

**INTERNET ZAVISNOST
MEĐU STUDENTIMA
MEDICINSKOG I PRAVNOG FAKULTETA
UNIVERZITETA U BANJOJ LUCI**

Mladen Stajić¹
Ivana Ilić²

¹ Dom zdravlja Modriča, Republika Srpska, Bosna i Hercegovina

² Bolnica za hroničnu psihijatriju Modriča, Republika Srpska, Bosna i Hercegovina

Originalan naučni rad

Sažetak

CILJ ISTRAŽIVANJA: Osnovni cilj sprovedenog istraživanja je ispitivanje učestalosti internet zavisnosti među studentima Medicinskog i Pravnog fakulteta Univerziteta u Banjaluci.

METODE: U ispitivanju je korišćen standardizovani test za ispitivanje internet zavisnosti dr Kimberly Young (IAT). Testiranje je sprovedeno anonimno, uz informisani pristanak, nad 147 studenata Medicinskog (75) i Pravnog (72) fakulteta.

REZULTATI: Istraživanje je pokazalo da prema je rezultatima IAT-a, od 75 studenata Medicinskog fakulteta, njih 19 (25.3%) zavisno od interneta. Od toga, 17 studenata (22.7%) ima blagi stepen, dok njih dvoje (2.67%) ima srednji stepen zavisnosti od interneta. Nema medicinara sa visokim stepenom ove zavisnosti. Veći postotak studenata Pravnog fakulteta je internet zavisno: 35 studenata (48.6%). Od ukupnog broja njih 30 (41.7%) ima blagi stepen zavisnosti, 4 (5.56%) srednji stepen, dok 1 budući pravnik (1.39%) ima visok stepen internet zavisnosti.

Ključne riječi: Internet, zavisnost, medicinski, pravni, fakultet, Banjaluka, studenti

Uvod

Internet je neutralno sredstvo, kreirano s ciljem da se poboljša efikasnost razmjene informacija među naučnim i vojnim krugovima. Danas je internet široko rasprostranjen i veliki broj domaćinstava i ljudi ga koristi u razne svrhe. Istraživanje obavljeno od strane Pew Research Center (2003.) je pokazalo da je 2000. godine 49% Amerikanaca starijih od 18 godina koristilo internet. Godine 2002. taj procenat je porastao na 59%. Istraživanje je, takođe, pokazalo da je 6% korisnika bilo zavisno o internetu.¹

Nauci je poznata zavisnost od droga, alkohola, patološkog kockanja i dr. Internet zavisnost je relativno nov pojam, koji još nije našao svoje mjesto u međunarodnoj klasifikaciji bolesti, ali ima sve osobine ove grupe oboljenja. Pacijenti koji se prijavljuju u svjetske klinike za odvikavanje od patološke upotrebe interneta pate od nekontrolisanog poriva za ovim sredstvom komunikacije. Oni, takođe, ne mogu da kontrolišu vrijeme provedeno pretražujući ovaj bogati medijum. Nekada i sami prepoznaju momente u kojima maštaju o internetu, te svakodnevne probleme rješavaju mislima o aktivnostima koje inače obavljaju kada su na internetu. Jasno je da je problem svake zavisnosti činjenica da ona remeti svakodnevni život, umanjuje produktivnost i uništava socijalno funkcionisanje. Sve ove karakteristike su jako izražene u oko 6% korisnika interneta. Nešto veći procenat studenata *zloupotrebljava* internet.

Zloupotreba interneta predstavlja blažu formu internet zavisnosti. Osobe koje spadaju u ovu kategoriju u visokom su riziku da obole od internet zavisnosti. I u ovom slučaju postoje opsjednutost sredstvom, povećana upotreba istog, ali ove osobe u riziku bolje kontrolišu svoje nagone, uspješnije ograničavaju vrijeme koje provode pretražujući, no njihova

produktivnost svakako pati. Produktivnost pati u manjoj mjeri, ali primjetno.

Postoje razni aspekti internet zavisnosti. Pojedini autori su identifikovali zavisnost o internet igricama, korišćenje interneta u svrhu kockanja, *cybersex* zavisnost, pretjerana upotreba društvenih mreža, zavisnost o informacijama (Young, 1996; Morahan-Martin, 1997; Scherer, 1997.).^{1,2}

Ovaj rad ima za svrhu da ispita procenat internet zavisnih studenata na Medicinskom i Pravnom fakultetu Univerziteta u Banjaluci. Pažnja se posvećuje i onim studentima koji su u riziku da postanu internet zavisni, odnosno studentima koji zloupotrebljavaju vrijeme provedeno na internetu. Mnogi studenti su izjavili da njihova produktivnost i uspjeh na fakultetu pate zbog činjenice da ne uspijevaju kontrolisati vrijeme provedeno na internetu. Veliki broj njih je bezuspješno pokušao da smanji vrijeme koje posvećuje pretraživanju na računaru. Iako pad produktivnosti ne svjedoči, u pravom smislu, potpunom gubitku kontrole, koji je karakterističan za druge zavisnosti, svakako skreće pažnju na štetnost interneta i njegove moguće ozbiljnije posljedice.

U svrhu ispitivanja je korišćen standardizovani IAT - Test za ispitivanje internet zavisnosti^{3,4} doktorice Kimberli Jang (*Kimberly Young*) sa dvadeset (20) anketnih pitanja. Test se koristi za otkrivanje osoba koje zloupotrebljavaju internet ili su zavisni od istog. Pojedina pitanja su specifična za otkrivanje rizika od razvijanja posebnih formi internet zavisnosti (zavisnost od društvenih mreža, zavisnost od pretraživanja foruma za odrasle - *cybersex* zavisnost i dr).

Cilj

Cilj ovog rada bio je da se ispita procenat internet zavisnih studenata na Medicinskom i Pravnom fakultetu

univerziteta u Banjaluci. Zatim bi se rezultati dobijeni anketnim ispitivanjem studenata na ova dva fakulteta uporedili, i tabelarno i grafički bi se predstavile statistički značajne razlike.

Rezultati su značajni sa aspekta mogućeg planiranja nastavnih aktivnosti, te rada sa studentima u riziku u cilju povećanja produktivnosti na fakultetima.

Metode rada

Osnovno istraživačko sredstvo kojim smo se koristili u ovom istraživanju, bio je *IAT - test za ispitivanje internet zavisnosti*. Ovaj test je prvo odobreno i međunarodno priznato sredstvo za ispitivanje internet zavisnosti. Kreirala ga je prof. dr Kimberly Young sa Centra za internet zavisnost u Kaliforniji. IAT daje korisne informacije o stepenu zloupotrebe interneta. dvadeset pitanja, koja se tiču učestalosti pojedinih aktivnosti vezanih za pretraživanje interneta.

Ispitanik odgovara na svako pitanje sa: rijetko, povremeno, često, vrlo često, uvijek ili drugo. Testom se ispituje postojanje prekomjerne upotrebe interneta, učestalost sklapanja onlajn prijateljstava, zavisnost o društvenim mrežama, lični stav ispitanika o internetu, stepen korišćenja sadržaja za odrasle, uticaj interneta na ritam spavanja, na produktivnost i slično. Što je još bitnije, test otkriva postojanje jasnih znakova apstinencijalnog sindroma.

Od ukupnih sto (100) bodova, 0–30 bodova govori o normalnoj upotrebi interneta. Ispitanici koji su ostvarili 31–49 bodova imaju blagi stepen zavisnosti. Na srednji stepen zavisnosti ukazuje zbir od 50–79 bodova, dok je ozbiljan stepen zavisnosti prisutan ukoliko ispitanik ostvari 80–100 bodova.⁴

Ukupan zbir bodova sa testa je značajan kao marker neadekvatne upotrebe interneta, ali mnogo značajniji metod je izdvajanje pitanja na koje je ispitanik odgovarao sa *vrlo često* (4) i *uvijek* (5). Ovaj metod označava kritične oblasti u kojima anketirana osoba zloupotrebljava ovo sredstvo komunikacije.

Sam IAT donosi informacije o postojanju zloupotrebe interneta uopšte. Ukupan skor iz ovog testa ne govori ništa više od toga da li osoba zloupotrebljava internet kao sredstvo komunikacije ili ne. Ono što je neophodno uraditi jeste pregledati svako pitanje iz testa posebno i izdvojiti ona pitanja na koja su ispitanici odgovorili sa *vrlo često* i *uvijek*. Ova dva odgovora ukazuju na izuzetno visok rizik od postojanja nekog specifičnog vida zloupotrebe interneta.⁴

Rezultati

Ovim istraživanjem je obuhvaćeno sto četrdeset sedam (147) studenata. Od tog broja sedamdeset dva (72) upitnika su urađena na Pravnom fakultetu (Prilog 1), a ostatak od sedamdeset pet (75) upitnika je urađen na Medicinskom fakultetu (Prilog 2) Univerziteta u Banjaluci. Istraživanje je rađeno u periodu od 27. 05. do 07. 06. 2013. godine. Od ukupnog broja ispitanika, četrdeset sedam (47) studenata je muškog pola, a sto (100) ispitanih studenata je ženskog pola. Ovakva polna struktura je bila uslovljena većim procentom studentica u odnosu na studente na ova dva fakulteta.

Ispitivanje je bilo anonimno, uz priložen informisani pristanak, a uzorak studenata je nasumičan. Anketiranje je sprovedeno najmanje tri dana na svakom fakultetu pojedinačno.

Tabela 1. Prosječan broj bodova po pitanju IAT-a na Pravnom fakultetu

	Pitanje broj																				Z
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Zbir	192	127	79	143	133	103	225	116	95	81	103	131	89	128	79	146	104	68	63	96	2301
Ar. sr.	2.7	1.8	1.1	2	1.8	1.4	3.1	1.6	1.3	1.1	1.4	1.8	1.2	1.8	1.1	2	1.4	0.9	0.9	1.3	31.96

Napomena:
 Ar. sr. = Aritmetička sredina;
 Z = zbir;

Tabela 2. Prosječan broj bodova po pitanju IAT-a na Medicinskom fakultetu

	Pitanje broj																				Z
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Zbir	171	111	64	118	116	89	194	107	85	76	92	104	71	95	64	120	92	68	61	79	1977
Ar. sr.	2.3	1.5	0.9	1.6	1.5	1.2	2.6	1.4	1.1	1	1.2	1.4	0.9	1.3	0.9	1.6	1.2	0.9	0.8	1.1	26.36

Iz Tabele 1 može se uočiti da prosječan student Pravnog fakulteta ima ukupan zbir od 31.96 bodova na IAT-u. Ovo znači da taj prosječan student ima blagi stepen internet zavisnosti. Najveći broj bodova je ostvario na pitanjima 1 (2.7 bodova ~ 3) i 7 (3.1 bod ~ 3). Ovo nam govori da taj prosječni student prava često provodi više vremena na internetu od planiranog i često provjerava prvo Facebook/e-mail prije nego što se posveti onom poslu zbog kog se i priključio.

Prosječan student Medicinskog fakulteta ima zbir bodova od 26.36, što ga svrstava u populaciju koja nije zavisna od interneta. I ovdje vidimo da je najviše bodova ostvareno na pitanjima 1 i 7, ali su vrijednosti manje nego na Pravnom fakultetu. Tako, prosječan student medicine samo ponekad provodi više od planiranog vremena na internetu, a često provjerava prvo Facebook i e-mail. (Tabela 2)

Tri su stepena internet zavisnosti koje identifikuje test dr Kimberly Young:

blagi, srednji i visoki stepen internet zavisnosti. Uporedna analiza statističkih podataka dobijenih sa Medicinskog i Pravnog fakulteta govori u prilog tome da je značajno veći postotak zavisnosti od interneta među studentima Pravnog fakulteta.

Među medicinarima nije identifikovan nijedan student s visokim stepenom internet zavisnosti, dva (2) su studenta identifikovana sa srednjim stepenom – 2.67% (od toga 100% su žene), a 17 studenata sa blagim stepenom zavisnosti – 23% (od toga 7 (41%) muškaraca i 10 (59%) žena). (Tabela 3)

Na Pravnom fakultetu je situacija drugačija. Prema ovom istraživanju, 1.39% budućih pravnika ima visok stepen zavisnosti od interneta. Njih 4 (5.56%) ima srednji stepen (od toga 75% muškaraca i 25% žena), a 30 (41.7%) njih ima blagi stepen zavisnosti (od toga 26.7% muškaraca i 73.3% žena). (Tabela 4)

Tabela 3. Internet zavisnost među studentima Medicinskog fakulteta

Kriterijum	Medicina						Ukupan broj anketiranih
	Ukupno	%	Od toga muškaraca	%	Od toga žena	%	
Broj studenata sa blagim stepenom zavisnosti od interneta	17	22.7%	7	41.2%	10	58.8%	75
Broj studenata sa srednjim stepenom zavisnosti	2	2.67%	0	0.0%	2	100%	
Broj studenata sa visokim stepenom zavisnosti	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	
UKUPNO	19	25.3%	7	36.8%	12	63.2%	

Na Medicinskom fakultetu je u svim slučajevima više žena zavisnih od interneta, nego muškaraca. Na Pravnom fakultetu muškarci prednjače u tome, pa je 75% muškaraca među studentima sa srednjim

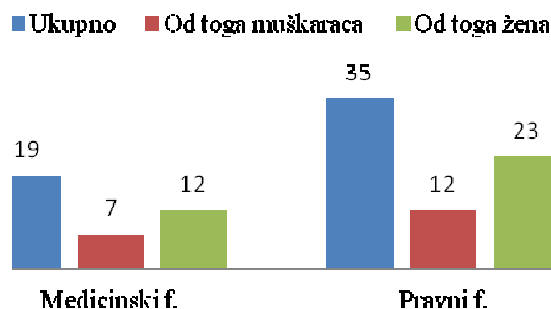
stepenom i 100% među studentima sa visokim stepenom zavisnosti od ovog sredstva.

Tabela 4. Internet zavisnost među studentima Pravnog fakulteta

Kriterijum	Pravo						Ukupan broj anketiranih
	Ukupno	%	Od toga muškaraca	%	Od toga žena	%	
Broj studenata sa blagim stepenom zavisnosti od interneta	30	41.7%	8	26.7%	22	73.3%	72
Broj studenata sa srednjim stepenom zavisnosti	4	5.56%	3	75.0%	1	25.0%	
Broj studenata sa visokim stepenom zavisnosti	1	1.39%	1	100.0%	0	0.0%	
UKUPNO	35	48.6%	12	34.3%	23	65.7%	

Ukupan broj zavisnih medicinara prema anketi je 19 (25.3%). Od toga je 7 muškaraca (36.8%) i 12 žena (63.2%). Na Pravnom fakultetu anketa je pokazala da ima 35 zavisnih studenata (48.6%). Od toga je 12 muškaraca (34.3%) i 23 žene (65.7%). (Grafikon 1)

Iz podataka dobijenih anketama, obrađenim statistički, dobija se da je srednja vrijednost zbira bodova na testovima 26.36 na Medicinskom i 31.96 na Pravnom fakultetu. Rezultati su statistički veoma značajni jer je p-vrijednost jednaka 0.0057, odnosno manja od 0.01. (Tabela 5)



Napomena:

Medicinski f. = Medicinski fakultet; Pravni f. = Pravni fakultet

Grafikon 1. Polna struktura studenata zavisnih od interneta na Medicinskom i Pravnom fakultetu

Srednja vrijednost ostvarenih bodova na testu	Medicinski fakultet		Pravni fakultet	
		26.36		31.96
Broj zavisnih	19	25.33%	35	48.61%
Statistička značajnost: p-vrijednost	0.0057	>	Rezultati ispitivanja su visoko statistički značajni, jer je p-vrijednost < 0.01	

Statistička značajnost dobijenih rezultata

Zloupotreba interneta je tijesno povezana sa padom produktivnosti u školi, na poslu, u okviru porodice ili društva. Iz ranije navedenih definicija internet zavisnosti može se zaključiti da je pad produktivnosti ključni momenat za postavljanje dijagnoze internet zavisnosti. To znači da neko može provoditi 12 sati dnevno pretražujući internet, ali da je takvo ponašanje dio njegove profesionalne orijentacije. S druge strane neko drugi može provoditi znatno manje vremena za računarom, ali da to remeti njegov san, slabi koncentraciju i značajno utiče na njegov uspjeh na poslu ili školi.

Pad produktivnosti je uz opsesivno-kompulzivno ponašanje glavna osobina posebnog tipa internet zavisnosti – zavisnost od informacija.⁵

Pitanja broj 6, 8 i 19 u IAT-u ciljaju posebno ovaj uticaj interneta na jedinku. Ispituju da li postoji značajan pad

produktivnosti na poslu i uspjeha u školi kod ispitanika. Takođe, može se doznati i da li socijalni život anketiranog ispita zbog njegove zavisnosti prema ovom medijumu.

Na osnovu odgovora sudenata Medicinskog fakulteta na *pitanje broj 6* vidi se da je njih 20 (26.7%) u riziku od razvijanja internet zavisnosti, dok nijedan student nije odgovorio na ovo pitanje sa „vrlo često” i „uvijek”. Za razliku od njih, 18 studenata Pravnog fakulteta (25.0%) je u riziku, a njih čak 5 (6.9%) u visokom riziku na osnovu ovog kriterijuma.

Statistika odgovora na *pitanje broj 8* govori da je 25 medicinara (33.3%) odgovorilo da „povremeno” ili „često” bilježi nižu produktivnost što pripisuju zloupotrebi interneta. Njih čak 3 (4.0%) je na osnovi ovog kriterijuma u visokom riziku od razvijanja internet zavisnosti. Nešto veći procenat budućih pravnika je u riziku – 28 (38.9%), odnosno u visokom riziku – 5 (6.9%).

Tabela 5. Statistički podaci iz pitanja br. 6, 8 i 19 sa Medicinskog fakulteta

Medicinski fakultet																
Pitanje br.	Tip odgovora												Uk.			
	1	%	2	%	3	%	U riziku		4	%	5	%		U visokom riziku		0
6	45	60.0%	16	21.3%	4	5.3%	<u>20</u>	<u>26.7%</u>	0	0.0%	0	0.0%	<u>0</u>	<u>0.0%</u>	10	13.3%
8	43	57.3%	23	30.7%	2	0.0%	<u>25</u>	<u>33.3%</u>	3	4.0%	0	0.0%	<u>3</u>	<u>4.0%</u>	4	5.3%
19	44	58.7%	7	9.3%	1	1.3%	<u>8</u>	<u>10.7%</u>	0	0.0%	0	0.0%	<u>0</u>	<u>0.0%</u>	23	30.7%

Napomena:
 Pitanje broj 6: Koliko često se dešava da Vaš uspjeh na poslu/školi pati zbog interneta?
 Pitanje broj 8: Koliko često Vaša produktivnost pati zbog vremena provedenog na internetu?
 Pitanje broj 19: Koliko često birate da provodite vrijeme na internetu umjesto izlaska s drugima?

Na pitanje broj 19 sa „povremeno” i „često” odgovorilo je 8 (10.7%) studenata Medicinskog i 5 (6.9%) studenata Pravnog fakulteta. Među medicinarima nema onih u

visokom riziku, dok je 1 budući pravnik (1.4%) u visokom riziku od razvijanja internet zavisnosti na osnovu ovog parametra. (Tabela 5 i Tabela 6)

Tabela 6. Statistički podaci iz pitanja br. 6, 8 i 19 sa Pravnog fakulteta

Pravni fakultet																
Pitanje br.	Tip odgovora												Uk.			
	1	%	2	%	3	%	U riziku		4	%	5	%		U visokom riziku		0
6	42	58.3%	14	19.4%	4	5.6%	<u>18</u>	<u>25.0%</u>	4	5.6%	1	1.4%	<u>5</u>	<u>6.9%</u>	7	9.7%
8	34	47.2%	23	31.9%	5	6.9%	<u>28</u>	<u>38.9%</u>	4	5.6%	1	1.4%	<u>5</u>	<u>6.9%</u>	5	6.9%
19	47	65.3%	4	5.6%	1	1.4%	<u>5</u>	<u>6.9%</u>	0	0.0%	1	1.4%	<u>1</u>	<u>1.4%</u>	19	26.4%

Kao marker depresije među studentima koji zloupotrebljavaju internet uzimaju se podaci dobijeni iz odgovora na pitanje broj 20 IAT-a.

Na osnovu ovog kriterijuma, 20 studenata Medicinskog (26.7%) i 23 studenta Pravnog fakulteta (31.9%) „povremeno” ili

„često” periode tuge i neraspoloženja liječe upotrebom interneta, dok među medicinarima nema onih u visokom riziku od razvijanja depresije povezane sa pretjeranom upotrebom interneta, troje (3) budućih pravika je u takvom riziku (4.2%). (Tabela 7 i Tabela 8)

Tabela 7. Statistički podaci iz pitanja br. 20 sa Medicinskog fakulteta

Medicinski fakultet																
Pita nje br.	Tip odgovora												Uk.			
	1	%	2	%	3	%	U riziku		4	%	5	%		U visokom riziku		0
20	37	49.3%	18	24.0%	2	2.7%	<u>20</u>	<u>26.7%</u>	0	0.0%	0	0.0%	<u>0</u>	<u>0.0%</u>	18	24.0%

Napomena:
 Pitanje broj 20: Koliko često Vam se dešava da postanete neraspoloženi i tužni u toku dana, da bi takvo raspoloženje nestalo nakon priključivanja na internet?

Tabela 8. Statistički podaci iz pitanja br. 20 sa Pravnog fakulteta

Pravni fakultet																
Pita nje br.	Tip odgovora												Uk.			
	1	%	2	%	3	%	U riziku		4	%	5	%		U visokom riziku		0
20	33	45.8%	19	26.4%	4	5.6%	<u>23</u>	<u>31.9%</u>	2	2.8%	1	1.4%	<u>3</u>	<u>4.2%</u>	13	18.1%

Smatra se da internet olakšava komunikaciju depresivnim osobama sa niskim samopouzdanjem, jer isključuje kontakt očima, dodire, mogućnost podrhtavanja glasa i daje dovoljno vremena da se spremi valjan odgovor na svako pitanje koje druga osoba može postaviti.

Young smatra da pretjerana upotreba interneta vodi povlačenju osobe iz svakodnevnih socijalnih interakcija i vodi ka depresiji. Prije da će internet zavisnost uslovljavati pojavu depresije, nego obrnuto. Međutim, jasno je da kada se oba poremećaja pojave u isto vrijeme, samo produbljuju jedan drugog.⁶

Diskusija

Pojam internet zavisnosti se prvi put pojavljuje još 1995. godine. Loš uticaj ovog medijuma biva prepoznat od strane nekoliko autora u nezavisnim istraživanjima (dr Ivan Goldberg, dr Kimberly Young, Morahan-Martin i dr).^{1,2,7}

Za razliku od zavisnosti o hemijskim sredstvima, internet zapravo nudi nešto korisno društvu i pojedincu. Internet je uvezao svijet, postao najveća riznica znanja,

olakšao trgovinu, poslovanje i sl. Mnogi naučnici su postavljali pitanje: „Da li je internet sredstvo zavisnosti ili jednostavno potreba?“

Prema Beardovom holističkom pristupu „osoba je zavisna onda kada njeno psihološko i emocionalno stanje; intelektualno, profesionalno i socijalno funkcionisanje počne da ispašta.“⁸ Prema ovoj definiciji, internet se može smatrati snažnim sredstvom zavisnosti.

Prema Greenbergu, muškarci su skloniji zloupotrebi interneta. U radu na temu samopouzdanja i internet zavisnosti među studentima, on uočava da su najprijemčiviji oni studenti, kojima je iz nekog razloga poljuljano samopouzdanje.⁹

U istraživanju koje smo sproveli među studentima Medicinskog i Pravnog fakulteta Univerziteta u Banjaluci, veliki broj studenata je priznao da njihovo funkcionisanje povremeno ili često ispašta zbog zloupotrebe ovog sredstva komunikacije. Jedan broj studenata je priznao da su emotivno vezani za internet, te da im internet u određenoj mjeri popravlja

raspoloženje. Ovo se ogleda u čestom maštanju o pretraživanju omiljenih sadržaja na mreži, padu raspoloženja kada je individua odvojena od interneta, te razmišljanju u pravcu da bi život bez interneta bio nezanimljiv i isprazan.

Richard A. Davis¹⁰ smatra da postoje dvije grupe uzroka koji doprinose razvijanju simptoma pretjerane upotrebe interneta. To su udaljeni i bliski uzroci.

➤ Udaljeni uzroci koji doprinose nastanku internet zavisnosti

Ovdje se može govoriti o dijateza-okidač obrascu. Dijateza predstavlja sklonost jedne osobe ka obolijevanju, odnosno prisustvo premorbidnih crta ličnosti u vidu depresije, anksioznosti ili opsesivno-kompulsivne ličnosti što čini osobu prijemčivijom za razvijanje zavisnosti od interneta. Među ovu psihopatologiju možemo ubrojati i sklonost ka patološkom kockanju, zloupotrebu droga i sl. Okidač bi predstavljalo samo iskustvo prvog kontakta sa internetom ili otkrivanje neke nove zanimljive opcije na „mreži“.

➤ Bliski uzroci koji doprinose razvijanju internet zavisnosti

Najvjerojatniji uzrok nastanka zloupotrebe interneta prema kognitivnom modelu jeste postojanje maladaptivnog stanja. Ovo maladaptivno stanje se može podijeliti na dva osnovna podtipa: misli o sebi i misli o svijetu.

Misli o sebi koje dovode do ovog poremećaja su nisko samopouzdanje, loše mišljenje o sopstvenim mogućnostima i fizičkom izgledu. Misli o svijetu koje su ključne u ovom slučaju su po tipu: „Mene niko od okoline ne cijeni i ne voli“, „Za mene u svijetu nema budućnosti“, „Ljudi na internetu me više cijene i prihvataju me onakvog kakav sam“ i dr.

Zloupotreba interneta pogađa svaki aspekt ličnosti i života jedne osobe. Efekti nastaju sporo i neprimjetno, i često nisu

prepoznati ni od samog korisnika interneta. Promjene se kreću od blagog poremećaja ritma spavanja, crvenih očiju i glavobolje, preko slabljenja uspjeha u školi, do zanemarivanja osnovnih fizioloških potreba, otuđivanja od stvarnosti i udaljavanja od porodice i prijatelja.¹

Uprkos brojnim prednostima koje internet pruža, mnogi profesori, bibliotekari i psiholozi (86 %, K. Young) složice se da nije donio rezultate koji su se od umrežavanja fakulteta i škola očekivali. Čak 58% studenata patilo je od gubitka navika za učenjem, lošeg uspjeha i gubitka prava na školovanje, a koje je imalo za uzrok zloupotrebu interneta.¹

Psiholozi smatraju da su studenti najranjivija populacija kada je ova zavisnost u pitanju. Brojni su uzroci, a navodimo najčešće.

Slobodan i neograničen pristup internetu - Besplatan internet u studentskim domovima, te u blizini fakulteta je česta praksa na Zapadu, a sve je prisutnija pojava i kod nas. Ispočetka se slobodno vrijeme troši na bezazleno pretraživanje i sklapanje onlajn prijateljstava. Facebook je glavno okupljalište mladih na mreži i zahtijeva puno vremena za održavanje profila i društvenog statusa stečenog ovim putem.

Loše organizovano slobodno vrijeme - Studenti provode 12 do 16 sati na predavanjima i vježbama u toku sedmice. Ostatak vremena su slobodni da ga organizuju za učenje, rekreaciju, druženje i odmaranje. Veliki broj studenata zanemaruje pobrojane aktivnosti i sve više i više vremena odvaja za internet.

Novostečena sloboda i gubitak roditeljske kontrole - Nekada sputavani od strane roditelja, kada je internet u pitanju i ograničavani da cijele dane provode u kući sedenternim stilom i dopisujući se sa prijateljima, studenti naglo doživljavaju dugo očekivani osjećaj slobode. Bez straha da će im roditelji nešto moći zabraniti, oni

pokušavaju da nadoknade “izgubljeno vrijeme” iz perioda dok su bili pod konstantnom prismotrom roditelja.

Ohrabrivanje studenata da koriste internet od strane profesora i fakulteta - Čest je slučaj da su primjeri predavanja dostupni jedino preko interneta za download, a oglasi i rokovi za ispite, te raspored predavanja nalaze se jedino na zvaničnim web stranicama fakulteta. Zbog obaveza profesora, nerijetko su studenti prinuđeni da koriste e-mail servise za komunikaciju, koji svojom jednostavnošću i uštedom vremena ohrabruju sve češću upotrebu. Dolazi do gubitka vrijednosti konsultacija “u četiri oka”.

Socijalno zastrašivanje i otuđenost - U zapadnim zemljama je česta pojava socijalnih žrtava – studenata koji se nisu “snašli” u komunikaciji s okolinom, te su postali žrtve zastrašivanja od strane popularnih sudenata. U kampusima sa nekoliko desetina hiljada studenata, lako se “izgubiti u gomili”, pa se studenti povlače i traže društvo na mjestu gdje lakše kontrolišu uslove komunikacije – na internetu.

Visoka dobna granica za kupovinu alkohola - U nekim slučajevima studenti preusmjeravaju svoju kumpulzivnu potrebu za alkoholom na pretjeranu upotrebu interneta, usljed nemogućnosti da se opijaju u zemljama sa rigoroznim zakonima koji preveniraju alkoholizam kod mladih. Internet im pruža zadovoljstva koja nisu ničim ograničena i koja im djeluju kao zdravstveno i socijalno prihvatljiva u nedostatku zakonskih ograničenja.

Socijalno stanje studenata i ekonomsko stanje države, u mnogome, mijenjaju situaciju kada je u pitanju banjalučki univerzitet. Značajan broj studenata koristi domski smještaj, a informatička opremljenost fakulteta je oskudna. Teška socijalna situacija doprinosi tome da jedan broj studenata nema laptopove, “pametne” telefone i sl. Sve ovo

ima uticaj na korišćenje interneta i umanjuje procenat internet zavisnih.

Osnovno istraživačko sredstvo kojim smo se koristili u ovom istraživanju, bio je *IAT - test za ispitivanje internet zavisnosti*.

Rezultati dobijeni anketiranjem studenata na ova dva fakulteta korišćenjem gore navedenog IAT-a su pokazali da svaki četvrti student Medicinskog fakulteta (25.3%) i skoro svaki drugi student Pravnog fakulteta (48.6%) su zavisni u manjoj ili većoj mjeri od interneta. Ovolika razlika među studentima dva banjalučka fakulteta se može objasniti većim akademskim obavezama studenata Medicinskog fakulteta, kroz veći fond časova posvećen praktičnoj nastavi.

Značajan je podatak da u velikom procentu postoji udruženost između internet zavisnosti i depresije među populacijom uopšte. Istraživanje koje je sproveo prof. dr Milan Stojaković sa Katedre za psihijatriju Medicinskog fakulteta u Banjaluci, jasno je pokazalo da postoji jaka veza između depresije i internet zavisnosti. Upotrebom IAT-a, BDI i Zung depression inventory (ZDI) došao je do zaključka da internet zavisnost i depresija koegzistiraju kod 41.25% ispitivanih. Istraživanje je sprovedeno korišćenjem telepsihijatrijskog servisa nad osamdeset (80) ispitanika iz BiH. Njih 47 (58.75%) dalo je informacije koje upućuju na internet zavisnost, a čak 36 (45%) je pokazivalo znake depresije.¹¹ Iz IAT-a smo mogli steći predstavu o povezanosti depresije i internet zavisnosti među studentima Medicinskog i Pravnog fakulteta iz ovog istraživanja. Postotak studenata kod kojih postoje naznake udruženosti ova dva psihijatrijska poremećaja se kreće od 26.7% među medicinarima do 36.1% među studentima Pravnog fakulteta.

Zaključak

Internet, iako predstavljen kao korisno sredstvo u svim sferama našeg života, jeste i značajan faktor zavisnosti. Najveće pitanje koje se postavlja kod ispitivanja internet zavisnosti jeste: "Gdje prestaje korist od Interneta, a gdje počinje njegova zloupotreba?"

Kao i ostale bolesti zavisnosti, i internet zavisnost prožima jedinku i značajno narušava kvalitet njenog života, umanjujući produktivnost, te remeteći društveni, porodični i profesionalni život osobe.

Od svih vrsta internet zavisnosti najprisutnije su zavisnost od društvenih mreža, te zavisnost od onlajn igrice.

Medicinski stručnjaci su ovu zavisnost svrstali u opsesivno-kompulzivne poremećaje: zavisnost kao posljedica gubitka kontrole impulsa. Iz ovog proizlazi objašnjenje fenomena da je internet svojom pojavom doveo do kanalsanja i proširenja zavisnosti od kockanja, seksa i sl. Ove zavisnosti su samo prebačene na medijum koji je pristupačan 24 časa na dan, dovodeći do produbljivanja postojećih zavisnosti.^{1,2,11}

Najvjerodostojniji metod ispitivanja internet zavisnosti u svijetu jeste Test za ispitivanje internet zavisnosti dr Kimberly Young (IAT). Sastoji se od 20 pitanja, koja ispituju fenomene upotrebe interneta koji prevazilaze profesionalne, te društveno prihvatljive norme. Ispituju se faktori koji dovode do zloupotrebe interneta i posljedice eventualne zloupotrebe. Test je korišćen od strane mnogih istraživača, te je njegova upotreba pogodna u smislu omogućavanja poređenja rezultata iz ove studije sa rezultatima drugih svjetskih istraživanja fenomena internet zavisnosti.

Sprovedeno istraživanje na temu Internet zavisnost među studentima Medicinskog i Pravnog fakulteta Univerziteta u Banjaluci je pokazalo da je značajan procenat studenata na ovim fakultetima internet zavisno. Brojke od 25.3% studenata

Medicinskog i 48.6% studenata Pravnog fakulteta govore da je svaki četvrti medicinar, a skoro svaki drugi budući pravnik zavisno od ovog sredstva komunikacije. Važna razlika između ove i drugih zavisnosti jeste postojanje štetnog i, ujedno, korisnog aspekta upotrebe interneta. Iz ovog proizlazi da se pri liječenju zavisnosti od interneta, ide ka prilagođavanju upotrebe sredstva zavisnosti, radije nego prema potpunom ukidanju.

Literatura

- ¹ Young KS. Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences, *American Behavioral Scientist*, 2004. no 48, 402-415,
² Morahan – Martin J. Internet Abuse: Addiction? Disorder? Symptom? Alternative Explanations? *Social Science Computer Review*, 2005. 23(1), 39-48,
³ IAT – Test za ispitivanje internet zavisnosti,
⁴ Young KS. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addictions and Winning Strategy for Recovery. John Wiley and Sons, New York, 1996.
⁵ Young KS. Therapeutic Issues with Internet Addicted Clients, *New Therapist Magazine*, 7, 12 – 16
⁶ Young KS, Rogers R. The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 1997. 1, 25-28,
⁷ Goldberg I. Internet Addiction: Diagnostic Criteria, 1995.
⁸ Beard KW. Internet addiction: a Review of current assessment techniques and potential assessment questions, *CyberPsychology & Behavior*, 2005. 8, 7-14,
⁹ Greenberg JL, Lewis SE, Dodd DK, Overlapping Addictions and Self-esteem Among College Men and Women. *Addict Behavior*, 1999. 24(4), 565-570
¹⁰ Davis RA, A Cognitive-behavioral model of Pathological Internet Use, *Computer Human Behavior*, 17, 187-195
¹¹ Stojaković M. Evaluation of Internet Addiction and Depression by Telepsychiatry, *Med e Tel, the International eHealth ICT forum for Educational, Networking and Business*, Luxemburg, 2009. 525-529 (525) ISSN: 1818-9334.

INTERNET ADDICTION AMONG STUDENTS OF FACULTY OF MEDICINE AND FACULTY OF LAW ON THE UNIVERSITY OF BANJA LUKA

Mladen Stajić¹
Ivana Ilić²

¹ Medical center Modriča, (RS), Bosnia and Herzegovina

² Clinic for chronic psychiatry Modriča, (RS), Bosnia and Herzegovina

SUMMARY

BACKGROUND AND AIMS: The main aim of the conducted research was to evaluate the frequency of Internet addiction (IA) among students of Faculty of Medicine and Faculty of Law on the University of Banja Luka.

METHODS: Standard internet addiction test by dr. Kimberly Young (IAT) was used in this research. This research was conducted anonymously and with informed consent of 147 students of Faculty of Medicine (75) and Faculty of Law (72).

RESULTS: This research has shown, according to results from IAT, amongst 75 students of Faculty of Medicine, 19 (25.3%) are addicted to Internet – of whom 17 students (22.7%) have mild Internet addiction disorder, whereas 2 (2.67%) have moderate IA. There were no students detected with severe IA on this faculty. Greater percentage of students of Faculty of Law is addicted to Internet: 25 students (48.6%). Thirty (30) of them (41.7%) are with mild IA, 4 (5.56%) are with moderate IA, and 1 student of Law (1.39%) with severe IA.

Keywords: Internet, addiction, medicine, law, faculty, Banjaluka, students

Adresa za korespondenciju:
Mladen Stajić
Trg dr Milana Jelića br. 6, 74480 Modriča
mladen_s88@hotmail.com