

# Uzależnienie od gier internetowych – opis badania i propozycja korekty postaw\*

[Internet gaming disorder - a description of the  
research and a proposal to correct attitudes]

Dr Magdalena Cyrklaff-Gorczyca [magdalena.cyrklaff@umk.pl](mailto:magdalena.cyrklaff@umk.pl)

Dr hab. Tomasz Kruszewski [tomkrus@umk.pl](mailto:tomkrus@umk.pl)

Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

\* Prezentacja nie ma charakteru samodzielnej pracy naukowej, lecz jest uzupełnieniem artykułu złożonego do druku w „Rozprawach Społecznych”, czasopiśmie Państwowej Szkoły Wyższej w Białej Podlaskiej

# Słowo wstępne

- Jeszcze kilka lat temu uzależnienie wiązano zwykle z zażywaniem substancji psychoaktywnych. Obecnie jednak coraz częściej mamy do czynienia z uzależnieniami behawioralnymi, czyli od czynności, na przykład hazardu, seksu, pracy, jedzenia czy zakupów.
- Wśród nich pojawiają się także uzależnienia związane ze zmianą kulturową i jednym z jej silnych determinantów – postępem technologicznym – a mianowicie **uzależnienie od Internetu**.

# Tło teoretyczne

- *Internet gaming disorder* jest wciąż słabo rozpoznane klinicznie.
- Oznacza zaburzenie kontroli gier oraz zwiększające się znaczenie grania nad innymi działaniami do tego stopnia, że granie dominuje nad innymi aktywnościami codziennymi i zainteresowaniami, a także kontynuacją lub eskalacją grania pomimo występowania negatywnych konsekwencji, które za sobą niesie.

# Cechy nowoczesnych gier

Są one:

- dobrą zabawą, posiadają ciekawą i angażującą fabułę,
- budują atmosferę fantastyki i sensacji,
- pozwalają na odgrywanie atrakcyjnych ról,
- są interaktywne (można przebywać w „drugim świecie”),
- dostarczają silnie pobudzających bodźców,
- dają natychmiastową gratyfikację,
- pozwalają na współpracę i nowe kontakty.

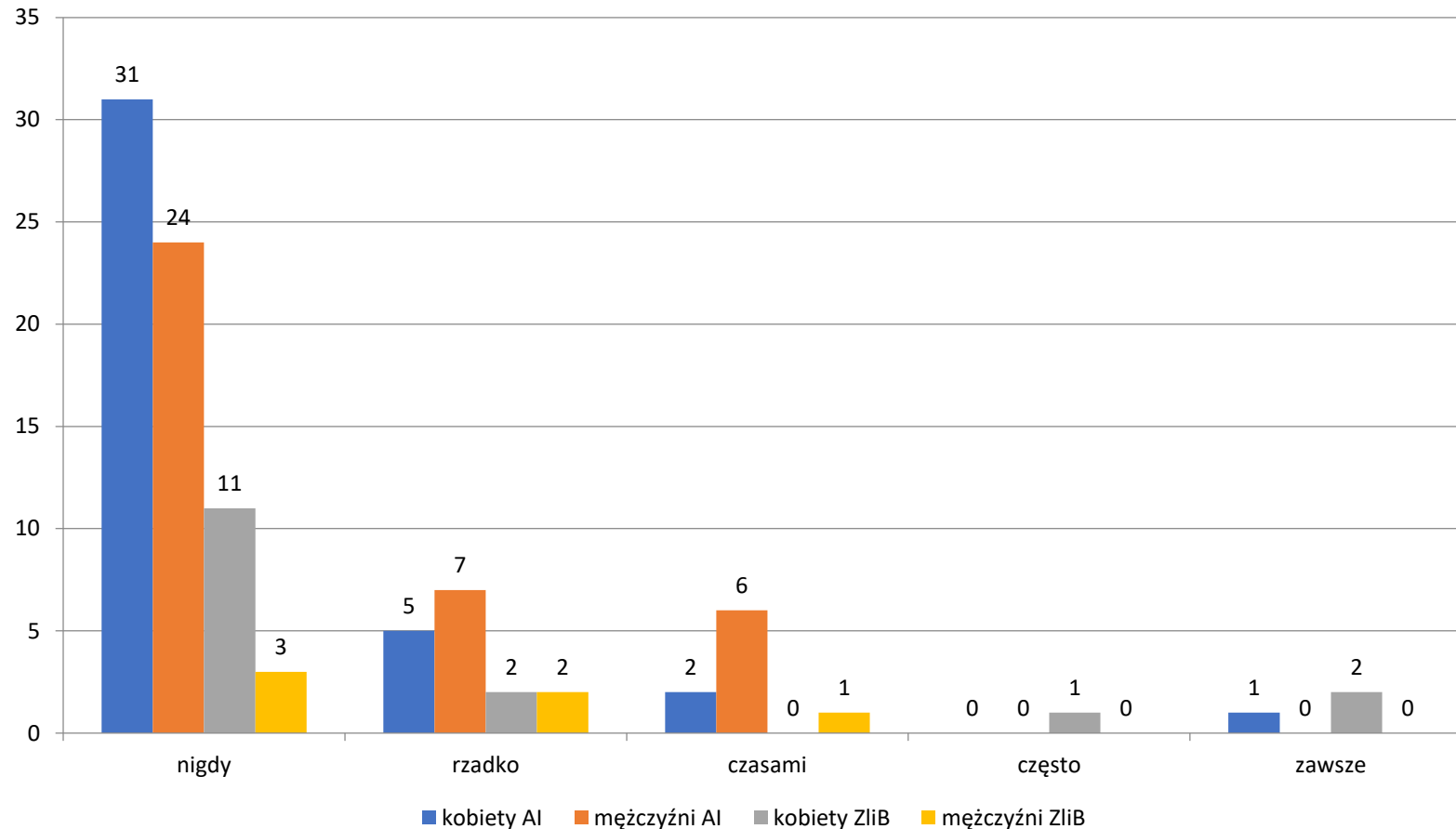
# Przebieg badania

- Badaniem objęto studentów dwóch kierunków studiów pierwszego stopnia: zarządzania informacją i bibliologii oraz architektury informacji na UMK w Toruniu.
- Kwiecień 2018 roku.
- Łącznie 123 osoby, z których kwestionariusz wypełniło 98, co stanowiło 80% zaproszonych.
- Narzędzie: kwestionariusz na podstawie Kwestionariusza do Badania Uzależnienia od Gier Internetowych (KBUGI) E. Potembskiej i B. Pawłowskiej (2014).

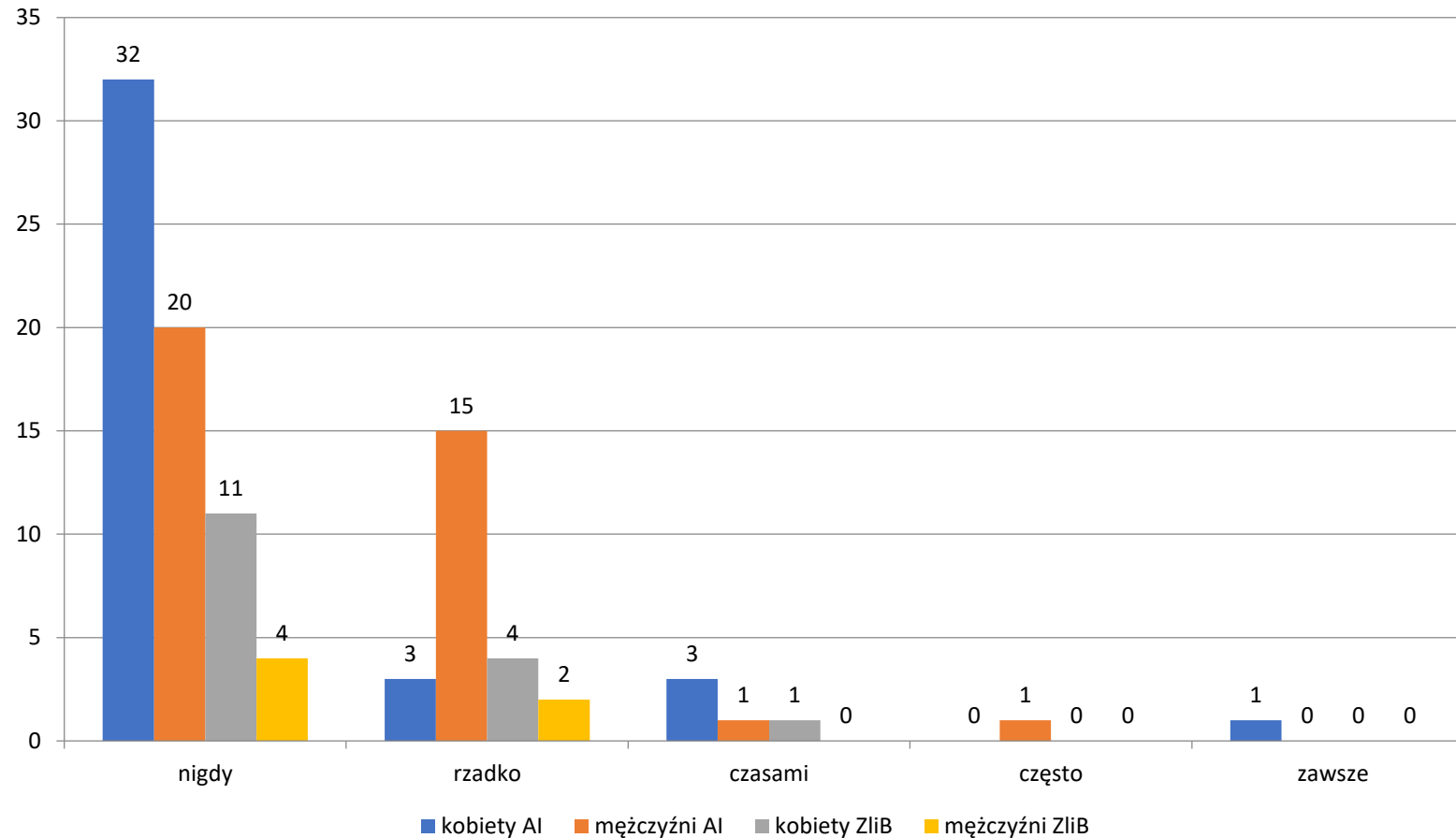
# Hipotezy robocze

- Studenci kierunku architektura informacji wykazują większe zaangażowanie w granie niż studenci kierunku zarządzanie informacją i bibliologia.
- Studenci architektury informacji częściej wykazują wzorzec grania zagrożony uzależnieniem.
- Wskaźnik potencjalnego uzależnienia/zagrożenia uzależnieniem od grania może wykazywać do 10% respondentów.

# Próbowałem bezskutecznie ograniczyć czas spędzany na granicy

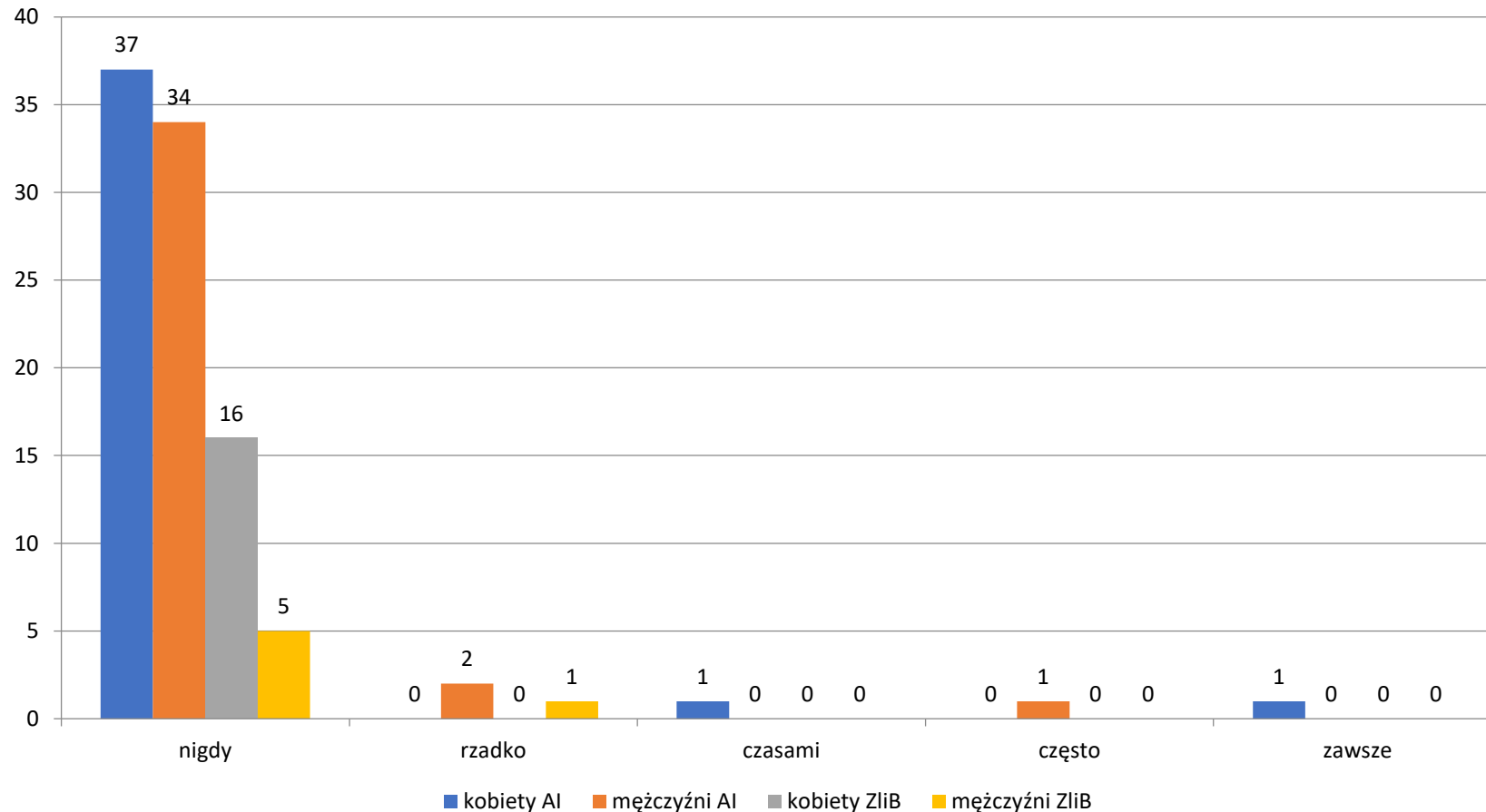


# Rezygnuję ze spotkań z kolegami na rzecz grania w gry

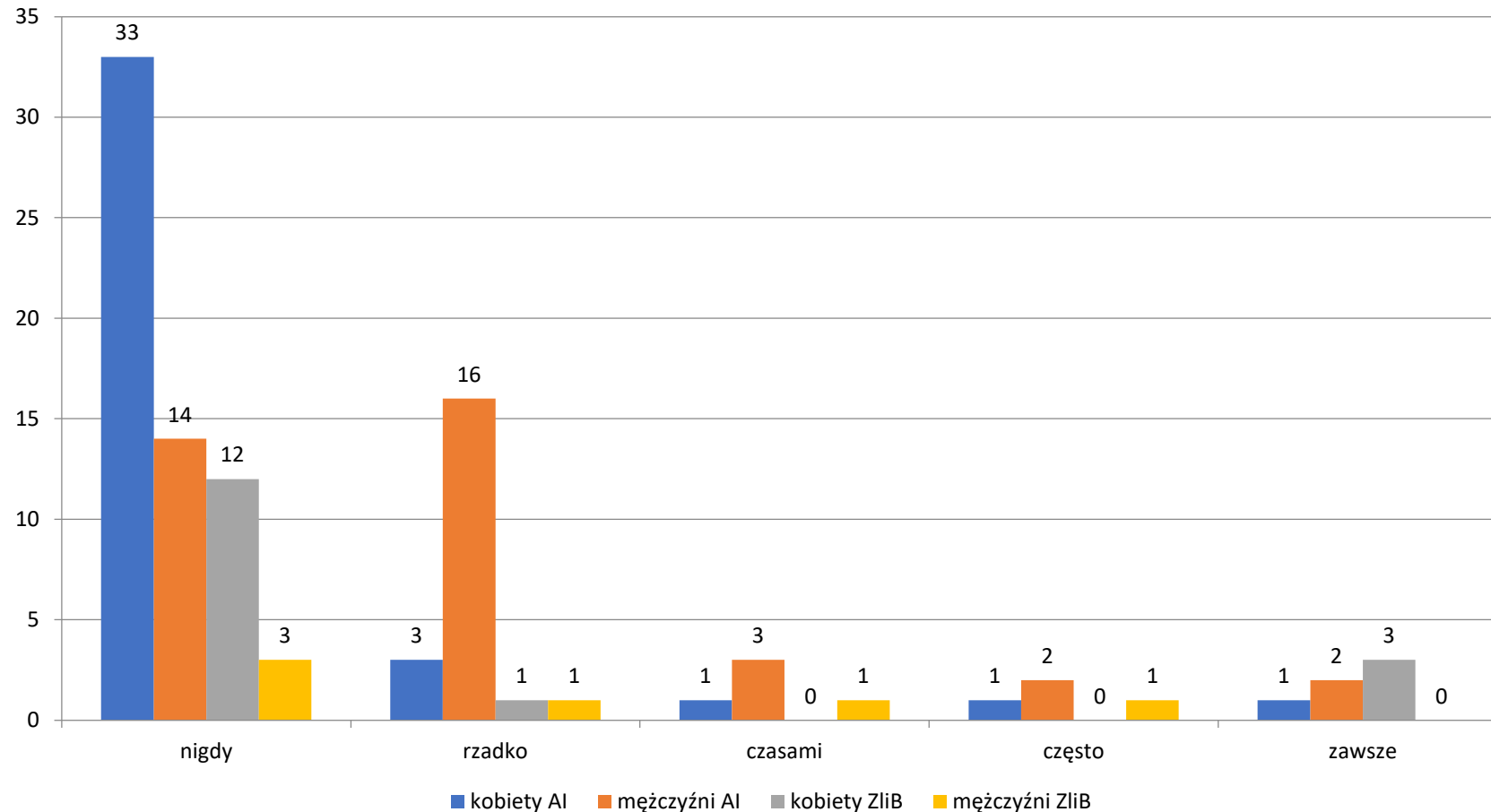




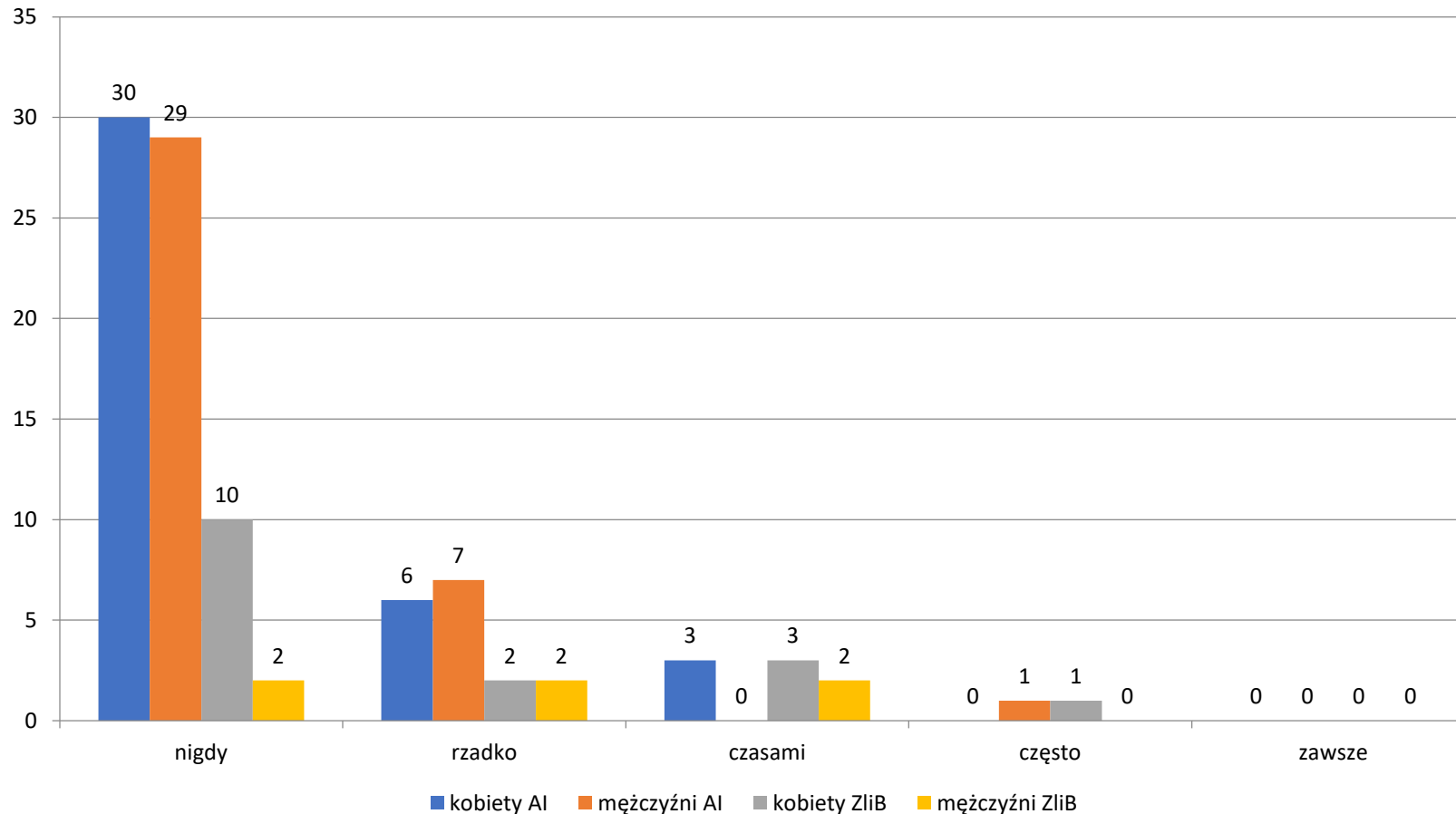
# Gram, bo tylko dzięki graniu mam prawdziwych przyjaciół



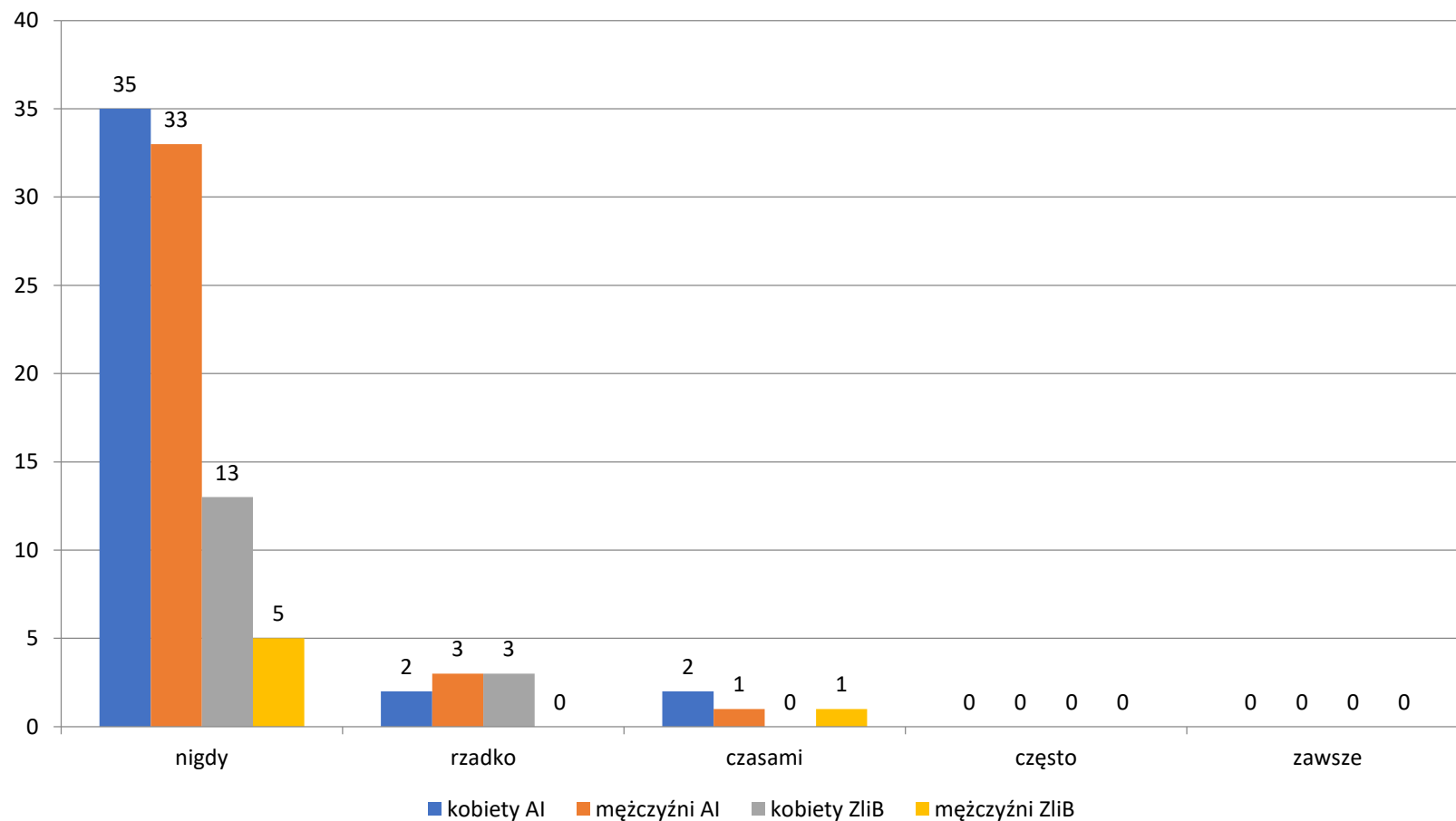
# Odczuwam silną potrzebę codziennego grania w gry komputerowe



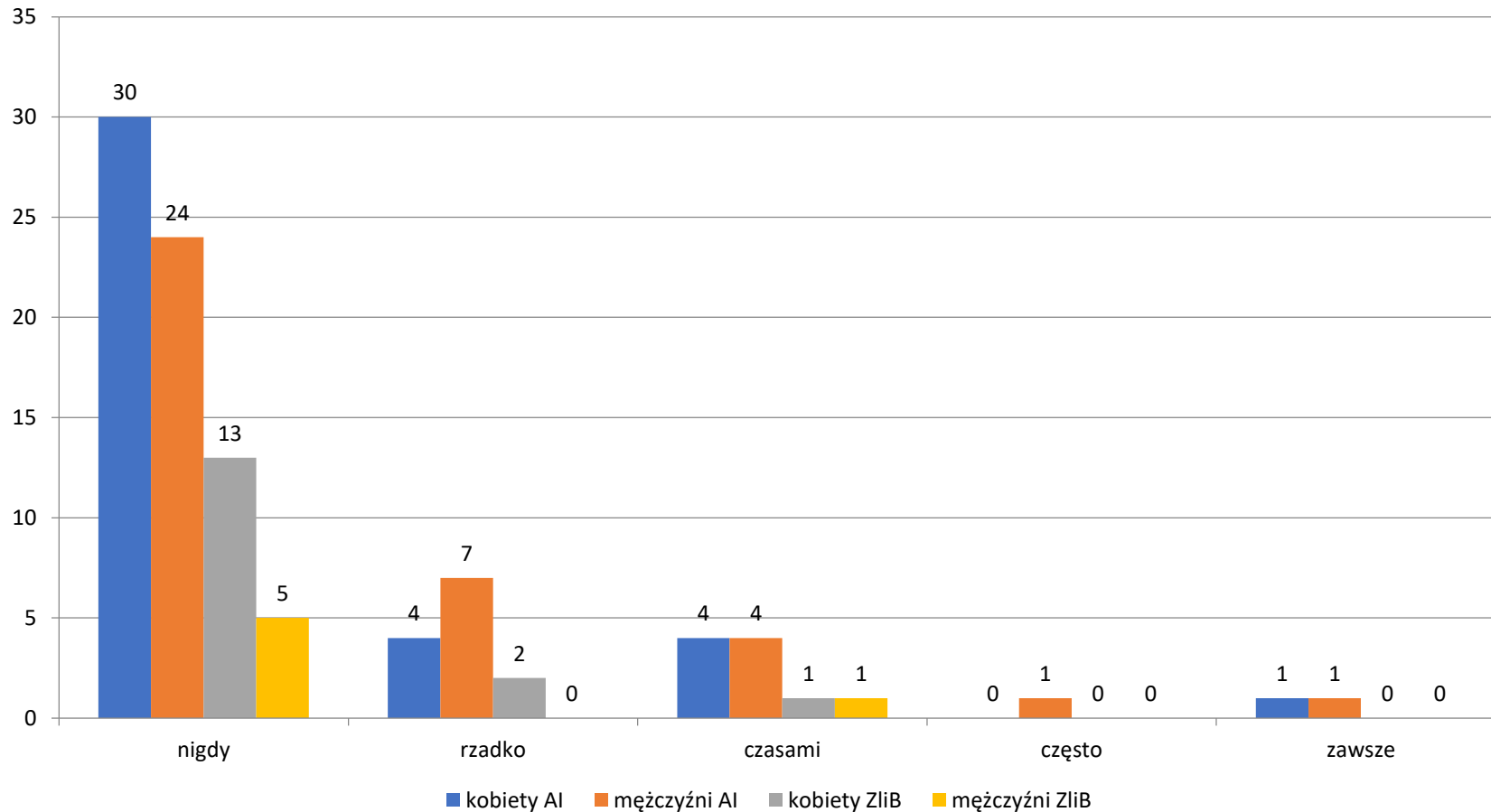
# Zapominałem o posiłkach, gdyż tak bardzo pochłaniał mnie wirtualny świat



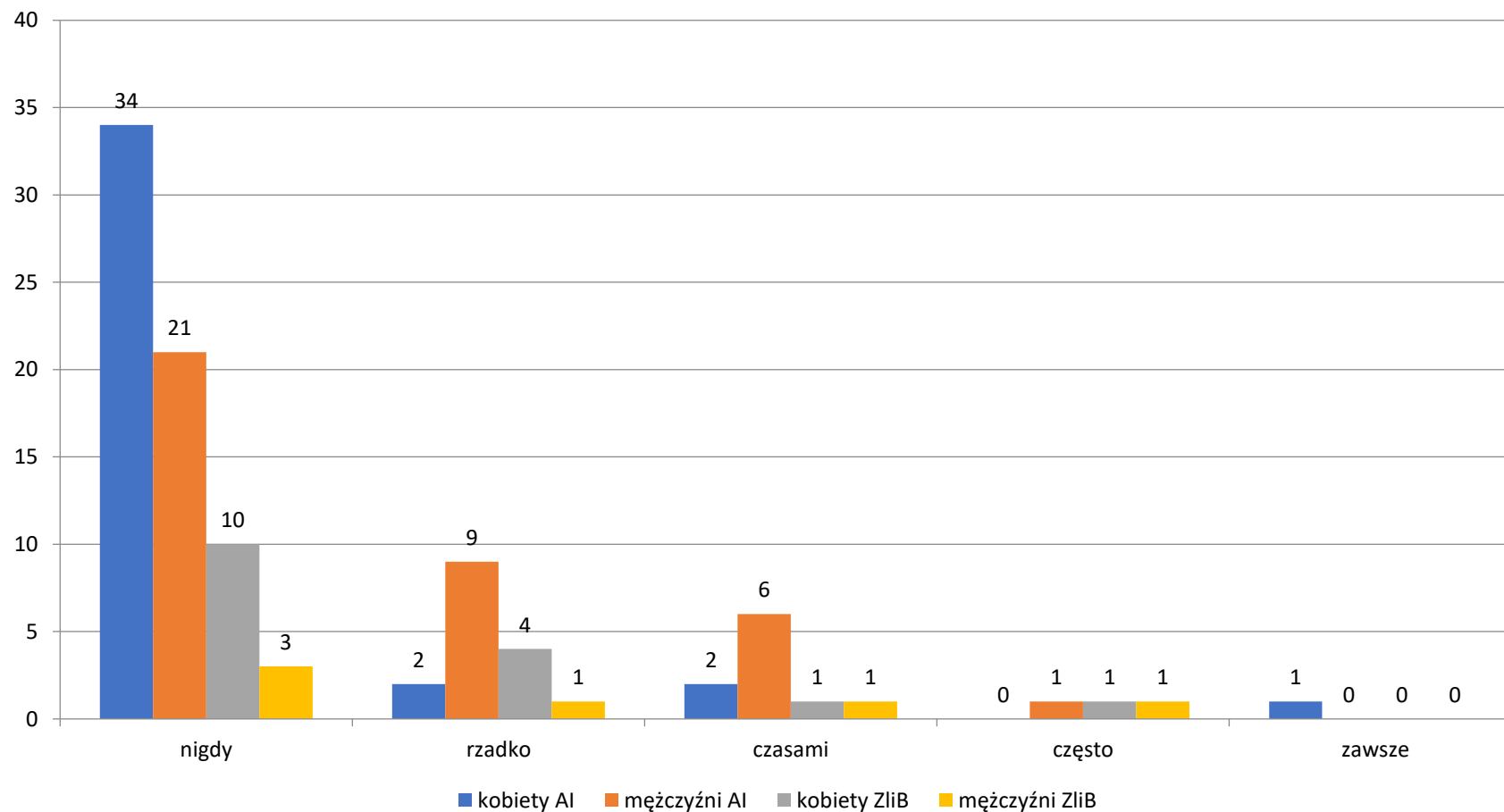
# Odczuwam niepokój, gdy nie mogę grać



# Ukrywam przed bliskimi ile naprawdę czasu spędzam na granicy



# Rezygnuję ze sportu na rzecz grania w gry



# Co może biblioteka?

- Klasyczna profilaktyka prowadzona przez biblioteki, przede wszystkim szkolne i publiczne,
- działania prewencyjne wobec dzieci i młodzieży,
- programy biblioterapeutyczne,
- współpraca bibliotek akademickich z kadrą dydaktyczną uczelni.

Dziękujemy za uwagę