

Ovisnost adolescenata o internetu i društvenim mrežama

Čusak, Dorotea

Master's thesis / Diplomski rad

2022

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Dental Medicine and Health Osijek / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Fakultet za dentalnu medicinu i zdravstvo Osijek**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:243:264750>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-12-30**

Repository / Repozitorij:

[Faculty of Dental Medicine and Health Osijek
Repository](#)



**SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U
OSIJEKU
FAKULTET ZA DENTALNU MEDICINU I ZDRAVSTVO
OSIJEK
Diplomski sveučilišni studij Sestrinstvo**

Dorotea Čusak

**OVISNOST ADOLESCENATA O
INTERNETU I DRUŠTVENIM
MREŽAMA**

Diplomski rad

Sveta Nedelja, 2022.

**SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU
FAKULTET ZA DENTALNU MEDICINU I ZDRAVSTVO
OSIJEK**

Diplomski sveučilišni studij Sestrinstvo

Dorotea Čusak

**OVISNOST ADOLESCENATA O
INTERNETU I DRUŠTVENIM
MREŽAMA**

Diplomski rad

Sveta Nedelja, 2022.

ZAHVALA

Zahvaljujem mentoru Prof.prim.dr.sc.Igoru Filipčiču dr.med kao i koordinatorici studija mag.med.techn. Kristini Bosak na pomoći, strpljenju i podršci pri izradi ovog diplomskog rada.

Zahvaljujem se kolegama i kolegicama s fakulteta koji su obilježili moje studentske dane i koji su studiranje učinili zabavnijim.

Najveće hvala mojim roditeljima i užoj obitelji koja je uvijek vjerovala u mene i poticala me da završim ovaj studij.

Dorotea

Rad je ostvaren na Fakultetu za dentalnu medicinu i zdravstvo, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, dislocirani diplomski sveučilišni studij Sestrinstvo, Sveta Nedelja

Mentor rada: Prof.prim.dr.sc. Igor Filipčić dr.med

Rad sadrži: 35 lista i 17 tablica.

Znanstveno područje: Biomedicina i zdravstvo

Znanstveno polje: Kliničke medicinske znanosti

Znanstvena grana: Sestrinstvo

SADRŽAJ

| | |
|---|----|
| 1. UVOD..... | 1 |
| 1.1. Ovisnost o internetu | 2 |
| 1.1.1. Ovisnost o društvenim mrežama..... | 2 |
| 1.1.2. Ovisnost o video igrama | 3 |
| 1.2. Simptomi..... | 4 |
| 1.3. Dijagnostika ovisnosti o internetu | 4 |
| 1.4. Liječenje..... | 5 |
| 1.5. Nasilje putem interneta | 6 |
| 1.6. Prevencija ovisnosti o internetu | 7 |
| 2. CILJ ISTRAŽIVANJA | 8 |
| 3. MATERIJAL I METODE | 9 |
| 3.1. Ustroj studije..... | 9 |
| 3.2. Ispitanici..... | 9 |
| 3.3. Metode | 9 |
| 3.4. Statističke metode | 9 |
| 4. REZULTATI..... | 11 |
| 4.1. Sociodemografski podaci..... | 11 |
| 4.2. Učestalost i razlozi korištenja interneta, video igrica i društvenih mreža | 12 |
| 4.3. Dobiveni podaci na temu ovisnost adolescenata o internetu i društvenim mrežama | 19 |
| 5. RASPRAVA | 22 |
| 6. ZAKLJUČAK..... | 25 |
| 7. SAŽETAK | 26 |
| 8. SUMMARY | 27 |
| 9. LITERATURA | 28 |
| 10. ŽIVOTOPIS..... | 30 |

1. UVOD

U današnje doba svakodnevno koristimo internet i teško je zamisliti život bez njega. Tehnologija svake godine sve brže i brže napreduje te je svakim danom koristi sve veći broj ljudi (1). U svijetu internet koristi oko četiri milijarde ljudi, od kojih minimalno tri milijarde ljudi aktivno koriste jednu ili više društvenih mreža (2). U Europi internet koristi 73,5% stanovništva, dok u Hrvatskoj internet koristi čak 75% stanovništva. Na jednoj od najpoznatijih društvenih mreža Facebook u Hrvatskoj ima otvoren profil čak 1 800 000 ljudi. Velik broj ljudi u Hrvatskoj, ali i u svijetu koristi internet što stvara jako dobru podlogu hrvatskim i stranim proizvođačima za oglašavanje putem interneta (3). Adolescenti su internetom okruženi od rođenja, svakodnevno se njime koriste, a sada je pitanje ima li on više pozitivan utjecaj ili negativan. Iako internet ima mnogo pozitivnih strana te nam na neki način olakšava način života, adolescenti su prekomjernim korištenjem interneta često okruženi negativnim utjecajem. Tada je potrebno procijeniti u kojoj mjeri je korištenje interneta korisno, a kada ono počinje prelaziti u ovisnost (1). Internet se danas koristi u školama, na fakultetima, na poslu te ga je gotovo nemoguće izbjeći. U nekim školama bilježnice su zamijenili tableti, a neki profesori toleriraju ili ignoriraju korištenje mobitela i interneta na satu. Veliki broj škola tijekom COVIDa-19 bio je primoran održavati i pratiti nastavu na daljinu. Samim time vrlo je teško ograničiti vrijeme koje adolescenti provode na internetu (4). Smatra se da je osoba ovisna o internetu kada ne može kontrolirati vrijeme provedeno na internetu što se negativno odražava na svakodnevno funkcioniranje osobe. Osoba ovisna o internetu zanemaruje svoje svakodnevne obaveze. Ako osoba pokuša smanjiti vrijeme provedeno na internetu ili ga u potpunosti prekinuti, dolazi do razdražljivosti i negativnog raspoloženja (5). Danas osobe mlađe životne dobi nisu ni svjesne ovisnosti o internetu, oni putem društvenih mreža mogu komunicirati s prijateljima, dijeliti slike, upoznati nove ljude te samim time često zanemaruju fizičku interakciju sa svojim prijateljima. Rijetko koji adolescent nema profil na nijednoj društvenoj mreži. Korištenjem interneta adolescenti su izloženi mnogim rizicima. Zbog objava na društvenim mrežama mogu biti ismijani te primiti uvredljive poruke vršnjaka. Time dolazi do pada samopouzdanja i adolescenti su skloniji drugim ovisnostima što dovodi do narušene kvalitete života. Nažalost sve češće dolazi do samoozljeđivanja, pokušaja ubojstva ili počinjenog samoubojstva. Internet sam po sebi ne mora nužno dovesti do samoubojstva, ali dokazano je kako je kod žrtava internetskog nasilja utvrđena dvostruko veća stopa vjerojatnosti pokušaja samoubojstva. Jedan od rizika je i narušavanje privatnosti. Svaki adolescent, kao i

svi, ima pravo na privatnost te je ona jedna od osnovnih ljudskih prava, stoga je vrlo važno znati kako internet može imati negativan utjecaj na mlade (6).

U ovom radu prikazano je u kojoj mjeri adolescenti koriste internet te kako on na njih utječe. U radu je opisana ovisnost o internetu, simptomi, dijagnostika i liječenje o internetu. U drugome dijelu provedeno je istraživanje te su prikazani rezultati i analize ovisnosti o internetu kod adolescenata u srednjoj školi.

1.1. Ovisnost o internetu

Definicija ovisnosti o internetu podrazumijeva nemogućnost kontroliranja vremena provedenog na internetu i nemogućnost prestanka korištenja istog. Ova vrsta ovisnosti može se usporediti i s drugim ovisnostima. Sve vrste ovisnosti uključuju apstinencijski sindrom, toleranciju i nemogućnost kontrole (7). Prekomjerno korištenje interneta uključuje upotrebu interneta više od dva sata i trideset minuta dnevno dok ovisnost o internetu uključuje upotrebu interneta više od četiri sata na dan. Ovisnost o internetu pripada bihevioralnim ovisnostima odnosno ovisnostima čije je središte ponašanje osobe. Ovisnost o internetu sa sobom donosi i druge probleme, a jedan od najzabrinjavajućijih je zanemarivanje svakodnevnih obaveza (8). Neke vrste ovisnosti uključuju ovisnost o društvenim mrežama, ovisnost o video igrama, ovisnost o online kupovini, ovisnost o online kockanju, ovisnost o pornografskim stranicama, ovisnost o informativnim sadržajima i mnoge druge. Ovisnost o video igrama i ovisnost o društvenim mrežama jedne su od najčešćih ovisnosti kod adolescenata.

1.1.1. Ovisnost o društvenim mrežama

Razvijanje društvenih mreža počelo je početkom 21. stoljeća. Društvene mreže su danas sve popularnije i koristi ih velik broj adolescenata. Neke od najpopularnijih društvenih mreža su: Facebook, Instagram, Youtube, Tik Tok, Snapchat, Pinterest i mnoge druge. Društvene mreže uključuju online dopisivanje i objavljivanje sadržaja, slika i videa (7). Prva društvena mreža SixDegrees.com postoji još od 1997. godine, a svrha ove društvene mreže bila je olakšati komunikaciju među ljudima. Vrlo brzo je ugašena jer tehnologija tada nije bila dostupna kao danas. Razvojem moderne tehnologije počele su se razvijati i druge društvene mreže. Mark Zuckerberg 2004. godine osnovao je društvenu mrežu pod nazivom Facebook te ona tada postaje ujedno i najpopularnija društvena mreža, a najpopularnija je i dan danas. Iako adolescenti na Facebooku danas upoznaju nove ljude i sklapaju nova prijateljstva, ona je

prvotno bila namijenjena povezivanju ljudi koji se poznaju u stvarnom životu. Ova mreža nudi nam najveći broj sadržaja poput komuniciranja s prijateljima, objavljivanje slika, videa i statusa, dijeljenje sadržaja i igranje igrica. Ova mreža je besplatna, a zarađuje putem oglašavanja. Ubrzo nakon osnivanja Facebooka, osnovana je društvena mreža Twitter. Cilj ove društvene mreže je informiranje, a obilježavaju je kratke poruke s najvećim brojem znakova sto i četrdeset. Jedno vrijeme Facebook je bio najpopularnija društvena mreža za objavljivanje slika i videa, no danas je tu ulogu preuzeo Instagram koji je osnovan 2010. godine. Ovom društvenom mrežom najviše se koriste osobe mlađe životne dobi dok se osobe starije životne dobi i dalje zadržavaju na Facebooku. Jedna od popularnijih mreža koju adolescenti koriste je i Youtube. Ova društvena mreža osnovana je 2005. godine, a svake godine koristi je sve veći broj ljudi. Svrha ove društvene mreže je promocija i objava sadržaja. Zadnjih nekoliko godina među adolescentima su popularne osobe pod nazivom „vlogeri“ na čijim profilima se nalaze videa o njihovim životima, iskustvima, modi, putovanjima, receptima... Među adolescentima trenutno su najpopularniji modni „vlogeri“. Pored ovih društvenih mreža u porastu je i Snapchat. Snapchat je osnovan godinu dana nakon Instagrama, 2011. godine, a njime se najviše koriste adolescenti. Snapchat je jedna od najspontanijih društvenih mreža čije objave nakon 24 sata nestanu. Najpopularnija društvena mreža među najnovijima je Tik Tok, a osnovana je 2017. godine. Ona služi za snimanje, uređivanje i objavu kratkih video sadržaja (9). Neke od najvećih prednosti korištenja društvenih mreža su olakšana komunikacija i zabava. Društvene mreže na neke adolescente mogu utjecati i negativno. Često se dogodi da osobe koje su povučene i usamljene u stvarnome svijetu više koriste online komunikaciju. Takve osobe ponekad ne mogu kontrolirati vrijeme provedeno na društvenim mrežama što može dovesti do nerazlikovanja fantazije od realnosti. Također društvene mreže mogu negativno utjecati na adolescente koji su se putem interneta emocionalno povezali jer komunikacija osoba putem interneta i u realnom svijetu može biti potpuno drugačija. Društvene mreže često dovode do tračeva, sukoba zbog objavljenih komentara, krive interpretacije objavljenog sadržaja i otkrivanja osobnih podataka (7).

1.1.2. Ovisnost o video igrama

Video igrice pojavile su se osamdesetih godina 20. stoljeća, a najviše su se počele koristiti u 21. stoljeću. Vrlo su popularne među djecom i adolescentima, a pogotovo među dječacima. Igrice se mogu igrati na računalu, na mobilnim uređajima, na konzolama... Kao i kod korištenja društvenih mreža, igrice imaju pozitivne i negativne strane. Jedna od pozitivnih strana igranja

igrice je učenje, a jedna od negativnih strana je igranje igrice čiji je sadržaj nasilan. Postoje i edukativne video igre koje se danas koriste u manjem broju. Zbog pretjeranog igranja igrice kod adolescenata može doći do poremećaja pažnje i agresije. Adolescenti postaju ovisni kada svakodnevno produljuju vrijeme provedeno igrajući igrice te na njemu ostanu duže nego što su planirali. To ih dovodi do konflikta s obitelji, izolacije od prijatelja, manjka fizičke aktivnosti, neispavanosti i lošeg školskog uspjeha (10).

1.2. Simptomi

Simptomi se sve češće pojavljuju kod adolescenata koji u prevelikoj mjeri koriste internet. Ako adolescenti ovisni o internetu provode duže vremena na internetu, osjećaju se zadovoljnije. Ovdje dolazi do velikog problema koji dovodi do zanemarivanja ostalih aktivnosti. Ovo su neki od simptoma koji se mogu javiti: zanemarivanje svakodnevnih obaveza, zanemarivanje obitelji i prijatelja, loš uspjeh u školi, na fakultetu ili na poslu, socijalna izolacija, umor i poremećaji spavanja, tjelesna neaktivnost, poremećaji u hranjenju, povećana ili smanjena tjelesna težina, laganje o vremenu provedenom na internetu, promjene u raspoloženju, razdražljivost, nervoza i tjeskoba (11).

1. 3. Dijagnostika ovisnosti o internetu

Danas postoje mnogi upitnici putem kojih možemo procijeniti jesmo li ovisni o internetu ili nismo. Prvi upitnik osmislila je poznata američka psihologinja Kimberly S. Young čija se skala sastoji od osam pitanja, a oni su zapravo osmišljeni za ovisnost o kockanju. Upitnik za ovisnost o kockanju zapravo sadrži deset pitanja, ali dva se ne mogu primijeniti za ovisnost o internetu (1). Osim upitnika koji je osmislila Kimberly S. Young, postoje i drugi upitnici za procjenu ovisnosti o internetu. Jedan od njih je osmislio profesor Mark Griffiths koji tvrdi kako mora biti zadovoljeno pet kriterija kako bi se mogla dijagnosticirati ovisnost o internetu. Tih pet kriterija uključuje:

1. uporaba interneta upravlja životom osobe, njezinim emocijama i ponašanjem
2. kod uporabe interneta dolazi do raznih promjena u raspoloženju
3. tolerancija: osoba se bolje osjeća ako koristi internet više nego što bi trebao/la

4. simptomi apstinencije: osoba počinje osjećati fizičke simptome ukoliko nema pristup internetu

5. recidiv: čak i ako prođu godine nakon apstinencije, ovisnik je podložan recidivima prijašnjeg ponašanja

Neki psihijatri žele da ovisnost o internetu uđe u klasifikaciju psihičkih poremećaja dok neki ipak smatraju kako je ovdje riječ o podtipu opsesivno-kompulzivnog poremećaja. Internet nam je postao svakodnevica u školama, na fakultetima i na poslu, stoga je vrlo teško povući paralelu između normalnog i prekomjernog korištenja interneta (11).

1.4. Liječenje

Liječenje ovisnosti o internetu vrlo je teško izliječiti jer smo internetom svakodnevno okruženi te ga je zbog toga nemoguće u potpunosti izbaciti iz života. Upravo to je najveća razlika između ove ovisnosti i drugih ovisnosti. Upravo zbog toga, ovisnike se ne potiče da internet izbace iz života, već ih se nastoji naučiti kako da internet koriste u normalnim količinama i potiče ih se da kontroliraju vrijeme provedeno na internetu. Jedna od sličnosti između ove i drugih ovisnosti je ta da osoba u početku sama sebi, a time i ostalima ne želi priznati da je ovisna. Zbog toga im obitelj i prijatelji savjetuju da potraže pomoć. Na početku je potrebno utvrditi je li osoba sklona i drugim ovisnostima koje bi mogle dovesti do ovisnosti o internetu. Australija je jedna od prvih zemalja koja je počela s liječenjem ovisnosti o video igrama. Psiholozi i psihijatri još uvijek vode rasprave za ovaj novi oblik ovisnosti te još uvijek nije poznato kako bi liječenje trebalo izgledati. Pretpostavlja se da liječenje neće biti nimalo jednostavno jer je puno ljudi primorano služiti se internetom. Stoga psiholozi i psihijatri ovu ovisnost povezuju s ovisnosti o hrani jer se hrana također ne može u potpunosti izbaciti iz naših života. Puno stručnjaka za liječenje koristi kognitivno-bihevioralni model ističući kognitivne simptome poput opsesivnih misli kada je u pitanju internet, nemogućnost kontroliranja vremena provedenog na internetu, nemogućnost prestanka korištenja istog i osjećaj da je internet njegov ili njezin najbolji prijatelj. Kognitivno-bihevioralnom vrstom terapije nastoji se ovisnike naučiti kako da vrijeme provedeno na internetu zamijene drugim produktivnijim aktivnostima (1). Farmakološka terapija uglavnom se provodi u kombinaciji s psihološkim pristupom. Neki od lijekova koji se primjenjuju su antipsihotici, stabilizatori raspoloženja, antidepresivi, antagonisti opioidnih receptora i antagonisti glutamata (5). Jedino je ovisnost o igrama uvrštena u Međunarodnu klasifikaciju bolesti i srodnih zdravstvenih problema te je ova ovisnost jedina

za sada priznata kao bolest. U Hrvatskoj se liječenje provodi u dnevnim bolnicama koje se nalaze u Klinici za psihijatriju Sveti Ivan, Klinici za psihijatriju Vrapče te u Kliničkoj bolnici „Sestre Milosrdnice“. Liječenju se pristupa multidisciplinarnim timom gdje se ovisnika uključuje u grupnu terapiju, u socioterapijske i radnookupacijske aktivnosti. Provode se i individualni razgovori s terapeutom te je vrlo važno da se u liječenje uključi bolesnikova obitelj (13).

1.5. Nasilje putem interneta

Nasilje putem interneta ili cyberbullying je oblik virtualnog zlostavljanja djece odnosno zlostavljanje putem interneta od strane njihovih vršnjaka. Osim vršnjačkog nasilja adolescente putem interneta mogu zlostavljati i odrasle osobe koje adolescent nikada nije vidio u stvarnom životu te ne zna nikakve podatke o njima. Nažalost, internet često dovodi i do kaznenih postupaka koja uključuju iskorištavanje adolescenata za pornografske sadržaje i stranice. Nerijetko zlostavljalatelj otvori lažni profil, predstavi se kao netko drugi odnosno ostane anonimn. Anonimnost sa sobom povlači mnoge probleme, a jedan od njih je korištenje interneta za nedopuštene aktivnosti. Često te aktivnosti uključuju vrijeđanje drugih osoba, laganje, pa čak i prijetnje. Sve te aktivnosti mogu se provesti putem objava statusa i slika na društvenim mrežama. Često iza lažnih i anonimnih profila stoje pedofili. Pedofili putem interneta i društvenih mreža mogu doći do osobnih podataka kao i do ostalih informacija o žrtvi. Izravan napad na adolescente nastaje ako zlostavljalatelj porukama uznemirava adolescenta, ako se lažno predstavlja ili ako šalje slike uznemirujućeg sadržaja. Maloljetne adolescente roditelji još uvijek mogu zaštititi od nasilja i zlostavljanja. Roditelji trebaju znati koliko vremena njihova djeca provode na računalu, na kojim društvenim mrežama imaju otvorene profile i koje igrice igraju. Temelj svega je povjerenje i strpljenje. Ukoliko je potrebno, roditelji bi adolescentima trebali ograničiti vrijeme koje provode na mobitelima i računalima, educirati svoje dijete o opasnostima koje im internet može donijeti kao i da ne komunicira s nepoznatim ljudima. Cyberbullying i zlostavljanje putem interneta od strane odraslih osoba na adolescentu ostavlja posljedice. Te posljedice mogu biti anksioznost, depresija, povlačenje u sebe i loše ocjene u školi. Najgore posljedice uključuju samoozljeđivanje, a mogu dovesti čak i do samoubojstva. Ukoliko roditelji primijete da se njihovo dijete drugačije ponaša ili posumnjaju da je podvrgnuto nekom obliku zlostavljanja, trebali bi pokušati otvoreno razgovarati. Ako roditelji ne uspiju saznati potrebne informacije

trebali bi obavijestiti policiju. Za traženje savjeta ili prijavu zlostavljanja postoji udruga Hrabri telefon čija je svrha spriječiti bilo koji oblik zlostavljanja (7).

1.6. Prevencija ovisnosti o internetu

Internet za adolescente može predstavljati veliku opasnost. U prevenciji ovisnosti o internetu osim adolescenata veliku ulogu imaju i roditelji koji moraju znati kako se njihova djeca ponašaju na internetu, što čine i znaju u stvarnom svijetu. Često se događa da se roditelji osjećaju nemoćnima kada je u pitanju njihovo dijete i internet. Danas postoje roditelji koji djeci zabranjuju otvoriti profil na društvenim mrežama. To se može negativno odraziti na dijete te roditelj time može uzrokovati više štete nego dobrobiti. Suprotno tome postoje roditelji koji adolescentima daju potpunu slobodu korištenja interneta. Roditelji bi povremeno trebali porazgovarati s djetetom i biti upoznati sa stranicama koje njihovo dijete posjećuje. Ako roditelj u stvarnome svijetu uči dijete da ne razgovara sa strancima, isto to pravilo trebalo bi vrijediti i u virtualnom svijetu. Za negativne stvari koje se događaju na internetu krivi su ljudi koji medije ili društvene mreže zloupotrebljavaju. Djecu treba upozoriti kako informacije koje dijele na internetu i koje oni smatraju nebitnima nisu svakome nebitni. Djeca internet koriste u školske svrhe, ali i za zabavu. Danas se od nas traži da budemo informatički pismeni kako bismo mogli završiti školu, fakultet, a jednog dana se i zaposlili. Vrijeme provedeno na internetu potrebno je ograničiti zbog zdravstvenih problema te poticati dijete na druženja i zabave u stvarnome životu. Vrlo je važno upozoriti dijete da ne dijeli svoje osobne podatke na internetu. Djecu je potrebno educirati da zaštite svoje profile na društvenim mrežama i da ne prihvaćaju zahtjeve za prijateljstva i ne odgovaraju na poruke od osoba koje nisu upoznali. Ako adolescenti već odluče naći se s nekim koga su upoznali putem interneta, roditelj bi trebao to odobriti i biti prisutan. Vrlo je važno da se upoznavanje odvija na javnome mjestu. Škola i školski programi također imaju veliku ulogu u edukaciji djece o opasnostima na internetu. Osim edukacije djece, učitelji i profesori mogu educirati i roditelje (1).

2. CILJ ISTRAŽIVANJA

Cilj ovog istraživačkog rada je procijeniti koliko vremena adolescenti provode na internetu, za što najčešće koriste internet i koliko ih je zapravo ovisno o internetu.

Specifični ciljevi istraživanja:

1. Utvrditi provodi li više vremena na internetu muški ili ženski spol
2. Utvrditi za koje aktivnosti muškarci najčešće koriste internet, a za koje žene
3. Utvrditi koliko su osoba mladi upoznali putem interneta
4. Utvrditi je li cyberbullying česta pojava s kojom se adolescenti susreću
5. Utvrditi koliko se ispitanika smatra ovisnim o internetu te utvrditi koliko ih je uistinu ovisno o internetu

3. MATERIJAL I METODE

3.1. Ustroj studije

Provedeno je presječno istraživanje (14).

3.2. Ispitanici

Upitnik su ispunjavali u srednjoj Školi za medicinske Vrapče. Upitnik su dobrovoljno ispunili punoljetni učenici. Istraživanje je provedeno anonimno te je u njemu sudjelovalo 68 učenika. Istraživanje je provedeno u svibnju, 2022. godine.

3.3. Metode

Upitnici su podijeljeni u Školi za medicinske sestre Vrapče. Upitnik se sastoji od tri dijela:

1. Prvi dio sastoji se od opisa teme i objašnjenja upitnika.
2. Drugi dio sastoji se od sociodemografskih podataka koji se sastoje od četiri pitanja. Prva tri pitanja odnose se na dob, spol, mjesto stanovanja i zajednicu u kojoj žive.
3. Treći dio sastoji se od 20 pitanja vezanih uz ovisnost o internetu. Svako pitanje sastoji se od više ponuđenih odgovora, a jedan odgovor je obavezan. Zadnjih osam pitanja određuju je li prisutna ovisnost o internetu kod adolescenata.

Upitnik je prosljeđen punoljetnim učenicima Škole za medicinske sestre Vrapče. Za popunjavanje ankete bilo je potrebno izdvojiti 5-10 minuta.

3.4. Statističke metode

Za određivanje frekvencija istraživanih varijabli korištene su deskriptivne statističke metode. Kako su sve varijable u istraživanju kategorijske, nije bilo potrebe za provjere normalnosti distribucije pa su u radu korištene neparametrijske metode. Kako bi se utvrdilo postoji li ili ne postoji statistički značajna veza između dvije kategorijske varijable korišteni su χ^2 i Fisherov egzaktni test. Fisherov egzaktni test korišten je ako je više od 20% očekivanih vrijednosti <5 . Chi-squared test korišten je ako je manje od 20% očekivanih vrijednosti <5 (15). Za utvrđivanje statistički značajne razlike između tri ili više nezavisnih grupa nad ordinalnom zavisnom

varijablom, korišten je neparametrijski Kruskal-Wallis test, a između dvije nezavisne grupe nad ordinalnom zavisnom varijablom Mann-Whitney test (16). Svi testovi provedeni su na razini značajnosti od 5% i ako je $P < 0,05$ tada postoji statistički značajna razlika. Za obradu podataka korišten je program Microsoft Excel, a za provođenje statističkih testova korišten je statistički program R (3.6.3-2, R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria).

4. REZULTATI

4.1. Sociodemografski podaci

U tablici 1. prikazani su sociodemografski podaci koji uključuju spol, godinu rođenja, mjesto stanovanja i zajednicu u kojoj žive ispitanici.

Tablica 1. Sociodemografski podaci

| | Broj (%) ispitanika |
|---|---------------------|
| Spol | |
| Muško | 13 (19,12%) |
| Žensko | 55 (80,88%) |
| Godina rođenja | |
| 2002 | 35 (51,47%) |
| 2003 | 27 (39,71%) |
| 2004 | 5 (7,35%) |
| Ostalo: 2001. | 1 (1,47%) |
| Mjesto stanovanja | |
| Manji grad (do 50.000 stanovnika) | 23 (33,82%) |
| Grad srednje veličine (do 100.000 stanovnika) | 1 (1,47%) |
| Veliki grad (više od 100.000 stanovnika) | 44 (64,71%) |
| Zajednica u kojoj živite | |
| S roditeljima/roditeljem | 58 (85,29%) |
| U učeničkom domu/stanu s cimerima | 8 (11,77%) |
| Sam/a | 2 (2,94%) |

4.2. Učestalost i razlozi korištenja interneta, video igrica i društvenih mreža

Tablica 2. prikazuje koliko često adolescenti koriste internet i koliko vremena provode na internetu.

Tablica 2. Učestalost korištenja interneta i vrijeme provedeno na internetu

| Koliko često koristite internet? | | | |
|---|----------------|----------------------------|------------------------|
| Fischerov egzaktni test | | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $P = 0,29$ | $P = 0,49$ | $P = 0,15$ | $P = 0,45$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| Svaki dan | | 67 (98,53%) | |
| Nekoliko puta tjedno | | 0 (0,00%) | |
| Nekoliko puta mjesečno | | 1 (1,47%) | |
| Koliko vremena provodite na internetu? | | | |
| Fischerov egzaktni test | | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $P = 0,29$ | $P = 0,91$ | $P = 0,01$ | $P = 0,14$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| Nisam svaki dan na internetu | | 1 (1,47%) | |
| Manje od 1 sat dnevno | | 1 (1,47%) | |
| 1-3 sata dnevno | | 14 (20,59%) | |
| Više od 3 sata dnevno | | 52 (76,47%) | |

Tablica 3. prikazuje koliko su osoba ispitanici upoznali putem interneta.

Tablica 3. Upoznavanje ljudi putem interneta

| Koliko ljudi ste upoznali putem interneta, a nikada ih niste upoznali u stvarnom životu? | | | |
|---|-------------------------------|----------------------------|------------------------|
| χ^2 test | Fisherov egzaktni test | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $\chi^2 = 2,197,$ $P = 0,33$ | $P = 0,27$ | $P = 0,43$ | $P = 0,67$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| 0 | | 17 (25,00%) | |
| Između 1 i 10 ljudi | | 39 (57,35%) | |
| Više od 10 ljudi | | 12 (17,65%) | |

Tablica 4. prikazuje koliko često ispitanici koriste internet za učenje i pisanje zadaće, za slušanje glazbe, za igranje igrica, za društvene mreže, za online kupovinu i za gledanje neprimjerenog sadržaja.

Tablica 4. Razlozi primjene interneta

| Brojevima od 1 do 5 označite koliko često koristite internet za navedene aktivnosti | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---------------|
| Mann Whitney W / Kruskal-Wallis test | | | | | |
| | Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive | |
| Za učenje i pisanje zadaće | W = 310,5, P = 0,45 | $\chi^2 = 2,693,$ P = 0,44 | $\chi^2 = 2,986,$ P = 0,23 | $\chi^2 = 3,568,$ P = 0,17 | |
| Za slušanje glazbe | W = 323, P = 0,56 | $\chi^2 = 0,939,$ P = 0,82 | $\chi^2 = 2,538,$ P = 0,28 | $\chi^2 = 0,030,$ P = 0,99 | |
| Za igranje igrica | W = 493, P = 0,03* | $\chi^2 = 4,746,$ P = 0,19 | $\chi^2 = 0,261,$ P = 0,88 | $\chi^2 = 0,902,$ P = 0,64 | |
| Za društvene mreže | W = 309,5, P = 0,38 | $\chi^2 = 1,422,$ P = 0,70 | $\chi^2 = 2,761,$ P = 0,25 | $\chi^2 = 1,537,$ P = 0,46 | |
| Za online kupovinu | W = 305, P = 0,40 | $\chi^2 = 2,700,$ P = 0,44 | $\chi^2 = 0,644,$ P = 0,02 | $\chi^2 = 2,177,$ P = 0,34 | |
| Za gledanje neprimjerenog sadržaja | W = 548,5, P = 0,001 | $\chi^2 = 2,450,$ P = 0,49 | $\chi^2 = 0,613,$ P = 0,74 | $\chi^2 = 0,534,$ P = 0,77 | |
| Za gledanje neprimjerenog sadržaja | 42 (61,77%) | 10 (14,71%) | 7 (10,29%) | 2 (2,94%) | 7 (10,29%) |

Tablica 5. prikazuje broj ispitanika s obzirom na razloge primjene interneta.

Tablica 5. Broj ispitanika s obzirom na razloge primjene interneta

| Brojevima od 1 do 5 označite koliko često koristite internet za navedene aktivnosti | | | | | |
|--|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Broj (%) ispitanika | | | | | |
| | 1 (nikad) | 2 (rijetko) | 3 (ponekad) | 4 (često) | 5 (uvijek) |
| Za učenje i pisanje zadaće | 3 (4,41%) | 10 (14,71%) | 25 (36,77%) | 18 (26,47%) | 12 (17,65%) |
| Za slušanje glazbe | 1 (1,47%) | 3 (4,41%) | 10 (14,71%) | 17 (25,00%) | 37 (54,41%) |
| Za igranje igrica | 18 (26,47%) | 21 (30,88%) | 15 (22,06%) | 6 (8,82%) | 8 (11,77%) |
| Za društvene mreže | 1 (1,47%) | 1 (1,47%) | 9 (13,24%) | 13 (19,12%) | 44 (64,71%) |
| Za online kupovinu | 10 (14,71%) | 23 (33,82%) | 21 (30,88%) | 5 (7,36%) | 9 (13,24%) |
| Za gledanje neprimjerenog sadržaja | 42 (61,77%) | 10 (14,71%) | 7 (10,29%) | 2 (2,94%) | 7 (10,29%) |

Tablica 6. prikazuje na kojim društvenim mrežama adolescenti imaju otvoren profil.

Tablica. 6. Korištenje društvenih mreža

| Na kojim društvenim mrežama imate otvoren profil? | |
|--|----------------------------|
| | Broj (%) ispitanika |
| Facebook | 49 (72,06%) |
| Instagram | 58 (85,29%) |
| Snapchat | 51 (75,00%) |
| Tik Tok | 47 (69,12%) |
| Twitter | 10 (14,71%) |
| Youtube | 44 (64,71%) |
| Nijednoj | 0 (0,00%) |

Tablica 7. prikazuje koje društvene mreže adolescenti najčešće koriste.

Tablica 7. Najčešće korištena društvena mreža

| Koju društvenu mrežu najčešće koristite? | | | |
|---|----------------|----------------------------|------------------------|
| Fisherov egzakti test | | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $P = 0,15$ | $P = 0,62$ | $P = 0,73$ | $P = 0,61$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| Facebook | | 0 (0,00%) | |
| Instagram | | 32 (47,06%) | |
| Snapchat | | 14 (20,59%) | |
| Tik Tok | | 15 (22,06%) | |
| Twitter | | 1 (1,47%) | |
| Youtube | | 6 (8,82%) | |
| Nijednoj | | 0 (0,00%) | |

Tablica 8. prikazuje koliko često adolescenti posjećuju društvenu mrežu koju su zaokružili u prethodnom pitanju.

Tablica 8. Posjećivanje društvenih mreža

| Koliko puta dnevno posjećujete društvenu mrežu koju ste zaokružili u prethodnom pitanju? | | | |
|---|----------------|----------------------------|------------------------|
| Fischerov egzakti test | | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $P = 1$ | $P = 0,76$ | $P = 1$ | $P = 0,81$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| Jednom dnevno | | 2 (2,94%) | |
| 3-5 puta dnevno | | 11 (16,18%) | |
| Više od 5 puta dnevno | | 55 (80,88%) | |
| Ne koristim nijednu društvenu mrežu | | 0 (0,00%) | |

Tablica 9. prikazuje koliko često adolescenti igraju video igrice.

Tablica 9. Igranje video igrica

| Koliko često igrate video igrice? | | | |
|--|----------------|----------------------------|------------------------|
| Fisherov egzaktni test | | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $P = 0,02$ | $P = 0,17$ | $P = 0,08$ | $P = 0,96$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| Svaki dan | | 6 (8,82%) | |
| Nekoliko puta tjedno | | 14 (20,59%) | |
| Nekoliko puta mjesečno | | 20 (29,41%) | |
| Ne igram igrice | | 28 (41,18%) | |

Tablica 10. prikazuje koliko vremena tjedno adolescenti provedu igrajući igrice.

Tablica 10. Vrijeme provedeno igrajući igrice

| Koliko sati tjedno provedete igrajući igrice? | | | |
|--|----------------|----------------------------|------------------------|
| Fisherov egzaktni test | | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $P = 0,01$ | $P = 0,01$ | $P = 0,05$ | $P = 0,95$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| 20 sati ili više | | 2 (2,94%) | |
| 10 sati ili manje | | 4 (5,88%) | |
| 5 sati ili manje | | 27 (39,71%) | |
| Ne igram igrice | | 35 (51,47%) | |

Tablica 11. prikazuje koliko je adolescenata doživjelo cyberbullying putem interneta.

Tablica 11. Cyberbullying

| Jeste li ikada doživjeli cyberbullying putem interneta? | | | |
|--|-------------------------|----------------------------|------------------------|
| χ^2 test | Fischerov egzaktni test | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $\chi^2 = 2,693,$ $P = 0,44$ | $P = 0,66$ | $P = 0,71$ | $P = 0,59$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| Da | 21 (30,88%) | | |
| Ne | 47 (69,12%) | | |

Tablica 12. prikazuje smatraju li se adolescenti ovisnima o internetu.

Tablica 12. Samoprocjena ovisnosti o internetu

| Na skali od 1 do 3 označite koliko se smatrate ovisnim/om o internetu: | | | |
|---|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| Mann Whitney W | Kruskal-Wallis test | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $W = 408,5,$ $P = 0,32$ | $\chi^2 = 3,407,$ $P = 0,33$ | $\chi^2 = 4,413,$ $P = 0,11$ | $\chi^2 = 0,107,$ $P = 0,95$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| 1 - nisam uopće ovisan/na | | 6 (8,82%) | |
| 2 - koristim ih u normalnoj količini | | 49 (72,06%) | |
| 3 - ovisan/na sam | | 13 (19,12%) | |

Tablica 13. prikazuje koliko adolescenata smatra da treba stručnu pomoć u odvikavanju od interneta.

Tablica 13. Pomoć u odvikavanju od interneta

| Smatrate li da trebate stručnu pomoć u odvikavanju od interneta? | | | |
|---|----------------|----------------------------|------------------------|
| Fisherov egzaktni test | | | |
| Spol | Godina rođenja | Mjesto stanovanja | Zajednica u kojoj žive |
| $P = 1$ | $P = 0,32$ | $P = 1$ | $P = 1$ |
| | | Broj (%) ispitanika | |
| Da | | 2 (2,94%) | |
| Ne | | 66 (97,06%) | |

4.3. Dobiveni podaci na temu ovisnost adolescenata o internetu i društvenim mrežama

Tablica 14. prikazuje ovisnost ispitanika prema spolu, a podijeljena je u tri kategorije: nije ovisan, umjereno ovisan i teško ovisan.

Tablica 14. Ovisnost ispitanika prema spolu podijeljena u tri kategorije

| Ovisnost prema spolu | Ovisnost u tri kategorije | | | Ukupno | Fischerov egzaktni test |
|-----------------------------|----------------------------------|-----------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | Nije ovisan | Umjereno ovisan | Teško ovisan | | |
| Muško | 3 (23,08%) | 10 (76,92%) | 0 (0%) | 13 (19,12%) | $P = 0,62$ |
| Žensko | 8 (14,55%) | 43 (78,18%) | 4 (7,27%) | 55 (80,88%) | |
| Ukupno | 11 (16,18%) | 53 (77,94%) | 4 (5,88%) | 68 (100%) | |

Tablica 15. prikazuje ovisnost ispitanika prema godini rođenja, a podijeljena je u tri kategorije: nije ovisan, umjereno ovisan i teško ovisan.

Tablica 15. Ovisnost ispitanika prema godini rođenja podijeljena u tri kategorije

| Ovisnost prema godini rođenja | Ovisnost u tri kategorije | | | Ukupno | Fischerov egzaktni test |
|-------------------------------|---------------------------|-----------------|--------------|-------------|-------------------------|
| | Nije ovisan | Umjereno ovisan | Teško ovisan | | $P = 0,72$ |
| 2001. | 0 | 1 (100%) | 0 | 1 (1,47%) | |
| 2002. | 7 (20,00%) | 27 (77,14%) | 1 (2,86%) | 35 (51,47%) | |
| 2003. | 4 (14,82%) | 20 (74,07%) | 3 (11,11%) | 27 (39,71%) | |
| 2004. | 0 (0%) | 5 (100%) | 0 (0%) | 5 (7,35%) | |
| Ukupno | 11 (16,18%) | 53 (77,94%) | 4 (5,88%) | 68 (100%) | |

Tablica 16. prikazuje ovisnost ispitanika prema mjestu stanovanja, a podijeljena je u tri kategorije: nije ovisan, umjereno ovisan i teško ovisan.

Tablica 16. Ovisnost ispitanika prema mjestu stanovanja podijeljena u tri kategorije

| Ovisnost prema mjestu stanovanja | Ovisnost u tri kategorije | | | Ukupno | Fischerov egzaktni test |
|----------------------------------|---------------------------|-----------------|--------------|-------------|-------------------------|
| | Nije ovisan | Umjereno ovisan | Teško ovisan | | $P = 0,03$ |
| Manji grad | 8 (34,78%) | 14 (60,87%) | 1 (4,35%) | 23 (33,82%) | |
| Grad srednje veličine | 0 (0%) | 1 (100%) | 0 | 1 (1,47%) | |
| Veliki grad | 3 (6,82%) | 38 (86,36%) | 3 (6,82%) | 44 (64,71%) | |
| Ukupno | 11 (16,18%) | 53 (77,94%) | 4 (5,88%) | 68 (100%) | |

Tablica 17. prikazuje ovisnost ispitanika prema zajednici u kojoj žive, a podijeljena je u tri kategorije: nije ovisan, umjereno ovisan i teško ovisan.

Tablica 17. Ovisnost ispitanika prema zajednici u kojoj žive podijeljena u tri kategorije

| Ovisnost prema zajednici u kojoj žive | Ovisnost u tri kategorije | | | Ukupno | Fischerov egzaktni test |
|---------------------------------------|---------------------------|-----------------|--------------|-------------|-------------------------|
| | Nije ovisan | Umjereno ovisan | Teško ovisan | | |
| S roditeljima/roditeljem | 8 (13,79%) | 46 (79,31%) | 4 (6,90%) | 58 (85,29%) | $P = 0,45$ |
| Sam/a | 0 (0%) | 2 (100%) | 0 (0%) | 2 (2,94%) | |
| U učeničkom domu/stanovima s cimerima | 3 (37,50%) | 5 (62,50%) | 0 (0%) | 8 (11,77%) | |
| Ukupno | 11 (16,18%) | 53 (77,94%) | 4 (5,88%) | 68 (100%) | |

5. RASPRAVA

U istraživanju je sudjelovalo 68 učenika koji pohađaju srednju školu za medicinske sestre Vrapče. Od 68 učenika, 80,88% čine osobe ženskog spola, a 19,12% čine osobe muškog spola. Najveći broj ispitanika 51,47% koji su sudjelovali u istraživanju rođeni su 2002. godine. Podjela prema mjestu stanovanja pokazuje kako najveći broj ispitanika 64,71% živi u velikom gradu koji sadrži više od 100 000 stanovnika. Podjela prema zajednici u kojoj žive pokazuje kako najveći broj ispitanika 85,29% živi s roditeljima ili jednim roditeljem. U drugom dijelu upitnika vidljivo je kako 98,53% ispitanika internet koristi svaki dan. Ova brojka podudara se s brojkama iz drugih istraživanja, a to smo mogli i očekivati jer smo svakodnevno okruženi internetom (17). Također najveći broj ispitanika 76,47% na internetu provodi više od 3 sata dnevno. Ovaj rezultat jednak je rezultatima drugih istraživanja (18). Najveći broj ispitanika putem interneta upoznao je manje od 10 ljudi. Ovaj rezultat također je očekivan, ali adolescenti bi svakako trebali biti na oprezu kada je riječ o upoznavanju putem interneta. Danas postoje razne aplikacije za upoznavanje ljudi, a mnogi ih upoznaju na društvenim mrežama ili video igricama. U ovome istraživanju kao i u drugim istraživanjima vidljivo je kako osobe ženskog spola češće koriste društvene mreže, a osobe muškog spola češće igraju video igrice (19). Djevojke društvene mreže koriste za dopisivanje i objavljivanje raznih sadržaja, dok su dječaci više natjecateljski nastrojeni stoga mnogi ljudi na igrice gledaju kao aktivnost za dječake. Odgovori se razlikuju i po gledanju neprimjerenog sadržaja, a rezultat je pokazao da muškarci više gledaju neprimjereni sadržaj nego žene. Više od pola ispitanika 54,41% puno vremena provodi na Youtubeu. Mnogi adolescenti Youtube koriste uz neku drugu aktivnost koju provode na internetu ili na primjer, uz obavljanje kućanskih poslova. Kako se vremena mijenjaju, tako mnogi adolescenti više ne upotrebljavaju radio već koriste Youtube. 4,41% ispitanika odgovorilo je da internet nikada ne koriste za učenje i pisanje zadaće što je danas vrlo rijetko. Seminari i prezentacije danas su vrlo česti zadaci koje učenici trebaju napraviti u srednjim školama, a za to im je potrebno prijenosno računalo ili stolno računalo. U mnogim srednjim školama informatika je danas obavezan predmet jer se na većini poslova danas upotrebljava. Najveći broj ispitanika ima otvoren profil na Instagramu, a najmanji broj na Twitteru. Instagram, Facebook, Snapchat, Tik Tok i Youtube u Hrvatskoj su mnogo popularniji od Twittera. Twitter u Hrvatskoj najčešće upotrebljavaju poznate osobe. 80,88% ispitanika društvene mreže posjećuju više od pet puta dnevno. S obzirom da većina adolescenata na internetu provede više od tri sata dnevno, ovaj rezultat je očekivan. U provedenom istraživanju većina adolescenata ne igra video igrice što se razlikuje od istraživanja provedenog u Americi

gdje čak 97% adolescenata igra igrice minimalno jedan sat dnevno (20). Ovaj rezultat je očekivan jer je u ovome istraživanju sudjelovalo 80,88% djevojaka koje više vremena provode na društvenim mrežama. Veliki broj ispitanika 30,88% doživjelo je cyberbullying putem interneta. Prema istraživanju provedenom u Vijetnamu, od 3767 srednjoškolaca 11% je doživjelo cyberbullying (21). Ako usporedimo ove rezultate, rezultat od 30,88% žrtava proveden na 68 adolescenata je vrlo zabrinjavajući. Danas nasilje putem interneta predstavlja ozbiljan problem s kojim se mladi najčešće susreću stoga je u školama potrebno uvesti edukacije radi podizanja svijesti o cyberbullyingu. Pomoću zadnjih osam pitanja postavljenih prema Kimberly Young, procijenjena je ovisnost o internetu kod adolescenata. Pitanja su sljedeća: jeste li pretjerano zaokupljeni internetom i priželjkujete li nestrpljivo idući posjet internetu, jeste li zadovoljniji ako više vremena provodite na internetu, jeste li ikada pokušali manje vremena provoditi na internetu ili ga potpuno prestati upotrebljavati, ali bezuspješno, jeste li ikada korištenjem interneta pokušali pobjeći od realnosti i problema u stvarnom životu, ukoliko pokušate smanjiti i kontrolirati vrijeme provedeno na internetu, osjećate li se nervozno, tjeskobno ili neraspoločeno, provodite li na internetu više vremena nego ste planirali, jeste li primijetili da je zbog interneta došlo do narušavanja prijateljstava i/ili obiteljskih odnosa i jeste li ikada lagali o vremenu provedenom na internetu. Ukoliko se ispitanici pronalaze u četiri do šest tvrdnji smatraju se umjereno ovisnima, a ukoliko se pronalaze u sedam ili osam tvrdnji smatraju se teško ovisnima (11). Najveći broj ispitanika 77,94% umjereno je ovisan o internetu. S obzirom koliko vremena adolescenti provode na internetu, ovaj rezultat je očekivan. 16,18% adolescenata nije ovisno o internetu dok je 5,88% adolescenata teško ovisno o internetu. Na pitanje koliko se smatraju ovisnim o internetu, 72,06% adolescenata odgovorilo je da internet koristi u normalnoj količini. Samo 19,12% adolescenata smatra se ovisnim o internetu. Ovaj rezultat govori nam da adolescenti ne znaju prepoznati znakove i simptome koji upućuju na ovisnost o internetu te ne znaju odrediti granicu između korištenja interneta u normalnim količinama i korištenja interneta u prekomjernim količinama. Istraživanje u Indiji pokazuje kako 47,08% adolescenata ima umjerenu ovisnost o internetu, dok 23,75% studenata ima tešku ovisnost o internetu. Najveći broj ispitanika u jednom i u drugom istraživanju imaju umjerenu ovisnost. Podjednak broj žena i muškaraca umjereno je ovisno o internetu. Nijedan muškarac nije teško ovisan o internetu dok je u istraživanju u Indiji čak 30,83% muškaraca teško ovisno (22). Analizirajući ovisnost o internetu prema godini rođenja adolescenata, najveći postotak 51,47% čine osobe 2002. godišta no većina teško ovisnih je 2003. godišta. Promatrajući ovisnost o internetu prema mjestu stanovanja, najveći broj ispitanika 64,71% živi u velikom gradu koji sadrži više od 100.000 stanovnika. Analizirajući ovisnost prema zajednici u kojoj

žive, najveći broj ispitanika i svi teško ovisni ispitanici žive s roditeljima ili jednim roditeljem. Mali broj ispitanika 2,94% smatra da treba stručnu pomoć u odvikavanju od interneta. Kako se internet svakodnevno koristi diljem svijeta, a tako i u Hrvatskoj nije začuđujuće što uporaba interneta dovodi do patološke ovisnosti o internetu. Istraživanja pokazuju kako su ovisnici o internetu većinom osobe mlađe životne dobi (23). Istraživanje provedeno u školama u Hong Kongu dokazalo je kako dobri međuljudski odnosi u obitelji smanjuju rizik od nastanka ovisnosti. Stoga je vrlo važno imati funkcionalnu obitelj koja ima pozitivnu komunikaciju i koja se međusobno podupire (24).

6. ZAKLJUČAK

Na temelju provedenog istraživanja i dobivenih rezultata mogu se izvesti sljedeći zaključci:

- Umjereni ovisnost o internetu vrlo je česta pojava kod adolescenata Škole za medicinske sestre Vrapče, bez obzira na ženski ili muški spol.
- Žene najviše vremena provode na društvenim mrežama, najčešće na Instagramu, a muškarci najviše vremena provode slušajući muziku na Youtubeu i igrajući igrice. Što više vremena adolescenti provode na internetu, to su skloniji ovisnosti o internetu.
- Velik broj adolescenata putem interneta upoznao je nekoliko ljudi. Neki od njih te osobe odlučuju upoznati u stvarnom životu. Adolescentima je potrebno educirati kako je važno da roditelj ili član obitelji bude prisutan te da se upoznavanje vrši na javnom mjestu.
- Adolescenti se danas često susreću s cyberbullyingom što ukazuje na potrebu edukacije u školama. U edukaciju je osim učenika potrebno uključiti roditelje i učitelje. Vrlo je važno da roditelji i učitelji s djetetom imaju razvijen osjećaj povjerenja kako bi dijete svako negativno iskustvo moglo podijeliti s nekime od njih.
- Problem nastaje jer mladi ne znaju i nisu svjesni znakova i simptoma koji upućuju na ovisnost o internetu. Samim time mnogi od njih ne smatraju se ovisnima o internetu. Ovdje je također vidljiva potreba edukacije u školama kako bi učenici mogli povući granicu između normalnog i prekomjernog korištenja interneta i kako bi više vremena posvetili stvarnom životu umjesto virtualnom. Mladima je potrebno objasniti kako nije sramotno potražiti stručnu pomoć i razgovarati sa stručnjakom o svome problemu.

7. SAŽETAK

Ciljevi istraživanja: Ciljevi ovog istraživačkog rada bili su utvrditi provodi li na internetu više vremena muški ili ženski spol, utvrditi za što adolescenti najčešće koriste internet te procijeniti jesu li ovisni o internetu.

Nacrt istraživanja: Presječno istraživanje

Ispitanici i metode: U istraživanje su bili uključeni punoljetni učenici Škole za medicinske sestre Vrapče. Istraživanje je provedeno anonimnim anketnim upitnikom, a prvi dio upitnika sastojao se od sociodemografskih pitanja dok se drugi dio upitnika sastojao od dvadeset pitanja o ovisnosti. Pomoću zadnjih osam pitanja procijenjena je ovisnost o internetu.

Rezultati: Obradeni su podatci 68 učenika Škole za medicinske sestre Vrapče. Rezultati pokazuju kako većina adolescenata koristi internet više od tri sata dnevno bez obzira na spol ispitanika. Muškarci najčešće koriste internet za igranje video igrica i slušanje pjesama, dok žene najčešće koriste internet za društvene mreže. Kod većine ispitanika u oba spola prisutna je umjerena ovisnost o internetu.

Zaključak: Umjerena ovisnost o internetu vrlo je česta pojava kod adolescenata Škole za medicinske sestre Vrapče stoga je vidljiva potreba za edukacijom u školama kako bi učenici mogli povući granicu između normalnog i prekomjernog korištenja interneta i kako bi više vremena posvetili stvarnom životu umjesto virtualnom.

Ključne riječi: adolescenti; društvene mreže; internet; ovisnost; video igrice

8. SUMMARY

Internet and Social Media Addiction in Adolescents

Objectives: The main goal of this research paper is to determine whether males or females spend more time on the Internet, for what reason adolescents most often use it, and whether they are addicted to it.

Study Design: cross-sectional study

Participants and methods: Adult pupils from Vrapče Nursing School participated in the research. The research was done by means of an anonymous survey questionnaire. The first part of the questionnaire consists of sociodemographic questions, while the second part includes 20 questions about the Internet addiction. The level of addiction was estimated using the last eight questions.

Results: The data were collected from 68 pupils from Vrapče Nursing School. The results have shown that the majority of respondents use the Internet for more than three hours a day, regardless of their sex. Males most often use the Internet for playing video games and listening to music, whereas females mostly use social media. The majority of respondents of both sexes have a moderate Internet addiction.

Conclusion: A moderate Internet addiction is very common in adolescents from Vrapče Nursing School. Hence, there is an evident need to educate pupils where to draw the line between a normal and excessive use of the Internet, and how to dedicate more time to their real life instead of the virtual one.

Keywords: addiction, adolescents, Internet, social media, video games

9. LITERATURA

1. Robotić P. Zamke virtualnog svijeta: zaštita djece i mladih na internetu i prevencija ovisnosti. *J Appl Heal Sci Časopis za Primijenj Zdr Znan.* 2015;1(2):81–96.
2. Smyth SJ, Curran K, Mc Kelvey N. Internet addiction: A modern societal problem. In: *Psychological, Social, and Cultural Aspects of Internet Addiction.* IGI Global; 2018. str. 20–43.
3. Cerjak M, Tomić M. E-marketing u hrvatskom agrobiznisu. *Agron Glas Glas Hrvat Agron društva.* 2014;76(6):287–303.
4. Dodig Hundrić D, Ricijaš N, Vlček M. Mladi i ovisnost o internetu-pregled suvremeni spoznaja. *Hrvat Rev za Rehabil istraživanja.* 2018;54(1):123.
5. Mandić S, Dodig Hundrić D, Ricijaš N. Tretmanski pristupi ovisnosti o Internetu. *Kriminologija Soc Integr časopis za kriminologiju, Penol i poremećaje u ponašanju.* 2019;27(2):235–55.
6. Patchin JW, Hinduja S. *Cyberbullying prevention and response: Expert perspectives.* Routledge. 2012;17(3–4):210–2.
7. Berta D. *Internet, ovisnost i mladi.* 3.izd. Rijeka: IPA Hrvatska Sekcija; 2019. Rijeka: IPA Hrvatska Sekcija; 2019.; str. 8–43.
8. Zoričić Z. *Ovisnosti - Prevencija, liječenje i oporavak.* Zagreb: Školska knjiga; 2018. str. 213–225
9. Grbavac J, Grbavac V. Pojava društvenih mreža kao globalnog komunikacijskog fenomena. *Media, Cult public relations.* 2014;5(2):206–19.
10. Bilić V, Ljubin Golub T. Patološko igranje videoigara: uloga spola, samopoštovanja i edukacijske sredine. *Hrvat Rev za Rehabil istraživanja.* 2011;47(2):1–13.
11. Dodig-Ćurković K, Franić T, Grgić M, Radić J, Ćurković M, Radić M, et al. *Psihopatologija dječje i adolescentne dobi.* Osijek: Svjetla grada. 2013;187–93.
12. Griffiths M, Pontes H, Kuss D. Clinical psychology of Internet addiction: a review of its conceptualization, prevalence, neuronal processes, and implications for treatment. *Neurosci Neuroeconomics.* 2015;2015(4):11–23.

13. Tomašić L, Petrović ZK. Poremećaj kockanja–prevencija među adolescentima/Gambling Disorder–Prevention in Adolescents. 2021;49(No. 3):179–201.
14. Kolčić I, Biloglav Z. Presječno istraživanje U Kolčić I, Vor A Epidemiol Zagreb Med Nakl. 2012;55–64.
15. Kim H-Y. Statistical notes for clinical researchers: Chi-squared test and Fisher's exact test. Restor Dent Endod. 2017;42(2):152–5.
16. Xia Y. Correlation and association analyses in microbiome study integrating multiomics in health and disease. Prog Mol Biol Transl Sci. 2020;171:309–491.
17. Park E, Kwon M. Health-related internet use by children and adolescents: systematic review. J Med Internet Res. 2018;20(4):8.
18. Fatema K, Nasreen S, Parvez MS, Rahaman MA. Impact of using the Internet on students: A sociological analysis at Bangabandhu Sheikh Mujibur Rahman science and technology university, Gopalganj, Bangladesh. Open J Soc Sci. 2020;8(12):71–83.
19. Leonhardt M, Overå S. Are there differences in video gaming and use of social media among boys and girls?—A mixed methods approach. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(11):6085.
20. Granic I, Lobel A, Engels RCME. The benefits of playing video games. Am Psychol. 2014;69(1):66.
21. Chi PTL, Lan VTH, Ngan NH, Linh NT. Online time, experience of cyber bullying and practices to cope with it among high school students in Hanoi. Heal Psychol open. 2020;7(1):2.
22. Kaur S. Gender differences and relationship between internet addiction and perceived social self-efficacy among adolescents. Indian J Heal Wellbeing. 2018;9(1):106–9.
23. Wartberg L, Thomsen M, Moll B, Thomasius R. Pilot study on the effectiveness of a cognitive behavioural group programme for adolescents with pathological internet use. Prax Kinderpsychol Kinderpsychiatr. 2014;63(1):21–35.
24. Yu L, Shek DTL. Internet addiction in Hong Kong adolescents: a three-year longitudinal study. J Pediatr Adolesc Gynecol. 2013;26(3):S10–7.