

WSPÓŁCZESNE OBLICZE PROBLEMÓW KLINICZNYCH DZIECI I MŁODZIEŻY

*[The Current State of Clinical Problems
in Children and Adolescents]*

pod redakcją Iwony Grzegorzewskiej

UZALEŻNIENIA OD GIER VIDEO U DZIECI – MITY CZY RZECZYWISTOŚĆ?

Iwona Grzegorzewska¹, Agnieszka Felińska²

¹ Instytut Psychologii, Uniwersytet Zielonogórski
Institute of Psychology, University of Zielona Gora

² Szkoła Podstawowa nr 11 w Zielonej Górze
Primary School No. 11 in Zielona Gora

VIDEO GAMING ADDICTION AMONG CHILDREN – MYTHS OR REALITY?

Summary. Due to empirical and clinical reports on the Internet gaming addiction among youth and adults, as well as the latest changes in DSM 5 concerning behavioral addictions, the authors of this article bring up the rarely undertaken phenomenon of children's video gaming addiction. In particular, the DSM 5 diagnostic criteria of behavioral addictions and following controversions, prevalence of the video gaming addiction, risk and protective factors and their dynamics within the development of the maladaptive patterns of video gaming among children, are discussed. The results of the latest world studies of children's gaming misuse are analyzed and compared to the results of adults and youth research – among them a few longitudinal ones. Although the authors promote the developmental psychopathology attitude toward the children's video gaming overuse, they do not forget to present the newest neurobiological conceptions of IGD. Finally, the future directions of the research are outlined.

Key words: behavioral addiction, gaming, children, adolescence

Adres do korespondencji: Iwona Grzegorzewska, e-mail:
i.grzegorzewska@wpps.uz.zgora.pl

Wprowadzenie

Tradycyjnie termin „uzależnienie” zarezerwowany jest do problemów związanych z nadużywaniem substancji psychoaktywnych, takich jak alkohol, nikotyna czy narkotyki. Ostatnio jednak coraz częściej używany jest w odniesieniu do nadmiernego zaangażowania w wiele różnych czynności, takich jak korzystanie z Internetu, hazard, uprawianie aktywności fizycznej czy jedzenie. Podkreślić należy, że to nie sam fakt angażowania się w jedną z tych czynności stanowi przejaw patologii, ale nadmierna intensywność ich podejmowania i negatywne konsekwencje, jakie ponosi jednostka i jej otoczenie. Wprowadzenie do DSM-5 w 2013 roku terminu „uzależnienia behawioralne” otworzyło nową erę konceptualizacji tego pojęcia, dając szerszą perspektywę rozumienia i wyjaśniania zachowań, nad którymi jednostka traci kontrolę (American Psychiatric Association, 2013).

Wśród klinicystów od dawna panuje przekonanie, że istnieją zachowania, które przynoszą jednostce krótkotrwałą silną nagrodę, która powoduje ich kontynuację, mimo negatywnych skutków z tym związanych. Dotyczy to zarówno używania substancji psychoaktywnych, jak i pewnych zachowań, takich jak granie w gry video czy korzystanie z telefonu komórkowego. Zmniejszona kontrola jednostki nad własnymi zachowaniami, mimo wiedzy o ich szkodliwości, stanowi centralny element łączący uzależnienia substancjalne z niesubstancjalnymi. To podobieństwo doprowadziło do wprowadzenia pojęcia „uzależnienia behawioralne” lub „uzależnienia niesubstancjalne” – na podobieństwo uzależnienia od substancji psychoaktywnych/substancjalnych.

Używanie terminu „uzależnienia behawioralne” wciąż budzi wiele kontrowersji, szczególnie w odniesieniu do dzieci. Zmiany stylu życia społecznego składają jednak do refleksji na temat specyfiki funkcjonowania człowieka, zwłaszcza w kontekście tempa i jakości naszego życia, relacji społecznych, oczekiwań zewnętrznych i wyposażenia jednostki w umiejętności sprostania lub oparcia się im. Zmieniające się trendy społeczne i nieustająca lawina nowoczesnych rozwiązań technologicznych powodują, że współcześni ludzie żyją otoczeni przez komputery, automaty do gry, telefony komórkowe, telewizory, Internet. W takim świecie dorastają też dzieci, a korzystanie ze smartfonów i gier komputerowych dotyczy coraz młodszych osób. Dwulatek grający na telefonie nie jest przecież rzadkością. Dlatego, w sposób szczególny należy mówić o problemach związanych z korzystaniem z tzw. świata wirtualnego i nowych technologii w populacji dzieci i młodzieży. Pozostałe zachowania nałogowe w przypadku dzieci wydają się mieć mniejsze znaczenie albo nie występują wcale.

Z literatury przedmiotu wiemy, że rozpowszechnienie dostępu do nowych technologii i coraz częstsze korzystanie z nich prowadzi do problemów ze zdrowiem psychicznym, szczególnie takich jak wycofanie społeczne, trudności w relacjach interpersonalnych, zaniedbywanie siebie czy stres i frustracja w związku z coraz gorszym wywiązywaniem się z obowiązków rodzinnych, szkolnych/zawodowych (Sim

i in., 2012). Jednak większość analiz teoretycznych i badań empirycznych w obszarze uzależnień behawioralnych dotyczy dorosłych i adolescentów. Stosunkowo niewiele natomiast mówi się o zjawisku uzależnienia od czynności w młodszych grupach wiekowych.

Problemowe korzystanie z gier video

Gry komputerowe współcześnie nazywane są grami video (*video games*) ze względu na możliwość korzystania z nich na różnych urządzeniach cyfrowych, takich jak komputer, tablet, konsola (typu X-box czy PSP), smartfon. Od momentu wprowadzenia na rynek popularność gier wzrasta w bardzo szybkim tempie. Jednocześnie przestały one stanowić rozrywkę zarezerwowaną tylko dla dzieci i młodzieży.

Co takiego sprawia, że w gry video angażuje się tak wiele osób, w różnym wieku, z różnych kultur i środowisk? Dzieje się tak m.in. dlatego, że są one atrakcyjnym sposobem zabawy, łatwo wciągają w ekscytującą fabułę i gracz jest coraz bardziej ciekaw, jak zakończy się historia. Współczesne gry video z łatwością przenoszą gracza w atmosferę pełną fantastyki i sensacji, umożliwiają wybór i odgrywanie różnych ról, a także bycie kimś wyjątkowym, np. bohaterem lub szpiegiem, mają charakter interaktywny dający poczucie „drugiego świata”. Gry te umożliwiają uzyskanie natychmiastowej gratyfikacji dzięki osiągnięciu coraz wyższych poziomów zaawansowania w grze, a ich intensywne, często wielozmysłowe bodźce wywołują u gracza silne pobudzenie i zaangażowanie, zwłaszcza jeśli dodatkowo pozwalają na nawiązanie współpracy i grę zespołową.

Gry są atrakcyjne także z psychologicznego punktu widzenia: stanowią silny bodziec pozytywny w reakcji na nudę, lek na samotność, dają ułudę kontaktów towarzyskich, pozwalają uciec od trudności życia codziennego oraz kompensować wady i niedociągnięcia. Stanowią panaceum na niską samoocenę oraz sposób ucieczki do lepszego świata, zwłaszcza wśród dzieci doświadczających poważnych problemów rodzinnych lub osobistych wynikających np. z ADHD czy zespołu Aspergera.

Termin „uzależnienia behawioralne” oficjalnie funkcjonuje w DSM-5 tylko w odniesieniu do patologicznego uprawiania hazardu i umieszczony został w grupie kategorii „zaburzeń używania substancji i nałogów”, w podkategorii „zaburzeń nie związanych z substancjami” (por. APA, 2013). Oznacza to, że w przypadku tego zaburzenia znaleziono wystarczające dowody empiryczne pozwalające uznać je za rodzaj uzależnienia. Pozostałe problemowe zachowania uznano albo za potencjalnie możliwe do włączenia do kategorii uzależnień behawioralnych (np. uzależnienie od Internetu), albo wymagające dalszych badań (np. uzależnienie od gier video) lub za stanowiące obiekt rozważań, ale wyłączone z klasyfikacji uzależnień behawioralnych ze względu na brak satysfakcjonujących dowodów empirycznych (np. zakupy, ćwiczenia, seks).

W literaturze przedmiotu przyjmuje się, że zaburzenie związane z problemowym korzystaniem z gier (*gaming disorder*) jest najnowszym zaburzeniem uznanym za uzależnienie behawioralne (Petry, 2015). W aktualnie obowiązującej amerykańskiej klasyfikacji chorób i zaburzeń psychicznych DSM-5 uzależnienie to zostało zamieszczone w sekcji 3, tj. zaburzeń przeznaczonych do dalszych badań (APA, 2013), co oznacza, że jest to relatywnie nowe zjawisko, nie do końca jeszcze rozpoznane, wymagające dalszych opracowań teoretycznych i pogłębionych weryfikacji empirycznych. Tym niemniej dotychczasowy stan badań pozwala na uznanie zachowań patologicznych związanych z graniem w gry video za zaburzenia o charakterze uzależnienia, przy czym nie ma zgody, czy uzależnienie od gier video jest oddzielnym zaburzeniem czy podtypem uzależnienia od Internetu.

Zgodnie z propozycją Griffithsa (2005) do podstawowych kryteriów służących do opisu (i diagnozy) uzależnień behawioralnych należą: (1) zaabsorbowanie; (2) modyfikacja nastroju; (3) tolerancja; (4) symptomy odstawienne; (5) konflikt; (6) nawroty. Jednak niektórzy autorzy podkreślają, że wykorzystanie terminu „uzależnienie” do zachowań związanych z nowymi technologiami, w tym grami komputerowymi, jest dyskusyjne (por. Sim i in., 2012). Wydaje się, że tym bardziej w przypadku dzieci mówienie o uzależnieniach behawioralnych jest problematyczne i kontrowersyjne. Termin „uzależnienie behawioralne” powinien odnosić się do symptomów o znaczącej wadze klinicznej i wskazującej na poważne zaburzenia. Natomiast wiele zachowań dzieci, zwłaszcza tych związanych z nowymi technologiami nie spełnia ściśle kryteriów uzależnienia, choć powoduje istotne problemy w realizacji zadań rozwojowych i niesie za sobą wiele negatywnych konsekwencji. Postulujemy zatem, aby w odniesieniu do populacji dzieci mówić o patologicznym korzystaniu z technologii (np. Internetu, telefonu czy gier video), które z czasem może przerodzić się w uzależnienie behawioralne.

Diagnoza problemowego korzystania z gier video u dzieci i młodzieży

Analiza zjawiska patologicznego korzystania przez dzieci z nowych technologii skłania do postawienia kilku fundamentalnych pytań: (1) co to jest i czy rzeczywiście istnieje uzależnienie behawioralne u dzieci i młodzieży oraz jego łagodniejsza forma – patologiczne korzystanie z gier i Internetu? (2) jak je rozpoznać, (3) jakie czynniki wpływają na pojawienie się i utrwalanie patologicznych zachowań u dzieci, czy możemy wskazać czynniki ryzyka i czynniki chroniące przed uzależnieniem, (4) jaki jest wzorzec współwystępowania uzależnień behawioralnych? (5) jakie są ścieżki i mechanizmy powstawania uzależnień behawioralnych u dzieci? (6) co wpływa na powstawanie i utrwalanie się zaburzeń związanych z korzystaniem z gier video? oraz (7) jakie są konsekwencje (krótko- i długofalowe) tych zachowań dla rozwoju i funkcjonowania jednostki?

Jak już wcześniej wspomniano, pierwsze pytanie wciąż jest żywo dyskutowane nie tylko przez psychologów klinicznych. Walker (1989) definiuje uzależnienia behawioralne jako uporczywe wzorce zachowań charakteryzujące się chęcią i potrzebą kontynuowania czynności z taką intensywnością, że pozostaje poza kontrolą jednostki, tendencją do zwiększania częstotliwości i ilości w czasie, psychologiczną zależnością od przyjemności płynącej z efektów danej aktywności oraz niekorzystne/szkodliwe skutki dla jednostki i społeczeństwa. Griffiths (2000) natomiast wskazuje, że patologiczne zachowania o charakterze nałogowym to każda czynność, która spełnia podstawowe kryteria uzależnienia. Zatem kryteria, jakimi posługujemy się obecnie do oceny uzależnień behawioralnych, pozostają częściowo tożsame z tymi, które znajdują zastosowanie w diagnozowaniu uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Należą do nich: (1) pragnienie bądź poczucie przymusu realizacji działania, którego dotyczy uzależnienie, (2) upośledzenie kontroli nad zachowaniem związanym z uzależnieniem, (3) negatywne konsekwencje społeczne, rodzinne, finansowe lub zdrowotne, (4) poświęcanie znacznej ilości czasu na podejmowanie działań związanych z uzależnieniem, (5) próby przeciwstawiania się i zaniechania owych działań, (6) wzrastające nasilenie zachowań będących przedmiotem uzależnienia jako analogia do rozwoju tolerancji w uzależnieniu od substancji psychoaktywnych, (7) dyskomfort wynikający z zaniechania zachowań, od których jednostka jest uzależniona jako postać zespołu abstynencyjnego.

W populacji dziecięcej analiza zjawiska uzależnień behawioralnych wiąże się przede wszystkim z patologicznym korzystaniem z nowych technologii, a zwłaszcza z gier video. Uwzględniając specyfikę rozwoju i funkcjonowania dzieci i młodzieży, Woog (2009) wskazuje na następujące symptomy nadmiernego korzystania przez nich z gier: 1. Dziecko nie uważa, że to jest jego problem (problem mają rodzice); 2. Kłamię na temat grania (problem zaczyna się, gdy gra powyżej 20 godzin tygodniowo); 3. Późno chodzi spać, wykrada się na graniu w nocy; 4. Ma problemy ze wstawaniem rano do szkoły; 5. Jest coraz bardziej wyizolowane i wycofuje się z realnego świata rówieśników; 6. Wchodzi w stałe spory i kłótnie (z rodzeństwem i rodzicami) w związku z graniem; 7. Ma powtarzające się napięcia i stresy w związku z nadmiernym graniem; 8. Czas grania systematycznie wzrasta w ciągu ostatniego roku; 9. Spędza dużo czasu na poszukiwaniu w Internecie tematów związanych z graniem; 10. Przyznaje, że gra poprawia mu nastrój, gdy nie gra jest rozdrażniony; 11. Myśli o graniu codziennie, gra codziennie; 12. Wcześniej był dobrym uczniem, teraz ma kłopoty; 13. Rodzice mają za sobą nieudane próby ograniczenia dziecka grania.

Diagnoza problemowego grania u dzieci jest istotna z kilku ważnych powodów. Po pierwsze, uwzględniając osiągnięcia psychopatologii rozwojowej wiemy, że uzależnienia osób dorosłych mają swój początek w okresie wczesnej adolescencji lub wcześniej (Hawkins, Fitzgibbon, 1993; Cierpiałkowska, Grzegorzewska, 2016). Ponadto jest to dość powszechna zależność, że uzależnienia substancjalne rozwijają się w okresie późnej adolescencji i wczesnej dorosłości (Cierpiałkowska, Ziarko, 2010;

APA, 2013). Z tego powodu, działania profilaktyczne muszą być prowadzone znacznie wcześniej, jeszcze w okresie przedpokwitaniowym, zwłaszcza że współcześnie przesuwa się wiek pojawiania się zmian biologicznych i nasilają się stresy młodych ludzi związane z wymaganiami ze strony otoczenia. Dochodzi do kumulacji stresorów, co przy zwiększeniu tempa życia, zmianie stylu spędzania wolnego czasu i osłabieniu więzi rodzinnych może prowadzić do wielu problemów (Oleszkowicz, Senejko, 2013), które mogą ewentualnie rozwinąć się w zachowania patologiczne i prowadzić do uzależnień substancjalnych lub behawioralnych (Wölfling, Müller, 2009).

Skala problemu

Korzystanie z Internetu i gier komputerowych to zjawisko globalne. Dotyczy wszystkich zarówno dorosłych, jak i dzieci. W badaniach polskich (Wójcik, 2013) i holenderskich (Van Rooij, Van den Eijnden, 2007) okazjonalną aktywność w zakresie grania wykazuje około 70% nastolatków, podczas gdy w masowe gry internetowe gra około 40% badanych. W badaniach wykazano, że 0,5%-8,5% populacji graczy jest uzależnionych od gier video (Gentile i in., 2011; Schmidt i in., 2011), natomiast wśród dorastających graczy odsetek ten wynosi 1,7%-8% (Mentzoni i in., 2011; Rehbein i in., 2015).

I chociaż wiemy, że dostęp do konsoli, laptopów, tabletów i smartfonów mają coraz młodsze dzieci, badania nad rozpowszechnieniem problemowego korzystania z gier video dotyczą przede wszystkim dorosłych i młodzieży. W dotychczas przeprowadzonych badaniach skalę problemowego korzystania z gier u młodych ludzi szacuje się na 1,5%-11,6% populacji w wieku 12-18 lat (por. tabela 1).

Tabela 1. Badania szacujące skalę zjawiska problemowego grania w gry video

Badanie	Próba	Narzędzie	Skala zjawiska
Kormas i in., (2011)	N = 866 śr. 14,7 lat Grecja	Young's Internet Addiction Test (Young, 1999), punktacja > 50/100 wskazuje na uzależnienie	1,5% problemowe korzystanie z Internetu
Liu i in. (2011)	N = 3,560 szkoły średnie 14-18 lat USA	Zmodyfikowany Minnesota Impulsive Disorder Inventory (Grant i in., 2005)	4% problemowe korzystanie z Internetu
Cao i in. (2011)	N = 17,599 adolescenci śr. 16,1 lat Chiny	Young's Internet Addiction Test (Young, 1999), punktacja > 50/100 wskazuje na uzależnienie	8,1% problemowe korzystanie z Internetu

cd. tabeli 1

Park i in. (2008)	N = 903 szkoły średnie i wyższe Korea Płd.	Zmodyfikowany Young's Internet Addiction Scale (IAS) (1998a) punktacja ≥ 70 wskazuje na uzależnienie	10,7% uzależnionych
Müller i in. (2012)	N = 81 dzieci i adolescenci śr. 13,6 lat pacjenci psychiatryczni Niemcy	Assessment of Internet and Computer Game Addiction Scale (Wölfling i in., 2010) punktacja $> 7/15,5$ wskazuje na uzależnienie	11,3% uzależnionych
Liberatore i in. (2011)	N = 71 13-17 lat pacjenci ambulatoryjni Puerto Rico	Internet Addiction Test (Young, 1998) punktacja $\geq 80/100$ wskazuje na uzależnienie	11,6% uzależnionych

Źródło: Opracowanie własne na podstawie Kuss i in. (2013).

Uzyskane rozbieżności wynikają z jednej strony z różnic kulturowych i ekonomicznych, z drugiej z nieunormowanych kryteriów diagnostycznych i różnicowanych narzędzi badawczych.

Obraz kliniczny problemowego korzystania z gier video

Dzieci nadmiernie grające w gry video charakteryzuje przede wszystkim duża ilość czasu spędzanej na graniu. Odbywa się to kosztem ich aktywności na świeżym powietrzu czy też realnych spotkań z rówieśnikami. Dzieci nadmiernie zaangażowane w gry komputerowe z czasem rezygnują też z zajęć pozalekcyjnych, zmniejszając tym samym szansę na rozwój zainteresowań, poznawanie nowych ludzi i nawiązywanie relacji interpersonalnych (Smyth, 2007; Rehbein, Kleimann, Mössle, 2010). I chociaż czas poświęcony na granie nie jest wyznacznikiem uzależnienia, faktem jest, że osoby uzależnione zazwyczaj grają więcej niż inni gracze (por. Gentile, 2009; Hussain, Griffiths, 2009). Jeśli akurat nie grają, mają umysł zaabsorbowany graniem: fantazjują o grach, myślą o przebiegu gry, wyobrażają sobie, że grają, układają strategię. Mają też sny na temat grania lub gier (Porter i in., 2010). Aktywność związana z graniem staje się kompulsywna; gracze tęsknią za graniem, a im bardziej uczucia te stają się intensywne, a wewnętrzne napięcie silniejsze, tym większych trudności doświadczają gracze: pojawia się irytacja i zmienność nastroju (Grüsser, Thalemann, Griffiths, 2007; Hussain, Griffiths, 2009).

Funk i Buchman (1996) wykazali, że występująca u chłopców silniejsza preferencja brutalnych gier video wiązała się z niższymi kompetencjami w zakresie jednej

lub więcej ważnych rozwojowo dziedzin ich życia, w tym umiejętności szkolnych, interpersonalnych i behawioralnych. Nadmierne zaangażowanie w gry video powoduje wzrastające napięcie i związane z tym nasilenie negatywnych emocji. Ich konsekwencją mogą być zachowania agresywne (por. Király i in., 2014). Objawom psychicznym towarzyszą też fizyczne symptomy uzależnienia. Należą do nich zarówno ignorowanie biologicznych potrzeb (takich jak sen, jedzenie czy higiena osobista), jak i pojawiające się problemy zdrowotne, w tym przybieranie lub utrata masy ciała, suche lub przekrwione oczy, bóle głowy, pleców, zespół cieśni nadgarstka oraz ogólne poczucie zmęczenia lub wyczerpania (Griffiths, Meredith, 2009; Peng, Liu, 2010; Porter i in., 2010).

Czynniki ryzyka i czynniki ochronne

Rozpowszechnienie dostępu do nowych technologii i świata wirtualnego oraz narastające w związku z tym problemowe korzystanie z gier video wymusza pilną potrzebę zrozumienia mechanizmów leżących u podłoża tego zjawiska. Poznanie czynników ryzyka i czynników chroniących przed nadmiernym zaangażowaniem w granie stanowi fundament konstruowania skutecznych programów profilaktycznych i terapeutycznych. Efektywne strategie interwencyjne wymagają bowiem uwzględnienia wzajemnych związków pomiędzy zarówno czynnikami ryzyka i czynnikami protekcyjnymi, jak również czynnikami pośredniczącymi oraz zachowaniami nieadaptacyjnymi.

Przyjmując perspektywę psychopatologii rozwojowej w rozumieniu mechanizmów powstawania i utrzymywania się zaburzeń, zwłaszcza u dzieci, należy wziąć pod uwagę wzajemną interakcję w różnych momentach czasowych czynników ryzyka i czynników ochronnych (Bronfenbrenner, Morris, 2006). Zgodnie z tą koncepcją, ten sam układ czynników prowadzić może do różnych rezultatów rozwojowych (zasada multifinalności), podczas gdy zróżnicowane powiązania czynników ryzyka i ochronnych mogą skutkować podobnymi efektami rozwojowymi (zasada ekwifinalności) (Cicchetti, 2013). Jednocześnie biopsychospołeczne podejście do zaburzeń u dzieci wymusza prowadzenie wielopoziomowych analiz, aby lepiej rozumieć działanie w czasie wielu różnych czynników w wielu różnych kontekstach środowiskowych (por. Cierpiałkowska, Grzegorzewska, 2016). Ta potrzeba odzwierciedla się zarówno w eksploracji ryzyka i zaburzeń, jak też czynników protekcyjnych i odporności psychicznej, kładąc szczególny nacisk na aspekty rozwojowe (Radziwiłłowicz, 2010; Grzegorzewska, 2015; Grzegorzewska, Cierpiałkowska, 2015; Ogińska-Bulik, Kobylarczyk, 2015). Podobnie biopsychospołeczny model uzależnień behawioralnych wskazuje, że patologiczne angażowanie się w zachowania nałogowe jest wynikiem działania zarówno czynników ryzyka i czynników ochronnych, jak też ich wzajemnej interakcji (Griffiths, 2005). W odniesieniu do patologicznego grania w gry video Douglas i współpracownicy (2008) wyjaśniają, że kluczową rolę w procesie powstawania tego zaburzenia odgrywa wzajemna interakcja pomiędzy tzw. czynnikami „popy-

chającymi i ciągnącymi” (ang. “*push and pull factors*”). Czynnikiem „popychającym” dziecko do problemowego grania są jego wewnętrzne potrzeby (np. odreagowanie stresu, ucieczka od problemów) wchodzące w interakcje z czynnikami „*offline*” (np. wpływy rówieśnicze). Czynnikiem „ciągnącym” w kierunku nadmiernego grania są natomiast cechy strukturalne gier, a zwłaszcza możliwość kreacji awatarów, fabularna narracja czy też możliwości komunikowania się z innymi graczami oraz możliwości kreowania wspólnoty opartej na kooperacji i kompetencji (tzw. funkcje socjalizacyjne gier, por. Grzegorzewska, Cierpiałkowska, 2018). Tym samym problemowe granie u dzieci należy rozpatrywać na kontinuum (od minimalnego poziomu do prawdopodobieństwa uzależnienia) z uwzględnieniem wzajemnej, dynamicznej interakcji czynników ochronnych i czynników ryzyka: „popychających” i „ciągnących”, działających na młodego człowieka w różnych momentach jego rozwoju.

Większość badań dotyczących problemowego grania dotyczy adolescentów i dorosłych, tym niemniej powoli pojawiają się doniesienia empiryczne pochodzące z populacji dziecięcych. Etiologię uzależnienia od gier video można analizować i omawiać na wiele różnych sposobów. W pierwszym podejściu czynniki ryzyka i czynniki ochronne leżące u podłoża patologicznego grania ogniskują się wokół dwóch płaszczyzn: intra- i interpersonalnej (Koo, Kwon, 2014). Perspektywa intrapersonalna obejmuje m.in. takie czynniki, jak płeć, temperament, samoocena, czynniki poznawcze, negatywna emocjonalność, a perspektywa interpersonalna odnosi się do relacji rówieśniczych, wsparcia społecznego i więzi z rodzicami. Wyniki metaanalizy przeprowadzone przez koreańskich badaczy Koo i Kwan (2014) wskazują, że czynniki intrapersonalne wykazują średnią do silnej korelację z uzależnieniem od gier internetowych, natomiast czynniki interpersonalne wykazują korelację od słabej do umiarkowanej. Co więcej, analizy statystyczne pokazują, że czynniki intrapersonalne mają silniejszy wpływ na powstawanie uzależnienia od gier internetowych niż czynniki interpersonalne. Autorzy metaanalizy podkreślają zatem, że uzależnienie od Internetu (w tym od gier *online*) jest silniej powiązane z wewnętrznym napięciem i stresem niż z trudnościami w relacjach interpersonalnych. Innymi słowy, u podstaw problemowego grania leżą trudności w radzeniu sobie z zadaniami oraz zmianami rozwojowymi okresu późnego dzieciństwa i adolescencji (Koo, Kwan, 2014). Analiza wyników 95 badań nad uzależnieniem od Internetu i gier video na ogólnej populacji koreańskiej wskazuje, że do istotnych czynników ryzyka zaliczyć można poczucie „ja”, temperament, kontrolę impulsów i relacje w rodzinie. Jednak w populacjach dziecięcych czynniki ryzyka nieco różnią się, są to bowiem temperament, radzenie sobie ze stresem i relacje z rodzicami (Koo, Kwan, 2014). Podobnie jest w odniesieniu do czynników ochronnych. W populacji ogólnej funkcję ochronną pełni poczucie „ja”, umiejętność regulacji emocji, temperament, radzenie sobie ze stresem, funkcjonowanie szkolne, jakość relacji rówieśniczych oraz funkcjonowanie rodziny i poziom więzi z rodzicami. W populacji dziecięcej funkcję protekcyjną pełnią tylko kontrola impulsów, jakość relacji rówieśniczych, relacje z rodzicami i funkcjonowanie rodziny (Koo, Kwan, 2014).

W badaniach podłużnych Gentile i współpracowników (2011) czynnikami ryzyka okazał się: wysoki poziom impulsywności, długi czas grania (powyżej 19 godzin tygodniowo), niski poziom empatii, umiejętności społecznych i regulacji emocji. Jednocześnie wnioski z tych badań zaprzeczają powszechnemu przekonaniu i założeniu, że dzieci zaczynają grać, aby radzić sobie ze stresem lub depresją. Okazało się bowiem, że osoby, które zaczęły grać patologicznie w trakcie badań, kończyły je z wyższym poziomem depresji, niepokoju i lęku społecznego, a osoby, które przestały grać w trakcie badań, kończyły je z niższym poziomem depresji, niepokoju i lęku społecznego (Gentile i in., 2011). Ciekawe wyniki badań nad etiologią patologicznego grania u dzieci uzyskano w niemieckich, pięcioletnich badaniach podłużnych prowadzonych na populacji 406 dzieci z klas czwartych. Podstawowe, ogólne wnioski z nich wynikające są następujące: 1. 15-latki uzależnione od gier video przejawiały wiele specyficznych czynników ryzyka już w 10. roku życia. 2. Czas grania okazał się słabym predyktorem uzależnienia, ale wystarczającym do rozwoju patologicznego grania. 3. Co zaskakujące, kontrola rodzicielska nie miała znaczenia dla szacowania ryzyka uzależnienia. Dodatkowym czynnikiem ryzyka w dziecięcej grupie wiekowej jest niski poziom integracji z klasą szkolną (Baier, Rehbein, 2009) oraz pewne cechy środowiska rodzinnego: samotne rodzicielstwo, niski poziom wsparcia otrzymywanego od rodziców oraz posiadanie rodziców, którzy często sami grają w gry video (Baier, Rehbein, 2009; Batthyany i in., 2009). Badania longitudinalne pokazują na związki czasowe pomiędzy społecznymi czynnikami ryzyka u dzieci i młodzieży a rozwojem uzależnienia od gier. Na przykład, analizy Rehbeina i Baiera (2013) wskazują, że 10-letnie dzieci wychowywane przez samotnego rodzica oraz sygnalizujące słabsze związki z klasą szkolną były bardziej narażone na szkodliwe granie w wieku 15 lat niż ich rówieśnicy bez takiej charakterystyki w wieku lat 10.

Dotychczasowe badania wskazują, że w rozwoju uzależnienia od gier komputerowych pewną rolę odgrywa też specyficzna konstrukcja gier, co w literaturze określa się mianem cech strukturalnych gier. Naukowcy sugerują, że cechy strukturalne gier video mogą odgrywać istotną rolę w inicjacji, rozwoju i utrzymaniu problematycznego grania, przy czym cechy strukturalne gier mają szczególne znaczenie w przypadku dzieci grających bardzo intensywnie (Kuss, Griffiths, 2012). Na podstawie badań empirycznych wiemy, że szczególne znaczenie w zwiększeniu podatności na uzależnienie mają gry *online* rozgrywane w sieci (Kuss, 2013), masowe internetowe wieloosobowe gry fabularne *online* (MMORPG – *Massively Multiplayer Online Role Playing Game*) oraz tzw. strzelanki rozgrywane z perspektywy pierwszej osoby (tzw. *first-person shooter*) (Batthyany i in., 2009; Rehbein, Kleimann, Mössle, 2010; Elliott i in., 2012). Innym zagrożeniem jest specyficzna cecha gier związana z funkcją nagrody i kary, realizowana poprzez zbieranie punktów, znajdowanie rzadkich przedmiotów i szybki czas ładowania (King, Delfabbro, Griffiths, 2010). Istotnym czynnikiem ryzyka patologicznego grania jest też dostępność urządzenia do grania. Jak wskazują wspomniane już longitudinalne pięcioletnie badania Rehbeina i Baiera (2013), ryzyko wzrasta, gdy dzieci posiadają konsole zainstalowane w swoim pokoju oraz jeśli są posiadaczami konsoli przenośnych.

Rola rodziców

Szczegółowa analiza czynników ryzyka i czynników protekcyjnych podejmowana z perspektywy psychopatologii rozwojowej wskazuje na szczególną rolę rodziców w rozwoju podatności lub odporności dzieci na uzależnienie od gier video. Rola ta może być rozpatrywana w trzech płaszczyznach: kontrola rodzicielska czasu spędzanego przez dziecko na graniu, jakość relacji rodzice-dzieci oraz aktywność rodziców w życiu codziennym, a zwłaszcza sposób spędzania przez nich wolnego czasu.

Cechą charakterystyczną dzieci grających problemowo jest najczęściej ilość czasu spędzanego przed komputerem. Dzieci i adolescenty uzależnieni od gier w porównaniu z grupą kontrolną grają więcej, dłużej i są bardziej uzależnieni od nagrody (Han i in., 2007). Jak donosi Yee (2006) 8% młodych ludzi grających w MMORPG poświęca na graniu ponad 40 godzin tygodniowo, a u wielu z nich jednorazowa sesja trwa ponad 10 godzin. Podobne wyniki uzyskano w populacji tajwańskiej, gdzie średni czas spędzany na graniu przez osoby młode grające w sposób patologiczny wynosił ponad 48 godzin tygodniowo (Wan, Chiou, 2007). Wydaje się zatem oczywiste, że kontrola rodzicielska nad czasem spędzonym przez dziecko na grach może mieć kluczowe znaczenie w ochronie przed uzależnieniem. Jednak, nieoczekiwanie, większość uzyskanych dotychczas wyników badań nie potwierdza tezy, że kontrola czasu spędzanego przez dzieci przed konsolami i tabletami ma znaczenie dla rozwoju uzależnienia od grania (Lee, Chae, 2007; Van den Eijnden i in., 2010; Ramirez i in., 2011; Shin, Huh, 2011). Dodatkowo jak się okazuje, rodzice i dzieci mają często odmienne zdanie na temat gier, w tym stosowności i poprawności ich zawartości, nawyków związanych z graniem, miejsca grania w strukturze aktywności życiowej dziecka (Nikken, Jansz, 2006). Wyniki badań wskazują, że rodzice mający negatywną opinię na temat wpływu gier video na rozwój dzieci są wobec ich grania bardziej restrykcyjni, zwłaszcza jeśli mają przekonanie, że ich dzieci spędzają przy konsolach lub tabletach zbyt wiele czasu kosztem innych aktywności życiowych (Skoien, Berthelsen, 1996; za: Da Charlie, HyeKyung, Khoo, 2011). Wydaje się zatem, że istotną rolę odgrywają różnice pomiędzy rodzicami i dziećmi w postrzeganiu gier video i oczekiwaniach dotyczących grania. Jednocześnie, jak już wcześniej wspomniano, wyniki badań pokazują, że kontrola rodzicielska i restrykcyjna postawa rodziców wobec grania nie są efektywnym sposobem redukcji symptomów związanych z problemowym graniem (Baier, Rehbein, 2009; Da Charlie, HyeKyung, Khoo, 2011). Zamiast tego wskazuje się na istotną rolę relacji i bliskości pomiędzy dzieckiem a jego rodzicem. Okazało się bowiem, że czas poświęcony na granie jest skorelowany z jakością relacji dziecka z rodzicami (Mesch, 2003). W singapurskich badaniach longitudinalnych (Choo i in., 2014) wykazano, że w okresie dzieciństwa i adolescencji istotnym czynnikiem chroniącym przed uzależnieniem są bliskie relacje dziecka z rodzicami. Związek ten jest szczególnie widoczny w przypadku chłopców. Jakość relacji rodzice-dzieci istotna dla rozwoju lub nieproblemowo-

wego grania to nie tylko bliskość relacji, lecz także poziom komunikacji i otwartości. W badaniach fińskich stwierdzono ujemną korelację między poziomem otwartości w kontaktach z matką a intensywnością zaangażowania dziecka w granie (Punama`ki i in., 2009), jednak ze względu na poprzeczny charakter badań nie wiadomo, czy była to przyczyna, czy skutek problemowego grania.

W badaniach Chiu i współpracowników (2004) prowadzonych w populacji dzieci tajwańskich okazało się, że mniej objawów uzależnienia od gier video prezentowały dzieci z rodzin dobrze funkcjonujących, w których większy nacisk kładzie się zarówno na jakość wzajemnych relacji, jak też na jakość edukacji i rozwój zainteresowań dzieci. Autorzy tych badań postulują, że być może zaangażowanie rodziców w rozwój mocnych stron i zainteresowań dziecka ułatwia mu społeczną adaptację i zwiększa dostępność do wielu różnorodnych możliwości zdrowego spędzania wolnego czasu. Stwarza to ochronę dzieci przed uzależnieniem od jednostronnego, monotonnego sposobu spędzania wolnego czasu, jakim jest np. granie w gry video.

Należy zatem z wyraźną mocą podkreślić, że w świetle dotychczasowych badań rola rodziców w ochronie dzieci przed nadmiernym korzystaniem z gier video polega nie tyle na restrykcyjnym ograniczaniu czasu spędzanego na graniu, ile na budowaniu bliskiego kontaktu z dzieckiem opartego na akceptacji, zrozumieniu, otwartości oraz stwarzaniu mu warunków do harmonijnego rozwoju. Im większym zaufaniem darzą dzieci swoich rodziców, tym bardziej w relacjach z nimi czują się bezpieczne i rozumiane, tym mniejsze też prawdopodobieństwo rozwoju u nich problemowego grania. Zależności te jednak niewątpliwie wymagają dalszych badań.

Podłoże biologiczne uzależnienia od gier video

Od wielu lat duży wkład w rozwój nauk o uzależnieniu mają nauki medyczne i biologiczne. W 2013 r. Narodowy Instytut Zdrowia Psychicznego w USA otworzył nowy obszar badań zmierzających do uzyskania podstaw do klasyfikowania zaburzeń psychicznych, opierając się bardziej na naukach neurologicznych i wspólnym podłożu patofizjologicznym niż na subiektywnym podejściu fenomenologicznym i klinicznym. W następstwie tej zmiany zaczęły prężnie rozwijać się badania nad uzależnieniami od gier i Internetu, które wykorzystują najnowsze zdobycze technologiczne, w tym PET i fMRI oraz pozwalają uzyskać precyzyjne informacje w zakresie neurobiologicznych i neurochemicznych zmian (strukturalnych i funkcjonalnych) spowodowanych nadmiernym korzystaniem z gier i Internetu.

Badania wskazują, iż w procesy związane z uzależnieniem zaangażowane są specyficzne struktury mózgowie, głównie zaś ośrodek nagrody, pamięci i motywacji oraz kontroli poznawczej. Na płaszczyźnie molekularnej, neuroprzekaźnikowej i behawioralnej uzależnienie od gier internetowych jest zbliżone do uzależnienia od środków psychoaktywnych. Z perspektywy molekularnej granie w gry video powoduje uwolnienie dopaminy w prążkowiu (Koepp i in., 1998). Jednocześnie, z zastrzeżeniem, że wynik ten uzyskano w niewielkich próbach badawczych, uza-

leżnienie od gier i Internetu miało związek z deficytem nagrody gdy poziom transporterów dopaminergicznych w mózgu był niski. Osoby z upośledzonym systemem nagrody w poszukiwaniu równowagi biochemicznej używają substancji i angażują się w czynności, które skutkują uwalnianiem dopaminy. Spekuluje się, iż w przypadku dzieci mechanizm ten (wyrównywania braków dopaminy) może być szczególnie trafny w odniesieniu do dzieci z zaburzeniami hiperkinetycznymi, które przebiegają na podłożu niskiego poziomu dopaminy.

Zauważono także, iż ośrodki mózgowe szczególnie aktywne w trakcie grania w gry video (kora ciemieniowa i zakręt obręczy) mogą ulec zmianom w zakresie połączeń neuronalnych i struktury mózgu (Dong, Huang, Du, 2011). Badania oparte na neuroobrazowaniu wnoszą ogromny wkład w spojrzenie na uzależnienie od gier i Internetu jako na chroniczną, neurobiologiczną chorobę wymagającą profesjonalnej opieki i odpowiedniego leczenia. Taka perspektywa jest obecnie intensywnie rozwijana, a doniesienia z badań uważnie śledzone i analizowane przez środowiska naukowców różnych dziedzin.

Dylematy i wyzwania wokół zjawiska uzależnienia dzieci od gier video

Coraz bardziej powszechny dostęp coraz młodszych dzieci do gier video i do Internetu powoduje zmianę myślenia różnych środowisk (teoretyków i praktyków) na temat korzystania tej populacji z nowych technologii, w tym z gier video. W miejsce pytania: „Jak dużo grania to za dużo?” pojawia się pytanie: „Jak małe dziecko to za małe dziecko, by grać online?” Niestety, z punktu widzenia nauki nie dysponujemy wystarczającymi dowodami, a nawet badaniami, które mogłyby przybliżyć nas do znalezienia odpowiedzi na te pytania. Niektóre autorytety z tej dziedziny zalecają, by korzystać z bogatych, wieloletnich doświadczeń krajów Azji Południowo-Wschodniej i wdrażać specjalistyczne programy profilaktyczne, zanim dojdzie do sytuacji, gdy znaczny odsetek dzieci uzależni się od gier i Internetu, jak to ma miejsce w Korei, Tajwanie czy Singapurze. Inni sugerują ostrożność w takim podejściu, podkreślając istnienie różnic kulturowych i technologicznych między Azją a pozostałymi częściami świata. Stąd postulat prowadzenia szerokich, *cross*-kulturowych badań nad zjawiskiem uzależnienia od gier. Badań, które uwzględniałyby wpływ uwarunkowań kulturowych, poziom zaawansowania technologicznego i dostępność do Internetu na sposób korzystania z gier video. Niezbędne jest podejmowanie badań podłużnych, na większych populacjach dzieci, umożliwiających uzyskanie odpowiedzi na podstawowe pytania o mechanizmy rozwoju nieprzystosowawczego korzystania z gier video oraz dających podstawy do generalizowania wniosków na większe populacje, również w innych krajach.

Niemalym wyzwaniem dla badaczy tego zjawiska jest z pewnością konieczność stworzenia rzetelnych narzędzi diagnostycznych dla dzieci w zakresie patologicznego korzystania z gier video i Internetu. W Polsce istnieje również pilna potrzeba

stworzenia lub zaadaptowania i upowszechnienia na skalę szerszą niż naukowo-badawcza narzędzi do diagnozy psychopatologii w rozwoju dzieci. Obecnie dostępne na rynku narzędzia nie spełniają wszystkich potrzeb tak psychologów praktyków, jak i naukowców zajmujących się szkodliwym korzystaniem przez dzieci z gier video i Internetu.

Podsumowanie

W ciągu ostatnich dwóch dekad zarówno doniesienia w mediach, jak i badania empiryczne wskazują, że zaangażowanie dzieci i młodzieży w gry video gwałtownie wzrasta, czego konsekwencją są narastające u nich negatywne objawy fizyczne i psychiczne. Na ile ważny jest to problem, wskazują poprawki naniesione w 2013 roku przez Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne w klasyfikacji zaburzeń psychicznych i umieszczenie zaburzeń gier internetowych (*Internet Gaming Disorder*) w sekcji III, tj. zaburzeń przeznaczonych do dalszych badań (APA, 2013). Mimo to problemowe granie czy też uzależnienie od gier video, zwłaszcza w populacji młodych ludzi, jest wciąż dyskutowane zarówno przez klinicystów, jak i naukowców. W świetle dotychczasowych badań nie ulega wątpliwości, że zarówno młody wiek, jak i płeć męska są istotnym czynnikiem ryzyka rozwoju problemowego grania. Ważną rolę w zapobieganiu uzależnieniu od grania odgrywają też zachowania rodziców, a zwłaszcza ich zdolność do budowania bliskich i ciepłych relacji z dziećmi. Jednak wciąż za mało wiemy na temat dynamiki wzajemnej interakcji intra- i interpersonalnych czynników ryzyka oraz czynników protekcyjnych oddziałujących na dzieci w trakcie ich rozwoju i niewątpliwie jest to obszar wymagający dalszych eksploracji empirycznych.

Literatura cytowana

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (wyd. 5). Washington, DC.
- Baier, D., Rehbein, F. (2009). Computerspielabhängigkeit im Jugendalter (Video game addiction in adolescence). W: C.J. Tuly (red.), *Multilokalität und Vernetzung: Beiträge zur technikbasierten Gestaltung jugendlicher Sozialräume* (s. 139-155). Weinheim, München: Juventa Verlag.
- Batthyany, D., Muller, K.W., Benker, F. Wolfling, K. (2009) Computer game playing: Clinical characteristics of dependence and abuse among adolescents. *Wiener Klinische Wochenschrift*, 121 (15-16), 502-509.
- Bronfenbrenner, U., Morris, P.A. (2006). The bioecological model of human development. W: W. Damon (Series red.), R.M. Lerner (Vol. red.), *Handbook of child psychology*. T. 1: *Theoretical models of human development* (wyd. 6, 793-828). New York: John Wiley.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11.

- Chiu, S.I., Lee, J.Z., Huang, D.H. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *Cyber Psychology and Behavior*, 7, 571-581.
- Choo, H., Gentile, D.A., Sim, T., Li, D., Khoo, A., Liau, A.K. (2014). Pathological video-gaming among Singaporean youth. *Annals of the Academy of Medicine Singapore*, 39, 822-829.
- Cicchetti, D. (2013). Resilient functioning in maltreated children: Past, present, and future perspectives. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54, 402-422.
- Cierpiąłkowska, L., Grzegorzewska, I. (2016). *Dzieci alkoholików z perspektywy rozwojowej i klinicznej*. Poznań: Wydawnictwo UAM.
- Cierpiąłkowska, L., Ziarko, M. (2010). *Psychologia uzależnień – alkoholizm*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Da Charlie, C.W., HyeKyung, C., Khoo, A. (2011). Role of Parental Relationships in Pathological Gaming. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 30, 1230-1236.
- Dong, G., Huang, J., Du, X. (2011). Enhanced reward sensitivity and decreased loss sensitivity in Internet addicts: an fMRI study during a guessing task. *Journal of Psychiatric Research*, 45 (11), 1525-1529.
- Douglas, A.C., Mills, J.E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., Blanton, M. (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996-2006. *Computers in Human Behavior*, 24, 3027-3044.
- Elliott, L., Golub, A., Ream, G., Dunlap, E. (2012). Video game genre is a predictor of problem use. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 15 (3), 1-7.
- Funk, J.B., Buchman, D.D. (1996). Playing violent video and computer games and adolescent self-perception. *Journal of Communication*, 46, 19-32.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study. *Psychological Science*, 20 (5), 594-602.
- Gentile, D.A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127 (2), 319-329.
- Griffiths, M.D. (2000). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*, 4 (1), 211-218.
- Griffiths, M.D. (2005). A components model of addiction within a biopsychological framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191-197.
- Griffiths, M.D., Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39 (4), 247-253.
- Grüsser, S.M., Thalemann, R., Griffiths, M.D. (2007). Excessive computer game playing: Evidence for addiction and aggression? *CyberPsychology & Behavior*, 10 (2), 290-292.
- Grzegorzewska, I. (2015). Zachowania agresywne dzieci i młodzieży. Ujęcie kliniczno-rozwojowe. *Polskie Forum Psychologiczne*, 20 (4), 484-498.
- Grzegorzewska, I., Cierpiąłkowska, L. (2015). Pozytywna i negatywna adaptacja dzieci i młodzieży rodziców uzależnionych od alkoholu. *Alkoholizm i Narkomania*, 28, 221-233.

- Grzegorzewska, I., Cierpiałkowska, L. (2018). *Uzależnienia behawioralne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Han, D.H., Lee, Y.S., Yang, K.C., Kim, E.Y., Lyoo, I.K., Renshaw, P.F. (2007). Dopamine genes and reward dependence in adolescents with excessive internet video game play. *Journal of Addiction Medicine*, 1 (3), 133-138.
- Hawkins, J.D., Fitzgibbon, J.J. (1993). Risk factors and risk behaviors in prevention of adolescent substance abuse. *Adolescent Medicine State of the Art Reviews: Adolescent Substance Abuse and Addictions*, 4, 249-262.
- Hussain, Z., Griffiths, M.D. (2009). Excessive use of Massively Multi-Player Online Role-Playing Games: A pilot study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7, 563-571.
- King, D.L., Delfabbro, P., Griffiths, M.D. (2010). Video game structural characteristics: a new psychological taxonomy. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8, 90-106.
- Király, O., Griffiths, M.D., Urbán, R., Farkas, J., Kökönyei, G., Elekes, Z., ..., Demetrovics, Z. (2014). Problematic Internet Use and Problematic Online Gaming Are Not the Same: Findings from a Large Nationally Representative Adolescent Sample. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 17 (12), 749-754.
- Koepp, M.J., Gunn, R.N., Lawrence, A.D., Cunningham, V.J., Dagher, A., Jones, ..., Grasby, P.M. (1998). Evidence for striatal dopamine release during a video game. *Nature*, 393, 266-268.
- Koo, H.J., Kwon, J.H. (2014). Risk and Protective Factors of Internet Addiction: A Meta-Analysis of Empirical Studies in Korea. *Yonsei Medical Journal*, 55 (6), 1691-1711.
- Kormas, G., Critselis, E., Janikian, M., Kafetzis, D., Tsitsika, A. (2011). Risk factors and psychosocial characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 11, 595.
- Kuss, D. (2013). Internet gaming addiction: current perspectives. *Psychology Research and Behavior Management*, 6, 125-137.
- Kuss, D.J., Griffiths, M. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10 (2), 278-296.
- Kuss, D.J., Van Rooij, A., Shorter, G.W., Griffiths, M.D., Van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29, 1987-1996.
- Lee, S., Chae, Y. (2007). Children's internet use in a family context: Influence on family relationships and parental mediation. *Cyber Psychology and Behavior*, 10, 640-644.
- Liberatore, K.A., Rosario, K., Colon-De Marti, L.N., Martinez, K.G. (2011). Prevalence of Internet addiction in Latino adolescents with psychiatric diagnosis. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14 (6), 399-402.
- Liu, T.C., Desai, R.A., Krishnan-Sarin, S., Cavallo, D.A., Potenza, M.N. (2011). Problematic Internet use and health in adolescents: Data from a high school survey in Connecticut. *Journal of Clinical Psychiatry*, 72 (6), 836-845.

- Mentzoni, R.A., Brunborg, G.S., Molde, H., Myrseth H., Skouverøe, K.J., Hetland, J., Pallesen, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14 (10), 591-596.
- Mesch, G.S. (2003). The family and the Internet: The Israeli case. *Social Science Quarterly* 84 (4), 1038-1050.
- Müller, K.W., Ammerschläger, M., Freisleder, F.J., Beutel, M.E., Wölfling, K. (2012). Addictive Internet use as a comorbid disorder among clients of an adolescent psychiatry – Prevalence and psychopathological symptoms. (Suchtartige Internetnutzung als komorbide Störung im jugendpsychiatrischen Setting). *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 40 (5), 331-339.
- Nikken, P., Jansz, J. (2006). Parental mediation of children's videogame playing: a comparison of the reports by parents and children. *Learning, Media and Technology*, 31 (2), 181-202.
- Ogińska-Bulik, N., Kobylarczyk, M. (2015). Resilience and social support as factors promoting the process of resilience in adolescents – wards of children's homes. *Health Psychology Report*, 3 (3), 210-219.
- Oleszkowicz, A., Senejko, A. (2013). *Psychologia dorastania. Zmiany rozwojowe w dobie globalizacji*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Park, S.K., Kim, J.Y., Cho, C.B. (2008). Prevalence of Internet addiction and correlates with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence*, 43 (172), 895-909.
- Pauli, K.P., May, D.R., Gilson, R.L. (2003). Fun and games: The influence of a playful pre-training intervention and microcomputer playfulness on computer-related performance. *Journal of Educational Computing Research*, 28 (4), 407-424.
- Peng, W., Liu, M. (2010). Online gaming dependency: A preliminary study in China. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13, 329-333.
- Petry, N. (2015). *Behavioral Addictions: DSM-5® and Beyond*. Oxford Press.
- Porter, G., Starcevic, V., Berle, D., Fenech, P. (2010). Recognizing problem video game use. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44 (2), 120-128.
- Punama`ki, R.L., Wallenius, M., Holtto, H., Nygard, C.H., Rimpela, A. (2009). The associations between information and communication technology (ICT) and peer and parent relations in early adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 33, 556-564.
- Radziwiłłowicz, W. (2010). *Depresja u dzieci i młodzieży. Analiza systemu rodzinnego – ujęcie kliniczne*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Ramirez, E.R., Norman, G.J., Rosenberg, D.E., Kerr, J., Saelens, B.E., Durant, N., Sallis, J.F. (2011). Adolescent screen time and rules to limit screen time in the home. *Journal of Adolescent Health*, 48, 379-385.
- Rehbein, F., Baier, D. (2013). Family-, media-, and school-related risk factors of video game addiction: A 5-year longitudinal study. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 25 (3), 118-128.

- Rehbein, F., Kleimann, M., Mössle, T. (2010). Prevalence and risk factors of video game dependency in adolescence: Results of a German nationwide survey. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13 (3), 269-277.
- Rehbein, F., Kliem, S., Baier, D., Mößle, T., Petry, N.M. (2015). Prevalence of Internet Gaming Disorder in German adolescents: Diagnostic contribution of the nine DSM-5 criteria in a state-wide representative sample. *Addiction*, 110, 842-851.
- Schmidt, S., Chauchard, E., Chabrol, H., Sejourne, N. (2011). Evaluation of the characteristics of addiction to online video games among adolescents and young adults. *Encephale*, 37 (3), 217-223.
- Shin, W., Huh, J. (2011). Parental mediation of teenagers' videogame playing: Antecedents and consequences. *New Media and Society*, 13, 945-962.
- Sim, T., Gentile, D.A., Bricolo, F., Serpelloni, G. (2012). Conceptual Review of Research on the Pathological Use of Computers, Video Games, and the Internet. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10, 748-769.
- Smyth, J.M. (2007). Beyond Self-Selection in Video Game Play: An Experimental Examination of the Consequences of Massively Multiplayer Online Role-Playing Game Play. *Cyberpsychology & Behavior*, 10 (5), 717-721.
- Van den Eijnden, R.J.J.M., Spijkerman, R., Vermulst, A.A., Van Rooij, T.J., Engels, R.C.M.E. (2010). Compulsive internet use among adolescents: Bidirectional parent-child relationships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38, 77-89.
- Van Rooij, A.J., Van den Eijnden, R.J.J.M. (2007). Monitor Internet en Jongeren 2006 en 2007. Ontwikkelingen in internetgebruik en de rol van opvoeding (Monitor Internet and Youth 2006 and 2007. Developments in Internet Use and the Role of Parenting) (IVO Reeks No. 54). Rotterdam: IVO. Retrieved from <http://bit.ly/cFUX09>
- Walker, M.B. (1989). Some problems with the concept of "gambling addiction". Should theories of addiction be generalized to include excessive gambling? *Journal of Gambling Studies*, 5, 179-200.
- Wan, C.S., Chiou, W.B. (2007). The motivations of adolescents who are addicted to online games: A cognitive perspective. *Adolescence*, 42 (165), 179-197.
- Wölfling, K., Müller, K.W. (2009). Computerspielsucht. W: D. Batthyány, A. Pritz (red.), *Rausch ohne Drogen. Substanzgebundene Süchte*. New York: Springer, 291-308.
- Woog, K. (2009) *Internet Addiction Disorder: Computer/Video Gaming Addiction*. Los Angeles Office of Education DVD.
- Wójcik, S. (2013). Gry online – korzystanie i nadużywanie wśród młodzieży. Wyniki badania EU NET ADB. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 12 (1), 81-98.
- Yee, N. (2006). The demographics, motivations, and derived experiences of users of massively multi-user online graphical environments. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments – Special issue: Virtual heritage*, 15 (3), 309-329.

Streszczenie. W związku z powszechnymi doniesieniami klinicystów i badaczy naukowych o uzależnieniach adolescentów i osób dorosłych od gier video i Internetu, a także najnowszymi zmianami w DSM-5 w zakresie uzależnień behawioralnych autorki poruszają rzadko podejmowane przez badaczy zagadnienia związane ze szkodliwym korzystaniem z gier video przez dzieci, a w szczególności kryteria diagnostyczne uzależnienia od gier według DSM-5 i związane z nimi kontrowersje, skalę problemu, czynniki ochronne i ryzyka oraz ich dynamikę w rozwoju nieprzystosowawczych wzorców korzystania przez dzieci z gier video. Artykuł zawiera analizę wyników najnowszych światowych badań nad uzależnieniem od gier wśród dzieci, ich porównanie z wynikami analogicznych badań w populacji młodzieży i dorosłych. W swoich rozważaniach autorki opierają się również na nielicznych badaniach longitudinalnych przeprowadzonych w Europie i Azji. W podejściu do omawianego problemu utożsamiają się z perspektywą psychopatologii rozwojowej, nie zapominają jednak o najnowszych koncepcjach neurobiologicznych rozumienia uzależnień od gier. Artykuł zawiera postulaty i kierunki dalszych badań naukowych nad nieprzystosowawczym korzystaniem z gier video przez dzieci.

Słowa kluczowe: zachowania nałogowe, gry komputerowe, dzieci, młodzież

Data wpłynięcia: 28.10.2017

Data wpłynięcia po poprawkach: 9.06.2018

Data zatwierdzenia tekstu do druku: 28.06.2018