 3. Wyniki analizy efektów pośrednich z wykorzystaniem metody bootstrap.

Ścieżki	Wartość	Błąd standardowy	95% CI		p
			Poniżej	Powyżej	
wsparcie społeczne – satysfakcja rodzinna – zaspokojenie potrzeb	0,011	0,008	0,001	0,030	0,046
wsparcie on-line – zaspokojenie potrzeb – uzależnienie od Facebooka	0,032	0,006	0,012	0,057	0,002

Na podstawie przeprowadzonych analiz wykazano istnienie statystycznie istotnych różnic pomiędzy grupami w zakresie analizowanych zmiennych ($F_{(34,226)} = 55,78$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,89$). Wykazano istnienie różnicy pomiędzy grupami w zakresie uzależnienia od Facebooka ($F_{(2,131)} = 258,76$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,80$). W oparciu o analizę post-hoc nie wykazano istnienia różnic pomiędzy wszystkimi trzema grupami ($p < 0,001$). Ponadto

zanotowano różnice między grupami w zakresie zaspokojenia potrzeb: kompetencji ($F_{(2,131)} = 3,79$; $p = 0,025$; $\eta^2_p = 0,06$), autonomii ($F_{(2,131)} = 5,30$; $p = 0,006$; $\eta^2_p = 0,08$) i afiliacji ($F_{(2,131)} = 7,07$; $p = 0,001$; $\eta^2_p = 0,10$). W oparciu o analizę post-hoc wykazano istnienia różnic pomiędzy grupą osób nałogowo korzystanie z Facebooka oraz grupą kontrolną w odniesieniu do potrzeby kompetencji ($p = 0,022$), autonomii ($p = 0,007$) oraz afiliacji ($p = 0,003$). Ponadto w przypadku potrzeby afiliacji wykazano również różnicę pomiędzy grupą osób uzależnionych od narkotyków, a grupą kontrolną ($p = 0,007$). Zanotowano również różnice między grupami w zakresie wsparcia on-line ($F_{(2,131)} = 32,92$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,34$). Dokładniej różnica ta była widoczna między osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka oraz osobami nie przejawiającymi zachowań nałogowych ($p < 0,001$), oraz między osobami uzależnionymi od narkotyków oraz osobami nie przejawiającymi zachowań nałogowych ($p < 0,001$). W zakresie wsparcia społecznego wykazano istnienie różnic międzygrupowych w zakresie wsparcia materialnego ($F_{(2,131)} = 578,80$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,90$), przynależności ($F_{(2,131)} = 522,40$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,89$), samooceny ($F_{(2,131)} = 602,81$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,90$) i własnej wartości ($F_{(2,131)} = 817,31$; $p < 0,001$; $\eta^2_p = 0,93$). Na podstawie analiz post hoc wykazano, że we wszystkich wymiarach wsparcia społecznego różnice te występują między osobami uzależnionymi od narkotyków, a osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka ($p < 0,001$), oraz między osobami uzależnionymi od narkotyków, a osobami nie przejawiającymi zachowań nałogowych ($p < 0,001$). W odniesieniu do funkcjonowania rodziny wykazano istnienie różnic międzygrupowych w zakresie: niezwiązania ($F_{(2,131)} = 5,22$; $p = 0,007$; $\eta^2_p = 0,08$), splątania ($F_{(2,131)} = 3,45$; $p = 0,035$; $\eta^2_p = 0,05$) oraz chaotyczności ($F_{(2,131)} = 3,80$; $p = 0,025$; $\eta^2_p = 0,06$). W szczególności wykazano istnienie różnicy pomiędzy osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka oraz osobami nie przejawiającymi zachowań nałogowych ($p = 0,014$), oraz między osobami uzależnionymi od narkotyków oraz osobami nie przejawiającymi zachowań nałogowych ($p = 0,023$) w zakresie niezwiązania. W przypadku

splątania jedynie zaobserwowano różnice pomiędzy osobami nałogowo korzystającymi z Facebooka oraz osobami nie przejawiającymi zachowań nałogowych ($p = 0,038$). Natomiast w odniesieniu do chaotyczności wykazano różnice między osobami uzależnionymi od narkotyków, a osobami nie przejawiającymi zachowań nałogowych ($p = 0,021$). Pozostałe porównania były nieistotne statystycznie. Szczegółowe wyniki przedstawiono w tabeli 4.

Tabela 4. Różnice pomiędzy analizowanymi grupami w zakresie analizowanych zmiennych.

zmienne		Problematiczne korzystanie z Facebooka [1]		Uzależnienie od narkotyków [2]		Grupa kontrolna [3]		F	p	η_p^2
		M	SD	M	SD	M	SD			
uzależnienie od Facebooka		5,97	0,49	3,37	1,66	1,00	0,00	258,76	0,001	0,80
kompetencja	potrze	4,57	1,82	4,09	1,89	3,36	2,38	3,79	0,025	0,06
autonomia		4,67	1,73	4,36	1,81	3,32	2,44	5,30	0,006	0,08
afiliacja		4,81	2,29	4,67	1,85	3,23	2,37	7,07	0,001	0,10
wsparcie w Internecie		3,21	1,25	3,27	1,12	1,57	0,95	32,94	0,001	0,34
materialne	Wsparcie	14,64	1,69	5,38	1,32	14,86	1,47	578,80	0,001	0,90
przynależności		14,14	1,20	5,76	1,51	14,36	1,54	522,40	0,001	0,89
porównywanie		14,26	1,38	5,36	1,38	14,41	1,45	602,81	0,001	0,90
własnowartość		14,69	1,30	4,91	1,24	15,00	1,46	817,31	0,001	0,93
spójność	Funkcjonowanie	3,33	0,89	3,27	0,89	3,48	0,80	0,70	0,498	0,01
elastyczność		3,05	0,80	2,98	0,84	3,03	0,72	0,09	0,917	0,00
niezwiazanie		2,87	0,94	2,83	0,83	2,31	0,91	5,22	0,007	0,08
splątanie		2,55	0,81	2,27	0,65	2,17	0,66	3,45	0,035	0,05
szywność		2,73	0,73	2,67	0,66	2,68	0,69	0,09	0,910	0,00
chaotyczność		2,76	0,76	2,97	0,89	2,50	0,75	3,80	0,025	0,06
komunikacja		3,35	1,04	3,00	0,86	3,34	0,93	2,03	0,135	0,03
satysfakcja		3,08	1,06	3,13	1,04	3,52	1,02	2,35	0,099	0,04

Dyskusja

Głównym celem projektu było poszerzenie obecnego stanu wiedzy w zakresie uzależnień behawioralnych w szczególności w zakresie uzależnienia od portali społecznościowych. Z powodu największej liczby użytkowników skupiono się przede wszystkim na problematycznym korzystaniu z Facebooka. Na podstawie przeglądu literatury

można zauważyć, iż brakuje badań skupiających się na funkcjonowaniu społecznym osób będących w grupie ryzyka uzależnieniem od Facebooka. Dlatego w badaniu postawiono nacisk na analizę powiązań między funkcjonowaniem społecznym a wielkością uzależnienia od Facebooka. W niniejszym projekcie wybraliśmy trzy aspekty związane z funkcjonowaniem społecznym (wsparcie społeczne, postrzegane wsparcie online, spójność i elastyczność relacji rodzinnych oraz komunikacja rodzinna, a także satysfakcja z rodziny). Badanie pozwoliło na określenie zależności pomiędzy strukturą relacji rodzinnych i jej poszczególnych wymiarów a uzależnieniem od Facebooka.

Zakładano, że uzależnienie od Facebooka jest związane z jakością relacji rodzinnych, a mianowicie niezrównoważeniem relacji rodzinnych w aspekcie ich spójności, z niezrównoważeniem relacji rodzinnych w aspekcie ich elastyczności, z niską jakością komunikacji rodzinnej oraz z niską satysfakcją z rodziny. Postawione hipotezy zostały potwierdzone. Wykazano, że uzależnienie od Facebooka wiąże się z słabym funkcjonowaniem rodzinnym, a także z niską satysfakcją rodzinną. Warto odnieść się tu do wcześniejszych badań sugerujących związek słabego funkcjonowania rodzinnego, np. poczucie braku miłości ze strony rodziców (Huang i in., 2009), czy niską satysfakcją z życia rodzinnego (Ko i in., 2009) z uzależnieniem od Internetu. Można to tłumaczyć w ten sposób, że osoby, którym środowisko rodzinne nie zapewnia zaspokojenia podstawowych potrzeb emocjonalnych, tak ważnych w procesie ich rozwoju oraz kształtowania się ich osobowości, będą poszukiwać środowisk i relacji, w ramach których potrzeby te – w odczuciu tych osób – mogą zostać zaspokojone. Wiele osób postrzega Internet jako łatwo dostępną alternatywę. Wiążą oni z Internetem liczne nadzieje i w coraz większym stopniu korzystają z mediów społecznościowych, co w konsekwencji często prowadzi do problematycznego korzystania z Facebooka. Można się tu powołać na wcześniejsze badania, które wykazały, że intensywne

korzystanie z Facebooka jest głównym determinantem uzależnienia od niego (Błachnio, Przepiórka, Hawi, 2016).

Oczekiwano także, że uzależnienie od Facebooka jest związane z niskim wsparciem społecznym, a także, że uzależnienie od Facebooka jest związane z wielkością postrzeganego wsparcia społecznego w Internecie. Tak jak się spodziewano osoby, które nie mają wsparcia w rodzinie i przyjaciółach w życiu realnym, ale uzyskują go wśród znajomych w Internecie częściej korzystają z Facebooka w sposób problemowy. Można tu przywołać wyniki wcześniejszych badań sugerujące związek między uzależnieniem od mediów społecznościowych a niskim poziomem satysfakcji z relacji interpersonalnych (Peter i in. 2012). Ale satysfakcjonujące relacje w sieci i uzyskiwanie tam wsparcia także wiążą się z częstością korzystania z Facebooka (Tang i in., 2016; Liu i Yu, 2013). Można więc przypuszczać, że osoby, które mają poczucie braku wsparcia w realnych relacjach, szukają tego wsparcia w sieci.

Oczekiwano ponadto, że powyższe zależności są mediowane przez stopień zaspokojenia potrzeb: afiliacji, autonomii i kompetencji. W im większym stopniu relacje z członkami rodziny oraz wsparcie uzyskiwane w środowisku pozwalają jednostce na zaspokojenie jej potrzeb, tym słabszy będzie wpływ środowiska, sprzyjający uzależnieniu od Facebooka. W im większym stopniu potrzeby jednostki są zaspokajane poprzez jej aktywność na Facebooku, tym bardziej osoba nadmiernie korzysta z Facebooka. Można więc przypuszczać, że jeśli osoba ma wsparcie społeczne i zaspokajane potrzeby afiliacji, autonomii i kompetencji w realnym środowisku mniej są narażone na nadmierne korzystanie z Facebooka. Natomiast jeśli brak tego wsparcia, osoba szuka substytutu zaspokojenia tych potrzeb w świecie wirtualnym.

Jeśli chodzi o porównanie grup osób uzależnionych od Facebooka i narkotyków, oczekiwano, że osoby uzależnione od narkotyków oraz osoby uzależnione od Facebooka będą postrzegały niższe wsparcie społeczne niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych. A także, osoby uzależnione od narkotyków oraz osoby uzależnione od Facebooka będą postrzegały wyższe wsparcie społeczne w Internecie niż osoby nie przejawiające zachowań nałogowych. Wykazano różnice między grupami w zakresie zaspokajania potrzeb kompetencji, autonomii i afiliacji, w zakresie wsparcia online, w zakresie wsparcia społecznego (materialnego, przynależności, samooceny i własnej wartości oraz w zakresie funkcjonowania rodziny (niezwiązania, splątania i chaotyczności). Osoby uzależnione od narkotyków i Facebooka oceniają poziom funkcjonowania rodzinnego jako niższy niż osoby nieuzależnione. Wyniki pokazują, że wymiarów funkcjonowania rodzinnego osoby uzależnione od narkotyków nie różnią się od osób nałogowo korzystających z Facebooka, natomiast jako zdecydowanie niższe postrzegają wsparcie społeczne niż pozostałe grupy. Zatem funkcjonowanie rodzinne osób uzależnionych od narkotyków i Facebooka jest podobne, natomiast to co ich różni to spostrzeganie wsparcia społecznego. Wobec podobnie funkcjonującego systemu rodzinnego to wsparcie społeczne może być czynnikiem, które różnicuje te grupy. Wydaje się, że jest to ciekawy aspekt do dalszych eksploracji.

Posumowanie

W zaprezentowanym badaniu skupiono się na analizie powiązań między funkcjonowaniem społecznym a wielkością uzależnienia od Facebooka. Wybrano trzy aspekty związane z funkcjonowaniem społecznym (wsparcie społeczne, postrzegane wsparcie online, spójność i elastyczność relacji rodzinnych oraz komunikacja rodzinna, a także satysfakcja z rodziny). Pokazano zależności pomiędzy właściwościami relacji rodzinnych, uwzględniając jej najważniejsze wymiary, a uzależnieniem od Facebooka. Przedstawione

wyniki stanowią wkład do wiedzy na temat psychologicznych aspektów uzależnienia od nowych mediów. Aspekt funkcjonowania rodzinnego i poczucia otrzymywanego wsparcia wydaje się ważnym i ciekawym kierunkiem w badaniach nad tym zjawiskiem. Niewątpliwie uzyskane wyniki będą pomocne w przygotowywaniu programów profilaktycznych, a także w pracy terapeutycznej. Są też wskazówką dla przyszłych badań naukowych, które powinny być kontynuowane w tym aspekcie.

Bibliografia

- Andreassen, C. S., Pallesen, S. (2014). Social network site addiction – An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053–4061.
- Atroszko, P. A., Balcerowska, J. M., Bereznowski, P., Biernatowska, A., Pallesen, S., & Andreassen, C. S. (2018). Facebook addiction among Polish undergraduate students: validity of measurement and relationship with personality and well-being. *Computers in Human Behavior*, 85, 329-338.
- Balsamo, M., Carlucci, L., Sergi, M. R., Murdock, K. K., Saggino, A. (2015). The mediating role of early maladaptive schemas in the relation between co-rumination and depression in young adults. *PLoS one*, 10(10), e0140177
- Bergman, S. M., Ferrington, M. E., Davenport, S. W., Bergman, J. Z. (2011). Millennials, narcissism, and social networking: What narcissists do on social networking sites and why. *Personality and Individual Differences*, 50(5), 706-711.
- Biegasiewicz, M. (2010). Poczucie alienacji a wsparcie społeczne u nieletnich. *Studia Psychologica*, 10, 125-152.
- Błachnio, A., Przepiorka, A. (2016). Personality and positive orientation in Internet and Facebook addiction. An empirical report from Poland. *Computers in Human Behavior*, 59, 230-236.
- Błachnio, A., Przepiorka, A., & Pantic, I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior*, 55, 701-705.
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Bałakier, E., & Boruch, W. (2016). Who discloses the most on Facebook? *Computers in Human Behavior*, 55, 664–667. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.007>
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Benvenuti, M., Cannata, D., Ciobanu, A. M., Senol-Durak, E., ... Ben-Ezra, M. (2016a). An international perspective on Facebook intrusion. *Psychiatry Research*, 242, 385–7. <http://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.06.015>
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Benvenuti, M., Cannata, D., Ciobanu, A. M., Senol-Durak, E., ... Ben-Ezra, M. (2016b). Cultural and Personality Predictors of Facebook Intrusion: A Cross-Cultural Study. *Frontiers in Psychology*, 7(February 2004), 1895. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01895>
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Boruch, W., & Bałakier, E. (2016). Self-presentation styles, privacy, and loneliness as predictors of Facebook use in young people. *Personality and Individual Differences*, 94, 26–31. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.051>
- Błachnio, A., Przepiorka, A. & Díaz-Morales, J., F. (2015). Facebook Use and Chronotype: Results of a Cross-Sectional Study. *Chronobiology International*, 1-5.

- Błachnio, A., Przepiórka, A. & Rudnicka, P. (2013). Psychological Determinants of Using Facebook: A Research Review, *International Journal of Human-Computer Interaction*, 29(11), 775-787.
- Błachnio, A., Przepiórka, A. (2017). Adaptacja Wielowymiarowej Skali postrzeganego wsparcia Społecznego. Niepublikowana metoda.
- Błachnio, A., Przepiórka, A., (2015). Dysfunction of Self-Regulation and Self-Control in Facebook Addiction. *Psychiatric Quarterly*.
- Błachnio, A., Przepiórka, A., Boruch, W., Bałakier, E., (2016). Styles of Self-Presentation, Privacy, and Loneliness as Predictors of Facebook Use in Young Users, *Personality and Individual Differences*, 94, 26-31.
- Błachnio, A., Przepiórka, A., Rowiński, T. (2015). Dysfunkcjonalne korzystanie z internetu – przegląd badań 1995–2011. *Psychologia Społeczna*. 9 4 (31) 378–395.
- Błachnio, A., Przepiórka, A., Rudnicka, P. (2016). Narcissism and Self-Esteem as Predictors of Dimensions of Facebook Use. *Personality and Individual Differences*, 90, 296-301.
- Bokhorst, C. L., Sumter, S. R., & Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive? *Social Development*, 19, 417–426.
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook Addiction Disorder (FAD) among German students—A longitudinal approach. *PloS one*, 12(12), e0189719.
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C. (2014). Prefrontal control and Internet addiction: A theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings. *Frontiers In Human Neuroscience*, 8
- Brand, M., Young, K., Laier, C., Wolfling, K., Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 71, 252–266.
- Brandtzæg, P. B., & Heim, J. (2009). Why people use social networking sites. In: A. A. Ozok and P. Zaphiris (Eds.), *Online communities*, LNCS 5621, (pp. 143-152). Berlin Heidelberg: Springer-Verlag.
- Burke, M., Kraut, R., & Marlow, C. (2011). Social capital on Facebook: Differentiating uses and users. W: *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems* (s. 571-580). ACM.
- Burke, M., Marlow, C., Lento, T. (2010). Social network activity and social well-being. *Postgraduate Medical Journal*, 85, 455–459.
- CBOS (2015). Raport “Internauci 2015”.
- Chopik, W. J. (2016). The Benefits of Social Technology Use Among Older Adults Are Mediated by Reduced Loneliness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(9), 551–556. <http://doi.org/10.1089/cyber.2016.0151>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychomatic Medicine*, 38, 300–314.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation*, Vol. 38, Perspectives on motivation (pp. 237-288). Lincoln: University of Nebraska Press.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Diener, E., Suh, E., M., Lucas, R., E., and Smith, H., L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, Vol. 125, No. 2, 276-302.
- Diener, E., Suh, E., Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian journal of clinical psychology*, 24, 25-41.

- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook 'friends': Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal Of Computer-Mediated Communication, 12*(4), 1143-1168.
- Elphinston, R., Noller, P. (2011). Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking, 14*(11), 631–5. doi:10.1089/cyber.2010.0318
- Frisch, M. B. (2000). Improving mental and physical health care through quality of life therapy and assessment. In E. Diener, & D. R. Rahtz (Eds.), *Advances in quality of life theory and research* (pp. 207-241). Great Britain: Kluwer Academic Publishers.
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). The impact of daily stress on adolescents' depressed mood: The role of social support seeking through Facebook. *Computers in Human Behavior, 44*, 315–325. doi:10.1016/j.chb.2014.11.070
- Frison, E., & Eggermont, S. (2016). Exploring the relationships between different types of Facebook use, perceived online social support, and adolescents' depressed mood. *Social Science Computer Review, 34*(2), 153-171. doi:10.1177/0894439314567449
- Hawthorne, G., & Griffith, P. (2000). The Friendship Scale: Development and properties. Centre for Health Program Evaluation Melbourne.
- Huang, R. L., Lu, Z., Liu, J. J., You, Y. M., Pan, Z. Q., Wei, Z., et al. (2009). Features and predictors of problematic internet use in Chinese college students. *Behaviour and Information Technology, 28*(5), 485–490.
- Joronen, K., & Astedt-Kurki, P. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well-being. *International Journal of Nursing Practice, 11* (3), 125-133.
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The public opinion quarterly, 37*(4), 509-523.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Liu, S. C., Huang, C. F., & Yen, C. F. (2009). The associations between aggressive behaviors and Internet addiction and online activities in adolescents. *Journal of Adolescent Health, 44*(6), 598–605.
- Krasnova, H., Wenninger, H., Widjaja, T., Buxmann, P. (2013) "Envy on Facebook: A Hidden Threat to Users' Life Satisfaction?", 11th International Conference on Wirtschaftsinformatik (WI 2013), Leipzig, Germany.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues, 58*(1), 49-74.
- Lachowska B. (2008). Rodzina jako system społeczny w ujęciu Modelu Kołowego Systemów Małżeńskiego i Rodzinnego opracowanego przez D.H. Olsona i współpracowników oraz narzędzia pomiaru. *Roczniki Teologiczne, Zeszyt Instytutu Nauk o Rodzinie, Tom LV, zeszyt 10*, 189-206.
- Lachowska, B. (2016). Conflict styles and outcomes in parent-adolescent relationship and adolescent family satisfaction. *Polish Journal of Applied Psychology, 14*(1), 85-98.
- Liddy, C., Hunter, Z., Mihan, A., & Keely, E. (2017). Use of Facebook as part of a social media strategy for patient engagement. *Canadian Family Physician, 63*(3), 251–252.
- Lin, C. H., Lin, S. L., & Wu, C. P. (2009). The effects of parental monitoring and leisure boredom on adolescents' Internet addiction. *Adolescence, 44*(176), 993–1004.
- Liu, C. Y., & Kuo, F. Y. (2007). A study of Internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *CyberPsychology and Behavior, 10*(6), 799–804.
- Liu, C., & Yu, C. (2013). Can facebook use induce well-being? *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking, 16*, 674–678. doi:10.1089/cyber.2012.0301
- Margasiński, A. (2009). Skale Oceny Rodziny. Polska adaptacja FACES IV Davida Olsona. Podręcznik. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Matczak A. (2001), Kwestionariusz kompetencji społecznych, Pracowania Testów Psychologicznych PTP, Warszawa.

- McKnight, C. G., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2002). Relationships among stressful life events, temperament, problem behavior, and global life satisfaction in adolescents. *Psychology in the Schools*, 39, 677- 687.
- Mupinga E.E., Garrison M.E.B., Pierce S.H. (2002). *An Exploratory Study of the Relationships Between Family Functioning and Parenting Styles: The Perceptions of Mothers of Young Grade School Children*, „Family and Consumer Sciences Research Journal” Vol. 31, No. 1, s. 112–129.
- Murberg, T. A., & Bru, E. (2004). Social support, negative life events and emotional problems among Norwegian adolescents. *School Psychology International*, 25, 387–403. doi:10.1177/0143034304048775
- Nadkarni, A., & Hofmann, S. G. (2012). Why do people use Facebook?. *Personality and individual differences*, 52(3), 243-249.
- Oh, H. J., Ozkaya, E., & LaRose, R. (2014). How does online social networking enhance life satisfaction? The relationships among online supportive interaction, affect, perceived social support, sense of community, and life satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 30, 69–78.
- Olson, D. H., Gorall, D.M. (2003). Circumplex Model of Marital and Family Systems, in: F. Walsh (Ed.). *Normal Family Process* (3rd Ed.). New York: Guildford, p. 514-547
- Olson, D. H., Sprenkle, D. H., Russell, C. (1979). Circumplex Model of Marital and Family Systems: Cohesion and Adaptability Dimensions, Family Types, and Clinical Applications. *Family Process*, 18, 3-28.
- Olson, D., Russell, C, Sprenkle, D. (1989). Circumplex model: Systemic assessment and treatment o f families. New York: Haworth Press.
- Orr, E. S., Sisic, M., Ross, C., Simmering, M. G., Arseneault, J. M., Orr, R. R. (2009). The influence of shyness on the use of Facebook in an undergraduate sample. *CyberPsychology & Behavior*, 12(3), 337-340.
- Özdemir, Y., Kuzucu, Y., & Ak, Ş. (2014). Depression, loneliness and Internet addiction: How important is low self-control? *Computers in Human Behavior*, 34, 284–290. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.009>
- Pawłowska, B., & Dziurzyńska, E. (2012). Relacje w rodzinie a uzależnienie od gier komputerowych u młodzieży Family relationships versus computer games addiction in adolescents. *Curr Probl Psychiatry*, 13(3), 196–208.
- Petrocchi, N., Asnaani, A., Martinez, A. P., Nadkarni, A., & Hofmann, S. G. (2015). Differences Between People Who Use Only Facebook and Those Who Use Facebook Plus Twitter. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 31(2), 157–165. <http://doi.org/10.1080/10447318.2014.986640>
- Pew Research Center (2014). Internet user demographics. Retrieved July 14, 2015, from <http://www.pewinternet.org/data-trend/teens/internet-user-demographics/>
- Pezoa-Jares, R. E., Espinoza-Luna, I. L., & Vasquez-Medina, J. A. (2012). Internet addiction: A review. *J Addict Res Ther*, 6, 004.
- Porter, K., Mitchell, J., Grace, M., Shinosky, S., & Gordon, V. (2012). A study of the effects of social media use and addiction on relationship satisfaction. *Meta-communicate*, 2(1).
- Qiu, L., Lin, H., Leung, A. K., & Tov, W. (2012). Putting their best foot forward: Emotional disclosure on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(10), 569-572.
- Rosseel, Y. (2012). lavaan: An R Package for Structural Equation. *Journal of Statistical Software*, 48(2).
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2010). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in

- early adolescence: Comparisons across gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 47–61.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Seidman, G. (2012). Self-presentation and belonging on Facebook: How personality influences social media use and motivations. *Personality and Individual Differences*, 54, 402–407.
- Sendyk, M. (2011). Osamotnienie jako konsekwencja zaburzeń więzi emocjonalnych w rodzinie. *Wychowanie w Rodzinie*, 4, 139-150.
- Sheldon K. M. i Elliot A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: the self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 76, No. 3, 482-497.
- Sheldon, K. M., Ryan, R., & Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and social psychology bulletin*, 22(12), 1270-1279.
- Song, H., Zmyslinski-Seelig, A., Kim, J., Drent, A., Victor, A., Omori, K., & Allen, M. (2014). Does Facebook make you lonely?: A meta analysis. *Computers in Human Behavior*, 36, 446–452. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2014.04.011>
- Tang, J. H., Chen, M. C., Yang, C. Y., Chung, T. Y., & Lee, Y. A. (2016). Personality traits, interpersonal relationships, online social support, and Facebook addiction. *Telematics and Informatics*, 33(1), 102-108.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huebner, E. S., & Drane, J. W. (2001). Relationship between life satisfaction and violent behaviors among adolescents. *American Journal of Health Behavior*, 25(4), 353-366.
- Wang, H., Zhou, X., Lu, C., Wu, J., Deng, X., & Hong, L. (2011). Problematic internet use in high school students in Guangdong province, China. *PloS One*, 6(5), e19660.
- Wegmann, E., & Brand, M. (2016). Internet-Communication Disorder: It's a Matter of Social Aspects, Coping, and Internet-Use Expectancies. *Frontiers in Psychology*, 7(November), 1–13. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01747>
- Weiss, R. S. (1973). Loneliness: The experience of emotional and social isolation.
- Werner, P. D., Green, R., Greenberg, J., Browne, T. L., McKenna, T. E. (2001). Beyond Enmeshment: Evidence for Independence of Intrusiveness and Closeness-caregiving in Married Couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27, 459-471
- Yellowlees, P. M., Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction?. *Computers In Human Behavior*, 23(3), 1447-1453.
- Zakrzewska, M. (2004). Konfirmacyjna analiza czynnikowa w ujęciu pakietu statystycznego LISREL 8.51 (2001) Karla G. Joreskoga i Daga Sorboma. W: Brzeziński, J. (red.), *Metodologia badań psychologicznych. Wybór tekstów* (s. 479–505). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Zarzycka, D., Bożena Śpila, B., Wrońska, I., Makara-Studzińska, M. (2010). Analiza walidacyjna wybranych aspektów Skali Oceny Wsparcia Społecznego — Interpersonal Support Evaluation List — 40 v. General Population (ISEL-40 v. GP). *Psychiatria*, 7, 3, 83–94
- Zhang, X., Chen, F., Wu, Y., Yuan, C., & Wang, Y. (2015). Examining relations between locus of control, loneliness, subjective well-being, and preference for online social interaction. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 23(1), 147–49.
- Zullig, K.J., Valois, R.F., Huebner, E.S., et al. (2001). Relationship between perceived life satisfaction and adolescents' substance abuse. *Journal of Adolescent Health* 29, 279-288.

Zwoliński, M. (2000). Systemowe zasoby rodziny a poczucie koherencji u dorosłego dziecka.
Przełąd psychologiczny, 43(2).