



ODVISNOST OD IGRANJA SPLETNIH IGER MED MLADIMI V CELJU



Avtor:

Tadej Počivavšek, 2. c

Mentorici:

Lea Gornjak, univ. dipl. psih.,
Nina Trojner, univ. dipl. prev.
in tolm. za ang. jezik in prof.
soc.

Področje: interdisciplinarno (psihologija in sociologija)

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2015

I. gimnazija v Celju
Kajuhova 2, 3000 Celje

ODVISNOST OD IGRANJA SPLETNIH IGER MED MLADIMI V CELJU

Raziskovalna naloga
Interdisciplinarno področje
(psihologija, sociologija)

Avtor:

Tadej Počivavšek, 2.c

Mentorici:

Lea Gornjak, univ. dipl. psih.,

Nina Trojner, univ. dipl. prev. in tolm.
za ang. jezik in prof. soc.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2015

Zahvala

Zahvaljujem se vsem, ki so na kakršenkoli način pomagali pri nastajanju te raziskovalne naloge. V prvi vrsti bi se rad zahvalil vsem anketirancem, brez katerih ne bi prišel do doseženih spoznanj. Prav tako bi se rad zahvalil ge. Darinki Časl, svoji profesorici slovenščine, za lektoriranje. Največjo zahvalo za pomoč in trud pa si zaslužita moji mentorici, ga. Lea Gornjak, profesorica psihologije, in ga. Nina Trojner, profesorica sociologije.

Povzetek

Z razvojem tehnologije se razvija splet in posledično tudi spletne igre. Nekatere so sicer poučne, vse pa predstavljajo sprostitev, "ventil" za vsakdanji stres današnjega časa, zato v osnovi ni s spletnimi igrami nič narobe. Problem pa nastopi, ko začnemo takšnim igram dajati prevelik pomen in zaradi njih zanemarjati družbo, delo in še marsikaj drugega. Večina ljudi se tega ne zaveda, a komurkoli se lahko zgodi, da postane zasvojen z igranjem spletnih iger. To je razširjeno predvsem med najstniki, zato sem se odločil, da ta problem raziščem med mladimi na področju Celja. Če je javnost obveščena o nevarnosti odvisnosti od igranja spletnih iger, lahko najstniki že sami opazijo, da so jih igre zasvojile, prav tako pa so ob njih starši in prijatelji, ki lahko prepoznajo problem in jim skušajo pomagati. Zato moj cilj ni bil le raziskati razširjenost in pogostost igranja spletnih iger, temveč med raziskovanjem tudi informirati čim več ljudi o tej težavi in poiskati mogoče rešitve. Ugotovil sem, da večina mladostnikov v Celju ne igra spletnih iger. Izkazalo se je tudi, da so skoraj vsi mladostniki v Celju informirani o nevarnosti odvisnosti od igranja spletnih iger, kar je prvi korak k uspešnemu reševanju problema.

Ključne besede: mladostniki, spletne igre, odvisnost, medosebni odnosi, kvaliteta življenja

Kazalo vsebine

Zahvala	3
Povzetek	4
Kazalo vsebine	5
Kazalo slik.....	7
Kazalo tabel.....	7
Kazalo grafov	7
1 Uvod.....	8
1.1 Izbor in cilji raziskovalnega dela.....	9
1.2 Hipoteze.....	10
1.3 Predstavitev raziskovalnih metod.....	11
2. Teoretični del	12
2.1 Zgodovina spleta.....	12
2.1.1 Začetki interneta	12
2.1.2 Računalniške igre in njihov razvoj.....	13
2.1.3 Spletne igre	13
2.2 Odvisnost od igranja spletnih iger	14
2.2.1 Odvisnost	14
2.2.2 Raziskava dr. Kimberly S. Young	15
2.2.3 Razširjenost igranja spletnih iger	19
3. Eksperimentalni del	20
3.1 Vzorec.....	20
3.1.1 Starostna in spolna sestava vzorca	20
3.2 Analiza rezultatov.....	21
3.2.1 Čas, ki ga mladostniki povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka	21
3.2.2 Čas, ki ga mladostniki povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo.....	22
3.2.3 Igranje spletnih iger	23
3.2.4 Čas, ki ga mladostniki povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka.....	24
3.2.5 Čas, ki ga mladostniki povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo.....	25
3.2.6 Mnenje mladostnikov, ali je nekdo lahko odvisen od igranja spletnih iger.....	26
3.2.7 Mnenje mladostnikov, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi	27

3.2.8 Mnenje, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem ...	28
3.2.9 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari.....	28
3.2.10 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega stanja/počutja vedno več časa	29
3.2.11 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger	30
3.2.12 Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger	31
3.2.13 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger	32
3.2.14 Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja	33
3.2.15 Mladostniki spletne igre radi igrajo, ker jim predstavljajo izziv	34
3.2.16 Mladostniki v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado.....	35
3.2.17 Mladostniki igrajo spletne igre, ker so v njih dobri.....	36
4. Razprava in zaključek	37
4.1 Hipoteza 1: Večji delež fantov kot deklet igra spletne igre.....	37
4.2 Hipoteza 2: Večina najstnikov, ki igra spletne igre, jih igra zaradi pozitivnih čustev, ki jih doživljajo ob tem.....	39
4.3 Hipoteza 3: Večina najstnikov se ne zaveda posledic igranja spletnih iger	40
4.4 Hipoteza 4: Vsaj 60 % najstnikov v Celju igra spletne igre	43
4.5 Zaključek	45
5. Viri	46
5.1 Knjižni viri.....	46
5.2 Spletni viri	46
5.3 Viri slik.....	46
6. Priloga 1: Vprašalnik	47

Kazalo slik

Slika 1: Anketa na šolski spletni strani	44
--	----

Kazalo tabel

Tabela 1: Sestava vzorca glede na spol	20
Tabela 2: Starostna sestava vzorca	20

Kazalo grafov

Graf 1: Čas, ki ga dijaki povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka	21
Graf 2: Čas, ki ga dijakinje povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka	21
Graf 3: Čas, ki ga dijaki povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo	22
Graf 4: Čas, ki ga dijakinje povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo	23
Graf 5: Ali igraš spletne igre?	23
Graf 6: Ali igraš spletne igre?	24
Graf 7: Čas, ki ga dijaki povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka	24
Graf 8: Čas, ki ga dijakinje povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka	25
Graf 9: Čas, ki ga najstniki povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo	25
Graf 10: Čas, ki ga najstnice povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo	26
Graf 11: Mnenje mladostnikov, ali je nekdo lahko odvisen od igranja spletnih iger	26
Graf 12: Mnenje mladostnikov, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi	27
Graf 13: Mnenje, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem	28
Graf 14: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari	28
Graf 15: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego želenega stanja/počutja vedno več časa	29
Graf 16: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger	30
Graf 17: Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger	31
Graf 18: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger	32
Graf 19: Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja	33
Graf 20: Mladostniki spletne igre radi igrajo, ker jim predstavljajo izziv	34
Graf 21: Mladostniki v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado	35
Graf 22: Mladostniki igrajo spletne igre, ker so v njih dobri	36

1 Uvod

Ali se zavedamo nevarnosti odvisnosti od igranja spletnih iger?

Seveda bodo vsi, ki jih radi igrajo, rekli, da to ni mogoče ali da se to njim že ne more zgoditi. Ampak tudi alkoholik se ne zaveda, da ima težave s pitjem. Prvi korak k reševanju tega problema je sprejetje dejstva, da takšna odvisnost obstaja in se lahko zgodi vsakemu izmed nas.

Na začetku bom opisal nekatere osnovne pojme, postavil hipoteze, na kratko predstavil zgodovino razvoja računalnika in spletnih iger. Povzel bom tudi tisto, kar so že drugi zapisali o tej temi in omenil nekaj raziskav te problematike.

Seveda pa se bom po tem uvodnem delu posvetil problemu samemu, ga pogledal še z drugih zornih kotov, kot so ga drugi, in se osredotočil na njegovo pojavljanje na izbranem območju.

Zanimalo me bo predvsem, koliko najstnikov v Celju igra spletne igre, kako pogosto jih igrajo, od česa je to odvisno in kako to vpliva na njihovo funkcioniranje v družabnih odnosih.

1.1 Izbor in cilji raziskovalnega dela

Vsak dan, vsako minuto izide nova spletna igra, iz sekunde v sekundo več najstnikov preživlja svoj prosti čas za računalnikom, pri tem pa zanemarjajo pomembne stvari. Kmalu pride do tega, da je edini smisel njihovega življenja le klikanje na miško in tipkovnico.

Za izbrano temo raziskovalne naloge sem se odločil, ker sem želel raziskati to zelo aktualno in razširjeno problematiko, o kateri se zadnje čase vedno več govori in se je zaveda vedno več ljudi.

Po drugi strani pa je moj namen seznaniti dijake, ki sodelujejo pri tej raziskavi, pravzaprav mesto Celje, s težavo, pred katero si mnogi zatiskajo oči, medtem ko jim uničuje življenje.

Na koncu bom predstavil svoje ugotovitve, prav tako pa spregovoril o možnih rešitvah tega problema, ki se jih bom domislil ob pregledovanju literature ali pa ob samem raziskovanju problema.

1.2 Hipoteze

Po natančnem preučevanju literature in problema samega sem si glede na tisto, kar sem izvedel v povezavi s to temo, in na to, kar sem pričakoval, zastavil hipoteze, ki jih bom s svojim raziskovanjem sprejel ali ovrgel.

Moje hipoteze:

Hipoteza 1: Večji delež fantov kot deklet igra spletne igre.

Hipoteza 2: Večina najstnikov, ki igra spletne igre, jih igra zaradi pozitivnih čustev, ki jih doživljajo ob tem.

Hipoteza 3: Večina najstnikov se ne zaveda posledic igranja spletnih iger.

Hipoteza 4: Vsaj 60 % najstnikov v Celju igra spletne igre.

1.3 Predstavitev raziskovalnih metod

Pri izdelavi raziskovalne naloge sem uporabil različne raziskovalne metode, da bi dobil kar najzanesljivejše rezultate.

Te so bile:

- zbiranje in preučevanje literature,
- spletni vprašalnik,
- statistična obdelava podatkov.

Literaturo sem iskal v Knjižnici Šmarje pri Jelšah, v Osrednji knjižnici Celje in v knjižnici I. gimnazije v Celju. Odvisnost od igranja spletnih iger je relativno nov pojav, literature o tem ni veliko, še posebej ne v slovenščini, zato sem večino podatkov dobil na spletu. Z informacijami mi je pomagala tudi svetovalna služba I. gimnazije v Celju.

O tej temi je veliko napisanega tudi v časopisih in revijah, kar seveda ne predstavlja strokovne literature, daje pa dober pogled na to, kako javnost vidi ta problem.

Našel sem kar nekaj zanesljivih in uporabnih spletnih virov, ki so večinoma napisani v angleščini. To me ne preseneča, saj ta tema v Sloveniji še ni tako raziskana, zato se mi zdi dobro, da bom povzel tudi angleške vire in preizkusil, kateri veljajo tudi za naše mesto.

Sestavil sem spletni vprašalnik (Priloga 1), s katerim sem ugotavljal:

- razširjenost in pogostost igranja spletnih iger med mladostniki v Celju,
- čustva, ki jih mladostniki doživljajo ob igranju spletnih iger,
- obveščenost mladostnikov o problemu odvisnosti od igranja spletnih iger in
- njihovo osebno mnenje o igranju spletnih iger.

Vprašalnik sem sestavil sam na podlagi literature. Vsebuje 10 vprašanj. Prvi dve vprašanji zbirata deskriptivne statistične podatke, drugih devet pa se nanaša na preživljanje časa na spletu. Od tretjega do sedmega vprašanja, vključno z devetim vprašanjem, gre za zaprti tip vprašanj. Na osmo in deseto vprašanje so udeleženci odgovarjali s pomočjo 5-stopenjske lestvice. Vprašalnik je preko spleta reševalo 255 dijakov I. gimnazije v Celju od 23. 2. 2015 do 3. 3. 2015. Zbrane podatke sem uredil, jih prikazal v tabelah in grafih, tako da je prikaz podatkov jasen in nazoren. Napisal sem tudi razpravo in zaključek, v katerem sem povzel svoje raziskovalno delo in opisal, zakaj sem hipoteze sprejel ali ovrgel.

2. Teoretični del

2.1 Zgodovina spleta

2.1.1 Začetki interneta

Proti koncu šestdesetih let prejšnjega stoletja je vojska ZDA odkrila možnosti in pozitivne lastnosti računalniških povezav, a v tistem času gotovo še nihče ni niti posumil, da se bo to omrežje tako hitro in uspešno razširilo (Ojsteršek, b. d.).

Internet je v osnovi nastal iz eksperimenta, ki ga je leta 1960 začelo Ministrstvo za obrambo Združenih držav Amerike. Želelo je ustvariti mrežo računalnikov, ki bi lahko brez vsakršnih motenj delovali tudi ob raznih katastrofah, na primer v primeru jedrske vojne (Kovač, 2002). Če bi katastrofa poškodovala en del tega omrežja, bi moral preostali del normalno delovati. Prav takšno omrežje je bilo ARPANET (Advance Research Projects Agency NETwork), ki je bila nekakšna povezava med znanstveniki in akademiki tistega časa, je predhodnik današnjega interneta (prav tam).

ARPANET je postal zelo pomemben člen v komunikaciji; omogočal je prenos raznih datotek, elektronsko pošto in izmenjavo podatkov po tako imenovanih interesnih skupinah (Ojsteršek, b. d.).

Nekaj let zatem, leta 1985, je National Science Foundation (Narodna znanstvena organizacija) ustvarila NSFNET, ki je bil serija omrežij za namene raziskovanja in izobraževanja. Glede na ARPANET je NSFNET ustvaril hrbtenico sistema, ki je bil brezplačen in na voljo vsem znanstvenim in raziskovalnim ustanovam v ZDA. Istočasno se je prav tako pojavljalo vedno več regionalnih omrežij, ki so bila povezave med različnimi inštituti in ustanovami ter z državnim omrežjem (prav tam).

Uporabniki so kmalu ugotovili ogromne možnosti izrabe NSFNET-a, zato je zelo hitro rasel. Uporabo le-tega je olajšala tudi nova programska oprema, kmalu pa so se v omrežje povezovala tudi komercialna podjetja. Ta so pričela prevzemati glavne poti omrežja, zato se je NSF umaknila iz hrbtenice (prav tam).

Leta 1990 se je pojavilo nekaj zelo pomembnega – svetovni splet, imenovan WWW (World Wide Web). Vedno več ljudi ga je začelo uporabljati in danes ima že milijon strežnikov z milijardami različnih spletnih strani (Kovač, 2002).

Seveda pa se sedaj pojavlja nov problem – svetovno omrežje postaja prepočasno. Večina uporabnikov se nanj priklopi z modemom, katerega kapaciteta prenosa podatkov pa je zelo omejena. Pojavljajo in razvijajo se nove tehnologije, ki povečujejo moč interneta in obljublajo svetlo prihodnost. To so na primer optični kabli (prav tam).

2.1.2 Računalniške igre in njihov razvoj

Računalniške igre za razliko od spletnih ne potrebujejo interneta, zato ni nič čudnega, da obstajajo dlje kot internet. Razvile so se v zgodnjih letih razvoja računalnika. Pri nastanku računalniških iger je zelo pomembna letnica 1958. Takrat je William A. Higinbotham na enem izmed ameriških raziskovalnih laboratorijev izdelal prvo računalniško igro. Higinbothama so za to navdihnili ljudje, ki so obiskovali vsakoletne dneve odprtih vrat, saj so se dolgočasili ob pogledu na nepremične fotografije njihove opreme. Dobil je idejo, da bi z uporabo majhnega analognega računalnika prikazal gibanje žogice in možnost vplivanja obiskovalcev na gibanje le-te. Tako imenovan "Tennis for Two" (Tenis za dva) je bil rezultat njegovega sodelovanja z Robertom V. Dvorakom, ki je to napravo sestavil. V tej igri sta v levem in desnem kotu ekrana stala dva igralca (predstavljala ju je pokončna odebeljena črta), na sredi je bila mreža (spet predstavljena s črto), žogica pa se odbija od spodnje črte. Igralni sistem je imel dve škatli z gumbom, s katerim se žogica odbija na nasprotnikovo stran, in kontroler, s katerim se lahko igralca premikata. Igra je prav tako imela gumb, s katerim sta igralca lahko začela znova (Kovač, 2002).

2.1.3 Spletne igre

Spletne igre so digitalne igre, ki za igranje potrebujejo sočasno omrežno povezavo. To vključuje tudi igre, ki se prek spleta igrajo z različnimi konzolami, preko mobilnih telefonov in preko omrežij, ki povezujejo med seboj enakovredne enote (Pan European Game Information, b. d.).

Razcvet igranja spletnih iger se je zgodil sredi devetdesetih let prejšnjega stoletja. Na Univerzi v Essexu je leta 1979 Roy Trubshaw napisal program, imenovan MUD (Multi User Dungeon). To je navidezni svet, ki temelji na tekstu, v katerega se lahko hkrati vklopijo najrazličnejši ljudje in uporabljalo primitivni način komuniciranja in dela z navideznimi objekti (Kovač, 2002).

Imel je 20 sob in 10 ukazov, s katerimi so uporabniki lahko vplivali na navidezne predmete. Po Trubshawovem odhodu je njegovo delo nadaljeval Richard Bartle. Ta je igro nadgradil na osnovi MUDDL (MUD Definition Language) arhitekture. Pojavi se 400 novih sob in zunanji igralci iz ZDA začnejo izrivati lokalne igralce, zato je univerza prisiljena omejiti časovni dostop do te igre (prav tam).

Z razvojem takšnih spletnih iger odvisnosti postajajo pogostejše, kar je glavni raziskovalni problem te raziskovalne naloge.

2.2 Odvisnost od igranja spletnih iger

2.2.1 Odvisnost

Zdravniki, ki se ukvarjajo z različnimi zasvojenostmi, ločijo dve vrsti odvisnosti:

- **Telesna odvisnost** pomeni, da se je telo na nekaj že tako navadilo, da se v primeru odtegnitve stvari, od katere je odvisno, pojavijo določeni simptomi (na primer silovito drhtenje, čezmerno potenje in slabost, ki vodi v bruhanje). Ti simptomi trajajo, dokler se telo spet ne navadi živeti brez te stvari. Povzročajo jo neka kemična sredstva.
- **Duševna odvisnost** pomeni, da te nekaj navdaja s tako prijetnimi in vznemirljivimi čustvi, da moraš to stvar ves čas jemati ali jo delati, saj se v nasprotnem primeru pojavijo nelagodje ali druga negativna čustva (Fenwick in Smith, 1997).

Pri odvisnosti od igranja spletnih iger gre za duševno odvisnost, saj igranje le-teh pri igralcu povzroča prijetna, zabavna, vznemirljiva čustva in občutke.

DSM-IV (Diagnostični in statistični priročnik duševnih motenj IV) vsebuje sedem kriterijev, po katerih določamo odvisnost:

- toleranca,
- odrekanje,
- pogostejša poraba, kot je bila predvidena,
- želja ali nekaj neuspešnih poskusov, da bi omejili ali prenehali z uporabo določenega sredstva,
- velik del svojega časa porabi za iskanje, uporabo ali okrevanje od določenega sredstva,
- družbene, delovne, rekreacijske aktivnosti se zmanjšajo zaradi uporabe določenega sredstva,
- posameznik nadaljuje z uporabo tega sredstva kljub vsem negativnim posledicam, ki jih ima njegova uporaba zanj (Kovač, 2002).

Razvili so tudi model zasvojenca s spletnimi igrami (v Kovač, 2002), ki zavzema naslednje stopnje:

- zasvojenec ves svoj čas porabi za spletne igre – jih igra ali pa razmišlja o njih,
- zasvojenec potrebuje za dosego želenega stanja/počutja vedno več časa,
- zasvojenec večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger,
- zasvojenec je agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger,
- zasvojenec laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger,
- zasvojenec je ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja in
- zasvojenec igra, da bi pobegnil pred težavami ali spremenil svoje razpoloženje.

Rozman (v Kovač, 2002) pravi, da zasvojenost pomeni bolezen, ki prizadene posameznikovo telo, njegovo duševnost, socialne sposobnosti (odnose z ljudmi) in sposobnost, da v življenju dela nekaj koristnega. Pomeni neko ponavljajoče se škodljivo vedenje, ki pogosto vodi do posledic za človekovo telo (npr. okvara določenih organov), poleg tega pa povzroča odvisnost tudi spremembe v posameznikovem vedenju: agresivnost, nihanje razpoloženja, neupoštevanje družbenih norm in zakonov. Ker odvisniki porabijo veliko časa za pridobivanje ali izvajanje stvari, od katerih so odvisni, se to kaže v zanemarjanju drugih obveznosti, kot so šola, služba in družina.

Definicija zasvojenosti, ki sta jo postavila Tomori in Ziherl (v Kovač, 2002), pa pravi, da se izraz odvisnost uporablja kot oznaka za eno ali več izmed naslednjih možnosti:

- bolezen, se pravi odvisnost od določene psihoaktivne snovi (npr. alkohola),
- psihofiziološki pojav, ki ga povzroči ponavljajoče se uživanje določene psihoaktivne snovi (vendar vsi, ki jih uživajo, ne postanejo odvisni),
- telesna odvisnost oziroma fiziološko stanje prilagoditve na uporabljanje določene snovi, katere odtegnitev povzroči t.i. abstinenčno stanje, ki ga delno ali v celoti odpravi ponovno uživanje podobne ali enake snovi,
- duševna odvisnost, se pravi subjektivni občutki potrebe po neki psihoaktivni snovi, s katero dosežemo pričakovan učinek oziroma se ublaži abstinenčno stanje.

2.2.2 Raziskava dr. Kimberly S. Young

Dr. Kimberly S. Young (Centre for Internet Addiction, b. d.) je psihologinja in svetovno priznana strokovnjakinja za odvisnost od spleta. Napisala je že ogromno člankov na temo te odvisnosti in se večkrat pojavila v *The New York Times*, *The Wall Street Journal*, *The London Times*, *USA Today* in še v mnogo drugih priznanih ameriških in svetovnih medijih. Za svoje delo je prejela nagrado Psihologija v medijih (*Psychology in the Media Award*). Bila je govorka na Mednarodni konferenci o digitalni kulturi v Seoulu (*International Conference on Digital Culture in Seoul*), na Ameriški vojaški fakulteti (*US Army War College*) in na Prvem mednarodnem kongresu internetne odvisnosti v Milanu (*First International Congress on Internet Addiction Disorders in Milan*).

2.2.2.1 Odvisnost od spleta

Dr. Kimberly S. Young je pri svojih pacientih zasledila novo vrsto odvisnosti – odvisnost od spleta in se leta 1994 začela ukvarjati z njo. Pri tem je naletela na veliko nasprotovanje tako pri vsakdanjih ljudeh kot pri znanstvenikih, ki so dejali, da je internet le del računalnika in da ne moreš biti odvisen od nekega objekta (Young, 1998).

Dr. Young pa je pojasnila, da odvisnost od spleta dojema kot odvisnost, sorodno odvisniškemu vedenju navad, kot so pretirano uživanje hrane, pretirana želja po spolnih odnosih in pretirano gledanje televizije. Psihologinja pravi, da obstaja veliko dejavnikov, ki vplivajo na odvisnost od spleta. Omenil bom recimo tega, da splet za mnoge predstavlja neko okolje oziroma svet, v katerem so vedno dobrodošli in ki mu pripadajo. S pomočjo spleta si lahko ustvarijo svoj sanjski svet, v katerem so lahko takšni, kot si želijo, in ne takšni, kot v resnici so. Če so na primer v resničnem življenju sramežljivi, so lahko na internetu zelo odprti, zabavni in komunikativni. Pridobijo lahko veliko stikov od koderkoli in komunicirajo z njimi, kadarkoli želijo. S tem pozabijo na svoje prijatelje v resničnem svetu, kar je vse prej kakor dobro. Dr. Young pa je omenila tudi, da moški in ženske ne uporabljajo spleta za enake stvari. Moški naj bi večinoma iskali možnosti, da bi imeli moč in bi bili v dominanten položaju, zato se zatekajo k igranju agresivnih interaktivnih iger, pa tudi k obiskovanju strani z erotično vsebino. Pri ženskah pa naj bi šlo bolj za zatekanje na razne forume in spletne klepetalnice, kjer iščejo romanco ali pa preprosto nekoga, ki bi mu lahko zaupale svoje probleme in sanje. Ena izmed posebno privlačnih lastnosti spleta za ženske je ta, da nihče ne more videti, kako v resnici izgledajo (prav tam).

2.2.2.2 Odvisnost od igranja spletnih iger

Dr. Young (1998) se je posvetila tudi odvisnosti od igranja spletnih iger, ki jo je poimenovala "online gaming addiction".

To je odvisnost od:

- spletnih videoiger,
- iger, kjer igraš nek lik ali
- kakršnihkoli igralnih svetov, do katerih dostopaš preko interneta.

Klepetalnice v takšnih igrah omogočajo komunikacijo z drugimi igralci, s katerimi smo v igri na isti ali nasprotni strani. To nam daje občutek povezanosti in pripadnosti.

2.2.2.3 Znaki odvisnosti od igranja spletnih iger

Znaki odvisnosti od igranja spletnih iger so (Young, 1998):

- **Spletnim igram posvetimo preveč časa**
S tem se vse začne. Igralci posvečajo vse več časa igranju spletnih iger in zanemarjajo vsakdanje obveznosti, kot so šola, služba in hišna opravila. Ves čas, ko ne igrajo iger, razmišljajo in fantazirajo o tem.

- **Laganje in skrivanje igranja spletnih iger**

Nekateri ljudje igrajo spletne igre dan in noč. Ker vedo, da njihovi starši in prijatelji tega ne odobravajo, začnejo lagati o tem, kaj delajo na spletu in kako pogosto ga uporabljajo. Kmalu si tudi izmišljajo razloge, zakaj se ne morejo družiti s prijatelji, da bi lahko igrali spletne igre.

- **Izguba zainteresiranosti za vse razen za spletne igre**

Ko igralci postajajo vedno bolj zasvojeni s spletnimi igrami, izgubljajo zanimanje za hobije in dejavnosti, s katerimi so se prej ukvarjali. Sem spada tudi gledanje in igranje raznih športov ter motivacija za učenje.

- **Odtujitev od prijateljev in družine**

Z vedno pogostejšim igranjem spletnih iger se spreminja tudi osebnost igralcev. Nekoč prijazen in komunikativen fant lahko postane zadržan in tih samotar. Igralci dajejo pomen le še pogovorom in prijateljstvom preko spletnih iger, tista v resničnem življenju pa zanemarja.

- **Prekoračenje dovoljenega časa za igranje spletnih iger**

Če starši poskušajo svojim otrokom omejiti čas, ki ga lahko preživijo z igranjem spletnih iger, se otroci odzovejo z agresijo in celo nasiljem.

- **Psihološki odzivi na pomanjkanje igranja spletnih iger**

Igralci, ki že nekaj časa ne morejo igrati spletnih iger, čutijo neko pomanjkanje. Zaradi tega postanejo agresivni, turobni, zadržani ali depresivni. Ne morejo se osredotočiti na nobeno nalogo in ne morejo razumno presojati.

- **Uporaba spletnih iger kot pobeg**

Mnogi začnejo uporabljati spletne igre kot pobeg pred resničnostjo. Med igranjem pozabijo na svoje težave in se znebijo stresa. V igrah lahko postanejo liki, ki so samozavestnejši, so junaki v svojem svetu in nimajo nobenih večjih težav. Ko igrajo, se počutijo bolj izpopolnjeni in sprejeti.

- **Nadaljevanje igranja kljub posledicam**

Igralci čutijo tako močno potrebo po igranju spletnih iger, da jih ne zanimajo posledice tega. To lahko vodi do izgube prijateljev in štipendije, do izključitve iz šole in še marsičesa drugega.

2.2.2.4 Dejavniki, ki lahko vodijo do odvisnosti od igranja spletnih iger

Dejavniki, ki lahko vodijo do odvisnosti od igranja spletnih iger, so (Young, 1998):

- **Nizka samozavest** – Pri tistih, ki imajo nižjo samozavest, je večje tveganje, da postanejo odvisni od igranja spletnih iger. Občutek imajo, da so v resničnem življenju nepomembni, v igrah pa lahko vplivajo na usodo celotnega izmišljenega sveta.
- **Slabi medosebni odnosi** – Ljudje, ki imajo slabe odnose, pogosto iščejo prijateljstva na raznih klepetih na spletnih igrah.
- **Visoka inteligentnost in domišljija** – Najstniki, ki so v svojem razredu sposobni narediti več kot drugi, zaradi okolja pa ne morejo popolnoma izkoristiti svoje inteligentnosti, se zatekajo v namišljeni svet spletnih iger, saj so tam težavni cilji, ki jih morajo doseči. Prav tako lahko tam sprostijo vso svojo domišljijo.
- **Potreba po moči** – Nekaterim je všeč občutek moči in nadvlade. V spletnih igrah so lahko liki, ki odločajo o usodi celotnega namišljenega sveta, kar zadosti njihovim željam po moči.
- **Zgodovina odvisnosti v družini** – Če je v družini nekdo, ki je odvisen od nečesa, npr. od drog ali alkohola, lahko otroci vidijo različne odvisnosti kot rešitev težav.

2.2.2.5 Odvisnost od igranja spletnih iger pri najstnikih

Odvisnost od igranja spletnih iger lahko postane zelo nevarna v adolescenci. Takrat najstniki še iščejo svojo pravo identiteto in to lahko poskušajo storiti v spletni igri, kjer si lahko sami oblikujejo svoj lik in odločajo o njegovi usodi. Razni pritiski vrstnikov in stresno okolje so glavni vzroki za nastop odvisnosti pri najstnikih. Seveda so tukaj še vplivi zdravstvenih težav, spolne zmedenosti in stresnih odločitev glede svoje prihodnosti. Ne smemo pa pozabiti na težave v družini. Marsikateri najstnik pred družinskimi težavami (npr. ločitev staršev, alkoholizem ...) beži v domišljijski svet spletnih iger. Pri odpravljanju težav z odvisnostjo od igranja spletnih iger pri najstnikih se ne smemo osredotočiti samo na ta problem, temveč tudi na tisto, kar ga je povzročilo. Če namreč najstnika odvadimo od te odvisnosti, bo osnovna težava kmalu spet povzročila podobne posledice pri njem (Young, 1998).

2.2.3 Razširjenost igranja spletnih iger

Med iskanjem nisem zasledil nobene slovenske statistike o igranju spletnih iger, zato sem za podatke vzel ameriško statistiko na spletni strani <http://www.bigfishgames.com/blog/2014-global-gaming-stats-whos-playing-what-and-why/> (Galarneau, 2014, dostop: 16. 3. 2015). Na tej strani je navedeno, da 58 % Američanov igra spletne igre, 47 % teh ljudi pa je žensk.

3. Eksperimentalni del

3.1 Vzorec

3.1.1 Starostna in spolna sestava vzorca

Za preučevan vzorec pri tej raziskovalni nalogi sem vzel dijake in dijakinje I. gimnazije v Celju, ki so na spletno anketo odgovarjali povsem anonimno.

Na anketo je odgovorilo 270 dijakov in dijakinj. Za potrditev hipoteze 1 sem moral odgovore razporediti glede na spol.

Tabela 1: Sestava vzorca glede na spol

Odgovori	Frekvenca	Odstotek
Moški	81	30 %
Ženski	189	70 %
Skupaj	270	100 %

70 % anketirancev je bilo ženskega spola, kar je povezano s spolno sestavo naše šole, saj je razmerje med fanti in dekleti 4 : 6. Odgovore na anketo sem s pomočjo te ugotovitve razporedil glede na spol in tako dobil primerjavo, kaj velja za moški spol in kaj za ženski.

Tabela 2: Starostna sestava vzorca

Odgovori	Frekvenca	Odstotek
15 let	65	24 %
16 let	64	24 %
17 let	61	23 %
18 let	64	24 %
nad 18 let	14	5 %
Skupaj	268	99 %

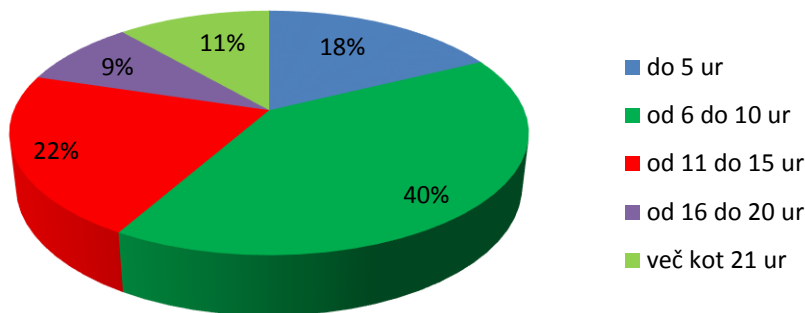
V vzorcu je bilo približno isto število dijakov in dijakinj, starih 15, 16, 17 in 18 let, le nekaj pa jih je bilo starejših od 18 let.

3.2 Analiza rezultatov

3.2.1 Čas, ki ga mladostniki povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka

Fantje

Čas, ki ga dijaki povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka

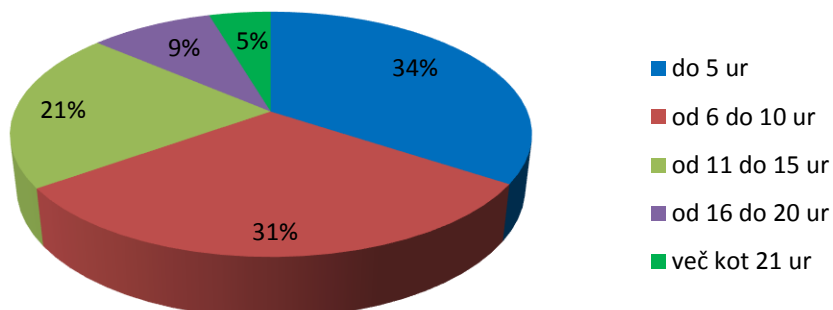


Graf 1: Čas, ki ga dijaki povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka

Iz grafa 1 je razvidno, da 40 % fantov (32 oseb) preživi na spletu od šest do deset ur od ponedeljka do petka. 22 % fantov (17) preživi na spletu od enajst do petnajst ur od ponedeljka do petka. 18 % (14) fantov preživi na spletu do pet ur od ponedeljka do petka. 11 % fantov (9) preživi na spletu več kot enaindvajset ur od ponedeljka do petka, 9 % fantov (7) pa preživi na spletu od šestnajst do dvajset ur.

Dekleta

Čas, ki ga dijakinje povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka



Graf 2: Čas, ki ga dijakinje povprečno preživijo na spletu od ponedeljka do petka

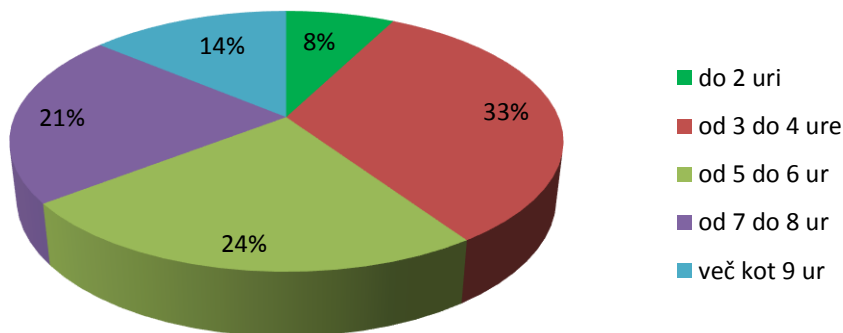
Iz grafa 2 je razvidno, da 34 % deklet (60 oseb) preživi na spletu do pet ur od ponedeljka do petka. 31 % deklet (54) preživi na spletu od šest do deset ur od ponedeljka do petka. 21 % deklet

(37) preživi na spletu od enajst do petnajst ur od ponedeljka do petka. 9 % deklet (16) preživi na spletu od šestnajst do dvajset ur od ponedeljka do petka, 5 % deklet (8) pa preživi na spletu več kot enaindvajset ur od ponedeljka do petka.

3.2.2 Čas, ki ga mladostniki povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo

Fantje

Čas, ki ga dijaki povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo

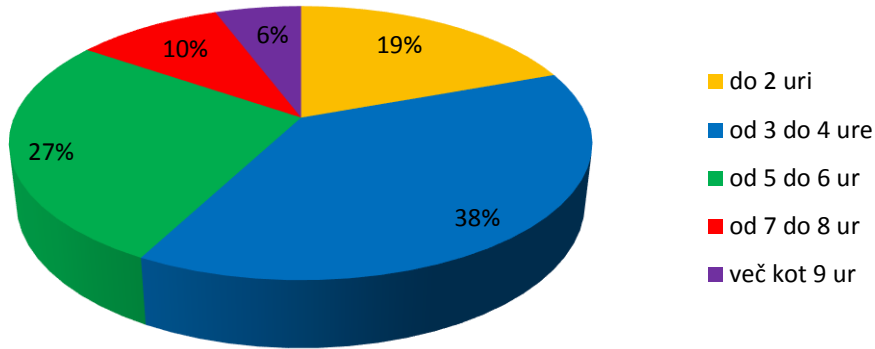


Graf 3: Čas, ki ga dijaki povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo

Iz grafa 3 je razvidno, da 33 % fantov (26 oseb) preživi na spletu od tri do štiri ure v soboto in nedeljo. 24 % fantov (19) preživi na spletu od pet do šest ur v soboto in nedeljo. 21 % fantov (17) preživi na spletu od sedem do osem v soboto in nedeljo. 14 % fantov (11) preživi na spletu več kot devet ur v soboto in nedeljo. 8 % fantov (6) pa preživi na spletu do dve uri v soboto in nedeljo.

Dekleta

Čas, ki ga dijakinje povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo



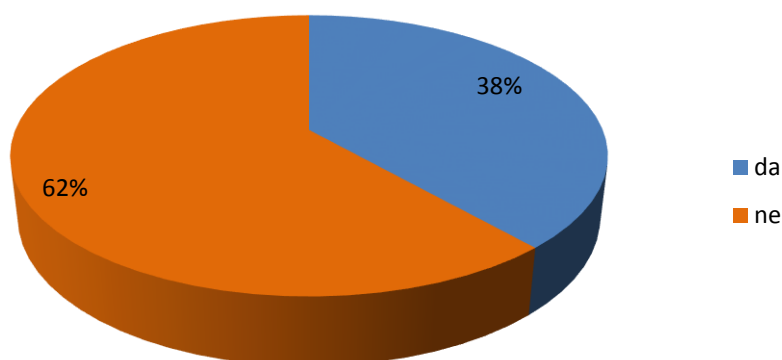
Graf 4: Čas, ki ga dijakinje povprečno preživijo na spletu v soboto in nedeljo

Iz grafa 4 je razvidno, da 38 % deklet (67 oseb) preživi na spletu od tri do štiri ure v soboto in nedeljo. 27 % deklet (47) preživi na spletu od pet do šest ur v soboto in nedeljo. 19 % deklet (34) preživi na spletu do dve uri v soboto in nedeljo. 10 % deklet (17) preživi na spletu od sedem do osem ur v soboto in nedeljo. 6 % deklet (10) preživi na spletu več kot devet ur v soboto in nedeljo.

3.2.3. Igranje spletnih iger

Fantje

Ali igraš spletne igre?

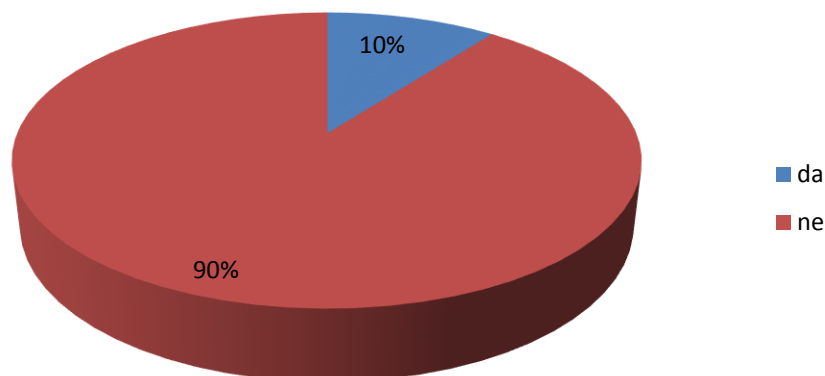


Graf 5: Ali igraš spletne igre?

Iz grafa 5 je razvidno, da 62 % fantov (48 oseb) ne igra spletnih iger, 38 % fantov (30) pa igra spletne igre.

Dekleta

Ali igraš spletne igre?



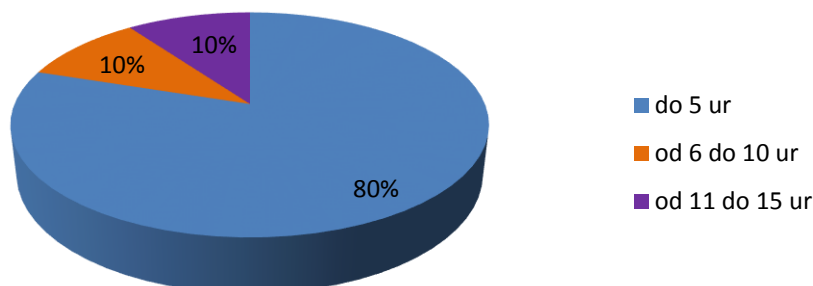
Graf 6: Ali igraš spletne igre?

Iz grafa 6 je razvidno, da 90 % deklet (155 oseb) ne igra spletnih iger, 10 % deklet (18) pa jih igra.

3.2.4 Čas, ki ga mladostniki povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka

Fantje

Čas, ki ga dijaki povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka

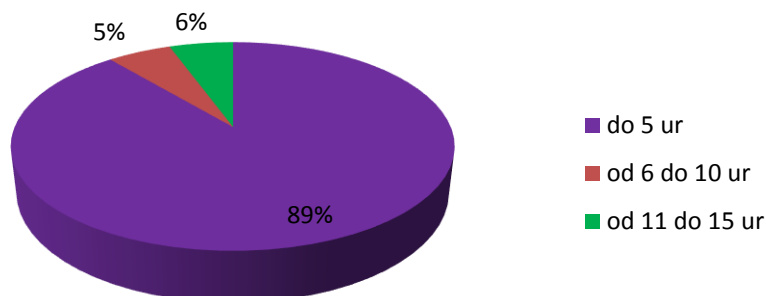


Graf 7: Čas, ki ga dijaki povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka

Iz grafa 7 je razvidno, da 80 % fantov (24 oseb) povprečno porabi do pet ur od ponedeljka do petka za igranje spletnih iger. 10 % fantov (3 osebe) povprečno porabi od šest do deset ur od ponedeljka do petka za igranje spletnih iger. 10 % fantov (3 osebe) povprečno porabi od enajst do petnajst ur za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka.

Dekleta

Čas, ki ga dijakinje povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka



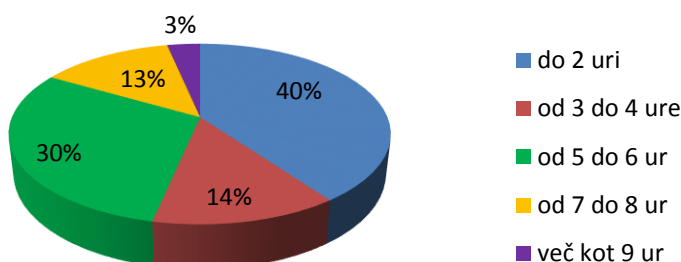
Graf 8: Čas, ki ga dijakinje povprečno porabijo za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka

Iz grafa 8 je razvidno, da 89 % deklet (16 oseb) povprečno porabi do pet ur za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka. 6 % deklet (1) povprečno porabi od enajst do petnajst ur za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka. 5 % deklet (1) povprečno porabi od šest do deset ur za igranje spletnih iger od ponedeljka do petka.

3.2.5 Čas, ki ga mladostniki povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo

Fantje

Čas, ki ga najstniki povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo



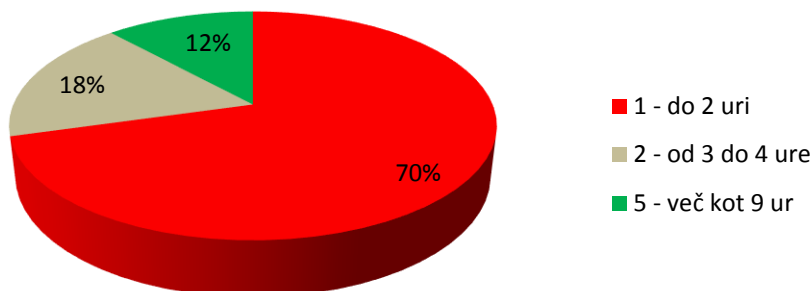
Graf 9: Čas, ki ga najstniki povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo

Iz grafa 9 je razvidno, da 40 % fantov (12 oseb) povprečno porabi do dve uri v soboto in nedeljo za igranje spletnih iger. 30 % fantov (9) povprečno porabi od pet do šest ur v soboto in nedeljo za igranje spletnih iger. 14 % fantov (4) povprečno porabi od tri do štiri ure v soboto in nedeljo za igranje spletnih iger. 13 % fantov (4) povprečno porabi od sedem do osem ur v soboto in

nedeljo za igranje spletnih iger. 3 % fantov (1) povprečno porabi več kot devet ur v soboto in nedeljo za igranje spletnih iger.

Dekleta

Čas, ki ga najstnice povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo

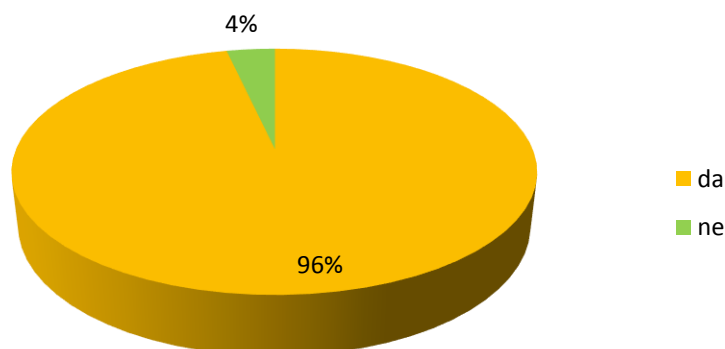


Graf 10: Čas, ki ga najstnice povprečno porabijo za igranje spletnih iger v soboto in nedeljo

Iz grafa 10 je razvidno, da 70 % deklet (12 oseb) povprečno porabi do dve uri v soboto in nedeljo za igranje spletnih iger. 18 % deklet (3) povprečno porabi od tri do štiri ure v soboto in nedeljo za igranje spletnih iger. 12 % deklet (2) povprečno porabi več kot devet ur v soboto in nedeljo za igranje spletnih iger.

3.2.6 Mnenje mladostnikov, ali je nekdo lahko odvisen od igranja spletnih iger

Mnenje mladostnikov, ali je nekdo lahko odvisen od igranja spletnih iger

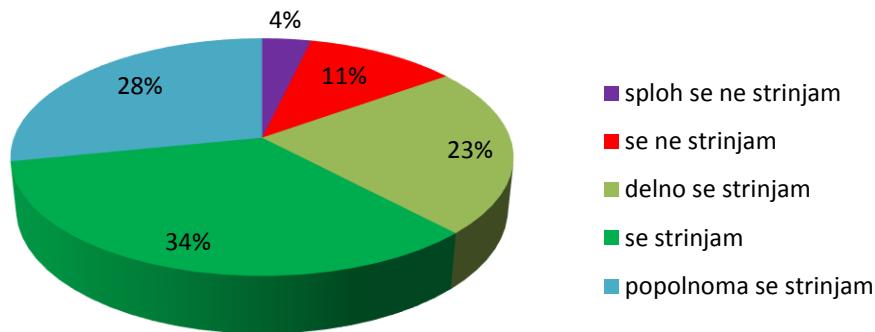


Graf 11: Mnenje mladostnikov, ali je nekdo lahko odvisen od igranja spletnih iger

Iz grafa 11 je razvidno, da 96 % mladostnikov (245 oseb) meni, da je nekdo lahko odvisen od igranja spletnih iger. 4 % mladostnikov (9) meni, da nekdo ne more biti odvisen od igranja spletnih iger.

3.2.7 Mnenje mladostnikov, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi

Mnenje mladostnikov, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi

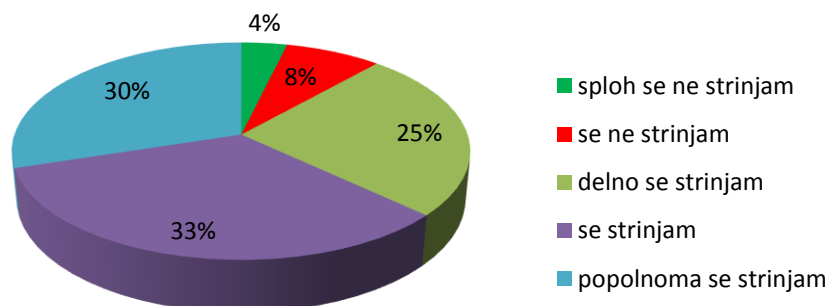


Graf 12: Mnenje mladostnikov, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi

Iz grafa 12 je razvidno, da se 34 % mladostnikov (83 oseb) strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi. 28 % mladostnikov (69) se popolnoma strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi. 23 % mladostnikov (56) se delno strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi. 11 % mladostnikov (28) se ne strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi. 4 % mladostnikov (9) se sploh ne strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, slabše odnose s svojimi bližnjimi.

3.2.8 Mnenje, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem

Mnenje, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem

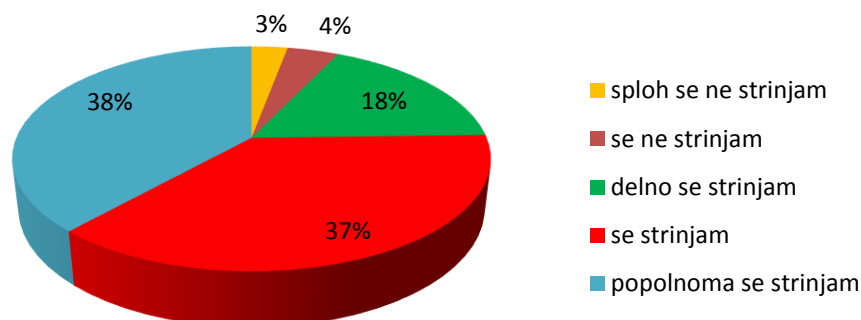


Graf 13: Mnenje, ali ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem

Iz grafa 13 je razvidno, da se 33 % mladostnikov (80 oseb) strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem. 30 % mladostnikov (72) se popolnoma strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem. 25 % mladostnikov (61) se delno strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem. 8 % mladostnikov (19) se ne strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem. 4 % mladostnikov (9) se sploh ne strinja, da ima nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, težave s spanjem.

3.2.9 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari

Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari

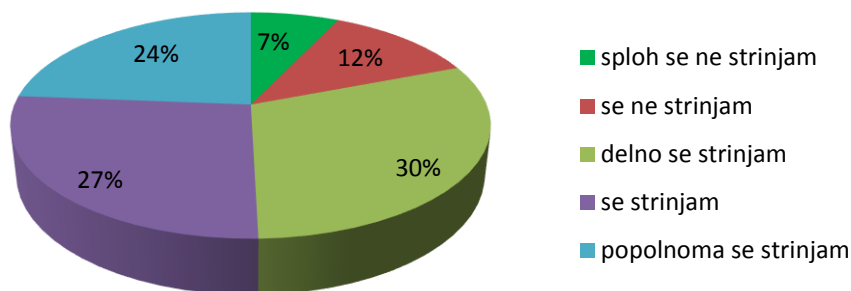


Graf 14: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari

Iz grafa 14 je razvidno, da se 38 % mladostnikov (92 oseb) popolnoma strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari. 37 % mladostnikov (89) se strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari. 18 % mladostnikov (42) se delno strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari. 4 % mladostnikov (10) se ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari. 3 % mladostnikov (7) se sploh ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari.

3.2.10 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega stanja/počutja vedno več časa

Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega stanja/počutja vedno več časa

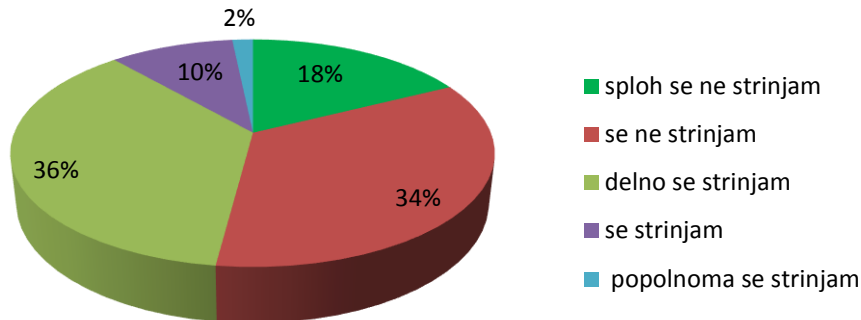


Graf 15: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega stanja/počutja vedno več časa

Iz grafa 15 je razvidno, da se 30 % mladostnikov (73 oseb) delno strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega počutja vedno več časa. 27 % mladostnikov (64) se strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega počutja vedno več časa. 24 % mladostnikov (57) se popolnoma strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega počutja vedno več časa. 12 % mladostnikov (29) se ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega počutja vedno več časa. 7 % mladostnikov (17) se sploh ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega počutja vedno več časa.

3.2.11 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger

Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger

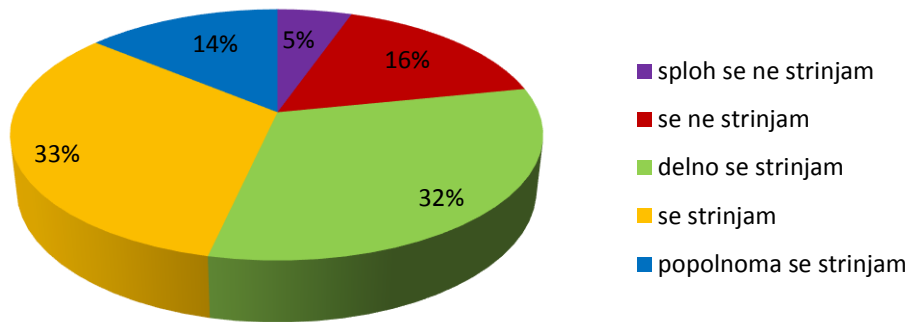


Graf 16: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger

Iz grafa 16 je razvidno, da se 36 % mladostnikov (89) delno strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger. 34 % mladostnikov (84) se ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger. 18 % mladostnikov (43) se sploh ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger. 10 % mladostnikov (24) se strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger. 2 % mladostnikov (4) se popolnoma strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger.

3.2.12 Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger

Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger

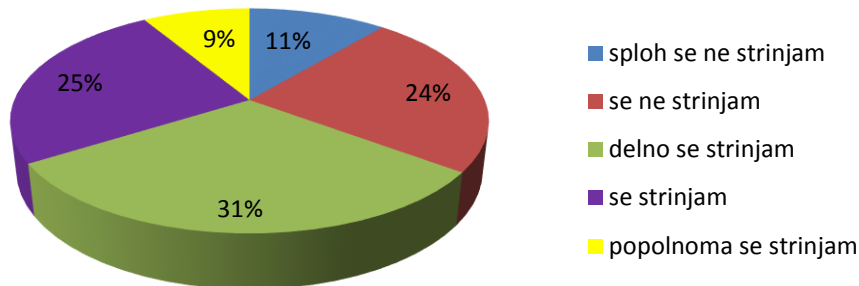


Graf 17: Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger

It grafa 17 je razvidno, da se 33 % mladostnikov (79 oseb) strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger. 32 % mladostnikov (77) se delno strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger. 16 % mladostnikov (40) se ne strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger. 14 % mladostnikov (34) se popolnoma strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger. 5 % mladostnikov (13) se sploh ne strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger.

3.2.13 Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger

Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger

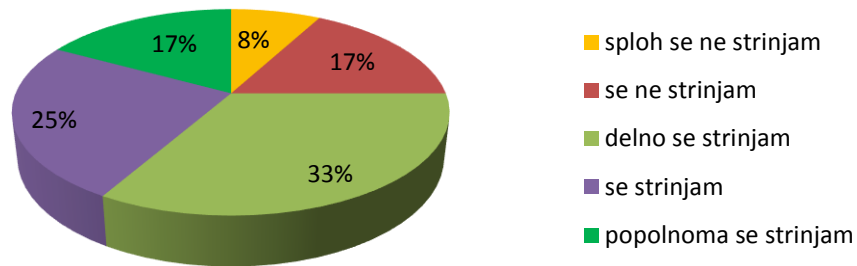


Graf 18: Mnenje, ali nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger

Iz grafa 18 je razvidno, da se 31 % mladostnikov (75 oseb) delno strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger. 25 % mladostnikov (61) se strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger. 24 % mladostnikov (58) se ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger. 11 % mladostnikov (27) se sploh ne strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger. 9 % mladostnikov (21) se popolnoma strinja, da nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger.

3.2.14 Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja

Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja

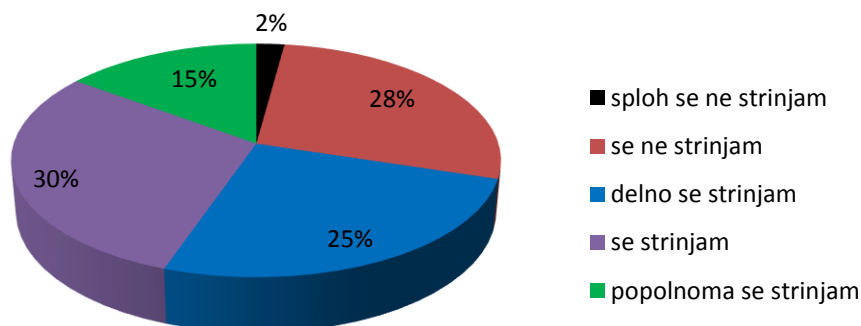


Graf 19: Mnenje, ali je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja

Iz grafa 19 je razvidno, da se 33 % mladostnikov (80 oseb) delno strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja. 25 % mladostnikov (59) se strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja. 17 % mladostnikov (41) se popolnoma strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja. 17 % mladostnikov (41) se ne strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja. 8 % mladostnikov (19) se sploh ne strinja, da je nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ogrozil izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja.

3.2.15 Mladostniki spletne igre radi igrajo, ker jim predstavljajo izziv

Mladostniki spletne igre radi igrajo, ker jim predstavljajo izziv

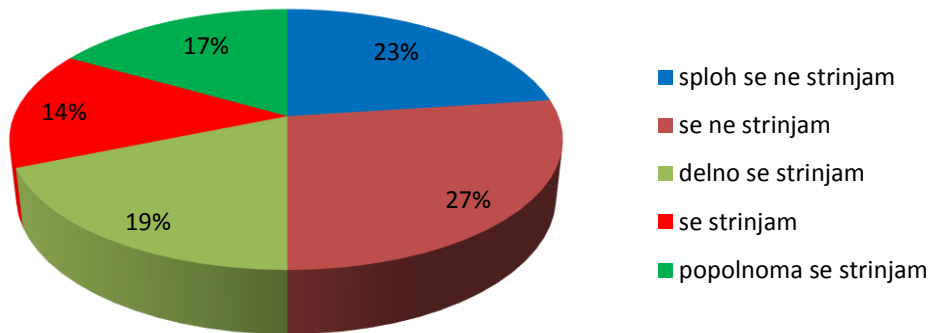


Graf 20: Mladostniki spletne igre radi igrajo, ker jim predstavljajo izziv

Iz grafa 20 je razvidno, da se 30 % mladostnikov (14 oseb) strinja, da igrajo spletne igre, ker jim predstavljajo izziv. 28 % mladostnikov (13) se ne strinja, da igrajo spletne igre, ker jim predstavljajo izziv. 25 % mladostnikov (12) se delno strinja, da igrajo spletne igre, ker jim predstavljajo izziv. 15 % mladostnikov (7) se popolnoma strinja, da igrajo spletne igre, ker jim predstavljajo izziv. 2 % mladostnikov (1) se strinjata, da igrajo spletne igre, ker jim predstavljajo izziv.

3.2.16 Mladostniki v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado

Mladostniki v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado

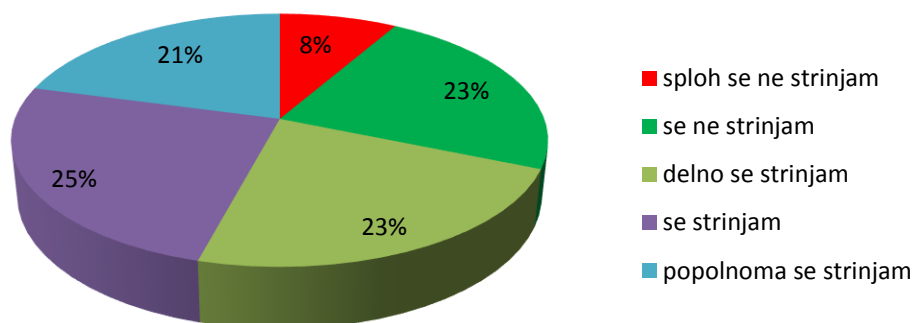


Graf 21: Mladostniki v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado

Iz grafa 21 je razvidno, da se 27 % mladostnikov (13 oseb) ne strinja, da v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado. 23 % mladostnikov (11) se sploh ne strinja, da v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado. 19 % mladostnikov (9) se delno strinja, da v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado. 17 % mladostnikov (8) se popolnoma strinja, da v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado. 14 % mladostnikov (7) se strinja, da v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado.

3.2.17 Mladostniki igrajo spletne igre, ker so v njih dobri

Mladostniki igrajo spletne igre, ker so v njih dobri



Graf 22: Mladostniki igrajo spletne igre, ker so v njih dobri

Iz grafa 22 je razvidno, da se 25 % mladostnikov (12 oseb) strinja, da igrajo spletne igre, ker so v njih dobri. 23 % mladostnikov (11) se delno strinja, da igrajo spletne igre, ker so v njih dobri. 23 % mladostnikov (11) se ne strinja, da igrajo spletne igre, ker so v njih dobri. 21 % mladostnikov (10) se popolnoma strinja, da igrajo spletne igre, ker so v njih dobri. 8 % mladostnikov (4) se sploh ne strinja, da igrajo spletne igre, ker so v njih dobri.

4. Razprava in zaključek

4.1 Hipoteza 1: Večji delež fantov kot deklet igra spletne igre

Hipoteza 1 se je glasila: Večji delež fantov kot deklet igra spletne igre. To hipotezo sem sprejel.

Preverjal sem jo z več vprašanji v anketi. Prvo vprašanje se je glasilo: Ali igraš spletne igre? Le 38 % fantov, torej trideset od osemindesetih, in 10 % deklet, to je osemnajst od stotriindesetih, je na to vprašanje odgovorilo z da (Grafa 5 in 6).

Iz teh podatkov je razvidno, da spletne igre igra kar 28 % več fantov kakor deklet, kar nam omogoča, da sprejmemo hipotezo 1. Po Young (1998) naj bi moški v večini primerov na spletu iskali možnosti, da bi imeli moč in bi bili v dominanten položaju, zato se zatekajo k igranju agresivnih interaktivnih iger. Rezultati to podpirajo, saj je večina spletnih iger zasnovanih na tematikah, ki večinoma zanimajo fante. To so streljanje, vojne, pretepanje, nogomet, košarka, ragbi, gradnja mest in podobno. Današnja družba kljub vedno večji enakopravnosti obeh spolov še vedno deli nekatere motive na tiste, ki naj bi po njenih merilih zanimali fante, in tiste, ki naj bi zanimali dekleta. Takšno mišljenje in delovanje nista znanstveno utemeljena, vendar sta prisotna pri vzgoji otrok, zato se večina fantov in deklet res začne zanimati za te tematike. Pričakoval sem, da bo več fantov kot deklet igralo spletne igre.

Drugi vzrok bi lahko bil ta, da se fantje prav zaradi že omenjenih pritiskov in pričakovanj družbe večinoma bolj zanimajo za tehnologijo in računalnike, medtem ko se dekleta raje ukvarjajo s področji, kot je estetika. Seveda obstajajo tudi izjeme, tako kot zmeraj.

Ti rezultati pa so me tudi presenetili, saj sem pričakoval, da bo več odstotkov najstnikov in najstnic igralo spletne igre, saj živimo v dobi tehnologije in spleta, kjer spletna socialna omrežja vedno bolj nadomeščajo pogovore in druženje v živo, spletne in videoigre pa izrivajo šport in druge tradicionalne igre.

V okviru te hipoteze sem postavil še nekaj drugih vprašanj, rezultate pa sem analiziral glede na spol anketirancev.

Začel sem s tem: Koliko časa povprečno igraš spletne igre od ponedeljka do petka? Iz odgovorov (Grafa 7 in 8) sem ugotovil, da več fantov kot deklet igra spletne igre pogosto, kar pomeni več kot 2 uri na dan. 20 % anketiranih fantov spletne igre igra več kot dve uri na dan, takšnih deklet pa je le 11 %.

Podobni rezultati (Grafa 9 in 10) so bili tudi pri naslednjem vprašanju: Koliko časa povprečno igraš spletne igre v soboto in nedeljo? Ugotovil sem, da tudi v soboto in nedeljo igrajo fantje spletne igre pogosteje kot dekleta, to pomeni vsaj 2 uri na dan. 92 % anketiranih fantov spletne igre igra več kot 2 uri na dan med vikendom, takšnih deklet pa je le 30 % odstotkov, torej pol manj.

Podatki, ki sem jih pridobil s tema vprašanjema, dodatno razložijo razliko med spoloma pri igranju spletnih iger. Večji delež fantov kot deklet igra spletne igre in fantje jih igrajo pogosteje kot dekleta.

Je pa čas, ki ga tako fantje kot dekleta porabijo za igranje spletnih iger, večji v soboto in nedeljo kot pa med tednom. Razlog za to je preprost, saj se lahko mladostniki med vikendom sprostijo in imajo več prostega časa, ker takrat ni pouka.

Naslednje vprašanje se je glasilo: Koliko časa povprečno preživiš na spletu od ponedeljka do petka? (Grafa 1 in 2) Tu je 82 % fantov odgovorilo, da so na spletu med tednom pogosto, se pravi vsaj dve uri na dan. Od deklet jih je 66 % odgovorilo, da so na spletu med tednom pogosto. Tukaj sem opazil, da so fantje več na spletu kakor dekleta, kar je v skladu z rezultati prejšnjih vprašanj. Raziskavo bi se dalo nadgraditi in v anketi vprašati, kaj počnejo na spletu v času, ki ga preživijo tam. Pri tem pa moram upoštevati, da sem pri tej raziskovalni nalogi za vzorec vzel gimnazijce, ki zaradi učenja nimajo veliko časa za splet in igre, splet uporabljajo za potrebe šolskega dela. Za boljši vpogled bi moral razširiti vzorec še na dijake srednjih strokovnih in poklicnih šol. S tem bi morda dobili drugačne rezultate glede količine in načina preživljanja časa na spletu.

Zadnje vprašanje, katerega rezultate sem uporabil pri preverjanju te hipoteze, je bilo: Koliko časa povprečno preživiš na spletu v soboto in nedeljo? (Grafa 3 in 4). 60 % fantov je odgovorilo, da so na spletu med vikendom pogosto, od deklet pa 81 %. Nakazuje se trend, da fantje preživijo več časa na spletu kot dekleta.

Po pregledu teh rezultatov pa sem ugotovil, da so mladostniki pogosto na spletu tako med tednom kot med vikendom, vendar ves ta čas ne igrajo le spletnih iger. Zato sem se vprašal, kaj počnejo na spletu poleg igranja iger.

Največja konkurenca spletnim igram so najverjetneje socialna omrežja, kot sta Facebook in Twitter. Težko je reči, ali je bolje, da mladostniki svoj prosti čas preživljajo na takšnih socialnih omrežjih ali pa z igranjem spletnih iger. Kar nekaj spletnih iger omogoča igranje z drugimi igralci, nekatere pa tudi pogovor z njimi, zato lahko v določenih situacijah prevzamejo vlogo socialnega omrežja.

Če bi želel še razširiti ugotovitve v povezavi s to hipotezo in z že postavljenimi vprašanji, bi lahko to nadgradil in razširil tako, da bi dodal vprašanje, kaj mladostniki počnejo na spletu, ko ne igrajo spletnih iger. Tako bi dobil podatke o drugih razširjenih dejavnostih na spletu, s katerimi bi lahko prepoznal še kakšen morebiten problem odvisnosti oziroma kakšne druge težave, prav tako pa bi dobil neko sliko o uporabi spleta med mladimi. Ugotovil bi tudi, da nekateri konstruktivno uporabljajo splet, na primer za potrebe šole.

4.2 Hipoteza 2: Večina najstnikov, ki igra spletne igre, jih igra zaradi pozitivnih čustev, ki jih doživljajo ob tem

Hipoteza 2 se je glasila: Večina najstnikov, ki igra spletne igre, jih igra zaradi pozitivnih čustev, ki jih doživljajo ob tem. To hipotezo sem sprejel.

Tudi to hipotezo sem preverjal s tremi trditvami, za katere so anketiranci izbrali, v kolikšni meri se strinjajo z vsako izmed njih na lestvici od 1 do 5. Prva trditev se je glasila: Spletne igre rad/-a igram, ker mi predstavljajo izziv. (Graf 20) 45 % mladostnikov se je z njo strinjalo ali popolnoma strinjalo, 25 % pa se je deloma strinjalo. Večina se je torej z njo strinjala.

To sem tudi pričakoval, saj mladostniki in ljudje na splošno radi počnejo nekaj, kar jim predstavlja izziv. Če bi vsak zmeraj zmagal v vsaki igri, bi se jih kmalu naveličal. Ker pa ni tako, jih neuspehi večinoma le še bolj spodbudijo, da igrajo, dokler ne zmagajo. Izziv igranja spletnih iger lahko nastopi tudi v vlogi pozitivnega stresa (t. i. eustres). Ta vrsta stresa te motivira, aktivira in spodbudi za neko aktivnost, v tem primeru za igranje spletnih iger.

Druga trditev se je glasila: Mladostniki v spletnih igrah najraje prevzemajo vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado (Graf 21). 31 % mladostnikov se je z njo strinjalo ali popolnoma strinjalo, 19 % se je delno strinjalo, kar 50 % pa se s to trditvijo ni strinjalo.

To me je presenetilo, vendar sem kmalu ugotovil zelo verjeten vzrok za to. V trditvi sem uporabil besedo "nadvlada", ki ima negativen prizvok, kar je verjetno vplivalo na odločitev mladostnikov, ko so izbirali stopnjo strinjanja.

Če bi trditev zastavil nekoliko drugače, bi se večina mladostnikov verjetno strinjala z njo, saj veliko spletnih iger, kot so *Ikariam*, *Travian* in *Social Empires*, temelji na tem, da igralec gradi in upravlja neko mesto ali grad in odloča o usodi njegovih prebivalcev, te igre pa so kar priljubljene.

Gotovo pa skoraj nihče ne igra spletnih iger, v katerih je njegov/njen lik neka stranska, nepomembna oseba, ki ne more vplivati na potek igre. To je povezano z vzroki igranja spletnih iger, med katerimi je tudi ta, da jih nekateri igrajo, ker menijo, da na svoje življenje nimajo velikega vpliva, v igri pa ga lahko imajo. Tudi Young (1998) je povedala, da je eden izmed dejavnikov, ki vodi k odvisnosti od igranja spletnih iger, potreba po moči. Nekaterim je všeč občutek moči in nadvlade. V spletnih igrah so lahko liki, ki odločajo o usodi celotnega namišljenega sveta, kar zadosti njihovim željam po moči.

Tretja trditev se je glasila: Mladostniki igrajo spletne igre, ker so v njih dobri. 46 % mladostnikov se je z njo strinjalo ali popolnoma strinjalo, 23 % se je delno strinjalo, 31 % pa se z njo ni strinjalo (Graf 22).

Rezultati pri tej trditvi so bili podobni kot pri prvi, kar sem tudi pričakoval. Ugotovil sem že, da večina mladostnikov igra spletne igre, ker jim predstavljajo izziv, ampak če v njih nikoli ne bi zmagali, bi to vplivalo na njihovo samozavest, samopodobo, razpoloženje, posledično pa bi vodilo do prenehanja igranja spletnih iger.

Z rezultati teh treh trditev sem lahko sprejel hipotezo 2. Pri vsaki trditvi pa se je velik del mladostnikov s trditvijo delno strinjal. Takšni odgovori niso najboljši, saj jih ne moremo uvrstiti ne med tiste, ki se strinjajo, in ne med tiste, ki se s tem ne strinjajo, kar jih naredi skoraj neuporabne. Za boljši pregled rezultatov bi lahko ponovili anketo, vendar bi pri teh trditvah izpustili srednjo možnost. S tem bi dobili nazornejšo predstavo.

4.3 Hipoteza 3: Večina najstnikov se ne zaveda posledic igranja spletnih iger

Hipoteza 3 se je glasila: Večina najstnikov se ne zaveda posledic igranja spletnih iger. To hipotezo sem ovrgel.

Preverjal sem jo z enim vprašanjem, kjer je bila možnost odgovora "da" ali "ne", in z več trditvami, kjer so mladostniki odgovarjali, koliko se od ena do pet strinjajo z vsako izmed njih.

Vprašanje se je glasilo: Ali osebno meniš, da je nekdo lahko odvisen od spletnih iger? (Graf 11) 96 % mladostnikov je odgovorilo z da, kar me je pozitivno presenetilo. Mislil sem, da so mladostniki v Celju manj ozaveščeni o pojavu odvisnosti od igranja spletnih iger. Težava zanikanja obstoja problema torej tu ni prisotna, kar je dobro, saj tako mladostniki vedo, pred čim se morajo varovati. Če o tem ne bi bili ozaveščeni, bi nekateri igrali spletne igre ves čas in ob tem mislili, da ne morejo postati odvisni in da imajo igranje pod nadzorom, kar bi le še otežilo reševanje problema.

Raziskavo bi lahko nadgradil tako, da bi vprašal, kje in kdaj so izvedeli za to odvisnost. Tako bi ugotovili, na kakšen način je mogoče uspešno ozaveščati mladostnike, in to uporabili za ozaveščanje v drugih mestih.

Po drugi strani pa se tu pojavi vprašanje, ali bi mladostniki, ki poznajo to vrsto odvisnosti, znali pomagati svojim znancem ali prijateljem, ki bi postali odvisni od igranja spletnih iger. Mislim, da bi glede tega morali še bolj ozaveščati ne le mladostnike, temveč vse ljudi.

Prva trditev se je glasila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ima slabše odnose s svojimi bližnjimi. 62 % mladostnikov se je z njo strinjalo, 23 % pa se je delno strinjalo (Graf 12).

Mladostniki so verjetno že sami kdaj doživeli, da jih je kakšen njihov prijatelj ali znanec ignoriral ali zapostavljal zaradi igranja spletnih iger. Prijatelji bi nekaj takšnega nekajkrat potrpežljivo vzeli, kmalu bi to morali vzeti kot opozorilo in preveriti, ali je njihovo igranje še vedno v mejah normale.

Tisti brez takšnih izkušenj pa so verjetno to sklepali glede na to, da ima vsak, ki je od nečesa odvisen, pa naj bo to alkohol, droge ali spletne igre, zato težave s socialnimi odnosi.

Druga trditev se je glasila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ima težave s spanjem. 63 % mladostnikov se je z njo strinjalo, 25 % pa se delno strinjalo (Graf 13).

Gotovo je že skoraj vsak mladostnik kdaj bedel dlje kot bi smel, pri tem pa na Facebooku ali pa morda na igri sam videl, da je kakšen izmed njihovih prijateljev ali znancev vsako noč predolgo na računalniku, saj ne more spati. Odvisnost od igranja spletnih iger gotovo vpliva na spanje, saj marsikdo, ki je odvisen, ne more spati, ker bi raje igral spletne igre, ali pa je vznemirjen, ker že dolgo ni zmagal.

Tretja trditev je bila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari. Kar 75 % mladostnikov se je s tem strinjalo, 18 % pa se je delno strinjalo (Graf 14).

Mladostniki so pri svojih sogovornikih verjetno že kdaj opazili, da so med pogovorom z mislimi odplavali drugam. Veliko možnosti je, da so ti ljudje takrat razmišljali o igranju spletnih iger.

Pri večini odvisnosti je tako, da je odvisnik živčen in vznemirjen brez tistega, od česar je odvisen. Kar nekaj odvisnikov čim prej zaključi, kar dela, da bi lahko dobil tisto, od česar je odvisen. Nekateri pa ne morejo ali pa še nočejo vsega vreči iz rok, zato vsaj v mislih igrajo spletne igre ali pa razmišljajo o njih.

V primeru, da so pred kratkim izgubili igro ali pa napredovali na naslednji nivo, lahko potem misli o strategiji igranja nadomestijo vse druge misli.

V današnjih časih pa je internet vedno bolj dostopen preko mobilnih telefonov. Opazil sem, da mladostniki uporabljajo mobilne telefone tudi med druženjem, npr. ko so na pijači s prijatelji, je vsak na svojem telefonu.

Četrta trditev se je glasila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega stanja/počutja vedno več časa. 51 % mladostnikov se je z njo strinjalo, 30 % pa se je delno strinjalo (Graf 15).

Večina mladostnikov, ki se je strinjala s to trditvijo, je to verjetno sklepala glede na značilnosti drugih odvisnosti. Če so razmišljali o drogah, zanje gotovo drži, da jih potrebujejo vedno več in več, da dosežejo podobno stanje.

S spletnimi igrami je podobno. Nihče jih že kar prvi dan ne igra od jutra do večera, ampak čas igranja postopoma narašča, saj mu prvotni čas ne zadostuje več.

Peta trditev je bila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger. Le 12 % mladostnikov se je strinjalo s to trditvijo, 36 % pa se je delno strinjalo (Graf 16).

To me je presenetilo, a sem ugotovil, da ima večina verjetno prav. Mladostniki, ki so odvisni od igranja spletnih iger, se tega večinoma ne zavedajo in sami od sebe verjetno ne poskušajo omejiti časa igranja. Nekateri morda počasi opazijo negativne posledice pretiranega igranja, vendar tudi takšni ne ukrepajo vedno ali uspešno. Tu seveda ne vključujem možnosti zunanjih pritiskov, kot so starši, prijatelji in šola, ki bi odvisnim mladostnikom morali pomagati premagati odvisnost. Tu se zopet pojavi vprašanje, ali ti vedo, kako ravnati z nekom, ki je odvisen od igranja spletnih iger. Na to temo bi se moralo pripraviti še več izobraževanj, o tem

pa bi morali več govoriti tudi v medijih in v šoli. V Sloveniji obstaja spletna stran <http://www.logout.si/odrasli/>, ki svetuje in pomaga odraslim, ki menijo, da ima nekdo od njihovih bližnjih težave s prekomerno uporabo spleta.

Šesta trditev je bila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, je agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger. 47 % mladostnikov se je s tem strinjalo, 32 % pa se je delno strinjalo (Graf 17).

Mladostniki so očitno že sami kdaj opazili, da se je nekdo, ki je manj časa posvečal neki odvisnosti oziroma jo poskušal omejiti, vedel neobičajno. Verjetno je bil bolj agresiven, razdražljiv in nemiren, saj mu je nekaj manjkalo. Ugotovil sem že, da po mnenju mladostnikov odvisniki od igranja spletnih iger zelo veliko časa posvečajo razmišljanju o teh igrah, kar se še poveča, ko zmanjšajo čas igranja. Prav zaradi takšnih negativnih čustev ob poskusih prenehanja veliko odvisnikov kmalu odneha.

Po drugi strani pa se moram vprašati, kako družba sprejme to njegovo vedenje. Prijatelji in družina naj bi mu načeloma stali ob strani in mu pomagali, vendar žal ni vedno tako. Vsi bi morali biti potrpežljivi do ljudi, ki se soočajo s takimi problemi, saj nikoli ne vemo, komu se to lahko zgodi.

Sedma trditev se je glasila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger. 34 % mladostnikov se je z njo strinjalo, 31 % pa se je delno strinjalo (Graf 18).

Tu je ponovno možno, da je kateri izmed mladostnikov to že sam doživel. Pri večini odvisnosti je tako, da odvisniki sicer zanikajo svojo odvisnost, vendar početje, od katerega so odvisni, vseeno skrivajo, saj mislijo, da bi se kdo poskušal vmešavati v njihove navade in jih spremeniti, če bi izvedel za to.

To zelo otežuje odvisnikovi družini in prijateljem, da bi mu pomagali rešiti problem odvisnosti, zato menim, da imajo starši vso pravico raziskati kakršnokoli dogajanja, ki bi lahko kazalo, da je njihov otrok odvisen od nečesa.

Seveda obstajajo kupi priročnikov in predavanj, kako prepoznati, da je nekdo od nečesa odvisen. Ker pa je odvisnost od igranja spletnih iger relativno nov pojav, o katerem se v Sloveniji še ne govori toliko, bi morali delati na tej temi.

Osma trditev je bila: Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, tvega izgubo nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja. 42 % mladostnikov se je z njo strinjalo, 33 % pa se je delno strinjalo (Graf 19).

Mladostniki se torej zavedajo, da je ena izmed možnih posledic odvisnosti od igranja spletnih iger izguba nekoga ali nečesa, kar je pomembno. To se lahko zgodi zaradi zanemarjanja te osebe ali stvari, lahko pa tudi zato, ker odvisnost vpliva na človekovo obnašanje, čustva in vrednostni sistem.

Seveda je povsem odvisno od vsakega posameznika, koliko bo odvisnost vplivala nanj, ne smemo pa pozabiti, da je odvisno tudi od tega, kakšne prijatelje ima ta oseba. Če se bodo zavedali, da ima problem, in mu pomagali, se bo njegovo obnašanje verjetno kmalu popravilo, če bodo razumljivi, mu tega ne bodo preveč zamerili.

4.4 Hipoteza 4: Vsaj 60 % najstnikov v Celju igra spletne igre

Hipoteza 4 se je glasila: Vsaj 60 % najstnikov v Celju igra spletne igre. To hipotezo sem ovrgel.

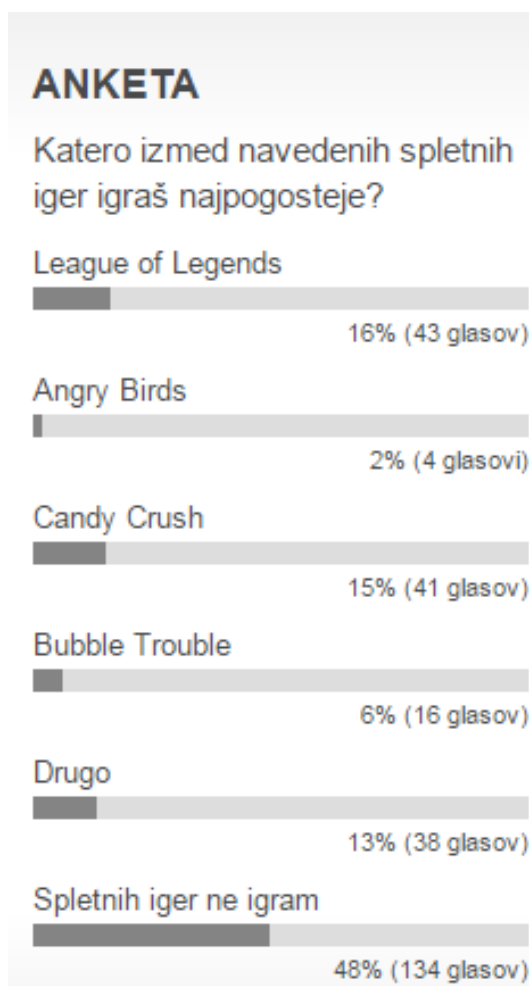
Preverjal sem jo z enim vprašanjem: Ali igraš spletne igre? Na začetku ankete so mladostniki odključali svoj spol, zato sem rezultate tega vprašanja razdelil glede na spol (Grafa 5 in 6). Z da je odgovorilo 38 % fantov in le 10 % deklet. Ugotovil sem, da so pri obeh spolih odstotki mladostnikov, ki igrajo spletne igre, veliko manjši od 80.

To me je presenetilo, vendar tudi razveselilo, saj to pomeni, da zelo malo mladostnikov igra spletne igre, kar je zelo dobro. Seveda to ne pomeni, da ne preživljajo veliko časa na računalnikih.

Tu pa moramo upoštevati, da sem za vzorec vzel dijake I. gimnazije v Celju, ki načeloma nimajo veliko prostega časa. Če bi raziskovalno nalogo nadgradil tako, da bi vzorec razširil na vse celjske srednje šole, bi verjetno dobil drugačne rezultate.

Ker sem pričakoval drugačen rezultat, smo anketo objavili na šolski spletni strani, kjer sem preverjal, ali dijaki/-nje igrajo spletne igre oziroma katere spletne igre najpogosteje igrajo. Za takšne rezultate obstaja nekaj možnih razlag in razlogov. Prvi je ta, da se splošne razlage, kaj spletne igre natanko so, med seboj razlikujejo. Nekateri anketiranci so morda pozabili, da k njim spadajo tudi igre na Facebook-u, kot so Social Empires, Backyard Monsters in FarmVille.

15 % vprašanih (24 oseb) je izbralo igro League of Legends, 2 % (4 osebe) sta izbrala Angry Birds, 15% (41) je izbralo Candy Crush, 6 % (16) je izbralo Bubble Trouble, 13 % (38) je izbralo drugo, 48 % (134) pa je odgovorilo, da spletnih iger ne igrajo. Odstotki mladostnikov, ki so izbrali zadnjo možnost, so podobni tistim, ki sem jih našel na spletni statistikah. To dokazuje, da večina mladostnikov, ki obiskujejo I. gimnazijo v Celju, res ne igra spletnih iger. Pojavlja se tudi razkorak v pojmovanju spletnih iger – nekateri menijo, da so spletne igre zgolj igra soigralcev s spleta, medtem ko drugi menijo, da so spletne igre vse igre, za katere potrebuješ omrežno povezavo.



Slika 1: Anketa na šolski spletni strani

Drugi razlog je, da so nekateri verjetno menili, da občasno igranje spletnih iger še ne pomeni, da jih »igrajo«. Takšni mladostniki pod besedno zvezo »igrati spletne igre« morda pomislijo na resnično ekstremno igranje spletnih iger. Sebe ne prištevajo med ljudi, ki vsako minuto preživijo na spletu. Seveda pa moram upoštevati, da so na anketo odgovarjali tudi mladostniki, ki so se odločili, da »ne igrajo spletnih iger« oziroma da kljub temu da jih igrajo, tega ne priznavajo, za kar obstajajo različni vzroki, npr. sramovanje.

4.5 Zaključek

Od štirih zastavljenih hipotez sem dve sprejel in dve ovrgel. Vzroke za to iščem v tem, da sem se pri postavljanju hipotez opiral na teorijo in podatke iz tuje države – Amerike, saj je problem odvisnosti od igranja spletnih iger relativno nov, v Sloveniji še ne tako raziskan.

Rezultati so pokazali, da mladostniki povprečno preživijo na spletu vsak dan veliko časa, vendar redko igrajo spletne igre. Sklepam lahko, da veliko mladostnikov uporablja splet za konstruktivne namene, kot so šola in razne raziskave.

Raziskovalno nalogo bi se dalo nadgraditi na več načinov, predvsem tako, da bi razširili vzorec na druge dijake in dijakinje celjskih srednjih šol, ne le I. gimnazije v Celju; vprašali bi jih še, kaj počnejo na spletu.

Mislim, da je raziskovalna naloga pokazala, da odvisnost od igranja spletnih iger ni tako razširjen problem med mladostniki v Celju, saj se večina mladostnikov zaveda nevarnosti te odvisnosti in njenih posledic. Poleg tega malo mladostnikov igra spletne igre, zato jih posledično ne more biti veliko odvisnih od igranja spletnih iger.

Med pisanjem raziskovalne naloge sem pripravil tudi nekaj načinov, kako bi še izboljšali borbo proti tej odvisnosti. V srednjih šolah bi morali prirediti razna predavanja na to temo, bolj oglaševati institucije, spletne strani in forume, ki se posvečajo tej temi. Tako kot obstajajo predavanja o nevarnostih interneta, bi lahko pripravili tudi predavanja o nevarnosti prekomernega igranja spletnih iger. Pri pouku bi v pogovorih o odvisnostih poleg alkoholizma omenjali tudi to odvisnost, mladostniki bi sprejeli, da nekaj takšnega obstaja. Prav tako bi pri pouku informatike lahko omenjali razne forume in bloge, ki so v pomoč odvisnikom od igranja spletnih iger.

Z igranjem spletnih iger seveda ni nič narobe, saj marsikomu predstavljajo ventil za vsakodnevni stres, za pobeg od težav vsakdanjega življenja ali pa preprosto zabavo. Moramo le paziti, da zaradi spletnih iger ne zapostavljamo svojega resničnega življenja, da ne porabimo zanje preveč svojega časa, skratka, da obdržimo nadzor nad našim igranjem.

5. Viri

5.1 Knjižni viri

Fenwick, E., Smith, T. (1997). *Adolescenca*. Založba Kres, Ljubljana.

5.2 Spletni viri

Burger landmarks. *Celje*. Sneto z naslova: http://www.burger.si/Celje/Celje_Mesto.htm (dostop: 31.1.2015).

Centre for Internet Addiction. Sneto z naslova: <http://netaddiction.com/kimberly-young/> (dostop: 29. 1. 2015).

Galarneau L. (2014). *2014 Global Gaming Stats: Who's Playing What, and Why?* Sneto z naslova: <http://www.bigfishgames.com/blog/2014-global-gaming-stats-whos-playing-what-and-why/> (dostop: 12. 3. 2015).

Kovač, G. (2002). *Odvisnost od igranja iger preko interneta*. Sneto z naslova: <http://uploadi.www.ris.org/editor/1133172209odvisnost-kovac-grega.pdf> (dostop: 29. 1. 2015).

Ojsteršek M. *Zgodovina interneta*. Sneto z naslova: http://www.s-sers.mb.edus.si/gradiva/rac/moduli/spletne_aplikacije/01_internet/02_datoteka.html (dostop: 31. 1. 2015).

PEGI online. *Kaj so spletne igre?* Sneto z naslova: <http://www.pegionline.eu/sl/index/id/197> (dostop: 16. 3. 2015).

SRI International (2009). *The Computer History Museum, SRI International, and BBN Celebrate the 40th Anniversary of First ARPANET Transmission, Precursor to Today's Internet*. Sneto z naslova: <http://www.sri.com/newsroom/press-releases/computer-history-museum-sri-international-and-bbn-celebrate-40th-anniversary> (dostop: 31. 1. 2015).

Statistični urad RS. Sneto z naslova: http://www.stat.si/krajevnaimena/pregledi_naselja_najvecja_prebivalci.asp?tlist=off&txtIme=CELJE&selNacin=celo&selTip=naselja&ID=309 (dostop: 31. 1. 2015)

Young, K. (1998). *Assessment of Internet Addiction*. Sneto z naslova: http://www.icsao.org/fileadmin/Divers_papiers/KYoung-internetadolescence3.pdf (dostop: 31. 1. 2015).

5.3 Viri slik

Slika 1: <http://www.prvagim.si/> (dostop: 12.3.2015)

6. Priloga 1: Vprašalnik

Sem Tadej Počivavšek, dijak drugega letnika I. gimnazije v Celju. Delam raziskovalno nalogo z naslovom Odvisnost od igranja spletnih iger med mladimi v Celju. Prosim te, da si vzameš nekaj minut časa in iskreno odgovoriš na vprašanja v nadaljevanju. Sodelovanje je anonimno, odgovori pa bodo uporabljeni le za namen raziskovalne naloge.

1.) Spol:

- a) Moški
- b) Ženska

2.) Koliko si star?

- a) Do 14 let
- b) 15 let
- c) 16 let
- d) 17 let
- e) 18 let
- f) Nad 18 let

3.) Koliko časa povprečno preživiš na spletu od ponedeljka do petka?

- a) Do 5 ur.
- b) Od 6 do 10 ur.
- c) Od 11 do 15 ur.
- d) Od 16 do 20 ur.
- e) Več kot 21 ur.

4.) Koliko časa povprečno preživiš na spletu v soboto in nedeljo?

- a) Do 2 uri.
- b) Od 3 do 4 ure.
- c) Od 5 do 6 ur.
- d) Od 7 do 8 ur.
- e) Več kot 9 ur.

5.) Ali igraš spletne igre?

- a) Da.
- b) Ne.

6.) Koliko časa povprečno igraš spletne igre od ponedeljka do petka?

- a) Do 5 ur.
- b) Od 6 do 10 ur.
- c) Od 11 do 15 ur.
- d) Od 16 do 20 ur.
- e) Več kot 21 ur.

7.) Koliko časa povprečno igraš spletne igre v soboto in nedeljo?

- a) Do 2 uri.
- b) Od 3 do 4 ure.
- c) Od 5 do 6 ur.
- d) Od 7 do 8 ur.
- e) Več kot 9 ur.

8.) Na lestvici od 1 do 5 označi, v kolikšni meri se strinjaš s trditvijo, pri čemer 1 pomeni sploh se ne strinjam, 5 pa popolnoma se strinjam.

Spletne igre rad/-a igram, ker mi predstavljajo izziv.	1	2	3	4	5
V spletnih igrah najraje prevzamem vloge, ki imajo veliko moč in nadvlado.	1	2	3	4	5
Spletne igre igram, ker sem v njih dober/-a.	1	2	3	4	5

9.) Ali osebno meniš, da je nekdo lahko odvisen od spletnih iger?

- a) Da.
- b) Ne.

10.) Na lestvici od 1 do 5 označi, v kolikšni meri se strinjaš s trditvijo. 1 pomeni sploh se ne strinjam, 5 pa popolnoma se strinjam.

Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ima slabše odnose s svojimi bližnjimi.	1	2	3	4	5
Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, ima težave s spanjem.	1	2	3	4	5
Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, razmišlja o igranju iger tudi, ko počne druge stvari.	1	2	3	4	5
Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, potrebuje za dosego zelenega stanja/počutja vedno več časa.	1	2	3	4	5
Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, večkrat poskusi prenehati ali zmanjšati igranje spletnih iger.	1	2	3	4	5
Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, je agresiven in nemiren, ko poskuša zmanjšati igranje spletnih iger.	1	2	3	4	5
Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, laže prijateljem in družini, da bi skrili igranje spletnih iger.	1	2	3	4	5
Nekdo, ki je odvisen od igranja spletnih iger, je ogrozil izgube nečesa ali nekoga, ki mu je pomemben, zaradi igranja.	1	2	3	4	5

Odgovoril si na vsa vprašanja v tej anketi. Hvala za tvoj čas in odgovore.