



GRZEGORZ POLAŃSKI

Lokalizacja kontroli adolescentów a korzystanie z internetu

Adolescent's Locus of Control and Internet Usage

Magister, Uniwersytet Rzeszowski, Wydział Pedagogiczny, Katedra Pedagogiki Medialnej, Polska

Streszczenie

Teoria poczucia kontroli należy do szerszego kręgu kategorii teoretycznych – uczenia się społecznego. Jej twórca, Rotter, zakłada, że niektóre osoby są przekonane, że to one są kowalami własnego losu, natomiast inne przypisują swoje życie czynnikom zewnętrznym. Artykuł zawiera krótką prezentację teorii poczucia kontroli, która stała się inspiracją do badania zależności pomiędzy sposobem korzystaniem z internetu a wewnętrżsterownością lub zewnętrżsterownością adolescentów. Podczas diagnozy skorzystano z Kwestionariusza do Badania Poczucia Kontroli – wersja zrewidowana Grażyny Krasowicz-Kupis i Anny Wojnarskiej przeznaczonego dla diagnozowania nastolatków oraz Testu Uzależnienia od Internetu autorstwa Kimberly Young. Badanie jest próbą weryfikacji założenia zawartego w teorii cech, która sugeruje, że osoby z zewnętrżnym umiejscowieniem kontroli przejawiają tendencje do uzależnienia od internetu.

Słowa kluczowe: poczucie lokalizacji kontroli, adolescent, uzależnienie od internetu

Abstract

The theory of the locus of personal control belongs to a wider range of theoretical categories – social learning. Its creator Julian Rotter assumes that some people are convinced that “life is what you make it”, while others attribute their lives to external factors. The article contains a brief presentation of the theory of the locus of control, which became an inspiration to study the relationship between the use of the Internet and the internality or externality of adolescents. During the diagnosis, the Locus Of Control Questionnaire was used – the revised version by Grażyna Krasowicz-Kupis and Anna Wojnarska for diagnosing adolescents and the Internet Addiction Test (IAT) by Kimberly Young. The study attempts to verify the assumption contained in the trait theory, which assumes that people with an external location of control tend to be addicted to the Internet.

Keywords: locus of control, adolescent, Internet addiction

Wstęp. Poczucie kontroli

Poczucie kontroli (LOC) to zgeneralizowane oczekiwanie człowieka dotyczące charakteru czynników, od których zależą następstwa jego zachowań. Rotter opisał to pojęcie jako cechę osobowości człowieka, która odgrywa ważną

rolę regulacyjną, przede wszystkim w sytuacjach nowych, złożonych, niejasnych lub niestrukturalizowanych. Osoby z poczuciem kontroli zewnętrznej interpretują rezultaty swoich zachowań jako zależne od innych ludzi, od przeznaczenia, od czystego przypadku. Natomiast jednostki z poczuciem kontroli wewnętrznej wierzą w możliwości decydowania, dostrzegają zależności pomiędzy efektami swoich działań a własnymi cechami i zachowaniami (Malczak, Jaworowska, Fecenec, Stańczak, Bitner, 2009, s. 6–7).

Poczucie kontroli kształtuje się w różnych sytuacjach społecznych człowieka i ulega zmianom. W dzieciństwie LOC jest bardziej zewnętrzne, by z biegiem lat stać się coraz bardziej wewnętrzne. Dla przewidywania zachowania się człowieka ważna jest nie tylko obiektywna sytuacja, ale przede wszystkim sposób, w jaki jest ona spostrzegana i jakie ma znaczenie. Doświadczenie społeczne oraz poziom rozwoju intelektualnego są związane z możliwościami, które generują wpływ na daną sytuację (Drwal, 1978).

Rozwój LOC przebiega w następujący sposób:

1. Dziecko łączy przyczyny zdarzeń z siłami zewnętrznymi, na które nie ma wpływu – przede wszystkim eksternalizacja niepowodzeń.

2. Następnie dziecko zaczyna przypisywać sobie autorstwo sukcesów, rozwija się wewnętrzny LOC. Rozpoczyna się łączenie niepowodzeń ze swoim nastawieniem i możliwościami.

3. W okresie, który poprzedza dorastanie, internalizacja sukcesów jest bardzo wyraźna.

4. Okres dorastania związany jest ze wzrostem samokrytycyzmu, dlatego charakteryzuje go wysoki poziom internalizacji porażek i niska internalizacja sukcesów.

5. W okresie dorosłości poczucie kontroli jest trwale ukształtowane, z dominacją wewnętrznego lub zewnętrznego.

6. Wiek podeszły związany jest ze zmniejszającym się poczuciem kontroli wewnętrznej (Krasowicz-Kupis, Wojnarska, 2017, s. 25–26).

Problematyczne używanie internetu a teoria cech

Internet wraz z telewizją, komputerem czy smartfonem to media, które stały się towarzyszami życia dzieci i młodzieży. Sieć jest popularna wśród młodych użytkowników, ponieważ dostarcza im wielu atrakcji:

- pozwala realizować potrzebę wrażeń i stymulacji, dobrej zabawy,
- umożliwia realizowanie zainteresowań, zarówno konstruktywnych, jak i patologicznych,
- ułatwia nawiązywanie kontaktów i poznawanie ludzi,
- umożliwia swobodną ekspresję przekonań i emocji,
- stwarza możliwość społecznej autoprezentacji, zarówno tej opartej na faktach, jak i fałszywej,

- pozwala na szybką ucieczkę od problemów, od realnej rzeczywistości,
- daje złudzenie przebywania z ludźmi i jednocześnie możliwość unikania bezpośrednich, trudnych relacji,
- pomaga w radzeniu sobie z zahamowaniami wynikającymi z obrazu samego siebie w sferach atrakcyjności, sprawności (Ogonowska, 2014, s. 36).

Media, a przede wszystkim internet, w przypadku niektórych osób zaczynają pochłaniać coraz więcej czasu. Są one używane w celu nagradzania siebie, odprężania, odreagowania czy zapomnienia o codziennych zadaniach i problemach do rozwiązania – stają się drogą do uzależnienia (Woronowicz, 2009, s. 476).

Problematyczne używanie internetu, a w konsekwencji netoholizm, ma swoje podłoże w tendencjach eskapistycznych – to ucieczka od realnego świata, od siebie, własnych ograniczeń, poczucia niedostosowania wśród innych. Nie ma jednego stanowiska w kwestii przyczyn uzależnienia od internetu. Z wyjaśnieniami przyczyny nałogu związane są następujące teorie psychologiczne:

- psychodynamiczna,
- cech,
- behawioralna,
- biomedyczna,
- społeczno-kulturowa (Ogonowska, 2014 s. 62).

Etiologię dysfunkcyjnego korzystania z internetu można wiązać z teorią cech. Podstawowymi elementami, które organizują wiedzę na temat świata i zachodzących wokół człowieka zdarzeń, są schematy poznawcze (Kaliszewska, 2005). Schematy poznawcze jednostki tworzą genezę cech osobowości – względnie stałych właściwości osobowości, które od wewnątrz kierują myślami jednostki oraz jej działaniami w różnych okolicznościach (Zimbardo, Johnson, McCann, 2010, s. 250).

Teoria cech kładzie nacisk na korelacje cech osobowości z podatnością na uzależnienia. Zakłada się, że dla osób uzależnionych m.in. od mediów charakterystyczne są następujące cechy:

- lęk przed odrzuceniem,
- silna potrzeba akceptacji społecznej,
- trudności z komunikacją w bezpośrednich kontaktach międzyludzkich,
- zewnętrzne umiejscowienie kontroli,
- nadwrażliwość emocjonalna,
- nadmierny samokrytycyzm,
- niska odporność na stres,
- skłonność do izolowania się od innych,
- myślenie perseweracyjne,
- inne zachowania kompulsywne (Ogonowska, 2014, s. 62–63).

Badanie

Poniżej prezentowane badanie zostało zainspirowane opisywanym związkiem teorii cech i sposobem korzystania z internetu. Wybraną cechą, która hipotetycznie łączy się z problematycznym używaniem internetu, jest zewnętrzne poczucie lokalizacji kontroli. Badaną grupę stanowi 80 osób (w tym 34 dziewczęta) w wieku 14–15 lat – uczniów rzeszowskich gimnazjów. Diagnoza została przeprowadzona w kwietniu 2018 r. Posłużono się w niej:

1. Kwestionariuszem do Badania Poczucia Kontroli **KBPK-R** – wersja zrewidowana, autorstwa Krasowicz-Kupis i Wojnarskiej (2017) – normy dla młodzieży w wieku 13–18 lat. Kwestionariusz pozwala m.in. na wyodrębnienie następujących rodzajów wyników: skala LOC ogólna, którą można interpretować w następujący sposób: zewnętrzne LOC, wewnętrzne LOC i nieustalone LOC oraz skale Sukcesu (przypisywanie sobie lub czynnikom zewnętrznym odpowiedzialność za zdarzenia o pozytywnej wartości) i Porażki (przypisywanie sobie lub czynnikom zewnętrznym odpowiedzialność za niepowodzenia). Kwestionariusz zawiera również skale: Szkoła, Rodzice, Rówieśnicy, Niespecyficzne. W opisie diagnozy wybrano jedynie wynik ogólny.

2. Testem Uzależnienia od Internetu (Internet Addiction Test – **IAT**) autorstwa Young (wersja zaprezentowana przez Ogonowską, 2014, s. 39–41), w którym każde z dwudziestu stwierdzeń można zaznaczać na pięciostopniowej skali. Po podliczeniu punktów wyniki testu można interpretować w następujący sposób:

– I poziom – 20–49 pkt: uzyskuje przeciętny użytkownik internetu: zachowujący kontrolę nad zachowaniami, czasami zbyt dużo czasu przeznaczają na spędzanie czasu online,

– II poziom – 50–79 pkt: wynik osób doświadczających negatywnych konsekwencji z powodu nadmiernego korzystania z internetu; w diagnozie indywidualnej można cenić wpływ tego zachowania na inne aspekty życia,

– III poziom – 80–100 pkt – wynik świadczący o poważnym problemie wynikającym z nadmiernego korzystania z internetu – sieciolizm.

Wyniki diagnozy :

1. Test IAT – żaden wynik badanych uczniów nie znalazł się na III poziomie, który definiuje osoby uzależnione od internetu.

2. Liczebności empiryczne i przeliczone wartości procentowe zaprezentowano w tab. 1.

Jedna trzecia wyników mieści się w przedziale LOC zewnętrznego. 8% uczniów z tej grupy identyfikuje problemowe korzystanie z internetu z II poziomu IAT.

Największą grupę z badanej próby stanowią osoby, których wynik znalazł się w przedziale osób z LOC nieokreślonym. Wśród nich również 8% zauważa negatywne konsekwencje związane z używaniem internetu.

Tabela 1. Liczebności empiryczne i wartości procentowe Kwestionariusza KBPK-R i Testu IAT

IAT	KBPK-R – wynik ogólny							
	LOC zewnętrzne		LOC nieustalone		LOC wewnętrzne		Suma końcowa	
Kontrola – I poziom	20	25%	27	34%	19	24%	66	83%
Konsekwencje – II poziom	6	8%	6	8%	2	1%	14	17%
Suma końcowa	26	33%	33	41%	21	26%	80	100%

Źródło: opracowanie własne.

Najmniejsza grupa (26%) badanych uczniów określa siebie jako osoby wewnętrzsterowne. Jeden procent z nich zauważa pejoratywne konsekwencje korzystania z internetu.

Hipoteza zerowa związana z badaniem zakłada, że nie ma związku pomiędzy LOC a negatywnymi konsekwencjami spowodowanymi korzystaniem z internetu. Hipotezę tę podtrzymują statystyki zaprezentowane w tab. 2.

Tabela 2. Wyniki testu χ^2

Wyniki testu χ^2	
Empiryczne wartości statystyki testowej	1,496
Wartość krytyczna	5,991
Prawdopodobieństwo testowe	0,473

Źródło: opracowanie własne.

Opisana diagnoza została przeprowadzona na próbie o małej liczebności i została potraktowana jako badanie pilotażowe. Można przypuszczać, że w miarę zwiększania liczby osób badanych w zakresie LOC oraz korzystania z internetu uzyskane statystyki będą inne. W przyszłości ciekawą kwestią wydaje się być analiza i interpretacja wyników wszystkich skal Kwestionariusza KBPK-R.

Podsumowanie

Szczukiewicz (2004) zaprezentował teorie wyjaśniające osobowościowe podłoże uzależnień. Twierdzi, że istnieją dowody wskazujące, że cechy osobowości odgrywają pewną rolę w powstaniu uzależnienia. To czy nałóg rozwinie się, zależy od splotu zmiennych osobowościowych z czynnikami neurofizjologicznymi oraz społeczno-kulturowymi. Jednak „nałogowa osobowość”, rozumiana jako typ osobowości z cechami, które mają mieć związek z przyczyną powstawania uzależnienia, nie istnieje. Termin ten dobrze jest zarezerwować do opisu cech, które kształtują się jako skutek uzależnienia.

Adolescenci są na etapie kształtowania swojej osobowości – schematów poznawczych oraz cech. W tym kontekście zajmowanie się problematyką związku teorii cech i problemowego korzystania z internetu czy innych zachowań ryzykownych może stanowić przyczynek do odkrywania i budowania adekwatnych czynników chroniących przed uzależnieniami.

Poczucie lokalizacji kontroli jako cecha osobowości jest kształtowana m.in. przez sferę społeczno-kulturową, którą tworzą przede wszystkim rodzina, szkoła oraz media. Celem działań edukacyjnych powinna być refleksja oraz formowanie człowieka, który staje się „autorem własnego życia” – człowiekiem wewnątrzsterownym: zachęcanym do samodzielności i uwalnianym od grania ról (Faber, Mazlish, 2013; Rosenberg, 2016) oraz świadomie korzystającym z mediów. Co zgodnie z przekazem teorii cech samo w sobie jest profilaktyką uzależnień.

Literatura

- Drwal, R. (1978). Poczucie kontroli jako wymiar osobowości – podstawy teoretyczne, techniki badawcze i wyniki badań. W: L. Wołoszynowa (red.), *Materiały do nauczania psychologii* (s. 307–347). Seria III. T. 3. Warszawa: PWN.
- Faber, A., Mazlish, E. (2013). *Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać żeby dzieci do nas mówiły*. Poznań: Media Rodzina.
- Kaliszewska, K. (2005). Zjawisko nadmiernego używania Internetu w poznawczo-behawioralnym modelu Davisa. *Forum Oświatowe*, 2 (330), 139–150.
- Krasowicz-Kupis, G., Wojnarska, A. (2017). *Kwestionariusz do Badania Poczucia Kontroli wersja zrewidowana*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Matczak, A., Jaworowska, A., Fecenec, D., Stańczak, J., Bitner, J. (2009). *Człowiek w pracy. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Ogonowska, A. (2014). *Uzależnienia medialne, czyli o patologicznym wykorzystaniu mediów i ich wpływie na nasze zdrowie oraz życie naszych dzieci*. Kraków: Wyd. Edukacyjne.
- Rosenberg, M. (2016). *Porozumienie bez przemocy. O języku życia*. Warszawa: Czarna Owca.
- Szczukiewicz, P. (2004). Nałogowa osobowość. *Świat Problemów*, 3, 31–37.
- Woronowicz, B. (2009). *Uzależnienia. Geneza, terapia, powrót do zdrowia*. Warszawa: PARPA-MEDIA.
- Zimbardo, P., Johnson, R., McCann, V. (2010). *Psychologia. Kluczowe koncepcje*. T. 4. Warszawa: PWN.