

Streszczenie

Rozprawa doktorska poświęcona została problematycznemu korzystaniu z Internetu w kontekście funkcjonowania rodziny oraz indywidualnych uwarunkowań psychologicznych. Internet, jako nieodłączny element współczesnego życia, stwarza zarówno nowe możliwości, jak i potencjalne zagrożenia związane z nadmiernym, kompulsywnym i problematycznym użytkowaniem. W literaturze przedmiotu coraz częściej podkreśla się znaczenie czynników rodzinnych w kształtowaniu zachowań młodych dorosłych w świecie cyfrowym, a także rolę takich mechanizmów psychologicznych, jak FOMO (*Fear of Missing Out* – strach przed przeoczeniem ważnych informacji, wydarzeń lub interakcji społecznych).

W części teoretycznej pracy przedstawiono kontekst społeczno-kulturowy problematycznego korzystania z Internetu, definicje i modele teoretyczne tego zjawiska oraz dotychczasowe ustalenia badawcze dotyczące jego korelatów. Szczególną uwagę poświęcono rodzinie jako systemowi, którego funkcjonowanie – ujmowane w kategoriach prężności rodzinnej – może pełnić funkcję czynnika ochronnego lub ryzyka w odniesieniu do problemów związanych z użytkowaniem Internetu. W tym celu wykorzystano koncepcję prężności rodzinnej (*family resilience*), obejmującą sześć wymiarów: komunikację i rozwiązywanie problemów, wykorzystywanie zasobów społecznych i ekonomicznych, pozytywne nastawienie, duchowość rodzinną, spójność rodzinną oraz nadawanie znaczenia przeciwnościom.

W części empirycznej zaprezentowano wyniki badań przeprowadzonych na grupie 505 młodych dorosłych w wieku 18-25 lat. Zastosowano zestaw standaryzowanych narzędzi psychometrycznych, w tym: Skalę Prężności Rodzinnej (FRAS-PL), Test Problematycznego Używania Internetu (TPUI) oraz Skalę FOMO, a także dwie autorskie ankiety: dotyczącą korzystania z Internetu i dotyczącą środowiska rodzinnego. Badania miały charakter ilościowy i obejmowały analizy opisowe, korelacyjne, regresję liniową oraz model mediacyjny z wykorzystaniem rozszerzenia PROCESS A. Hayesa.

Wyniki potwierdziły istnienie istotnych zależności między prężnością rodziny a problematycznym korzystaniem z Internetu. Ogólny poziom prężności rodzinnej okazał się ujemnie powiązany z problematycznym korzystaniem z Internetu, co wskazuje na rolę rodziny jako zasobu chroniącego. Spośród poszczególnych wymiarów prężności szczególnie istotne znaczenie miały: pozytywne nastawienie, spójność rodzinna oraz umiejętność nadawania

znaczenia przeciwnościom. Wyniki te pozostają w zgodzie z wcześniejszymi ustaleniami badaczy, m.in. Masten (2018) czy Walsh (2016), podkreślającymi rolę zasobów rodzinnych w adaptacyjnym radzeniu sobie z wyzwaniami współczesności. Zaskakującym rezultatem była natomiast dodatnia korelacja pomiędzy duchowością rodzinną a problematycznym korzystaniem z Internetu, co sugeruje wielowymiarowość i potencjalnie ambiwalentny charakter tej zmiennej.

Analiza mediacyjna wykazała, że FOMO pełni rolę mediatora w relacji pomiędzy prężnością rodziny a problematycznym korzystaniem z Internetu. Oznacza to, że niższy poziom prężności rodzinnej sprzyja wyższemu nasileniu FOMO, które z kolei prowadzi do większego problematycznego korzystania z Internetu. Efekt mediacji był istotny statystycznie i potwierdza znaczenie procesów psychologicznych związanych z lękiem przed przeoczeniem w mechanizmach prowadzących do nadmiernego użytkowania Internetu.

W pracy uwzględniono także analizy eksploracyjne dotyczące wzorców korzystania z Internetu w codziennych i społecznych kontekstach. Wyniki te wskazały, że osoby o wyższym poziomie problematycznego korzystania z Internetu i wyższym nasileniu FOMO częściej korzystają z Internetu w sytuacjach wymagających uwagi (np. podczas prowadzenia samochodu czy poruszania się jako pieszy uczestnik ruchu drogowego) lub obecności społecznej (np. podczas spotkań rodzinnych, w teatrze, w kościele), a także wykazują bardziej nasilone negatywne reakcje emocjonalne i somatyczne w sytuacji braku dostępu do sieci. Ponadto preferują styl stałej dostępności online, w przeciwieństwie do osób z niższym poziomem problematycznego używania Internetu i niższym nasileniu FOMO, które częściej wybierają styl zadaniowy.

Całość uzyskanych wyników wskazuje na istotny związek między środowiskiem rodzinnym, indywidualnymi mechanizmami psychologicznymi, a zachowaniami online młodych dorosłych. Prężność rodzinna i FOMO jawią się jako istotne predyktory problematycznego korzystania z Internetu, a uwzględnienie obu tych wymiarów w diagnostyce i działaniach profilaktycznych może zwiększyć ich skuteczność.