

Internet i ovisnost o internetu u Sloveniji

Helena Jeriček*

SAŽETAK

Članak se bavi novom i razmjerno slabo istraženom problematikom ovisnosti o internetu među mladeži. U članku su najprije predstavljena istraživanja o tome postoji li uopće ovisnost takve vrste, kakvi su znakovi i kako je možemo definirati. Istraživanja o ovisnosti o internetu bila su obavljena ponajprije preko te mreže, dok su druga vrsta istraživanja bile studije slučajeva, na temelju kojih s većom odgovornošću možemo tvrditi da ovisnost o internetu postoji. U drugom je dijelu predstavljeno istraživanje među učenicima trećih razreda ljubljanskih škola (N=1194). Anketni upitnik obuhvatio je pitanja o vrsti, mjestu i vremenu uporabe računala i interneta, a sadržavao je i ljestvicu ovisnosti prema K. S. Youngovoj. Rezultati istraživanja pokazali su da učenici pokazuju malo znakova ovisnosti, premda je analiza ekstrema pokazala da su znakovi ovisnosti osim spola i vrste škole – povezani i s načinom korištenja. Zaključuje se da ovisnost o internetu među slovenskim srednjoškolcima nije populacijski problem, no da neki pojedinci pokazuju mnogo takvih znakova.

Ključne riječi: ovisnost o internetu, internet, mladi ljudi i internet, Slovenija

1. Uvod

U vrijeme vrtoglavog razvoja novih tehnologija možemo utvrditi porast masovnih medija koji značajno obilježavaju čovjekovu svakidašnjicu, jer ga

* Helena Jeriček, Institut "Jožef Stefan", Jamova 39, SI-1000 Ljubljana, Slovenija.
E-mail: helena.jericek@ijs.si

prate od jutra do večeri. Čovjek je okružen različitim medijima: radijom, televizijom, časopisima, a od godine 1993. i internetom. Internet se vrlo brzo širi diljem svijeta (po značenju i opsegu prati ga samo razvoj i pristupačnost samog računala) i postaje važan dio svakidašnjice ljudi bez obzira na njihovu starost, naobrazbu ili zanimanje. U Sloveniji se od 1999. godine također može zapaziti (Slovensko javno mnijenje) znatan porast broja kućanstava koja imaju pristup internetu – gotovo 12%, a godine 2000. bilo je takvih već 21%.

S porastom pristupa internetu i časopisi su počeli izvještavati o pojavi ovisnosti o njemu: 1995. godine u Velikoj Britaniji, 1996. u SAD (Griffiths, 1998). Internetu pripisuju – slično kao što su prije toga i televiziji – negativan utjecaj na obitelj i moral, te da potiče socijalne bolesti (Pratarelli, Browne, Johnson, 1999). Godine 1996. nastalo je vjerojatno prvo empirijsko proučavanje K. S. Youngove (Griffiths, 1998) o pretjeranoj upotrebi interneta koja može voditi u ovisnost, a slijedila su i druga (Thompson, 1996, Egger, 1996, Brenner, 1997, prema Griffithsu, 1998). Razumljivo je da je, zbog kratke upotrebe interneta i pojave ovisnosti o njemu, o tome napisano malo studija.

U članku ću se baviti pitanjem postoji li uopće ovisnost o internetu i, ako postoji, kako je definirati. Usporedit ću također dosadašnja istraživanja na tom području i predstaviti rezultate proučavanja koje sam provela godine 2000. među učenicima trećeg razreda srednjih škola u Ljubljani.

2. Svojstva interneta

Kad su godine 1995. proveli prvo istraživanje o upotrebi interneta u Sloveniji, čula je za njega trećina populacije u dobi od 15 do 65 godina, godinu kasnije dvije trećine, a 1997. već 90% ispitanika. Istina, “čuti za njega” još ne znači i upotrebljavati ga, ali ta nam činjenica ipak govori da internet postaje sve popularniji. To potvrđuju i podaci o upotrebi interneta diljem svijeta (*International Herald Tribune*, 4. 12. 1996., str. 24., prema Damascelli, 1998). Podaci reprezentiraju poduzeća s više od 50 radnika, koji znaju upotrebljavati ili upotrebljavaju internet: u SAD je takvih čak 65%, u Velikoj Britaniji 59%, u Njemačkoj 45% i u Francuskoj 28%. U školama ga upotrebljava ili ga zna upotrebljavati: u SAD 90% učenika, u Zapadnoj Europi 53% i u Istočnoj Europi 35%.

Internet povezuje na tisuće mreža i možemo ga usporediti s golemom knjižnicom ili velebankom, u koju mogu doći ljudi svih boja, rasa, vjera i političkih stajališta. Njegovo je glavno svojstvo da ga nitko ne nadzire, a vlasništvo je sviju – takozvana bijela komuna. Nudi mogućnost kvalitativnog i kvantitativnog razvoja. Upotrebljavati ga mogu i nestručnjaci. Ono što ga bitno razlikuje od radija, televizije i časopisa jest interaktivnost. Teoretičari govore o sa-

držajima interneta uglavnom u vezi s odgojem. Zagovornici interneta ističu njegove pozitivne strane, kao što su moć, brzina i univerzalnost, ali se sadržajem ne bave. Ipak moramo paziti i na zamke koje on postavlja, opasnost koju predstavlja ponajprije za djecu i mladež, koja nekontrolirano pretražuju po sadržajima interneta, često neprimjerenim njihovoj starosti i stupnju razvoja. Dok se problem deregulacije kod televizije može riješiti zakonskim odredbama, to kod interneta nije moguće, zato što su vlasnik i autor sadržaja neuhvatljivi ili neodređeni.

2. 1. Internet kao autopoetski sustav

Na internet možemo gledati s tehničkog stajališta kao na mrežu računala, to jest na mrežu mreža, no možemo se usmjeriti i na ljude koje ta mreža povezuje i bez kojih uopće ne bi funkcionirala. Internet nam se tako manifestira kao kompleksan, nepredvidljiv virtualni svijet; njegovu budućnost je teško navijestiti, te je – kao što kaže Kelley (1994: 464) – najveća djelotvorna anarhija na svijetu. Nitko nema preciznog pregleda koliko korisnika sačinjava tu mrežu. Njegovi korisnici svaki dan međusobno izmjene na stotine milijuna pisama. Teško možemo predvidjeti algoritam njegovog djelovanja, jer se neprestance mijenja, a i izvan kontrole je, iako je njegovo djelovanje samoregularno i ograničeno. Gledamo li na internet s tog stajališta, vidimo sustav koji izmiče našem opisu, jer stalno nastaje i proizvodi sam sebe. Upravo ta neprestana produkcija samoga sebe (autopoiesis) jest ono svojstvo koje Maturana i Varela (1998) smatraju najznačajnijim svojstvom živoga (Kordeš, 1998). Prema tome na internet možemo gledati i kao na živ organizam koji radi u skladu sa svojom organizacijom te dopušta samo onoliko i samo one promjene koje pomažu održavati njegovo specifično ustrojstvo. To je jedno od svojstava koje ga čini drugačijim od svih ostalih medija i pojava u suvremenom društvu.

3. Postoji li uopće uvisnos o interetu

Youngova (1996) je upotrebom koncepta ovisnosti o internetu (Internet Addiction) u pionirskoj studiji prouzročila spornu raspravu među raznim stručnjacima. Prije toga već su se koristili pojmovi kao što su: tehnološka ovisnost (Griffiths, 1998) i ovisnost o računalu (Shotton, 1991, prema Griffithsu, 1998).

Pitanje je postoji li uopće ovisnost o internetu i, ako postoji, kako je definirati? Mišljenja su različita, a možemo ih podjeliti na sljedeći način:

1. Jedni tvrde da samo kemijske tvari koje unosimo u tijelo mogu čovjeka učiniti ovisnim.

2. Drugi smatraju da se izraz "ovisnost" može koristiti samo u primjeru uzimanja droga (Rachlin, 1990 i Walker, 1981, prema Youngovoj, 1999). Većina istraživanja o ovisnim osobama bila je ograničena na uzorke onih koji uživaju alkohol i droge, i u tom su trenutku bili na liječenju od ovisnosti (Craig, 1995, Lang 1983, prema Greenbergu, Lewisu, Doddu, 1999). No, pritom se postavlja pitanje: što je droga?
3. Neki su koncept ovisnosti toliko proširili da u njega uključuju i ponašanja koja nisu posljedica uzimanja kemijskih tvari, npr.:
 - kockanje (Griffiths, 1990, 1995, prema Griffithsu, 1998 i Youngovoj, 1999),
 - igranje video igrice (Keepers, 1990, prema Youngovi, 1999, Griffiths, 1993, prema Griffithsu, 1998),
 - neumjereno konzumiranje hrane (Lesieur i Blume, 1993, prema Youngovoj, 1999 Orford, 1985, prema Griffithsu, 1998),
 - prekomjerna tjelovježba (Glosser, 1976, prema Griffithsu, 1998, Morgan, 1979, Furst i Gerome, prema Youngovoj, 1999),
 - prekomjerni odnosi (Peele i Brodsky, 1975, prema Youngovoj, 1999),
 - prekomjerno gledanje televizije (Winn, 1983, prema Youngovoj, 1999),
 - internet (Young, 1996, 1999; Griffiths, 1998; Pratarelli, Browne, Yohnson, 1999).

Ako su istraživanja o ovisnosti u prošlosti bila usmjerena na ovisnike koji traže liječenje ili nisu odgovarajuće reagirali u danim socijalnim ustrojstvima, sadašnja istraživanja utvrđuju tendencije ovisnosti u populaciji studenata koja nije daleko od prosjeka i nije otuđena socijalnom okruženju. U širem shvaćanju ovisnosti, svi smo potencijalni kandidati ove ili one vrste ovisnosti. Kod takvog koncepta postavlja se pitanje je li je ovisnost bolest ili način života, te gdje je granice između normalnog i nenormalnog, jer je to društveni pojam.

3. 1. Ovisnost o internetu

Želimo li govoriti o ovisnosti o internetu, moramo se ponajprije pozabaviti samim pojmom ovisnosti i što on uopće znači. Larkin i Griffiths (1998) navode definiciju Marlatta, Baera, Donovanana i Kivlahana iz godine 1988. Ponašanje ovisnika definirali su kao ponavljajući uzorak navika, koji povećava rizik od bolesti i/ili s njim povezane osobne i socijalne probleme. Ponašanje ovisnika opisano je kao gubitak kontrole – riječ je o neuspjelim pokušajima kako bi se smanjila ili prekinula upotreba. Za taj uzorak navika svojstven je trenutni ugođaj, često povezan s odloženim dugotrajnim štetnim utjecajem. Larkin i Griffiths, oslanjajući se na Krivanika (1988), sažeto objašnjavaju da je ovisnost najbolje definirana kao proces koji sadržava spektar upotrebe i zloupotrebe

be. Ta definicija može obuhvatiti ovisnost i o tvarima i o ne-tvarima. Pritom ističu da definicija mora sadržavati i ocjenu bolesti ili/i stupanj socijalnih problema te stupanj rizika za zdravlje. Sve nam to pomaže razlikovati ovisno ponašanje od ponašanja koje nije problematično za naše duševno i fizičko zdravlje.

Drugo pitanje koje možemo postaviti jest: je li internet – droga. On naravno nije droga u smislu kao što je definira V. Hudolin, 1987. (“droga je kemijska tvar biljnog ili sintetičkog podrijetla koja djeluje na živčani sustav i vodi do psiholoških promjena”), ili pak I. Dogša i I. Schmidt, 1997. (“droga je kemijska tvar koju unosimo u tijelo, koja može promijeniti djelovanje tijela ili psihe, te je zabranjena”). L. Milčinski (1983) upozorava da se droga prvotno koristila u medicini, a tek se naknadno shvatilo da djeluje na čovjekovu psihu.

Za internet ne možemo reći da je tvar, ali pitanje je što je s posljedicama upotrebe interneta koje mogu voditi u ovisnost. Milčinski (1983) u vezi s drogom govori o tri vrste odnosa prema njoj: o umjerenom uzimanju, zloupotrebi i ovisnosti. Umjerenom uzimanje mogli bi usporediti s umjerenom upotrebom interneta kao sredstva za sporazumijevanje i traženje informacija. O zloupotrebi se govori kada su čovjekove tjelesne i duševne funkcije (a time i društveno ponašanje) povremeno poremećene. Počinju posljedice na radnom mjestu, u školi ili obitelji. Kod interneta možemo govoriti o zloupotrebi u slučajevima dugotrajne upotrebe, a posljedice su kraće spavanje, zanemarivanje ili neobavljanje dužnosti, kašnjenje ili zaboravljanje na dogovore. Ako takvo stanje traje, te se povećava količina tvari i aktivnosti za isti učinak i kada se pojave apstinencijske krize smanji li se ili prekine upotreba, tada vjerojatno možemo govoriti o ovisnosti. Kod upotrebe interneta možemo ustanoviti koliko vremena provedemo za računalom, te predvidjeti mogućnost krize. Unatoč dosta dobroj usporedbi interneta i droge, mislim da je riječ o istom pitanju i kada se radi o radu i odnosima. Shvatimo li termin droge u tom smislu, tada sve može biti droga, to jest sve ima potencijal postati drogom. No, rad i bavljenje internetom znatno se razlikuju od, recimo, heroina. Razlika između kemijske tvari i aktivnosti jest u tome da neke kemijske tvari uzrokuju najprije fizičku i tek zatim psihičku ovisnost, a aktivnosti uzrokuju samo psihičku, točnije mentalnu ovisnost. Istina, to ne vrijedi za neke kemijske tvari. Možda je bolje da je izraz droga (u užem smislu riječi) rezerviran za kemijske tvari koje (zbog svojega sustava) mogu voditi u ovisnost, a da internet ostane internet i rad rad, jer aktivnosti same po sebi ne vode nužno u ovisnost kao što je to slučaj s kemijskim tvarima, osim ako se radi o povremenoj ili rekreativnoj upotrebi droge (Dekleva, 1999); iako kod uzimanja droga postoje različiti stupnjevi i različite vrste upotrebe.

3. 2. Definicije

Unatoč vrlo različitim stajalištima – do opravdanosti samog pojma ovisnosti o internetu – neki istraživači su ga pokušali i definirati. Tako je Youngova 1996. zapisala da je ovisnost o internetu smetnja u kontroliranju impulsa, koja nije uvjetovana intoksikantima, a 1999. govori da je to širok pojam, koji obuhvaća široku paletu problema ponašanja i kontroliranja impulsa (razlikuje 5 podtipova i to: ovisnost o pornografiji na internetu, ovisnost o odnosima na internetu – riječ je o sklapanju prijateljstava u pričaonicama, ovisnost o igrama na sreću, ovisnost o informacijama i računalima). Griffiths (1998) tvrdi da je teško definirati što je to ovisnost, te da se većina definicija odnosi na zloupotrebu droga. Definiranje ovisnosti po njegovu je mišljenju nalik definiranju planine ili drveta (ne postoje dostatna mjerila za definiranje svih primjera), kod kojih cjelinu prepoznamo lakše od dijelova. Zatim govori o tehnološkim ovisnostima koje su definirane kao ne-kemijske i uključuju interakciju između čovjeka i stroja. Pratarelli, Browne i Johnson (1999) izjednačuju računalnu i internetsku ovisnost, te je definiraju kao fenomen ili smetnju ovisnu kako o medijima tako i o porukama.

Jedno od osnovnih pitanja kod definiranja ovisnosti o internetu jest također pitanje o čemu smo uopće ovisni: je li to sam medij (računalo, mnogobrojne mogućnosti) ili su to pojedine aktivnosti. Youngova (1997) utvđuje da postoji razlika među aktivnostima na internetu. Tvrdi da upotreba interneta, ako je usmjerena prema uspostavljanju kontakata to jeast uspostavljanju surogatskih odnosa, ima veći potencijal da postane ovisnost od upotrebe interneta za traženje informacija.

4. Znaci ovisnosti o internetu

Složimo li se da ovisnost o internetu postoji, postavlja nam se sljedeće pitanje: kako možemo prepoznati je li netko ovisan o njemu? Youngova (1996) je primijenila kratku anketu prema mjerilima ovisnosti o kockanju (prema *Diagnostic and Statistical Manual Disorders – 4th Edition*), koristeći sljedeća pitanja:

1. Jesi li preopterećen internetom (misliš li na prošlu aktivnost ili očekuješ sljedeću)?
2. Osjećaš li potrebu da sve više vremena provodiš na internetu kako bi bio zadovoljan?
3. Kako se često ne uspijevaš kontrolirati, smanjiti ili prekinuti upotrebu interneta?

4. Jesi li nemiran, nervozan, depresivan ili razdražljiv ako smanjiš ili prekineš upotrebu interneta?
5. Ostaješ li na mreži duže nego što na početku planiraš?
6. Jesi li riskirao gubitak važnijih odnosa, posla ili mogućnosti za naobrazbu zbog interneta?
7. Jesi li ikada lagao prijateljima, roditeljima ili nekome drugome kako bi sakrio svoju vezanost za internet?
8. Upotrebljavaš li internet kao bijeg od problema ili osjećaja krivnje, nemoći, zabrinutosti, depresije?

Youngova (1996) je odredila da pet pozitivnih odgovora znači ovisnost o internetu, ali takvo je određivanje dosta proizvoljno i neprovjereno. Svoj izbor objašnjava time da mjerila za ovisnost o kockanju ima isto tako pet. Mjerila su izradili također Griffiths i Goldberg. Pogledamo li ih možemo ustanoviti podudarnosti i sličnosti. Svi troje spominju visok stupanj tolerantncije kod vremena upotrebe (znak ovisnosti jest kada netko produžava upotrebu da bi postigao ranije zadovoljstvo); gubitak ili prekid s nekim važnim zanimanjima, socijalnim ili drugim aktivnostima zbog preduge upotrebe interneta (Griffiths to naziva konflikt s drugim ljudima i aktivnostima) i krizu poput nemira, nervoze, razdražljivosti u primjeru ako se smanji ili prekine upotreba. Youngova i Griffiths spominju preopterećenost s aktivnostima na internetu, a Youngova i Goldberg još i nemoć pojedinca da kontrolira upotrebu, to jest dulje vrijeme upotrebe nego što je na početku planirao. Samo kod Youngove nalazimo i laganje o upotrebi interneta i upotrebu kao bijeg od problema. Griffiths kao znak ovisnosti spominje promjenu raspoloženja, a skupa s Goldbergom i nastavljanje upotrebe, unatoč mnogim teškoćama.

5. Usporedba stranih istraživanja

Prva napisana studija o temi ovisnosti o internetu bila je Shottonova studija o ovisnosti o računalima (1989, 1991, prema Griffiths, 1998). Od 127 anketiranih, 96% muškaraca opredijelilo se ovisnike o računalu. Prema studiji, to su bile osobe visoke inteligencije, motivirani, uspješni, ali neshvaćeni ljudi. Shottonova ih je pet godina pratila u njihovu radu i ustanovila da su ti mladi ljudi postigli visoku naobrazbu i dobili dobre poslove. Ta studija ima i jednu slabost – provedena je sredinom devedesetih godina i koncentrirana samo na igrače video igrice. Njezin rad je važan zato što je prva istraživala ovisnost o računalima, ali nije relevantan za područje ovisnosti o internetu. O pravim studijama ovisnosti o internetu možemo govoriti tek od 1996. godine. Te je godine bilo je nekoliko studija. Sve su izvedene na internetu, što znači da je uzorak anketiranih bio “selektivno” ograničen, a to im se uglavnom i prebacuje.

Youngova je vjerojatno napisala prvu empirijsku studiju na tom području, upotrebljavajući već spomenutu verziju mjerila i znakova za prekomjerno kockanje. Unatoč tome što se studija Youngove zasniva isključivo na selektivnom uzorku dobrovoljaca – koji su odgovorili na oglase objavljene u časopisima, na internetu i na plakatima u studentskim domovima – rezultati su itekako zanimljivi. Anketu su sačinjavala pitanja otvorenog i zatvorenog tipa. Od 596 valjanih anketa, 396 ih je bilo raspoređenih u kategoriju ovisnika i 100 u kategoriju ne-ovisnika. (Svi oni koji su odgovorili potvrdno na pet ili više odgovora definirani su kao ovisnici o internetu) Pitanja su se osim 8-stupanjske ljestvice odnosila i na vrijeme upotrebe interneta, vrstu upotrebe, posljedice upotrebe i demografske podatke. Anketa je provedena 55% na internetu, a ostalo telefonski. Od 396 onih koje Youngova smatra ovisnicima, 157-orica su bili muškarci u prosječnoj dobi od 29 godina, dok je bilo 239 žena u prosječnoj dobi od 43 godina. Stručna sprema je bila sljedeća: 42% nezaposlenih, što znači da se radi o studentima, kućanicama, umirovljenicima ili invalidima, 11% fizičkih radnika, 39% je radilo u uredu i 8% u strukama koje uključuju novu tehnologiju. Usporedba vremenskih intervala upotrebe interneta pokazala je da 58% ovisnika o internetu upotrebljava internet od šest mjeseci do jedne godine, a neovisnici više od jedne godine, na osnovi čega Youngova zaključuje da se ovisnost pojavljuje ubrzo nakon početka upotrebe interneta. Prema tim rezultatima ovisnici koriste internet osam puta više od neovisnika, i to u prosjeku 38,5 sati, a prosječno vrijeme kod ne-ovisnika iznosi 4,9 sati na tjedan. Utvrdila je također razlike u vrstama upotrebe interneta: ovisnici se koriste internetom najviše za dvosmjernu komunikaciju, za susrete s ljudima i razgovore, a neovisnici upotrebljavaju internet najviše kako bi poslali elektroničku poštu i dobili informacija. Ovisnici su također izvješćivali o posljedicama upotrebe interneta na različitim razinama: u pitanju odnosa, novca, izobrazbe i zanimanja. Od ovisnika njih 54% nema želju skratiti vrijeme na internetu, dok je 46% ovisnika to vrijeme pokušalo skratiti, ali bez uspjeha.

Problematičnost te studije jest u tome, što je za nju napravljena velika reklama, tako da među anketiranimima ima više žena, jer se žene vjerojatno više odazivaju na različite oglase. Osim toga i sama Youngova je skeptična u vezi s rezultatima i spominje problem malog i nereprezentativnog uzorka te sumnjiv motivacijski faktor kod sudionika. Iste godine napisali su studije i Brenner, Thompson i Egger (prema Youngovoj, 1999. i prema Griffithsu, 1998). Za sve studije karakteristično je da su se ispitanici sami opredjeljivali za (ne-)ovisnike, što može biti dvojbena. Brenner je primijenio anketu s 32 pitanja tipa "točno-netočno", nazvanu IRABI (Internet Related Addictive Behavior Inventory), a ljudi su imali mogućnost ispuniti je na njegovoj stranici interneta. Analiza prvih 563 anketiranih (što je 30% svih ljudi koji su došli na tu stranicu) iz 24 država govori da se kod njih u prosjeku javlja deseatak znakova smetnji (nedostatak kvalitetno provedenog vremena, kraće spavanje, preskaka-

nje obroka). Neki su pisali i o ozbiljnijim problemima, kao što su oni s poslodavcem i socijalna izolacija. Prosječan zbroj bodova je 12 od 32 moguća, pri čemu anketirani provedu na internetu u prosjeku 19 sati na tjedan. Od 450 valjanih odgovora 84% je bilo muškaraca i 16% žena, a od toga se 20% ispitanika samo opredjelilo za ovisnike. Egger (prema Youngovoj, 1996. i prema Chou, Chou, Tyan, 1998) utvđuje da odgovori ovisnika i ne-ovisnika ukazuju na važnu razliku na osnovi koje zaključuje da upotreba interneta može voditi u ovisnost. Thompson je također pripremio sličnu anketu (nazvanu "McSurvey"). Među 104-ero anketiranih 72% se osjeća poput ovisnika, dok ih 33% ističe negativan utjecaj interneta na život.

Problem svih anketa provedenih na internetu jest u tome, što je vrlo teško osigurati točnost podataka ispitanika, jer ne postoji mehanizam kojim bi se provjeravao njihov identitet i ujedno omogućavala anonimnost, kao što je to moguće kod ankete "uživo".

Druga vrsta studija, koja je bila obavljena, studije su slučaja. Griffiths (1998) i Youngova (1996) intervjuirali su osobe s ozbiljnim problemima u vezi s upotrebom interneta, te su na taj način omogućili bolje razumjevanje te problematike. Youngova (1996) piše o 43-godišnjoj kućanici, koja je kad je dobila novo računalo, unatoč nepoznavanju toga medija i računalnoj fobiji, provodila na početku nekoliko sati na tjedan na internetu, tražeći pričaonice i druge različite načine za uspostavljanje kontakata. Već nakon tri mjeseca provodila je na internetu 50 do 60 sati na tjedan. Youngova izvješćuje da je žena pronašla neku pričaonicu gdje se dobro osjećala, te je sve duže ostajala na tim stranicama. Istodobno je to postala njezina glavna aktivnost – već ujutro je provjeralo elektroničku poštu, a zatim redovito i tijekom dana. Kada nije sjedila pred računalom, osjećala se depresivno, anksiozno i razdražljivo. Prestala je zvati prijatelje, manje se bavila svojom obitelji, otkazivala je posjete i druge društvene aktivnosti u kojima je ranije sudjelovala. Prestala je također kuhati, spremati, kupovati, jer joj je to oduzimalo previše vremena. Pritom su najviše trpjele njezine kćeri, jer je majka neprestance sjedila pred računalom, ali i muž za kojega supruga nije više pokazivala nikakva zanimanja. S obzirom na to da žena nije mogla sama prekinuti takvo stanje, na to ju je prisilila nezina obitelj. Youngova misli da taj primjer ruši stereotip o ovisnosti o internetu, prema kojem su mu više skloni mladi, introvertirani muškarci. Ona misli da postoje čimbenici rizika koji su povezani s upotrebom određenih aktivnosti, što dakle znači da su problematične sve interaktivne aktivnosti.

Pet Griffithsovih takvih studija slučaja pretjerane upotrebe interneta, analizira način upotrebe interneta troje tinejdžera, žene srednjih godina i muškarca u kasnim tridesetim. Prema njegovim spomenutim kriterijima, dvoje od njih bili su ovisni o internetu. Jedan od njih bio je 16-godišnji Englez, jedinac, koji je živio s majkom. Dječak nije imao fizičkih poteškoća, iako je bio predebeo. Provodio je za računalom oko 70 sati na tjedan, od toga 40 sati na internetu.

Njegov uobičajeni način korištenja bio je “uključivanje” računala između 14 i 16 sati poslijepodne, a zatvarao ga je između jedan sat u noći i pet sati ujutro. Opisao se kao čovjek opsjednut znanstvenom fantastikom, koji provodi sate i sate u različitim forumima na kojima raspravlja o televizijskom programu. Za njega je internet bio najvažnija stvar u životu. O njemu je mislio i onda kada ga nije upotrebljavao. Internet je mogao promijeniti njegovo raspoloženje – mogao ga je smiriti ili uznemiriti. Uvijek je ostajao na mreži duže nego što je planirao. Pokušao je s tim prekinuti i jedanput mu je uspjelo na tri dana, ali dulje nije izdržao. No, unatoč svemu, nije se osjećao kao ovisnik. Taj slučaj, za razliku od ranijega, potvrđuje stereotipnu predstavu o ovisniku kao mladom muškarcu sa siromašnim društvenim životom i niskim samopouzdanjem. Primjer je koji Griffithsu potvrđuje tezu da se u slučaju interneta može govoriti o ovisnosti, te da ju je moguće uspoređivati s drugim vrstama ovisnosti.

6. Studija među srednjoškolicima

Studija koju sam izradila na temelju ankete među učenicima u Ljubljani bila je šire postavljena, ali ograničit ću se samo na znakove ovisnosti. Anketom je bilo obuhvaćeno 1194-ero učenika trećih razreda ljubljanskih srednjih škola, od toga 57% djevojaka i 43% mladića. Uzorak je obuhvatio učenike gimnazija (37%), stručnih (39%) i tehničkih škola (24%). Kako bih provjerila znakove ovisnosti koristila sam ljestvicu Youngove sa 14 varijabli na koje su učenici odgovarali s: 1 = uopće se ne slažem, 2 = ne slažem se, 3 = djelomice se slažem, 4 = slažem se, 5 = u svemu se slažem.

- 1) Uvijek mi se događa da ostanem na internetu duže nego što sam planirao/la.
- 2) Školu nikada ne zanemarujem zbog duge upotrebe interneta.
- 3) Više vremena provedem na internetu nego s prijateljima.
- 4) Zahvaljujući internetu upoznao sam već mnogo ljudi.
- 5) Ostali se neprestance žale da previše vremena provodim na internetu.
- 6) Uvijek najprije pregledam elektroničku poštu.
- 7) Pita li me tko što radim na internetu, uvijek ljubazno odgovaram i kažem istinu.
- 8) Jedva čekam da ponovno otvorim internet.
- 9) Moj bi život bez interneta bio podjednako veseo, zanimljiv i ispunjen.
- 10) Smeta li mi tko kada sam na internetu, postajem ljut i razdražljiv.
- 11) Zbog interneta ne spavam manje nego obično.
- 12) Nisam preopterećen zbog interneta.
- 13) Pita li me tko koliko sam dugo bio na internetu, pokušavam sakriti istinu.
- 14) Radije izlazim s prijateljima nego da se bavim internetom.

Izračunala sam prosjek i standardne devijacije (SD) za pojedine varijable. Uzela sam u obzir samo učenike koji su zaokružili svoj svoj odgovor.

Tabela 1: Prosjeci i standardne devijacije pojedinih varijabli

VARIJABLE	PROS.	SD	BR. ODG.
Uvijek mi se događa.. (23)	3,20	1,18	975
Školu nikada ne zanemarujem... (24)	2,67	1,25	973
Više vremena provedem... (25)	1,35	0,75	970
Zahvaljujući internetu sam... (26)	2,30	1,20	973
Ostali se neprestance... (27)	1,60	0,95	974
Uvijek najprije pregledam elektroničku poštu... (28)	2,31	1,50	971
Pita li me tko... (29)	2,36	1,16	974
Jedva čekam... (30)	2,57	1,19	979
Moj bi život bez interneta... (31)	2,12	1,25	978
Smeta li mi tko... (32)	1,87	1,07	978
Zbog interneta ne spavam... (33)	2,54	1,52	975
Nisam preopterećen... (34)	2,05	1,25	972
Pita li me tko... (35)	1,77	1,05	972
Radije izlazim... (36)	1,80	1,09	971
Ukupno:		30,51	

Ustanovila sam da učenici – s obzirom na to da je zajednički najveći mogući zbir od 70 bodova – pokazuju iznimno malo znakova ovisnosti, o čemu govori i zbroj prosjeka (30,51 bodova). (Kod pojedinih varijabli brojevi se razlikuju, ali razlike su male pa nam zbroj prosjeka, unatoč tome, daje zadovoljavajuću sliku o stanju svih varijabli). Prema rezultatima mogu tvrditi da je među učenicima trećih razreda ljubljanskih škola malo znakova ovisnosti, odnosno da je pitanje može li se uopće govoriti o ovisnosti. Najviši su rezultati kod kontroliranja upotrebe, što pokazuje da je internet vrlo privlačan medij kod kojega se često događa da ga učenici upotrebljavaju duže nego što su planirali. Slijede rezultati kod varijable da zanemaruju školu zbog duge upotrebe. Na trećem su mjestu rezultati o tome da jedva čekaju ponovno ići na internet, te da zbog njega kraće spavaju. Slijedi da pogledaju elektroničku poštu prije svega ostaloga, novim poznanstvima posredstvom interneta i o tome da ih razljuti pitanje što rade na internetu, te postaju nervozni i lažu. Slijede druge varijable.

Kod faktorske analize, koristila sam se metodom glavnih komponenata i oblimin rotacijom. U objema metodama izdvojila su se dva čimbenika (kod kriterija, ugrađenih u SPSS, brojeve faktora), prvi faktor objašnjava 48% cijele varijance, drugi 9%, a skupa objašnjavaju 57% cijele varijance.

Analiza varijabli pojedinog čimbenika nije pokazala izrazita zajednička svojstva, zato što se sva pitanja odnose na znakove ovisnosti. S obzirom na to da su obje metode ekstrakcije čimbenika dale dva čimbenika, pri čemu prvi visoko korelira s afirmativnim formulacijama varijabli, a drugi s varijablama u negativnom obliku, zaključujemo da se možemo odlučiti za jednodimenzionalnu ljestvicu. Uzimamo u obzir i to da prvi čimbenik objašnjava gotovo 50%

varijance, drugi samo 9%, a njihova korelacija je 0,57. S Cronbachovim koeficijentom alfa ispitali smo pouzdanost ljestvice znakova ovisnosti. Alfa je u našem primjeru veoma visoka (0,9157) što pokazuje na visoku pouzdanost.

Kako je u cijelom uzorku bilo malo učenika s jasnim simptomima ovisnosti, odlučila sam se na analizu ekstrema, jer sam željela usporediti učenike s više i manje znakova ovisnosti. U njoj sam sve koji su rješavali pitanja u vezi s ovisnošću (981 ispitanika – uključeni su i oni koji nisu odgovarali na sva pitanja) podijelila u dvije skupine: one koji su na ljestvici dali odgovore 4 ili 5 – u jednu grupu, a one koji su odgovarali s 1 ili 2 – u drugu. Ustvrdila sam da kod svih 14 varijabli nitko nije odgovorio s najvećim mogućim vrijednostima (4 ili 5). Jedan je odgovorio s 5 kod 12 varijabli.

Izabrala sam oko 10% iz oba uzorka: kod druge skupine izdvojila sam one koji su kod pet ili više varijabli izabrali vrijednost 4 ili 5, točnije 128-ero učenika ili 13%, te sam ih nazvala gornjim ekstremom. Izdvojila sam kod prve skupine one koji su kod trinaest ili četrnaest varijabli izabrali vrijednost 1 ili 2, točnije 147-ero ili 15%, te sam ih nazvala donjim ekstremom. Usporedba ekstrema s obzirom na spol pokazuje da su među učenicima koji su na ljestvici izabrali vrijednost 1 ili 2 (donji ekstrem) uglavnom djevojke, i to 107 (73%), a ostalo su mladići. Kod gornjeg ekstrema (oni koji su na ljestvici odgovarali s 4 ili 5) je obrnuto. U većini (77 ili 60%) su mladići, a 40% je bilo djevojaka. Usporedba ekstrema s obzirom na vrstu škole pokazuje da je kod donjeg ekstrema gotovo polovica gimnazijalaca – 71 (48%), slijede učenici srednje tehničke – 39 (27%) i stručne škole – 37 (25%). Kod gornjega je ekstrem obrnuto. U većini su učenici stručne škole – 66 (52%), slijede oni iz tehničke škole – 32 (25%) te gimnazije – 30 (23%). Što se tiče prebivališta učenika, među ekstremima nema većih razlika, kao što bismo možda očekivali. Kod oba ekstrema prevladavaju učenici koji žive kod kuće – donji ekstrem 128 (87%), slijede učenici koji borave u domovima 16 (11%), drugdje živi troje (2%) učenika. Kod gornjeg ekstrema je slično – 114 (89%) učenika živi kod kuće, 10 (8%) u domovima i 4 (3%) živi drugdje. Usporedba donjeg i gornjeg ekstrema pokazuje da kod uspjeha među učenicima nema većih razlika. Kod oba ekstrema je većina s dobrim uspjehom, kod donjeg ekstrema 79 (54%), a kod gornjeg 64 (50%). Kod donjeg ekstrema slijede učenici koji su bili vrlo dobri i dovoljni, 27 (18%), 9 (6%) učenika je bilo odličnih, a 4 (3%) nedovoljna, što je očekivano kao i kod prijašnjeg uzorka.

U usporedbi s cijelim uzorkom učenici gornjeg ekstrema upotrebljavaju računalo češće kod kuće, malo manje od polovice koristi se njime svakodnevno, i to uvijek za internet – 24%, za igranje igrica 22% i 11% za školu, što je upravo obrnuti niz od niza kod cijelog uzorka. Osim toga, ustanovila sam χ^2 -eksperimentom povezanost između ekstrema i upotrebe računala kod kuće, prijatelja ili rodbine, i to za igranje igrica i za internet. Povezanost se pokazala i kod vremena upotrebe računala. U usporedbi s cijelim uzorkom uzorak gornjeg

ekstremna češće upotrebljava internet kod kuće (cijeli uzorak 11%, dijelni 31%), veći je postotak također kod upotrebe interneta u školi, te kod prijatelja, rodbine i u knjižnici. Razlikuje se i vrsta upotrebe, i to kod cijelog uzorka: učenici uvijek upotrebljavaju internet uglavnom za traženje informacija, a kod gornjih ekstremnih primjera za časkanje i elektroničku poštu. Usporedba vremena upotrebe pokazuje da su u gornjem ekstremnom uzorku postotci upotrebe veći od 2 sata na dan. χ^2 -eksperiment je pokazao povezanost s pristupom internetu kod kuće, u knjižnici i u školi i s njegovom upotrebom kod kuće, prijatelja, rodbine i u knjižnici. Kod vrste upotrebe možemo prihvatiti hipotezu o povezanosti kod upotrebe interneta za elektroničku poštu, časkanje, gledanje erotičnih slika, skidanje programske opreme s interneta, novosti ("news group"), igranja igrica i presnimavanja glazbe. Umjerena povezanost pokazala se također kod vremena upotrebe interneta.

Među onima koji imaju više simptoma, više je mladića, što daje potvrdu studijama o internetu kao muškom području djelovanja, te stereotipnoj predstavi o ovisniku kao mladom muškarcu (prema Griffithsu, 1998), suprotno od spoznaja Youngove (1996). Također je za njih karakteristično da ih polovica pohađa stručnu školu, a druga polovica srednju tehničku školu ili gimnaziju. Žive većinom u svojoj obitelji, po školskom uspjehu je većina vrlo dobrih, slijede dovoljni, vrlo dobri, odlični i nedovoljni. Glede naobrazbe roditelja prevladava srednja škola kod majki i kod očeva.

7. Rasprava

Internet nudi puno različitih mogućnosti, što smanjuje ili otežava kontroliranje. To se pokazalo i u studiji među učenicima trećih razreda srednjih škola u Ljubljani. Više mogućnosti znači više mogućnosti upotrebe, a s tim i mogućnost da se olakšaju usamljenost, neprihvaćenost, pritisak društva, visoka očekivanja drugih, itd. Uz to, na internetu možemo časkati s ljudima iz cijelog svijeta, što nosi sa sobom određen šarm i privlačnost. Youngova (1996., 1999) je osobito zabrinuta nad zbog toga i upozorava da je to opasno za introvertirane osobe ili one koji nemaju dovoljno društvenih kontakata, te će svoje potrebe za druženjem zadovoljavati na taj način. Internet nudi još dodatne povoljnosti kao što su anonimnost, mogućnost prekida u bilo kojem trenutku, mogućnost stvaranja novog identiteta, itd. Joinson (1998) misli da je internet medij koji daje poticaj ponašanju bez ikakvih prepreka, granica i društvene cenzure. Pojedinač se na mreži osjeća dovoljno zaštićen i skriven, pa može otvoreno pokazati svaki djelić sebe, otkriti sve osjećaje koje možda i nije prihvaćao ili ih je morao zbog društvenih predrasuda skrivati, ili pita za stvari na koje bi jedva pomišljao. To je, vjerojatno, s jedne strane dobro, jer omogućuje da se riješe neke dvojbe ili predrasude, ali može dovesti do dvojnog života, odnosno života na internetu i onoga kada nije na internetu. Privlačnost inter-

neta je i u tome što daje osjećaj sigurnosti, pa prema tome i potiče da se izrazi cijeli spektar osjećanja, što korisnika motivira na novu upotrebu. To su prednosti interneta, a istodobno (mogu biti) i slabosti, jer povećavaju moguću ovisnost.

Tražeci studije o problematici ovisnosti o internetu, ustanovila sam da ih nema puno. Većinom su bile provedene na internetu, što obuhvaća ciljanu populaciju (one koji upotrebljavaju internet), a uzorak je vjerojatno subjektivan, zato što ne dopušta provjeru, pa je upitna mogućnost generaliziranja (prim. Youngova, 1996, Thompson, 1996, Egger 1996, Brenner, 1996, po Griffithsu, 1998). Neki su stručnjaci anketirane čak pozvali neka se opredjele za ovisnike ili ne-ovisnike. To je vrlo dvojbeno, jer je odluka o tako osjetljivom pitanju kao što je ovisnost, prepuštena pojedinčevoj subjektivnoj prosudbi. Pri tome ne smijemo zaboraviti da pravi ovisnik vjerojatno neće priznati ovisnost, osim ako ga anonimnost i udaljenost od onoga koji postavlja pitanja motivira da prizna.

Osnovni problem i pitanje koje se postavljalo prije nego što sam završila studiju bilo je: kako je s internetom u Sloveniji, koliko je raširen i da li se, s obzirom na njegovu sve veću upotrebu, već javljaju pojedinci koji ga zloupotrebljavaju. Odlučila sam se na opisanu anketu iako sam bila sam svjesna da će među njima biti vjerojatno onih koji ne mogu dugo upotrebljavati interneta kod kuće.

Analiza broja znakova ovisnosti pokazalo je da učenici imaju malo znakova ovisnosti (prosjek je bio 31 bod od 70 mogućih). Možemo zaključiti da većina anketiranih učenika nije ovisna o internetu, ali ga upotrebljava za nove informacije, dakle za učenje u širem smislu. Takvi su rezultati su nekako očekivani, jer su postotci ovisnika među korisnicima oko 2-3%, što se slaže s postotkom učenika (3,7%) koji su kod više nego polovice varijabla o znacima ovisnosti odgovorili s najvećim mogućim odgovorima (4 ili 5). Da bi lakše obradila specifično svojstvo učenika koji pokazuju najviše simptoma ovisnosti, obavila sam i analizu ekstrema. Analizirala sam 10% učenika koji su odgovarali s najvišim vrijednostima (4 ili 5) i 10% onih s najnižim (1 ili 2). Uzorci se međusobno dosta razlikuju.

Utvrđila sam da postoje velike razlike između učenika različitih škola i to u vrsti, kraju i vremenu upotrebe računala i interneta. Kad je u pitanju vrste i kraj upotrebe prednjače gimnazijlci, a u pitanju vremena učenici stručnih škola. Postoji i važna razlika između učenika s različitim uspjehom u školi – prednjače odličaši s obzirom na kraj i vrstu upotrebe, a kod vremena nema posebnih razlika. Velike su i razlike između spolova.

Osim toga, provjera s χ^2 -eksperimentom nije pokazala da bi ćaskanje jače utjecalo na ovisnost o traženju informacija, što je ustanovila Youngova (1996). Uzrok je vjerojatno u tome što među učenicima nema puno onih s velikim stupnjem ovisnosti, a i upotreba očito nije još specijalizirana. Među učenicima

koji žive u roditeljskom domu ili u internatu nema većih razlika, što je možda posljedica dobro opremljenih domova. Ali zato su uočljive razlike između učenika po naobrazbi njihovih roditelja. Oni čiji su roditelji obrazovaniji, češće upotrebljavaju računalo i internet. Roditelji ih češće ohrabruju na korištenje računala, što je vjerojatno povezano i s financijskim mogućnostima.

8. Zaključak

S obzirom na to koliko često učenici žele upotrebljavati internet, možemo predvidjeti da će njegova upotreba sljedećih godina rasti. Na to učenike ne navedi samo društvo, nego i škola. Time će se povećati mogućnost ovisnosti. Čini mi se bi se škole morale pobrinuti ne samo za plasiranje interneta, već i za kritičnu evaluaciju i refleksivan odnos prema sadržajima koje nudi. Razumljivo je da bi trebalo uključiti u taj projekat i roditelje i motivirati ih da nadziru djecu kod upotrebe interneta. Roditelji i škole mogu već s jednim stručnjakom odrediti do kojih stranica dijete ima dopušten pristup i kakav stupanj nasilja i spolnosti mogu neke stranice sadržavati. Na internetu postoje i tvrtke koje se bave zaštitom korisnika od određenih sadržaja.

Glavni problem kod upotrebe medija je u mehaničkoj upotrebi, odnosno upotrebi bez osmišljenog nadzora. Da bi se postigla kritička distancija i svijest o događanju kod korisnika, pomaže razgovor s roditeljima, učenicima ili sa socijalnim pedagogom. Ali to nije dovoljno za one koji zloupotrebljavaju internet. Oni se moraju liječiti, apstinirati i mijenjati one svoje osobine koje su dovele do ovisnosti. Istražiti zašto je ovisnik morao bol (patnju, loš osjećaj, usamljenost, itd.) smiriti ponavljanjem neke (jedne jedine) aktivnosti. Rozmanova (1999) za početak predlaže da se uključe u skupinu koja će im pomoći da prihvate samoga sebe i dati im osjećaj da nisu sami.

LITERATURA:

- Chou, C. Chou, J. Tyan, N.-C. N. (1998) *An Exploratory Study of Internet Addiction, Usage and Communication Pleasure*. Washington: U.S. Department of Education office of Educational Research and Improvement (OERI).
- Damascelli, N. (1998) *Le rivoluzioni della comunicazione*. Milano: Franco Angeli.
- Dekleva, B. (1999) *Ekstazi in plesne droge*. Ljubljana, Društvo za razvijanje preventivnega in prostovoljnega dela, Pedagoška fakulteta.
- Dogša, I., Schmid, I. (1997) *Droge? Ne, hvala!* Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.

- Greenberg, L. J. Lewis, E. S. Dodd, K. D. (1999) "Overlapping Addictions and Self-esteem among College Men and Women", *Addictive Behaviors*, 24 (4), 565-571.
- Griffiths, M. (1998) "Internet Addiction: Does It Really Exist?" U: J. Gackenbach (Eds.) *Psychology and the Internet*. London: Academic Press, 61-75.
- Grohol, M. John (1998) "Future Clinical Directions: Professional Development, Pathology, and Psychotherapy On- Line" U: J. Gackenbach (Eds.) *Psychology and the Internet*. London: Academic Press, 111-140.
- Hudolin, V. (1987) *Rječnik ovisnosti*. Zagreb: Školska knjiga.
- Joinson, A. (1998) "Causes and Implications of Disinhibited Behavior on the Internet". U: J. Gackenbach (Eds.) *Psychology and the Internet*. London, Academic Press, 43-60.
- Kelly, K. (1994) *Out of Control: The Rise of Neo-biological Civilization*. Massachusetts: Perseus books.
- Kordeš, U. (1998) "The World as an (autopoietic) system". U: A. Detela, U. Kordeš, A. Ule: Zbornik radova – Mednarodna multi-konferenca Informacijska družba. Ljubljana: Institut "Jožef Stefan", 81-85.
- Larkin, M. Griffiths, M. D. (1998) "Response to Shaffer (1996): The Case for a 'Complex Systems' Conceptualisation of Addiction", *Journal of Gambling Studies*, 14 (1), 73-82.
- Maturana, H. R., Varela, F. J. (1998) *Drevo spoznanja*. Ljubljana: Studia humanitatis.
- Milčinski, L. (1983) *Droge v svetu in pri nas*. Ljubljana: Delavska enotnost.
- Pratarelli, E. M. Browne, L. B. Johnson, K. (1999) "The bits and bytes of computer/Internet addiction: A factor analytic approach" *Behavior Research, Methods, Instruments & Computers*, 31 (2), 305-314.
- Rozman, S. (1999) *Peklenska gugalnica*. Ljubljana: Vale-Novak.
- Tapscott, D. (1998) *Growing up Digital: The Rise of the Net Generation*. New York: McGraw-Hill.
- Turkle, S. (1995) *Life on the Screen Identity in the Age of the Internet*. New York: Touchstone book.
- Ule, M. (2000) *Socialna ranljivost mladih*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Urad Republike Slovenije za mladino.
- Young, S. K. (1996) "Psychology of Computer Use: XL. Addictive Use of the Internet: A Case that Breaks the Stereotype" <http://www.netaddiction.com/articles/stereotype.htm>, 25.1.2000.

- Young, S. K. (1997) "What Makes the Internet Addictive: Potential Explanations for Pathological Internet Use" <http://www.netaddiction.com/articles/habitforming.htm>, 26.1.2000.
- Young, S. K. (1999) "Evaluation and Treatment of Internet Addiction. U: L. Vandecreek i T. Jackson (Eds.) *Innovations in Clinical Practice. A Source Book*, Vol.17, 19-31.

Helena Jeriček

Internet Addiction: The Case of Slovenia

SUMMARY

The article deals with the problems of Internet addiction and the extent of computer and Internet use among young people. The topic is new and has not been much investigated so far. The author presents the opinions of different theorists regarding the existence of this kind of addiction, its symptoms and its definition. Several on-line surveys of Internet addiction and some case studies have been carried out, which may provide more information on Internet addiction. The second part of the article presents the results of a survey carried out in Ljubljana among secondary school students in their third year (N = 1194). The questionnaire included questions about their use of computers and the Internet, and also an Internet addiction test, adopted from K. S. Young's test. The results revealed very few symptoms of addiction among the interviewed population. However, the analysis of extreme values shows that symptoms correlate not only with the gender and type of school, but also with the type of activity. The conclusion is that Internet addiction is not frequent among Slovene secondary school students. Nevertheless, there is a small number of individuals exhibiting many of its symptoms.

Key words: Internet, Internet addiction, young people and the Internet, Slovenia