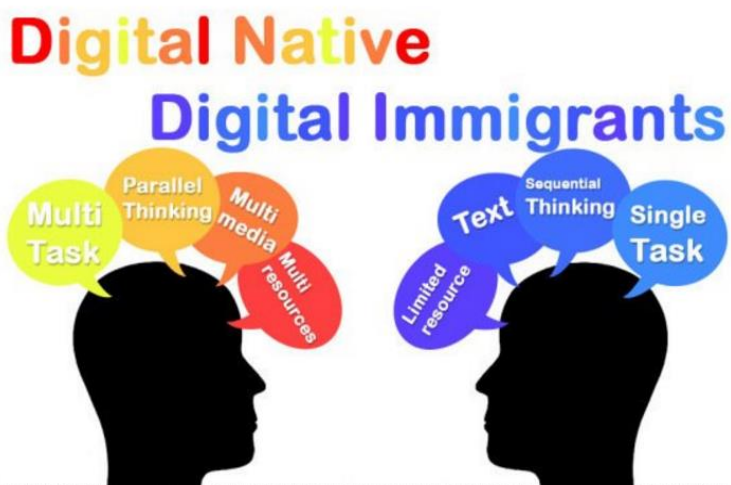


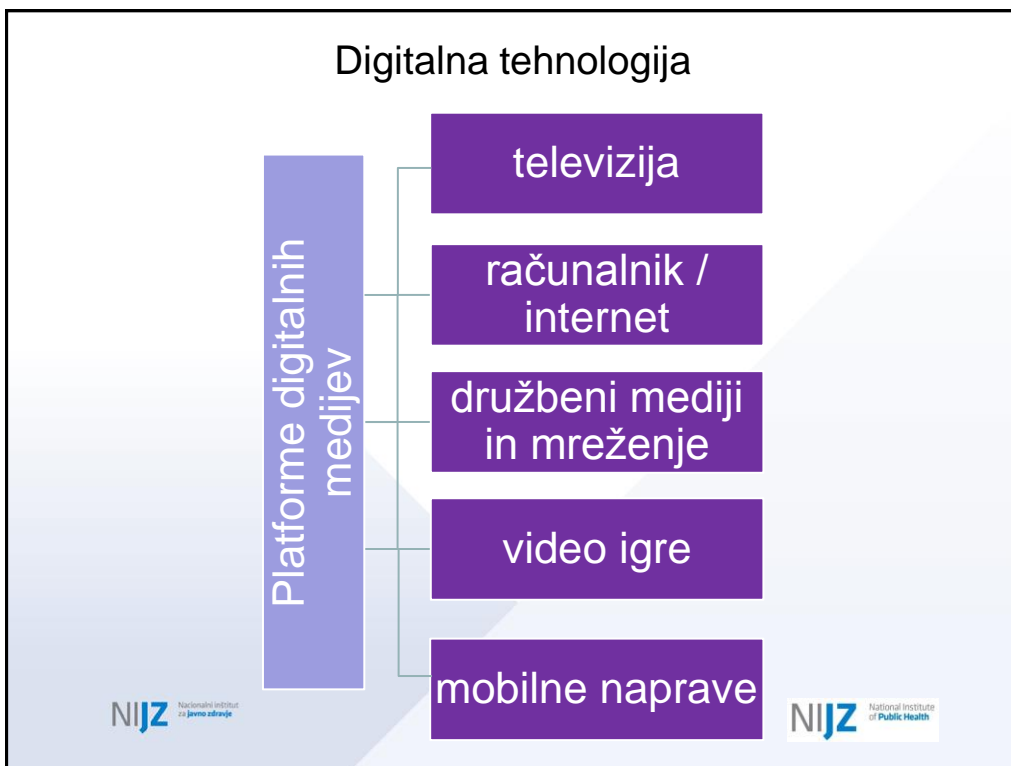
dr. Mirna Macur

## Digitalni mediji in mladi – kaj nam povedo slovenski podatki

Ljubljana, 19. in 26. september 2017

V čem se odrasli razlikujemo od otrok in mladostnikov?





## Mobilne platforme (tablični računalniki in pametni telefoni)

- Glasovni klici
- Pošiljanje sporočil
- Elektronska pošta
- Strani spletnih omrežij
- Fotografije
- Internet
- Televizija
- Glasba
- Branje
- Domača naloga





Nacionalni inštitut  
za javno zdravje



National Institute  
of Public Health

## Računalnike uporabljamo za:

- Socialna omrežja
- Igranje iger
- Brskanje po internetu
- Video posnetke
- Video klepet
- E-pošto
- Internetno televizijo
- Glasbo
- Glasovne klice po internetu
- Domačo nalogo
- Kreativnost (glasba, umetnost)

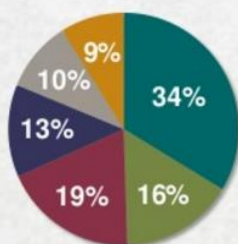


## KIDS ARE ACCESSING A WIDE RANGE OF PLATFORMS

Percent of screen time among kids

Cable TV is still the most popular choice, but other methods are making a play for kids' screen time.

The use of tablets has grown immensely in the past few years: **40%** of kids have access to one (compared with just **8%** in 2011)



- Live TV
- On-Demand TV
- Watching DVDs
- Smartphone or tablet
- Computer
- Video Game System

Currently, **72%** of kids are using mobile devices (compared with **38%** in 2011)



Source: Zero to Eight: Children's Media Use In America, Common Sense Media, 2013

## Kakšna je razlika med pojmi

Pretirana (problematična) uporaba

Odvisnost

Zasvojenost ?

Začnimo s problematično uporabo interneta

## Problematična uporaba interneta - viri

MACUR, M. in dr. (2016) Prevalence of problematic Internet use in Slovenia = Razširjenost problematične uporabe interneta v Sloveniji. Zdravstveno varstvo, 2016, letn. 55, št. 3. Dostopno na: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5031070/>

Macur, M (2017): Ali je uporaba interneta lahko tudi problematična? : predstavitev podatkov za Slovenijo. V: MILAVEC KAPUN, Marija (ur.), JUG DOŠLER, Anita (ur.). Zbornik prispevkov z recenzijo Mednarodna znanstvena konferenca Zdravje na spletu, 27. januar 2017, Ljubljana. [http://www2.zf.uni-lj.si/images/stories/datoteke/Zalozba/Zdravje\\_na\\_spletu.pdf](http://www2.zf.uni-lj.si/images/stories/datoteke/Zalozba/Zdravje_na_spletu.pdf)

## Problematična raba interneta v reprezentativni slovenski raziskavi

Izvedena v letu 2014 na reprezentativnem slovenskem vzorcu, izdelanem iz Centralnega registra prebivalstva (SURS), minimalna starost v letu 2014 = 15 let.

Vse osebe v vzorčnem načrtu (11.000 oseb) so bile povabljene da sodelujejo v raziskavi ali preko spleta ali z obiskom anketarja (mešana metoda anketiranja).

Očiščen vzorec (n=6262) je bil utežen po spolu, starostnih skupinah, statističnih regijah, izobrazbi in stopnji urbanizacije.

Uporabljen merski instrument. PIUQ-SF6  
Problematic Internet Use – short form (6)

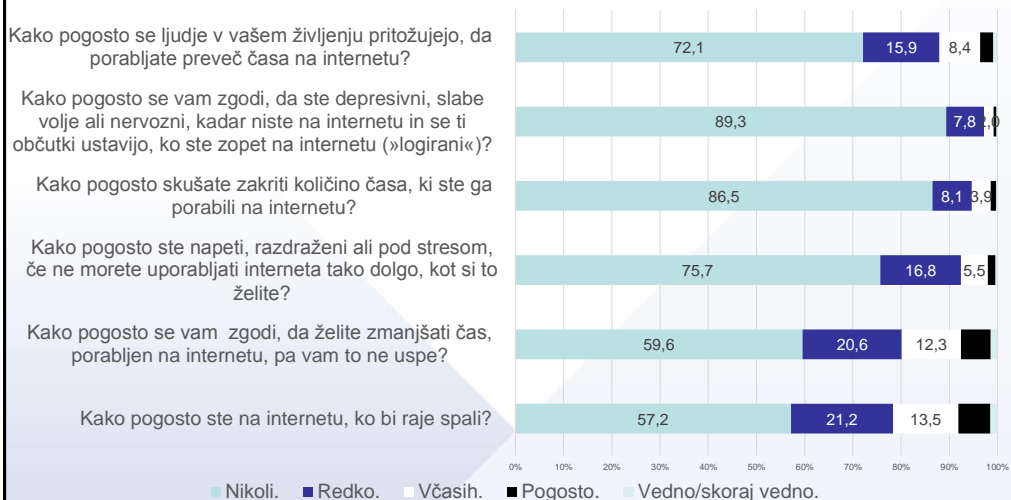
### Struktura vzorca

|                     |   | n         | %      |
|---------------------|---|-----------|--------|
| spol                | Moški   | 3082      | 49,2   |
|                     | Ženski  | 3180      | 50,8   |
| Zakonski status     | Samski  | 2107      | 34,3   |
|                     | Poročen (všteta je tudi reg. istospolna part. sk.).       | 3147      | 51,3   |
|                     | Ovdovel in ne ponovno poročen.                            | 556       | 9,1    |
|                     | Razvezan  | 326       | 5,3    |
| zaposlitveni status | Zaposlen  | 2637      | 42,5   |
|                     | Samozaposlen  | 240       | 3,9    |
|                     | Pomagajoči družinski član                                 | 12        | ,2     |
|                     | Brezposeln  | 629       | 10,1   |
|                     | Učenec, dijak, študent                                    | 618       | 10,0   |
|                     | Upokojenec  | 1861      | 30,0   |
|                     | Nezmožen za delo (zaradi starosti, bolezni, invalidnosti) | 56        | ,9     |
|                     | Gospodinja  | 101       | 1,6    |
| Drugo               | 55  | ,9        |        |
| izobrazba           | OŠ in manj  | 1651      | 26,6   |
|                     | srednja   | 3268      | 52,7   |
|                     | višja in več  | 1283      | 20,7   |
| Starost             |   | povprečje | SD     |
|                     | moški   | 46,40     | (17,8) |
|                     | ženske  | 49,46     | (19,4) |

Ugotovili smo, da imamo 3,8% problematičnih uporabnikov interneta (min. starost 15 let, najvišja starost: 95 let).

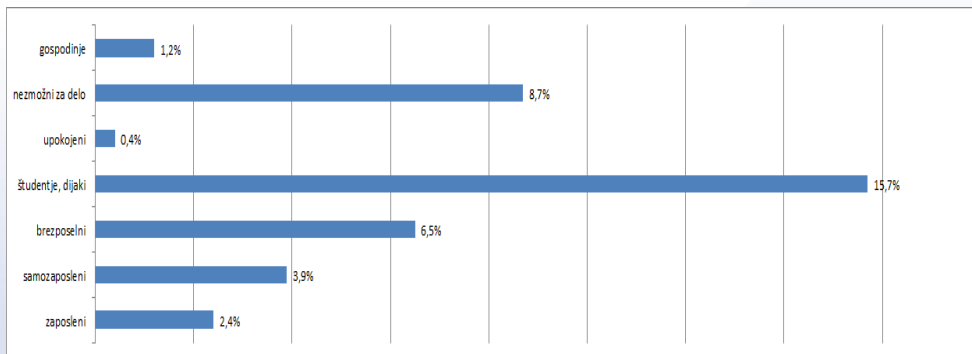
To ne pomeni, da imamo 3,8% zasvojenih z internetom, ampak da ima 3,8% odraslih resen problem s pretirano uporabo interneta, ki je ne morejo nadzirati in se posledično kaže v konfliktih (z okolico, z dnevnimi obveznostmi).

## Dimenzije problematične uporabe interneta (Problematic Internet Use Questionnaire, PIUQ-6)



## Kdo so problematični uporabniki interneta (starost 15-95)

- moški (4,4%) v večji meri kot ženske (3,3%) ( $\chi^2 = 4,452$ ;  $p=0,035$ )
- Glede na zakonski status ( $\chi^2 = 160,732$ ;  $p<0,001$ ) so to pretežno samski (8,2%)
- Tudi zaposlitveni status je pomemben:

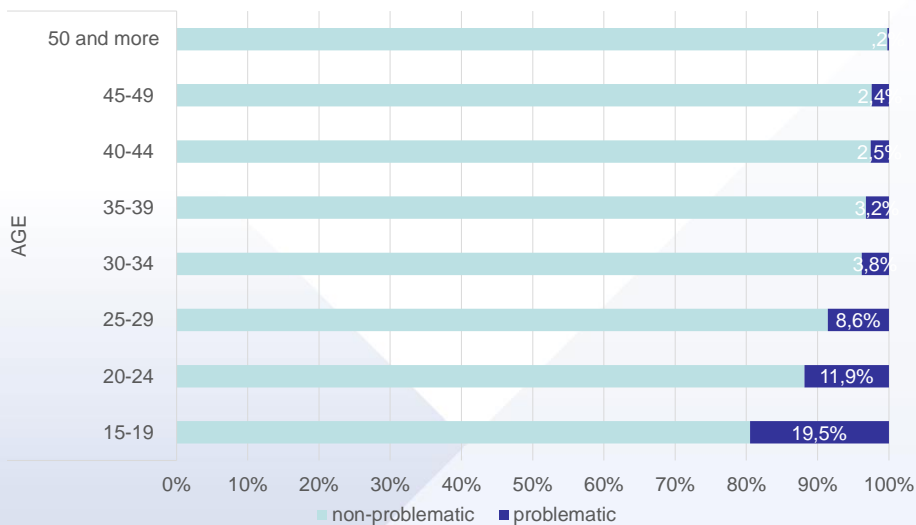


## Regresijska analiza – najpomembnejši dejavniki PUI v odrasli populaciji (starost 18+)

|                                 | Nestandardizirani koef. |             | Stand. Koef. | t     | Sig.   |
|---------------------------------|-------------------------|-------------|--------------|-------|--------|
|                                 | B                       | Std. Napaka | Beta         |       |        |
| (Konstanta)                     | 9,542                   | 0,163       |              | 58,6  | 0      |
| moški spol                      | 0,265                   | 0,078       | <b>0,045</b> | 3,41  | 0      |
| starost (numerična)             | -0,06                   | 0,003       | <b>-0,34</b> | -22   | <0,001 |
| Živi s partnerjem               | -0,247                  | 0,096       | <b>-0,04</b> | -2,58 | 0,01   |
| Univerzitetna izobrazba ali več | 1,13                    | 0,105       | <b>0,145</b> | 10,8  | <0,001 |
| študent                         | 1,516                   | 0,174       | <b>0,136</b> | 8,69  | <0,001 |
| brezposelen                     | 0,273                   | 0,129       | <b>0,029</b> | 2,12  | 0,03   |

Odvisna spre: Problemатčna raba interneta kot številski sprem

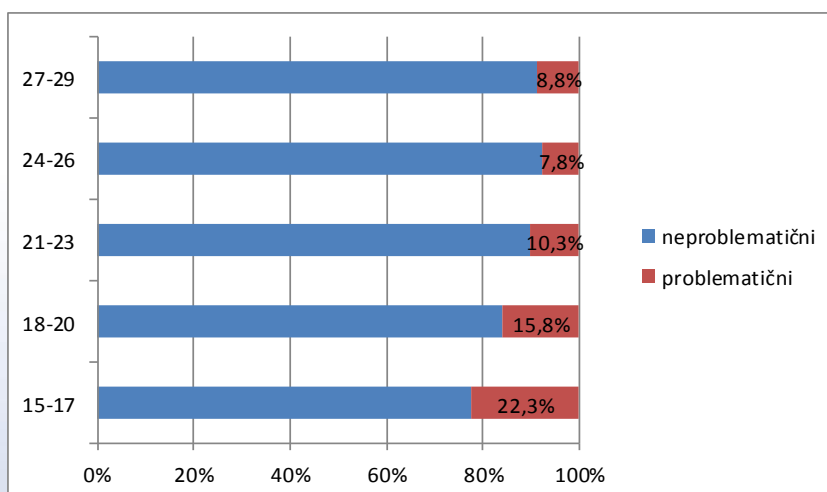
## STAROST je najpomembnejši prediktor



NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

NIJZ National Institute  
of Public Health

## Mladi (15 – 29 let) podrobneje



NIJZ Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

NIJZ National Institute  
of Public Health



## Zaključne misli

- „Internet addiction“ je danes zelo heterogen koncept in vedno več strokovnjakov opozarja, da moramo obravnavati zasvojenost od določene aktivnosti in ne interneta.
- 3,8% Slovencev je problematičnih uporabnikov interneta; med mladimi ta delež močno narašča (19,5% v starostnem razredu 15 – 19 let)
- PUI je lastnost osamljenih (med brezposelnimi je ta delež 6,5% in med nezmožnimi za delo 8,7%)
- PUI se povezuje s slabšim učnim uspehom, z nekaterimi zdravstvenimi in psihičnimi težavami: osamljenost; manjše blagostanje; slabša družbena prilagojenost; alkoholizem, zloraba drog, socialna fobija in anksioznost, shizofrenija, obsesivno-kompulzivne motnje, psihotizem, samomorilne misli.

## • Kaj je zasvojenost?

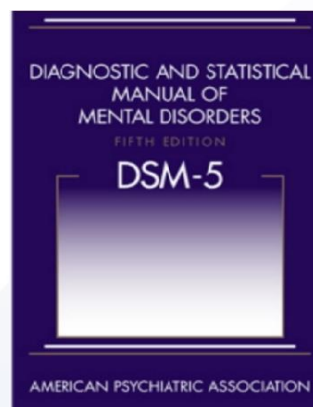
## Katere zasvojenosti so uradno priznane?

- Klasifikacija bolezni MKB-10 opredeljuje naslednje zasvojenosti kot duševne in vedenjske motnje zaradi uživanja: alkohola; opioidov; kanabinoidov; sedativov in hipnotikov; kokaina; drugih stimulansov, vključno kofeina; tobaka; hlapljivih topil; več drog in drugih psihoaktivnih snovi.
- Nekemičnih ali vedenjskih zasvojenosti v MKB-10 ni!



## Katere zasvojenosti so uradno priznane?

- Maja 2013 je v Diagnostičen statističen priročnik duševnih motenj (DSM-V) bilo prvič vključeno posebno poglavje o nekemičnih zasvojenostih (ang. „non-substance related disorders“).
- Vanj so zaenkrat klasificirane le igre na srečo ali hazard (ang. "Gambling Disorder,„), zasvojenosti povezane z uporabo digitalnih tehnologij pa so področje intenzivnega raziskovanja.
- V prilogi DSM-V je vključen Internet Gaming Disorder!



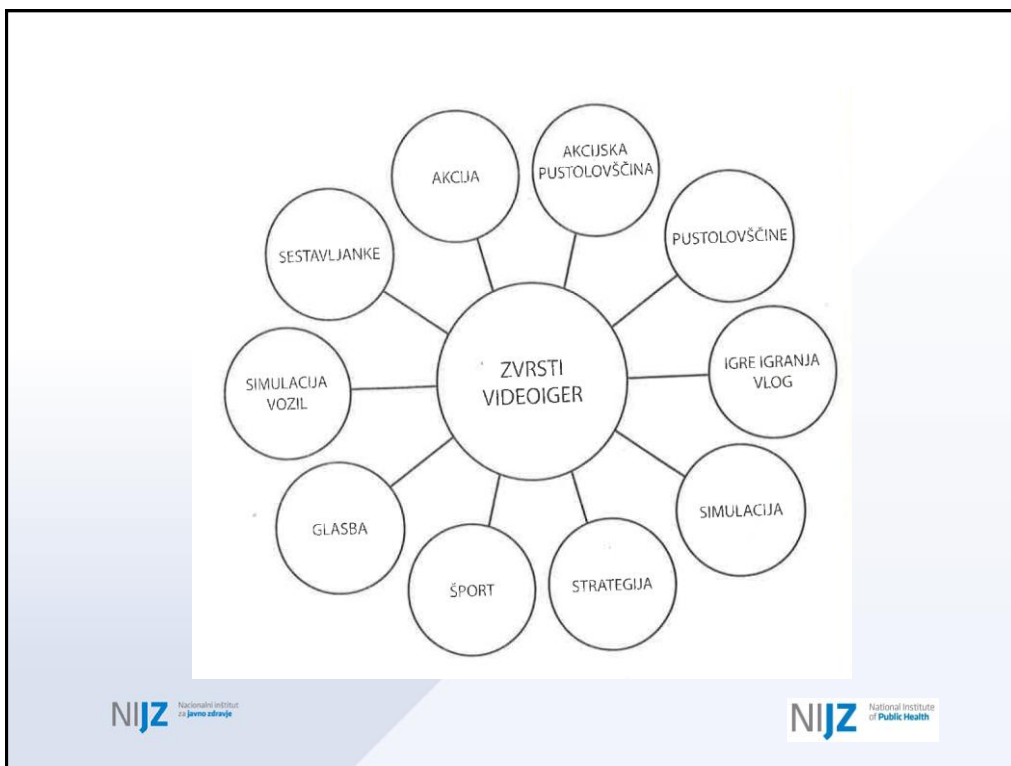
## SODOBNA DEFINICIJA ZASVOJENOSTI

Ameriško združenje za medicino zasvojenosti ASAM (American Society of Addiction Medicine) je leta 2011 objavilo novo opredelitev zasvojenosti, s katero poudarja, da gre za kronično motnjo v delovanju možganov in ne samo za vedenjsko težavo, ki je posledica pretiranega uživanja alkohola, mamil, predajanja igrar na srečo ali spolnosti.

*Zasvojenost je predvsem kronična bolezen možganskega nagrajevalnega kroga in centrov, ki so povezani z motivacijo in spominom. Nedelovanje teh sklopov nevronske povezave se kaže na biološki, duševni, družbeni in duhovni ravni. Izraža se v posameznikovi patološki potrebi po ugodju in/ali sprostitvi ob uživanju snovi in izbiri določenih vedenj.*

## VIDEO IGRE oz. RAČUNALNIŠKE IGRE





**Najbolj zasvojljive igre = narkotiki v svetu iger** so večigralske ali MMOPRG (*Massively multiplayer online role-playing games*) igre, katere istočasno v realnem času igra večje število igralcev, ki se s svojimi liki povezujejo v skupine ali klane ter se skupno bojujejo proti sovražniku ali rešujejo probleme v sami igri. Najbolj znane: World of Warcraft, RuneScape, Civilisation, heroes of Might and magic, etc.

Vrste MMOG (massively multiplayer online games) ali MMO so:

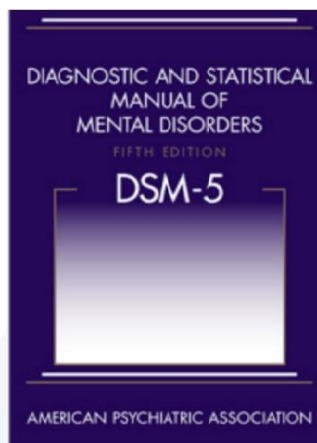
- MMORPGs (*Massively multiplayer online role-playing games*)
- MMOFPSs (*Massively multiplayer online first person shooters*)
- MMORTSs (*Massively multiplayer online real-time strategy*)
- Druge online igre

## E-SPORT TEKMOVANJE V JUŽNI KOREJI



## Računalniške igre (ang. Internet Gaming Disorder) kot nova oblika zasvojenosti?

- Internet Gaming Disorder (IGD) je Ameriško psihiatrično združenje maja 2013 vključilo kot pogojno motnjo v Diagnostičen statističen priročnik duševnih motenj (DSM-V (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*), ki zahteva natančnejše raziskave zaradi negativnih učinkov na duševno in fizično zdravje manjšega števila posameznikov



## Opredelitev IGD

IGD pomeni vztrajno in ponavljajoče igranje tako »online« kot »offline« iger, to pa vodi do znatnega poslabšanja ali stiske v 12-mesečnem obdobju. Skladno s tem lahko IGD navajamo v primerih, ko oseba izpolnjuje pet ali več od naslednjih devetih meril (APA)

- (1) Preokupacija z igrami;
- (2) Umik in negativna čustvena stanja ob odvzemu igre;
- (3) Toleranca do igranja, ki se kaže v potrebi da igram namenimo vse več časa;
- (4) Neuspešni poskusi nadzora udeležbe pri igri;
- (5) Izguba interesa za prejšnje hobije in zabavo, v kateri je posameznik včasih užival – vse zaradi igranja iger;
- (6) Nadaljevanje pretiranega igranja kljub zavedanju negativnih posledic le tega in psihosocialnih problemov, ki jih to povzroča;
- (7) Zavajanje družinskih članov / prijateljev / terapevtov glede količine igranja iger;
- (8) Uporaba iger za pobeg pred negativnimi čustvi in
- (9) Ogrožanje pomembnega odnosa, službe, izobrazbe (uspeha v šoli), kariernih priložnosti zaradi udeležbe v igrah.

## Raziskava

Je bila del slovenskega projekta Za zdravje mladih, ki je bil financiran s strani Norveškega finančnega mehanizma (<http://eeagrants.org/who-we-are/norway-grants>).

Koordinator projekta je bila Zveza katoliških skavtov in skavtinj

- Raziskave je bila izvedena s strani NIJZ (priprava vprašalnika, metodoloških navodil, dopisov, vzorca) in nevladne organizacije mladinska zveza Brez izgovora (kontaktiranje šol, obiski).

## Vzorec

- Izbor udeležencev je temeljil na slučajnem vzorčenju 8.razredov osnovnih šol. Stratifikacije je bila izdelana glede na 12 statističnih regij (NTS 3), za vzorčni načrt so nam služili SURS podatki 14.letnikov po regijah.
- Kontaktirali smo ravnatelje in socialne delavce šol in jih povabili k sodelovanju. Lahko so izbrali način sodelovanja – anketiranje enega razreda osmošolcev po njihovem izboru v računalniški učilnici (spletno) ali v papirni obliki z obiskom našega anketarja
- Starše osmošolcev smo zaprosili za soglasje sodelovanja njihovih otrok v tej raziskavi

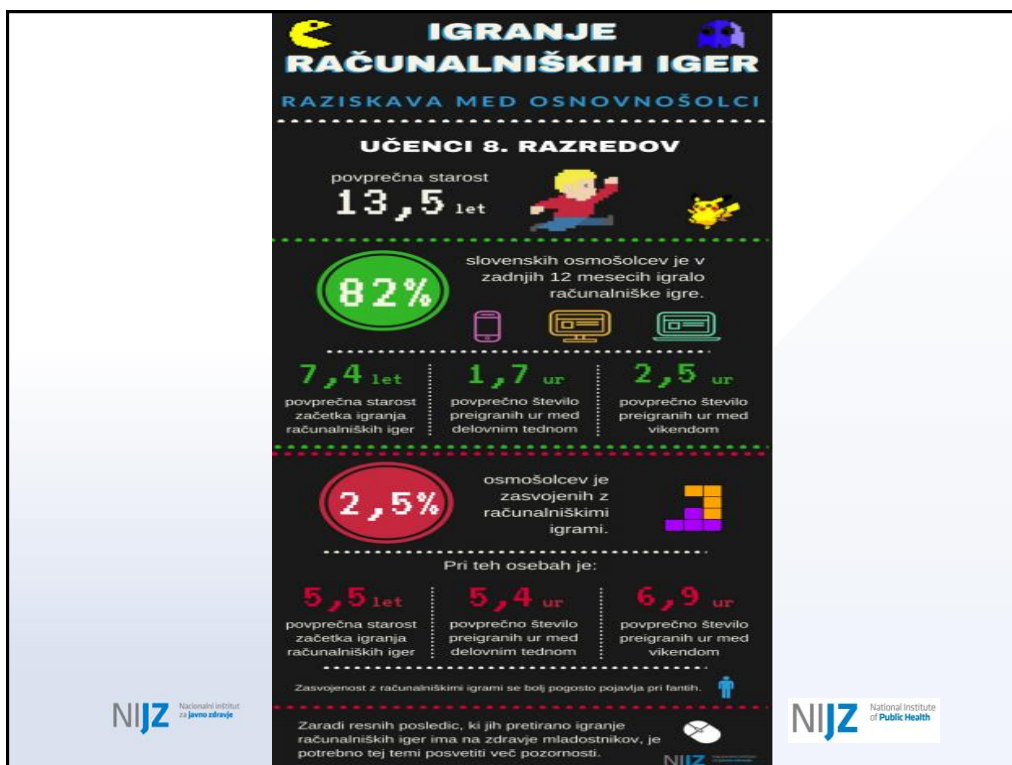
## Podatki

- So bili pridobljeni med majem in junijem 2015 v slovenskih šolah.
- Pridobili smo 1.095 izpolnjenih vprašalnikov – v primeru resnih manjkajočih vrednosti (več kot 10%) smo jih iz raziskave izključili.
- Podatki so bili uteženi glede na 12 statističnih regij, da smo dobili reprezentativni vzorec osmošolcev. Po čiščenju nam je ostalo 1.071 osmošolcev.
- Starost udeležencev raziskave 12 do 16 let (povprečna starost 13,44 let, std.odkl= 0,59; moški spol 50,2%). Izmed teh je bilo 89% rojenih v 2001.



## Razširjenost tega problema med slovenskimi osmošolci (N=1071) v 2015

- Merski instrument: **Internet Gaming Disorder Scale – Short-Form (IGDS9-SF)**, H. Pontes & M. Griffiths, 2015
- Odgovori 4 ‚pogosto‘ in 5 ‚zelo pogosto‘ sešteti na vsaj 5 od 9 kriterijev:  
4.7% (n = 48) [95% IZ: 3.4%-6.0%] na celotnem vzorcu
- Odgovori 5 ‚zelo pogosto‘ sešteti na vsaj 5 od 9 kriterijev:  
**2.5% [95% IZ: 1.6%-3.4%] na celotnem vzorcu = 473 osmošolcev v populaciji**





## PREDSTAVLJENI PODATKI SO OBJAVLJENI V

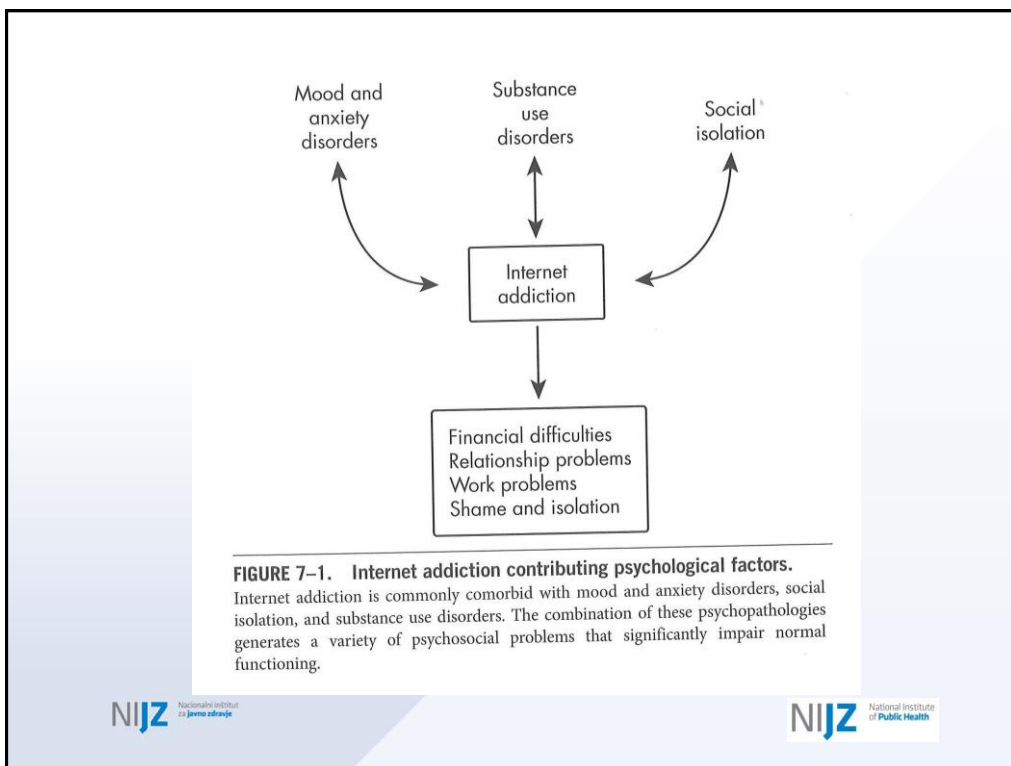
PONTES, Halley M., MACUR, Mirna, GRIFFITHS, Mark D. Internet gaming disorder among Slovenian primary schoolchildren : findings from a nationally representative sample of adolescents. Journal of behavioral addictions, ISSN 2062-5871, 2016, vol. 5, iss. 2, str. 304-310. Dotopno na:

<http://www.akademai.com/doi/pdf/10.1556/2006.5.2016.042>

Spletna objava NIJZ: <http://www.nijz.si/sl/zasvojenost-z-igranjem-racunalniskih-iger-med-slovenskimi-osmosolci>

## Kakšne zdravstvene težave so povezane s pretirano rabo interneta (tudi s pretiranim igranjem rač. iger)





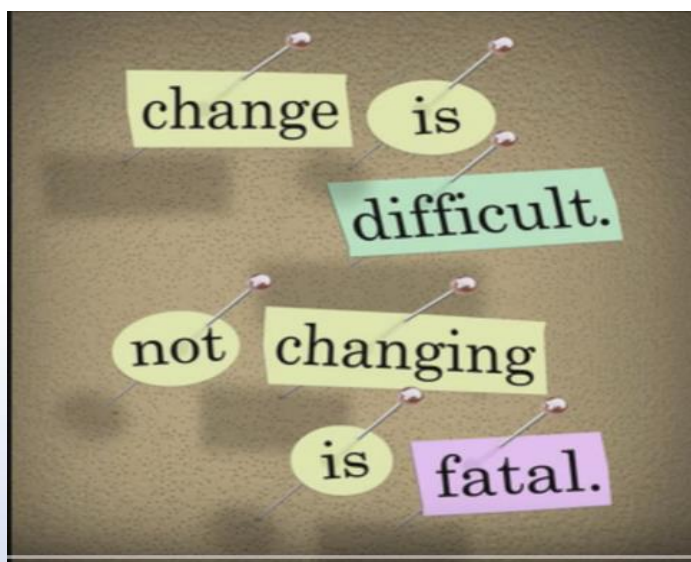
### Posledice izmerjene na slovenski mladini

Iz projekta medijska pismenost med srednješolci smo se naučili, da:

- Veliki uporabniki medijev med srednješolci imajo v povprečju slabši učni uspeh
- Povezava z življenjskim slogom: veliki uporabniki medijev so za kajenje v prejšnjem mesecu porabili 4,9 dni; srednji 3,7 dni in majhno 2 dni;
- veliki uporabniki so bili v prejšnjem letu v povprečju 7,8krat udeleženi v pretepu, srednji 3,6krat in majhni 0,6krat;
- veliki uporabniki medijev so pogosteje prepisovali pri testih (v povprečju 26,7krat v zadnjem letu), v primerjavi z majhnimi (15,7krat) in srednjimi uporabniki (22,5krat);
- poročajo pa tudi o pogostejših konfliktih s starši – približno 50krat v zadnjem letu, medtem ko so majhni uporabniki 33,3krat, srednji pa 37,5krat

## Kako naprej?

- ZASVOJENI potrebujejo pomoč s strani usposobljene osebe!
- Problematični uporabniki interneta – preventiva?
- Otroci – kako jih vzgajati?



**Hvala za pozornost!**

Mirna.Macur@nijz.si