

**KLAIPĖDOS UNIVERSITETO**

Socialinių ir humanitarinių mokslų fakulteto

Psichologijos katedra

Deividas Beinoras

**PRIKLAUSOMYBĖ NUO INTERNETO VĖLYVOJOJE PAAUGLYSTĖJE: SAŠAJOS SU  
ASMENYBĖS BRUOŽAIS IR PSICHOLOGINE GEROVE**

Psichologijos studijų programos

magistro baigiamasis darbas

Vadovas doc. dr. Povilas Žakaitis

Klaipėda, 2019

## TURINYS

<b>IVADAS</b> .....	4
<b>1. LITERATŪROS APŽVALGA</b> .....	8
1.1. Priklausomybės nuo interneto samprata.....	8
1.1.1. Priklausomybės nuo interneto apibrėžtys.....	8
1.1.2. Priklausomybę nuo interneto formuojantys veiksniai.....	11
1.1.3 Priklausomybės nuo interneto ypatybės paauglystėje.....	16
1.2. Asmenybės bruožų tyrimai taikant Didžiojo penketo modelį.....	18
1.2.1. Didžiojo penketo asmenybės bruožų dimensijos.....	18
1.2.2. Paauglių asmenybės bruožus įtakoiantys veiksniai.....	20
1.2.3. Asmenybės bruožų kaitos paauglystėje vertinimai taikant Didžiojo penketo modelį.....	22
1.3. Psichologinė gerovė ir ją formuojantys veiksniai.....	24
1.3.1. Psichologinės gerovės apibrėžtys ir ją įtakoiantys veiksniai.....	24
1.4. Priklausomybės nuo interneto sąsajų su asmenybės bruožais ir psichologine gerove tyrimų apžvalga.....	31
1.4.1. Priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajos.....	31
1.4.2. Priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajos.....	32
<b>2. TYRIMO METODIKA</b> .....	35
2.1. Tyrimo dalyviai.....	35
2.2. Įvertinimo būdai.....	35
2.3. Tyrimo eiga.....	38
2.4. Duomenų apdorojimas.....	39
<b>3. TYRIMO REZULTATAI</b> .....	40

3.1. Priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės įvertinimo rezultatai.....	40
3.2. Priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajų įvertinimo rezultatai.....	43
3.3. Priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajų įvertinimo rezultatai.....	45
<b>4. REZULTATŲ APTARIMAS.....</b>	<b>48</b>
<b>IŠVADOS.....</b>	<b>52</b>
<b>NAUDOTA LITERATŪRA.....</b>	<b>54</b>
<b>SANTRAUKA.....</b>	<b>63</b>
<b>SUMMARY.....</b>	<b>64</b>
<b>PRIEDAI.....</b>	<b>65</b>

## Ivadas

Šiuolaikinėje visuomenėje internetas tapo ne tik efektyvia technologine priemone, bet ir svarbia daugybės žmonių gyvenimo būdo dalimi. Tarp XXI a. įsigalinčių technologijų sparčiausiai plinta būtent internetas bei jo dėka populiarinami masinio vartojimo produktai: kompiuteriniai žaidimai, socialiniai tinklalapiai, naujienų portalai, internetinės parduotuvės, bankinė veikla bei įvairios kriptovaliutos (Bitcoin, Ethereum ir pan.). Tyrinėtojų pateikiami statistiniai duomenys liudija, kad internetu pasaulyje naudojasi daugiau nei 3,5 milijardo žmonių, o tai reiškia, jog apie 45% visos žmonijos turi prieigą prie interneto (Graham & Sabbata, 2015). Lietuva kitų šalių kontekste pagal interneto sklaidą ir prieinamumą yra viena pirmaujančių valstybių. Lietuva Europos sąjungos (ES) kontekste užima aukštas pozicijas pagal sparčiojo plačiajuosčio ryšio abonentų dalį: interneto prieigą turi 75% visų namų ūkių, o sparčiojo plačiajuosčio ryšio paslaugų paklausa beveik du kartus viršija ES vidurkį ir kasmet didėja (DESI, 2018; cit. Grigutyte, Raižienė, Pakalniškienė ir Povilaitis, 2018, p. 2).

Greta teigiamo interneto poveikio technologiniam, ekonominiam bei socialiniam progresui tyrinėtojai konstatuoja ir rimtą rūpestį keliančius neigiamus jo padarinius. Psichologai, psichiatrai atskleidžia akivaizdų ir užslėptą interneto poveikį, darantį neigiamą įtaką juo besinaudojančių asmenų psichinei bei fizinei sveikatai.

Analizuojant gausėjančius interneto neigiamus poveikius, sukeliančius psichiką traumuojančias pasekmes, kinta ir mokslinė terminologija, kuria yra apibūdinama priklausomybė nuo interneto. Davis (2001), apžvelgdamas šiai priklausomybei skirtas mokslines publikacijas, pastebi, kad jos įvardijimui skirtingi autoriai vartoja nevienodas sąvokas. Dažniausiai vartojamos trys pagrindinės sąvokos: priklausomybės nuo interneto sutrikimas (angl. Internet Addiction Disorder), priklausomybė nuo interneto (angl. Internet Dependency), patologinis naudojimas internetu (angl. Pathological Internet Use). Li ir bendraautoriai (2017) pažymi, kad tai yra pagrindinės sąvokos, kurios yra naudojamos mokslinėje literatūroje, šios sąvokos dažniausiai nusako bendrą priklausomybės nuo interneto dalį, kurioje nėra išskiriamas priklausomybės nuo interneto pobūdis bei forma. Šiame tyrime šios sąvokos bus naudojamos kaip sinonimai, kurie bus skirti nusakyti tam pačiam reiškiniui- priklausomybei nuo interneto.

Tyrimų duomenys leidžia teigti, kad visose šalyse pagrindinę interneto vartotojų dalį sudaro jauno amžiaus asmenys. Lengva ir patogi prieiga, mokymo įstaigose suteikiami pradiniai kompiuterinio raštingumo, anglų kalbos vartojimo įgūdžiai šio laikmečio paaugliams sudaro

palankias sąlygas intensyviai naudotis internetu. Jones ir Fox (2009) pažymi, kad didžiosios dalies besinaudojančių internetu asmenų amžius yra 18- 32 metai.

Tyrinėtojai nurodo, kad dėl kultūrinių bei geografinių skirtumų priklausomybę nuo interneto turinčių gyventojų skaičius įvairiose šalyse svyruoja nuo 0,3% iki 10,6% (Shawn & Black, 2008). Montag su bendraautoriais (2011) atkreipia dėmesį į tai, kad naudodamiesi internetu paaugliai siekia sukurti „idealiąjį aš“, kuris atitiktų jiems patrauklių grupių elgesio standartus. Smahell, Brown ir Blinka (2012) pastebi, kad populiarėjant socialiniams tinklams bendravimą virtualioje erdvėje gan dažnai renkasi tie paaugliai, kurie pasižymi žemu savęs vertinimu, kuriems būdingi stiprūs vienišumo, depresijos bei nerimo išgyvenimai. Kadangi bendraudami internete jie gauna socialinį palaikymą bei patiria pasitenkinimą, tai tampa viena iš priežasčių, dėl kurios atsiranda ir vystosi paauglių priklausomybė nuo interneto.

Tiek išgyvenantiems socialinę atskirtį, tiek turintiems kitokio pobūdžio psichoemocinių problemų paaugliams internete gali būti suteikta ir tikra, ir tariama psichologinė parama. Tačiau atsiradus priklausomybei nuo interneto dauguma paaugliams būdingos psichologinės problemos dar labiau paaštrėja. Priklausomybė nuo interneto, kaip tvirtina tyrinėtojai, gali turėti neigiamos įtakos įvairiems paauglių gyvenimo kokybės aspektams. Kuss, Griffiths, Karila ir Billieux (2014) pastebi, kad priklausomi nuo interneto paaugliai dažniau susiduria su problemomis mokykloje, miego ritmo suprastėjimu, konfliktais šeimoje bei kitomis santykių su aplinkiniais komplikacijomis.

Paauglystė yra biologinių, psichologinių ir socialinių pokyčių metas. Šiuo gyvenimo laikotarpiu bręstantis žmogus susiduria su pirmaisiais rimtais iššūkiais asmeniniame gyvenime, formuojasi jo asmenybės savybės, ima reikštis subjektyvus požiūris į socialines normas bei vertybes. Todėl paauglystėje padidėja individualių asmenybės bruožų, stiprinančių arba silpninančių rizikingą elgesį, reikšmė.

Priklausomybių atsiradimas, daugelio autorių nuomone, glaudžiai susijęs tiek su žmogaus asmenybės branda, tiek su jo individualių asmenybės bruožų ypatumais. Terracciano ir Costa (2004) nustatė, kad žemas sąmoningumo bei žemas ekstravertiškumo lygis yra susijęs su rūkymu, Mallouf, Thorsteinsson, Rooke ir Schutte (2007) pažymi, kad žemas ekstravertiškumo bei aukštas neurotiškumo asmenybės bruožų lygis yra susijęs su alkoholio vartojimu, tą pačią tendenciją patvirtina Heinrich ir bendraautorių (2016) atliktas tyrimas, Terracciano, Löckenhoff, Crum, Bienvenu ir Costa (2008) taip pat pabrėžia, kad aukštas neurotiškumo ir žemas sąmoningumo lygis koreliuoja su psichotropinių medžiagų vartojimu.

Užsienio bei Lietuvos tyrinėtojai, siekdami nustatyti psichologinius priklausomybės nuo interneto formavimosi dėsninumus, analizuoja šio reiškinio sąsajas su asmenybės bruožais. Blumer ir Doering (2012) nurodo, kad priklausomybė nuo interneto stipriausiai koreliuoja su asmenybės neurotiškumu ir pastebi, kad žemas ekstravertiškumo lygis yra susijęs su priklausomybe nuo interneto, atvirumas patyrimui mažai koreliuoja su priklausomybe nuo interneto.

Apie atskirų socialinių ar amžiaus grupių psichinės sveikatos lygio ypatumus tyrinėtojai priima sprendimus remdamiesi psichologinės gerovės rodiklių įvertinimais. Šarakauskienė ir Bagdonas (2011), apžvelgdami Europos Parlamento rezoliuciją, nurodo, kad ankstyvame amžiuje formuojasi psichinės sveikatos pagrindas bei tai, kad iki 50% psichikos sutrikimų randasi paauglystėje, todėl tampa svarbu rūpintis paauglių psichologine gerove bei ugdyti atsparumą neigiamiems aplinkos bei socialiniams veiksniams.

Psichologinė gerovė bei jos vertinimas yra siejama ne tik su psichine, bet ir su fizine sveikata. Psichologinė gerovė gali nulemti tam tikras asmens tendencijas: socialinius santykius, ryšį su artimaisiais ir pan. Blakemore (2012) atlikto tyrimo duomenys parodė, kad yra stiprus ryšys tarp socialinių sąveikų ir psichologinės gerovės, kurios tiesiogiai koreliuoja tarpusavyje. Yra atlikta tyrimų, siekiant nustatyti ryšį tarp priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės. Tromholt (2016), atliktas tyrimas patvirtino prielaidą, kad naudojimasis socialinėmis medijomis (socialiniais tinklais) neigiamai koreliuoja su psichologine gerove. Senol- Durak ir Durak (2011) nustatė atvirkštinį sąryšį tarp laiko, praleidžiamo naudojantis išmaniuoju telefonu, trukmės ir psichologinės gerovės lygio. Iki šiol atlikti tyrimai leidžia teigti, kad psichologinės gerovės lygis daro įtaką naudojimuisi socialinėmis medijomis įpročiams. todėl tikėtina, kad psichologinės gerovės subjektyvus išgyvenimas paauglystėje gali būti viena iš priklausomybės nuo interneto formavimosi priežasčių.

Caplan, William ir Yee (2009) apibendrindami autorių darbus nurodo, kad asmenybės bruožai ir subjektyvios gerovės suvokimas turi įtakos priklausomybei nuo interneto. Lietuvoje atliktų tokios krypties tyrimų kol kas nėra. Šiame tyrime vadovautasi prielaida, kad priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės ryšius prasminga nuodugniau analizuoti vėlyvojoje paauglystėje. Šiame amžiaus tarpsnyje abiejų lyčių asmenys jau pasižymi pakankama socialine branda. Jie darosi savarankiški ir atsakingi už savo pasirinkimus įvairiose gyvenimo srityse. Paaugliai taip pat išgyvena tam tikrų pokyčių laikotarpį: planuoja tolimesnes studijas bei karjerą, gali keisti mokymosi įstaigą (profesinės mokyklos) ir pan. Greta pokyčių, kurie yra susiję su asmeniniais sprendimais, paaugliai taip pat patiria ir psichologinių pokyčių, kurie yra susiję su

savęs vertinimu, tapatinimusi su tam tikra grupe ir pan. Šie veiksniai turi įtakos paauglių psichologinės gerovės bei asmenybės bruožų vertinimui. Svarbu pabrėžti, kad paauglystės laikotarpiu asmenybės bruožai baigia formuotis ir išlieka pastovūs.

**Tyrimo tikslas:** Atskleisti priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės sąsajų ypatumus vėlyvojoje paauglystėje.

**Uždaviniai:**

1. Įvertinti priklausomybės nuo interneto pasireiškimo lygį vėlyvojoje paauglystėje.
2. Įvertinti tiriamųjų paauglių asmenybės bruožus, taikant Didžiojo penketo modelį.
3. Įvertinti tiriamųjų paauglių psichologinės gerovės lygį.
4. Nustatyti priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės sąsajų raiškos ypatumus vėlyvojoje paauglystėje.
5. Palyginti merginų ir vaikinų priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės sąsajų raiškos ypatumus vėlyvojoje paauglystėje.

# 1. LITERATŪROS APŽVALGA

## 1.1. Priklausomybės nuo interneto samprata

### 1.1.1. Priklausomybės nuo interneto apibrėžtys

Probleminis naudojimas internetu, kitaip vadinamas- priklausomybė nuo interneto yra viena opiausių šio laikmečio problemų. Šiuo metu nėra visiškai aišku ar probleminis naudojimas internetu yra klasifikuojamas kaip priklausomybė, ar kaip impulsų kontrolės praradimas. Didžioji dalis autorių siūlo šį reiškinį vadinti elgesio priklausomybe (Holden, 2010; cit Montag et al, 2011. p. 163). Meerkerk, van den Eijnden, Vermulst, Garretsen ir Garretsen (2009) pateikia supaprastintą priklausomybės nuo interneto apibrėžimą: tai elgesys naudojantis internetu, kuris sukelia neigiamų pasekmių kasdieniniame gyvenime, pvz. depresiją. Toks apibrėžimas yra ganėtinai paprastas, tačiau jo naudojimas gali apsunkinti vertinimą, nes kiekvienu atveju situacija gali būti vertinama skirtingai.

Atsižvelgdami į skirtingus tos pačios problemos aprašymus, autoriai siūlo įvairius apibrėžimus, kurie remiasi problemos etiologija, sritimis, kuriose atsiranda problemų, faktoriais, kurie lemia priklausomybės atsiradimą, bei tuo, į ką yra orientuota priklausomybė. Davis (2001) pasiūlytas modelis remiasi prielaida, kad reikia vertinti kognityvinę sritį. Šio modelio esmė yra tai, kad nėra susikoncentruojama ties neigiamais priklausomybės nuo interneto simptomais, bet kreipiamas dėmesys į kognityvines disfunkcijas kaip į pagrindinius veiksnius, kurie yra priklausomybės nuo interneto priežastys. Autorius nurodo, kad kognityvinė disfunkcija veda į specifinę ir bendrąją priklausomybės nuo interneto rūšį ir jos turinį. Specifinė priklausomybės nuo interneto rūšis gali būti apibrėžta kaip tam tikrų veiklų, kurioms reikalinga, tačiau nebūtina prieiga prie interneto, pvz., internetinio aukciono arba pornografinio tinklapio naudojimas siekiant malonumo, tačiau šios veiklos gali būti perkeltos ir į fizinę aplinką bei joms gali būti rasti fiziniai atitikmenys. Bendroji priklausomybė nuo interneto dažniausiai yra susijusi su socialinių poreikių išpildymu, kuomet asmuo siekia bendrauti pokalbių svetainėse, socialiniuose tinklapiuose ir pan. Jansz ir Tanis (2007), vertindami bendrąją priklausomybę nuo interneto, kaip vieną pagrindinių faktorių, kuris lemia šią priklausomybės rūšį, įvardija socialinę izoliaciją. Caplan (2007) taip pat pritaria socialinės izoliacijos idėjai. Jo atlikto tyrimo duomenys parodė, kad asmenys, kurie turėjo problemų ir sunkumų įgūdžiuose, susijusiuose su socialine kontrole, buvo linkę į priklausomybę nuo interneto ir atvirkščiai: asmenys, kurie sėkmingai veikė tam tikrose žmonių grupėse, buvo mažiau linkę į probleminį elgesį internete. Tokie duomenys rodo, kad sėkmingas ir aktyvus socialinis bendravimas bei įgūdžiai yra svarbūs apibrėžiant priklausomybę nuo interneto.



Vertindami specifinę ir bendrąją priklausomybės nuo interneto rūšis Montag su bendraautoriais (2011) nurodo, kad dėl besikeičiančio ir spartėjančio naujų veiklų atsiradimo internete darosi problemiška jas skirstyti į bendrąsias ir specifines. Veiklų skirstymas internete gali būti patogus, tačiau naujos veiklos, pvz., kriptovaliutos „kasimas“, apsunkina klasifikaciją, nes veiklos gali būti atliekamos individualiai bei komunikuojant su kitais asmenimis.

Mokslinėje literatūroje randame įvairių priklausomybės nuo interneto apibrėžimų. Tačiau dėl greitos interneto raidos ir naujų veiklų jame atsiradimo šios priklausomybės diagnostiniai kriterijai nuolat kinta. Autoriai neretai priklausomybę nuo interneto apibrėžia pagal simptomatiką, kuri pasireiškia asmeniui naudojantis internetu. Young (2004) priklausomybės nuo interneto diagnozavimo modelyje apibrėžia tokios elgesio apraiškas: nuolatinis susirūpinimas; nuotaikos kaita, kuomet bandoma nutraukti veiklą internete; didėjantis laiko tarpas, praleidžiamas naudojantis internetu; nesėkmingi bandymai stengiantis nebesinaudoti internetu; naudojimasis internetu ilgiau nei buvo planuota; melavimas kitiems asmenims dėl laiko, praleidžiamo internete; kylanti grėsmė reikšmingiems santykiams ar galimybėms; naudojimasis internetu siekiant išvengti blogos nuotaikos. Griffiths (2005) siūlomi diagnostiniai kriterijai remiasi šiomis elgesio apraiškomis: nuotaikos pakitimai; konfliktinės situacijos; tolerancija laikui, praleidžiamam internete; atsitraukimas nuo įprastos veiklos; atkrytis (nepageidaujama veikla pradama iš naujo). Block (2008) siūlomas diagnostinis modelis remiasi šiais kriterijais: tolerancija veiklai; atsitraukimas nuo įprastinės veiklos; neigiamos veiklos pasekmės; naudojimasis internetu, prarandant laiko nuovoką. Tao, Huang, Wang, Zhang ir Li (2010) remiasi panašiais kriterijais: susirūpinimas dėl savo elgesio; funkcinis pablogėjimas; netinkamas elgesys internete tęsiasi ilgiau nei 3 mėnesius arba ilgiau nei 6 valandas per dieną; nesėkmingi bandymai nustoti naudotis internetu; interesų praradimas; disforinė nuotaika. Visi diagnostiniai kriterijai yra aiškiai apibrėžti ir gali būti taikomi nustatant probleminį elgesį internete. Atsižvelgiant į šių kriterijų dažnumą bei rūšį, probleminis elgesys naudojantis internetu yra traktuojamas kaip priklausomybė.

Svarbu priklausomybę nuo interneto apibrėžti ir įvardinti oficialiuose leidiniuose bei dokumentuose, kuriais vadovaujantis yra nustatomos diagnozės bei planuojama pagalba priklausomam asmeniui. Kuss ir bendraautorai (2014) pastebi, kad DSM- 5 klasifikacijoje vienintelė priklausomybės rūšis, kuri nėra susijusi su jokių medžiagų vartojimu- patologinis lošimas (vėliau pakeista į lošimo sutrikimas). Šalia lošimo sutrikimo yra nurodomas (po klasifikacijos papildymo) ir su interneto priklausomybe susijęs naujadaras- priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų (IGD, angl. Internet Gaming Disorder). Šis sutrikimas yra apibūdinamas kaip nuolatinis žaidimas kompiuteriu, naudojant internetą, dažnai su kitais asmenimis, sukeliant stresą arba

pažeidžiamumą. DSM- 5 klasifikacijoje pateikiami kriterijai, kuriais yra nustatoma priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų. Šioje klasifikacijoje pateikiami kriterijai yra netinkamo naudojimosi internetu pasekmės. Petry ir bendraautoriai (2014) apibūdina DSM- 5 klasifikacijoje pateiktus skirtingus kriterijus/ elgesio išraiškas, skirtus nustatyti priklausomybei nuo kompiuterinių žaidimų:

- Susirūpinimas (Kognityvinės ir elgesio problemos, žaidžiant kompiuterinius žaidimus);
- Tolerancija (Dinamiškas noras žaisti kompiuterinius žaidimus vis ilgesnius laiko tarpus);
- Nuotaikos pakitimai (Norimos emocinės būsenos pasiekimas žaidžiant kompiuterinius žaidimus arba atsipalaidavimas žaidžiant);
- Sunkus atsitraukimas nuo veiklos (Nutraukiant veiklą, patiriami nemalonūs jausmai);
- Atkrytis (Pakartotinis nesugebėjimas išlaikyti sąmoningai nutrauktos veiklos, grįžimas prie malonumą teikiančios veiklos);
- Veiklos nutraukimas (Sumažėjęs susidomėjimas kitomis malonumą teikusiomis veiklomis);
- Veiklos tęsimas, nepaisant esamų problemų (Neigiamų pasekmių nepaisymas dėl dažno žaidimo kompiuteriu, pvz., nepakankamas miego laikas, pramogoms išleidžiama per daug finansinių išteklių);
- Veiklos slėpimas (Laiko, praleidžiamo žaidžiant kompiuterinius žaidimus, slėpimas nuo artimųjų, šeimos narių ar draugų);
- Rizikos prisiėmimas (Rizikos supratimas, kad gali būti prarastas darbas, artimi santykiai ar akademinė veikla).

Spada (2014) pabrėžia, kad nors kriterijai yra skirti nustatyti priklausomybę nuo kompiuterinių žaidimų, jie atitinka pagrindinius bruožus, kurie yra aptinkami kiekvienoje priklausomybės nuo interneto formoje: per dažnas, kompulsyvus naudojimas internetu bei veikla, kuri turi neigiamų pasekmių socialiniu, psichologiniu ar ekonominiu atžvilgiu. Šie kriterijai yra teigiami, nes jų atsiradimas supaprastins ir palengvins tolimesnius klasifikacijos tobulinimo darbus, kurie bus susiję su platesne priklausomybės nuo interneto klasifikacija (Kuss et al., 2014).

Poli (2017), apibendrindamas tyrėjų darbus, ir nurodo, kad priklausomybė nuo interneto yra daugiafunkcinis sutrikimas, kuriam sunku pritaikyti vieną ir konkretų veiklos aspektą. Priklausomi nuo interneto asmenys yra orientuoti į vieną ar keletą priklausomybės objektų, kurie yra skirstomi į 5 dideles grupes pagal veiklos rūšį:

- Kiberseksuali priklausomybė (angl. Cybersexual addiction). Asmenys, kurie kenčia nuo šios priklausomybės rūšies peržiūri, siunčiasi bei keičiasi vaizdais ir vaizdo įrašais seksualine tematika;
- Virtualių santykių priklausomybė (angl. Cyber- relational addiction). Šios priklausomybės elgesio modeliai yra susiję su asmenų veikla, kuomet jie yra įsitraukę į virtualius santykius. Tokie santykiai tampa svarbesni nei vykstantys realybėje. Asmenys patiria sunkumų palaikydami santykius su šeima bei partneriu, įsitraukdami į bendravimo platformas bei socialinius tinklus;
- Kompulsyvus naudojimas internetu (angl. Net compulsion). Šiai veiklos rūšiai būdingas internetinis lošimas, apsipirkinėjimas bei keitimasis tam tikrais daiktais;
- Informacinė perkrova (angl. Information overload). Dažnas naršymas internete, informacijos ir duomenų bazių tyrinėjimas ir lankymasis tokio tipo tinklapiuose;
- Priklausomybė nuo kompiuterio (angl. Computer addiction). Individualus arba grupinis žaidimas kompiuteriu.

Grupavimas pagal veiklos tikslą yra ganėtinai patogus, tačiau vertinant bendrai, visos grupės atspindi tą pačią problemą - priklausomybę nuo interneto. Dažniausiai pasitaikančios priklausomybės nuo interneto rūšys yra: priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų, internetinės pornografijos bei socialinių tinklapių (Block, 2008). Dažniausiai pasitaikančios veiklos, kurios yra susijusios su priklausomybe nuo interneto, yra ganėtinai lengvai pasiekiamos kiekvienam asmeniui, turinčiam prieigą prie interneto. Naudojimas socialiniais tinklalapiais, kompiuteriniais žaidimais dažniausiai nėra ribojamas amžiaus cenzu, todėl paaugliai gali laisvai jais naudotis. Mokslinėje literatūroje kol kas mažai kalbama apie tokius naujadarus kaip - virtualios realybės akiniai (angl. Virtual reality glasses), kurių pagalba galima stebėti vaizdo įrašus ir susikurti įspūdį, kad asmuo juose iš tiesų dalyvauja. Nauji įrankiai ir prietaisai greitai įsilieja į rinką ir populiarėja tarp jaunų asmenų, ypač paauglių, todėl tampa svarbu kuo greičiau ir tiksliau tirti jų poveikį. Praktikoje pasitaiko atvejų, kuomet nauja veikla gali būti priskiriama prie tam tikros jau esamos veiklų grupės ir ji nereikalauja atskiro klasifikavimo, pvz., sekstingas (angl. Sexting). Šiuo metu yra patogų laikytis klasikinio ir populiaraus priklausomybės nuo interneto skirstymo ir nepriklausomai nuo veiklos turinio, bet kokį probleminį elgesį, kuris yra susijęs su internetu, apibrėžti kaip priklausomybę.

### **1.1.2. Priklausomybę nuo interneto formuojantys veiksniai**

Priklausomybė nuo interneto, kaip reiškiny, turi savo ištakas ir progresavimo mechanizmą. Tai yra kompleksinis sutrikimas, kuris paveikia įvairias asmens gyvenimo sritis. Lan ir Lee (2013) pabrėžia, kad elgesio požymiai, kurie yra susiję su priklausomybe nuo interneto, dažniausiai pastebimi jau vaikystėje ir gali keisti asmens gyvenimo trajektoriją. Todėl tyrinėtojams yra svarbu išsiaiškinti ontogenetinę šios problemos kilmę, nustatyti rizikos faktorius, kurie ankstyvuosiuose gyvenimo tarpsniuose padeda formuoti priklausomybę nuo interneto.

Caplan (2007) aprašė modelį, kuriame pateikia demografinių bei sociologinių veiksnių įtaką priklausomybės nuo interneto atsiradimui. Modelyje nurodoma, kad asmenų psichosocialinė gerovė bei nuomonė apie tarpasmeninę komunikaciją yra svarbūs aspektai, padedantys prognozuoti priklausomybės nuo interneto atsiradimą ir vystymąsi. Remiantis šiuo modeliu svarbu, kad asmens socialinė aplinka būtų tinkama patenkinti svarbiausius jo poreikius ir realizuoti save. Asmuo turi jaustis palaikomas ir suprastas, jis turi įsisąmoninti, kad jam puikiai sekasi kontaktuoti su jo aplinkoje esančiais asmenimis. Svarbu, kad komunikacija bei jos supratimas būtų abipusis. Panašias įžvalgas pateikia Liu ir Kuo (2007), kurie remiasi Sulivano interpersonalinių santykių teorija. Šie autoriai nurodo, kad, atsižvelgiant į tarpasmeninius santykius, tėvų ir vaikų santykius bei socialinį nerimą, galima prognozuoti priklausomybę nuo interneto. Šis modelis patvirtina idėją, kad tinkamas socialinis gyvenimas bei santykiai su kitais asmenimis, o ypač tėvais ir artimaisiais, gali tapti patikima prevencine priemone stengiantis išvengti priklausomybės nuo interneto atsiradimo. Young (2009) nurodo, kad priklausomybės nuo interneto vystymuisi įtakos turi netinkama sąveika su artimais socialinės grupės asmenimis, ypač tėvais. Autorė pastebi, kad naudojimosi internetu įpročiams įtakos turi socialiniai ir demografiniai veiksniai. Vaikai ir paaugliai, kurie gyvena su abiem tėvais ir patiria mažiau psichologinio streso, yra mažiau linkę į priklausomybę nuo interneto nei tie asmenys, kurie gyvena su vienu iš tėvų bei patiria nesaugumo jausmą. Pilnos šeimos modelis ir tinkama socialinė aplinka bei integracija yra neatsiejamos kiekvieno asmens funkcionavimo prielaidos. Šios sferos yra susijusios ne tik su priklausomybe nuo interneto, bet ir kitomis asmeniui svarbiomis sritimis. Jos turi tenkinti asmens poreikius ir atitikti jo lūkesčius.

Kaip vieną iš pagrindinių veiksnių, kuris turi įtakos priklausomybės atsiradimui, kai kurie autoriai įvardija drovumą. Iš pirmo žvilgsnio šis bruožas gali pasirodyti neturintis įtakos, tačiau jis gali tapti esminiu veiksniu priklausomybės nuo interneto vystymuisi tuo atveju, kuomet drovus asmuo susilaukia pastiprinimo internete. Odaci ir Celik (2013) nurodo, kad drovūs asmenys, sąveikaudami su kitais fiziškai, nejaučia pasitenkinimo ir jiems nepavyksta savęs realizuoti, todėl jie renkasi internetą kaip priemonę išreikšti save. Drovūs asmenys yra linkę daugiau laiko praleisti Facebook tinklapyje (Ryan & Xenos, 2011). Young, Griffin- Shelley, Cooper, O'mara ir Buchanan

(2000) įvardija, kad anonimiškumas internete yra viena svarbiausių priežasčių, skatinančių naudotis internetu užuot bendravus fizinėje aplinkoje. Drovumu pasižymintys asmenys mano, kad internete jie yra apsaugoti nuo netinkamo elgesio apraiškų, bendravimo klaidų, socialinės izoliacijos ar atstūmimo. Bendravimo platformos (Facebook, MySpace ir pan.) gali būti naudojamos prisidengiant netikrais profiliais, todėl asmuo neprivalo atskleisti savo asmeninės informacijos. Anonimiškumas gali leisti domėtis sritimis, kurios realiame gyvenime galėtų būti smerkiamos aplinkinių ir pan., todėl virtualaus bendravimo galimybė skatina asmenį naudotis internetu ir tokiu būdu leidžia atsiriboti nuo fizinio kontakto su kitais.

Vienatvės jausmas taip pat turi įtakos priklausomybės nuo interneto atsiradimui ir progresavimui. Jį sustiprina izoliacija ir sunkumas bendraujant su kitais asmenimis. Zou, Yaduvanshi ir Malik (2015) atlikto tyrimo duomenys parodė, kad vienišumo jausmas prognozuoja priklausomybę nuo interneto. Kim, LaRose ir Peng (2009) nurodo, kad vienatvės jausmas yra ne tik priklausomybės nuo interneto priežastis, bet ir pasekmė. Jis yra susijęs su socialine atskirtimi ir izoliacija, todėl asmenys gali stengtis save realizuoti internetinėje erdvėje. Kim ir bendraautorai (2009) pastebi, kad bendraminčių paieška ir grupinės diskusijos gali skatinti naudotis socialiniais tinklais, tačiau nepritampant prie tam tikrų grupių vienatvės jausmas gali skatinti naudotis erotinio turinio tinklapiais bei kompiuteriniais žaidimais. Šios veiklos gali reikalauti minimalių bendravimo įgūdžių arba jų gali neprireikti išvis, todėl tai gali tapti palankia terpe vystytis priklausomybei nuo interneto.

Psichologiniai amžiaus ypatumai neretai gali tapti viena iš priklausomybės nuo interneto atsiradimo priežasčių. Paauglystėje ypatingai svarbu priklausyti tam tikrai grupei. Taip pat paaugliai stengiasi užimti kuo aukštesnę socialinę statusą bendraamžių tarpe. Draugų bei bendraminčių turėjimas yra svarbus veiksnys, kuris lemia prisijungimą prie socialinių tinklapių bei kitų pokalbių svetainių. Paaugliai dažnai naudojami internetu siekdami bendrauti, neatsižvelgdami, ar tai vyksta su pažįstamais ar nepažįstamais asmenimis (Subrahmanyam & Greenfield, 2008). Subrahmanyam ir Greenfield (2008) nurodo, kad paauglių naudojimosi socialiniais tinklalapiais tendencijos skirtingose šalyse yra panašios. Tyrimo duomenimis, Čekijos, JAV, Kandos, Singapūro, Vengrijos ir Kinijos paauglių naudojimosi socialiniais tinklalapiais tikslai yra palaikyti ryšius su esamais draugais bei kurti naujus ryšius, siekiant didinti socialinių kontaktų skaičių. Remiantis šiais duomenimis, paaiškėjo, kad yra keletas skirtingų platformų, kurios yra panašaus pobūdžio (pokalbių svetainės, tiesioginių pranešimų siuntimo programos ir pan.), tačiau pagrindiniai interneto naudojimosi modeliai išlieka tokie patys. Livingstone, Haddon, Gorzig, ir O'lafsson (2011), apibendrindami 25 Europos šalyse atliktus kiekybinius tyrimus, nurodo, kad 30%

vaikų nuo 9 iki 16 metų amžiaus bent vieną kartą bendravo su asmenimis, kurių jie nepažįsta; 9% buvo susitikę su šiais asmenimis fizinėje aplinkoje po bendravimo socialinėje platformoje. To paties tyrimo duomenys parodė, kad 40% europiečių vaikų per pastaruosius metus bent kartą bandė ieškoti naujų pažinčių socialiniame tinklapyje. Galima teigti, kad paaugliams yra svarbu turėti kuo didesni skaičių draugų, neatsižvelgiant į tai ar jie yra fizinėje ar elektroninėje erdvėje.

Dėl tam tikrų specifinių sutrikimų gali pradėti vystytis priklausomybė nuo interneto. Yra svarbu stebėti asmenis, kuriems pasireiškia tam tikras sutrikimas, ir remiantis stebėjimais planuoti intervencijas siekiant išvengti priklausomybės vystymosi. Obsesinis kompulsinis sutrikimas, depresija, priešiškus, nerimas ir emocinis jautrumas turi įtakos priklausomybės nuo interneto atsiradimui (Ginsberg, Quintero, Anand, Casillas, & Upadhyaya, 2014). Huang su bendraautoriumi (2009) tyrimo duomenys parodė, kad viena pagrindinių priežasčių, kuri sukelia koledžo studentų priklausomybę nuo interneto, yra depresija.

Svarbus rizikos veiksnys priklausomybei nuo interneto atsirasti yra dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sutrikimas (Ginsberg, et al., 2014). Ginsberg ir bendraautoriai (2014) pastebi, kad asmenims su dėmesio ir hiperaktyvumo sutrikimu internetas tampa palankia terpe, kurioje galima nusiraminti ir ten perkelti savo veiklas bei mintis. Šį reiškinį autoriai įvardija kaip tam tikrą savarankišką gydymą, pastebėjus, kad veikla ramina ji yra kartojama nuolatos. Viena populiariausių interneto naudojimosi sferų tarp šių sutrikimą turinčių asmenų - kompiuteriniai žaidimai (Sariyska, Reuter, Lachmann, & Montag, 2015). Žaidžiant suteikiama galimybė įsikūnyti į personažą, kuris siekia tam tikro tikslo, todėl pergalės bei pasiekti aukštesni žaidimo lygiai tampa savotišku apdovanojimu, kuris skatina asmenį naudotis internetu žaidimams. Kol kas nėra atlikta tyrimų, kurie nustatytų ryšius tarp asmenų turinčių dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sutrikimą, bei socialinių tinklapių naudojimosi, tačiau pastebima tendencija, kad asmenys, kurie turi dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sutrikimą neretai keičia veiklas tarp kompiuterinių žaidimų bei socialinių tinklapių naudojimosi (American Psychiatric Association, 2013; cit Andreassen et al., 2016, p. 253).

Dažnai atvejais obsesinį kompulsinį sutrikimą turintys asmenys naudojami kompiuteriu ir jo teikiamomis galimybėmis kaip pabėgimo priemone, kuri padeda palengvinti emocinę būseną ir tokiu būdu tai skatina priklausomybės nuo interneto atsiradimo mechanizmą (Lieb, 2015; cit Andreassen et al., 2016, p. 253). Lee, Chang, Lin ir Cheng (2014) nurodo, kad didelis informacijos kiekis ir technologiniai veiksniai gali skatinti obsesines mintis bei kompulsinius veiksmus, kurie verčia asmenį nuolatos tikrinti savo elektroninį mobilųjį telefoną arba

kompiuterį, nes asmuo gali nuolatos tikrinti informacinius atnaujinimus (angl. notifications), duomenis bei tam tikrų grupių veiklą.

Psichikos sutrikimai, o ypač emociniai: nerimas, depresija ir pan., gali tapti priklausomybės nuo interneto atsiradimo priežastimi. Ginsberg ir bendraautoriai (2014) nurodo, kad įsitraukimas į tam tikrą veiklą, internete, sumažina nerimo bei depresijos sukeltus išgyvenimus. Tačiau tokios veiklos nutraukimas, ypač neplanuotas, padidina neigiamą šių būsenų išgyvenimo lygį. Nerimas ir depresija yra labai svarbūs faktoriai, kuomet yra prognozuojama priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų (Kuss, et al., 2014). Tikslo siekimas ir elgesio modeliavimas kompiuteriniame žaidime tampa atsipalaidavimo šaltiniu. Netinkamai planuojant laiką bei piktnaudžiaujant kompiuteriniais žaidimais, siekiant sumažinti emocinį disbalansą, gali kilti elgesio problemų, kurių pasekmės gali būti susijusios su priklausomybės nuo interneto atsiradimu.

Naudojimosi internetu ypatybės gali skirtis priklausomai nuo demografinės padėties, socialinio statuso bei individualių savybių. Kuss su bendraautoriais (2014) nurodo, kad ir vyrai, ir moterys gali tapti priklausomais nuo interneto, nors priklausomų asmenų kiekis yra didesnis vyrų imtyse. Tačiau veiklos, į kurias internete orientuojasi vyrai ir moterys, yra skirtingos. Vyrai yra labiau linkę į priklausomybę nuo kompiuterinių žaidimų, internetinės pornografijos ir azartinių lošimų, o moterys yra labiau orientuotos į internetinę prekybą bei socialinius tinklapius (Andreassen et al., 2016).

Lytis ir amžius yra svarbūs veiksniai, kurie gali turėti įtakos priklausomybei nuo interneto. Young (2009) pastebi, kad vyrai yra labiau linkę tapti priklausomais nuo kompiuterinių žaidimų. Ko ir bendraautoriai (2010) patvirtina šią tendenciją, nurodydami, kad vyrai dėl veiklos pobūdžio ir stereotipų yra didesnės rizikos grupėje, tapti priklausomais nuo interneto. Lachmann, Duke, Sariyaska ir Montag (2017) bei Leung (2004) atlikti tyrimai leidžia teigti, kad paaugliai vaikinai yra labiau linkę į priklausomybę nuo interneto nei paauglės merginos. Montag su bendraautoriais (2011), apžvelgdami tyrėjų darbus, pastebi, kad merginų ir vaikinų priklausomybės nuo interneto lygis nesiskiria, tačiau skiriasi veiklos į, kurias paaugliai yra orientuoti. Šie autoriai taip pat nurodo, kad jaunesni asmenys yra didesnės rizikos grupėje tapti priklausomais nuo interneto nei vyresnio amžiaus žmonės. Lachman su bendraautoriais (2017) nurodo, kad paauglių tarpe naudojimas internetu veikia kaip emocijų reguliavimo įrankis, t.y. paaugliai greičiau susidoroja su patiriama agresija ir priešišku, jie atsiriboja nuo neigiamos patirties ir nemalonių jausmų. Young (2009) pastebi, kad asmenys, kurie yra linkę žaisti azartinius žaidimus, jais naudojami kaip priemonė pabėgti nuo psichologiškai nepatogių situacijų kasdieniniame gyvenime. Kardefelt - Winther (2014)

tokį reiškinį apibūdina kaip kompensacinio naudojimosi internetu modelį. Asmuo, negalėdamas fizinėje aplinkoje susitvarkyti su jam keliamomis užduotimis, veiklomis, kartais net susidurdamas su smurtiniu elgesiu, pasirenka internetą kaip erdvę, kurioje jis gali kontroliuoti savo jausmus, išgyvenimus bei veiklas. Pabėgimas nuo nemalonios realybės ir savo jausmų bei išgyvenimų perkėlimas į internetą kelia didelį pavojų vaikams bei paaugliams (Young, 2009). Galima daryti prielaidą, kad aplinka, kurioje asmuo patiria neigiamus išgyvenimus, spaudimą iš aplinkos arba smurtą, gali turėti įtakos paaugliui pradėti naudotis internetu ir ieškoti jame tam tikros paguodos bei emocinio palaikymo.

Galima teigti, kad neigiami išgyvenimai, jausmai, asmeninės savybės, aplinkos įtaka bei socialiniai faktoriai turi įtakos netinkamo elgesio naudojantis kompiuteriu atsiradimui ir formavimuisi. Priklausomas elgesys, jo atsiradimas ir raida yra sietini su bioekologiniu žmogaus raidos modeliu, kuomet viskas vyksta tam tikrame tęstinume ir dėl individualių bei kontekstinių sąveikų atsiranda priklausomybė arba ne (Bronfenbrenner, & Morris, 2006; cit. Lerner, Hensberg, Hilliard & Johnson, 2015, p. 277). Priklausomybės nuo interneto atsiradimo modelyje tas pats veiksmų derinys gali sukelti skirtingas pasekmes asmenims ir priešingai- nevienodi ir nesusiję deriniai gali sukelti tokias pačias pasekmes (Bozoglan, Demirer ir Sahin, 2013). Priklausomybės nuo interneto atsiradimas ir raida yra kompleksinių veiksnių sukeltas padarinys, todėl aiškinantis netinkamą naudojimosi internetu problemą turi būti atsižvelgiama į asmens aplinką, jo asmenybę, dominuojančius gynybinius veiksnius bei asmens išgyvenamus jausmus. Priklausomybės atsiradimas gali būti tolygus procesas, kurio metu galima pastebėti paauglio elgesio, emocijų ir būsenų kitimą. Tačiau patiriant didelį stresą fizinėje ir emocinėje aplinkoje, paauglys gali labai greitai atrasti interneto teikiamas paslaugas ir naudotis jomis, siekdamas atsiriboti nuo nemalonių išgyvenimus sukeliančių veiksnių.

### **1.1.3. Priklausomybės nuo interneto ypatybės paauglystėje**

Lan ir Lee (2013) pastebi fenomeną, kad priklausomybės nuo interneto priežastys gali būti ir priklausomybės pasekmės. Autoriai šią mintį apibūdina kaip tuos pačius veiksnius, kurie yra skirtinguose poliuose. Netinkamas identiteto formavimasis, kognityvinės disfunkcijos, akademinės problemos, elgesys, kuris yra susijęs su dietomis, tarpasmeninių santykių problemos, įsitraukimas į rizikingas veiklas bei smegenų raida gali būti tiek priklausomybę nuo interneto sukeliants veiksniai, tiek jos pasekmės. Jie ypač svarbūs paauglystėje, nes šiuo metu formuojasi paauglių pasaulėžiūra, todėl atstumtas, vienišas bei socialinį spaudimą jaučiantis asmuo gali tapti priklausomas.



Naudojimasis internetu paauglystės laikotarpiu gali tapti pavojingas, jeigu asmuo praranda kontrolę, laiko nuovoką, ir ši veikla tampa vienu svarbiausių tikslų. Bozoglan ir bendra autoriai (2013), analizuodami kitų tyrinėtojų darbus, nurodo, kad trumpalaikis naudojimas internetu gali turėti savo privalumų, jei laikas praleidžiamas prie kompiuterio yra normuojamas ir išnaudojamas produktyviai. Paauglių nekontroliuojamas naudojimas internetu gali sukelti nemažai socialinių, emocinių, finansinių, akademinių problemų, tam tikrų laiko planavimo sunkumų, susijusių su įprasta dienos rutina. Atsiranda didesnė depresijos, vienišumo ir psichikos sutrikimų rizika.

Tyrimai parodė, kad priklausomų nuo interneto paauglių akademinės veiklos rezultatai yra prastesni. Kasdieniniame gyvenime jie patiria tam tikrų nebūdingų disfunkcijų ir tai sąveikauja su psichologinėmis bei elgesio problemomis (Widyanto, & Griffiths, 2006). Bozoglan su bendra autoriais (2013) nurodo, kad viena iš pagrindinių ir lengviausiai pastebimų probleminių naudojimosi internetu pasekmių- prarasta laiko kontrolė. Paauglys, kuris nesugeba kontroliuoti savo laiko, dažniausiai didžiąją jo dalį skiria pokalbių svetainėms bei grupiniams žaidimams (angl. Multiplayer games). Reguliarūs, tačiau priklausomybės neturintys vartotojai internetu dažniausiai naudojami komunikacijai bei informacijos ieškojimui, todėl jų laikas praleidžiamas naudojantis internetu, yra ganėtinai pastovus ir lengvai kontroliuojamas. Widyanto ir Griffiths (2006) nurodo, kad depresiški ar aukštu nerimo lygiu pasižymintys priklausomi nuo interneto paaugliai naudojami pokalbių kambariais, kurie jiems padeda atstatyti normalią emocinę būseną. Šie autoriai taip pat teigia, kad panaši tendencija pastebima ir tarp tų paauglių, kurie žaidžia kompiuterinius žaidimus, siekdami išvengti nerimo ir neigiamų išgyvenimų. Šia prasme priklausomybės nuo interneto sutrikimas gali būti suvokiamas kaip internalizavimo sutrikimas, kuris yra nukreiptas į emocinių bei psichologinių būsenų kontroliavimą. Šie veiksniai gali būti susiję su platesnių kompleksinių problemų atsiradimu, nes psichologinis pažeidžiamumas, kuris yra susijęs su priklausomybe nuo interneto, gali skatinti piktnaudžiauti alkoholiu, psichotropinėmis medžiagomis bei rizikingu seksualiniu elgesiu.

Netinkamas naudojimas internetu dažnai sukelia neigiamų pasekmių, tačiau skirtingos veiklos internete gali sukelti skirtingas pasekmes ir tai gali tapti pirmaisiais ženklais, kurie įspėja apie atsirandančią problemą. Piktnaudžiavimas internetu neretai paveikia paauglių socialinį gyvenimą ir sukelia sunkumų jame. Kartais paaugliai nutraukia visus socialinius ryšius, nes didžioji dalis laiko bei energijos yra skiriama naudojimuisi kompiuteriu (Amichai- Hamburger & Ben- Artzi, 2003). Probleminis naudojimas internetu neigiamai paveikia sąveiką su kitais asmenimis, todėl neretai priklausomi nuo interneto paaugliai yra socialiai izoliuoti bei jaučia

emocinį vienišumą. Amichai- Hamburger ir Ben - Artzi (2003) pastebi, kad atliktų tyrimų rezultatai yra dviprasmiški. Paaugliai, kurie yra priklausomi nuo interneto, dažnai išgyvena vienišumo jausmą. Tačiau yra duomenų, kad priklausomi nuo interneto paaugliai naudojami socialiniais tinklais bei pokalbių svetainėmis ir jų vienišumo jausmas mažėja didėjant priklausomybei nuo interneto. Priklausomybė nuo interneto taip pat turi įtakos pasitenkinimu gyvenimu. Senol - Durak ir Durak (2011) pastebi tendenciją, kad pasitenkinimo gyvenimu mažėjimą lemia priklausomybė nuo interneto ir atvirkščiai- žemas pasitenkinimas gyvenimu gali turėti įtakos priklausomybės nuo interneto atsiradimui. Tas pats reiškiny- priklausomybė nuo interneto tampa priežastimi ir pasekme.

Kuss, Griffiths ir Binder (2013) pabrėžia, kad priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų sukelia neigiamų pasekmių, įskaitant mokymosi rezultatų suprastėjimą, miego ritmo sutrikimus, fizinės sveikatos blogėjimą (regėjimo suprastėjimas, staigus kūno svorio kritimas ir pan.). Kraštutinės pasekmės, kurias sukelia priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų, gali būti susijusios su fizinėmis ligomis (Chuang, 2006) arba mirtimis bei savižudybėmis (Spragg, 2015; cit. Zajac, Ginley, Chang & Petry, 2017, p. 980). Zajac su bendraautoriais (2017), apibendrinami autorių darbus, įvardija, kad paauglių naudojimas internetu žaidžiant kompiuterinius žaidimus pasireiškia depresija, socialiniais sunkumais, tabako vartojimu, nerimu, agresija ir padidėjusiu konfliktų skaičiumi namų aplinkoje.

Priklausomybė nuo interneto yra diagnozuojama kompleksiskai. Tenka atsižvelgti į plačią paauglių veiksmų, minčių ir patiriamų išgyvenimų sąveiką. Nustatant priklausomybės nuo interneto pasekmes svarbu atsižvelgti į tai, kad jos taip pat yra kompleksiškos ir dažniausiai paveikia ne vieną paauglio gyvenimo sritį. Jas reikia tinkamai identifikuoti ir tinkamai į jas reaguoti, nes, nesuteikiant pagalbos, emociniai išgyvenimai, patiriama socialinė izoliacija ir panašūs veiksniai gali nulemti rimtesnių psichinių, elgesio ir emocinių problemų atsiradimą ir turėti įtakos priklausomybę sukeliančių medžiagų vartojimui.

## **1.2. Asmenybės bruožų tyrimai taikant Didžiojo penketo modelį**

### **1.2.1. Didžiojo penketo asmenybės bruožų dimensijos**

Asmenybės bruožai atspindi palyginti stabilius individualius skirtumus emocinėje sferoje, kognityviniuose procesuose ir elgesio tendencijose (McCrae & Costa, 1995; cit. Hintsanen et al., 2014, p. 1215). Hinstanen ir bendraautoriai (2014) nurodo, kad asmenybės bruožai yra ganėtinai stabilūs, iš dalies paveldimi bei ganėtinai lengvai matuojami. Vienas populiariausių ir

atpažįstamų asmenybės bruožų modelių- Penkių faktorių modelis (Didžiojo penketo modelis). Šis asmenybės bruožų modelis apima penkias asmenybės tendencijas: neurotizmą, ekstraversiją, atvirumą patyrimui, sutariamumą ir sąmoningumą. Žukauskienė ir Barkauskienė (2006) taip apibūdina šias asmenybės bruožų dimensijas:

- Neurotizmas. Neurotizmas rodo asmens tendenciją patirti neigiamus jausmus – baime, liūdesį, nepasitenkinimą, pyktį, kaltę, pasišlykštėjimą ir pan. Prasti rezultatai atspindi asmens emocinį stabilumą, ramumą, atsipalaidavimą, gebėjimus įveikti stresines situacijas;
- Ekstraversija. Ekstravertai yra socialūs, tačiau socialumas nėra pagrindinis bruožas ekstraversijai nustatyti. Tai ir aktyvumas, šnekumas, optimizmas. Intraversija (kitas šios dimensijos polius) suprantama kaip ekstraversijos nebuvimas, o ne priešingos ekstraversijai savybės. Intraversija siejama su polinkiu būti vienam, bet tai būtinai reiškia, kad intravertiški asmenys kenčia nuo socialinių baimių;
- Atvirumas patyrimui. Atvirumo naujam patyrimui elementai – laki vaizduotė, dėmesys vidiniams išgyvenimams, estetinis jautrumas, intelektualinių žinių troškimas, domėjimasis vidiniu ir išoriniu pasauliais. Ši sritis dar gali būti pavadinama „intelektu“, nes jos rezultatai dažnai siejasi su išsilavinimu ir protu. Žemi rezultatai siejami su konservatyvaus požiūrio laikymusi, siauresniu pomėgių ratu;
- Sutariamumas. Sutariamumas siejamas su altruistiškumu, kito užjautimu ir supratimu, pastangomis padėti kitiems. Nesutariantys asmenys apibūdinami kaip antagonistiški, egocentiški, skeptiški kitų ketinimams, linkę labiau konkuruoti nei bendradarbiauti
- Sąmoningumas. Sąmoningumu (psichodinaminėje teorijoje) laikomas impulsų valdymas. Ši dimensija apima ir planavimo, organizavimo, užduočių išsikėlimo ir kitus procesus bei pasiekimų poreikį. Sąmoningumas siejasi su akademinio ir išsilavinimo siekimu, tačiau gali turėti ir negatyviąją pusę – perdėtą skrupulingumą, tvarkingumą ar darboholišką elgesį. Žemą sąmoningumo lygmenį turintys žmonės mažiau vadovaujasi moraliniais principais, linkę veikti ieškodami tik naudos sau (Žukauskienė ir Barkauskienė, 2006).

Asmenybės bruožų dimensijos pasižymi tam tikromis elgesio apraiškomis ir asmeninėmis savybėmis. Pabrėžtina, kad asmenys pasižymi keletu asmenybės bruožų ir tai yra tam tikras darinys. Nors tyrimuose naudojami labiausiai išreikšti asmenybės bruožai, tačiau asmenybė pasižymi tam tikra bruožų visuma. Vieni bruožai yra stipriai išreikšti, o kiti mažiau, tačiau asmeniui yra būdingos tam tikros to bruožo nulemtos elgesio tendencijos.

### 1.2.2. Paauglių asmenybės bruožus įtakojantys veiksniai

Literatūroje galima rasti įvairių nuomonių apie asmenybės bruožus bei jų stabilumą. Skirtingi autoriai nurodo, kad skirtingi veiksniai lemia asmenybės bruožų kaitą vaikystės ir paauglystės laikotarpiu. Denissen, Luhmann, Chuang ir Bleidorn (2018) įvardija, kad asmenybės bruožams įtakos turi biologiniai ir kognityviniai veiksniai. Specht, Egloff ir Schmukle (2011) nurodo, kad asmenybės bruožams didžiausią įtaką daro psychosocialiniai veiksniai. Denissen ir bendraautoriai (2018) pastebi, kad paauglystės laikotarpiu atsiranda daugiau skirtumų tarp lyčių, tačiau asmenybės bruožai po paauglystės išlieka ganėtinai pastovūs ir nekintantys.

Vaikų asmenybės struktūros formavimuisi ir raidai yra labai svarbu tinkama aplinka. Teigiama aplinka pasižymi tuo, kad joje vaikas yra palaikomas, išpildomi jo poreikiai bei suteikiama pakankamai emocinės šilumos. Van den Akker, Deković, Asscher ir Prinzie (2014) nurodo, kad tėvų santykis su vaikais turi įtakos asmenybės bruožų raidai. Autoriai tėvystę dalina į du konstruktus: pozityvi tėvystė (atsižvelgiama į vaiko poreikius, vaikas yra mylimas ir pan.) ir negatyvi tėvystė (patenkinami fiziniai vaiko poreikiai, tačiau nėra emocinio artumo). Autoriai remiasi nuomone, kad tėvų elgesio modeliai yra perimami vaikų, o vėliau vaikai matytus elgesio modelius pritaiko kitame kontekste. Vaikai, kurių tėvų santykiai su tėvais yra artimi, išmoka šilčiau bendrauti su kitais. Van den Akker ir bendraautoriai (2014) nurodo, kad tokie vaikų ir tėvų santykiai turi įtakos sutariamumo išreikštumo didėjimui. Taip pat pozityvi tėvystė yra susijusi su tinkamo elgesio formavimu ir emocijų reguliavimu. Šie faktoriai turi įtakos sąmoningumo didėjimui bei neurotiškumo mažėjimui. Analogiškai vaikai, kurie susiduria su griežtu auklėjimo stiliumi, pasižymi mažesniu sutariamumu, mažesniu sąmoningumu ir aukštesniu neurotiškumu. Caspi, Roberts ir Shiner (2005) pastebi, kad ne tik auklėjimo stiliai, bet tėvų ir vaikų bendravimo kontekstas turi įtakos asmenybės bruožams. Vaikai, kurie patiria frustraciją bendraudami su tėvais, pasižymi žemu sutariamumu bei sąmoningumu. Aukštai išreikštais sąmoningumo ir sutariamumo bruožais pasižymi tie vaikai, kurių santykis su tėvais yra emociškai šiltas. Vertinant auklėjimo stilius ir vaikų bei tėvų bendravimo ypatybes, būtina atsižvelgti ir į individualius skirtumus, kurie gali turėti įtakos tarpusavio sąveikai. Prinzie ir bendraautoriai (2012) pritaria nuomonei, kad tėvų auklėjimo stiliai ir sąveika tarp tėvų ir vaikų turi įtakos asmenybės bruožų išraiškos didėjimui bei mažėjimui, tačiau autoriai nurodo, kad svarbu vertinti ir kontekstą bei aplinkybes, nes tai gali nulemti tėvų reagavimo būdus į vaiko elgesį ir bendravimo ypatybes. Atsižvelgiant į šiuos faktorius, galima daryti prielaidą, kad tokie pat auklėjimo stiliai bei bendravimo pobūdis gali skirtingai paveikti vaikų asmenybės bruožus.

Roberts, Wood ir Smith (2005) remdamiesi socialinio investavimo teorija (angl. Social Investment Theory) nurodo, kad socialiniai vaidmenys turi įtakos asmenybės bruožų kaitai. Paaugliai ir jauni suaugusieji sau priskiria naujas socialinius vaidmenis darbe, šeimoje ir bendruomenėje. Jos yra susijusios su tam tikros atsakomybės prisiėmimu (ištikimybė, priklausymas grupei ir pan.). Autoriai nurodo, kad tai pakeičia jaunų žmonių identitetą, nes jie tampa atsakingi už tam tikrus veiksmus. Jonkmann, Thoemmes, Lüdtker ir Trautwein (2014), aptardami socialinių vaidmenų įtaką asmenybės bruožų kaitai nurodo, kad šiose struktūrose atsiranda keletas veiksnių (apdovanojimai ir bausmės), kurie asmenį verčia elgtis vienaip ar kitaip. Apdovanojimai gali būti nulemti aplinkos (nepagarba, paaukštinimas ir pan.) bei individualūs (pasitenkinimas veikla, pyktis, pasididžiavimas ir pan.). Nors autoriai pastebi, kad su amžiumi susiję veiksniai yra ganėtinai panašūs tarp skirtingų kultūrų žmonių, tačiau kartais atsiranda skirtumų, kurie netelpa į tam tikrus asmenybės bruožų rėmus ir tuomet tampa sunku prognozuoti asmenų elgesį pagal asmenybės bruožų profilį. Roberts su bendraautoriais (2005) nurodo, kad pasirinkimo laisvė ir socializacijos efektai gali nulemti asmenybės pasirinkimus bei sprendimus. Vadinas, kad asmuo sprendimus dėl vienos ar kitos veiklos priima remdamasis savo asmenybės struktūra, tačiau skirtingi socializacijos efektai gali daryti skirtingą įtaką sprendimų priėmimui. Šią mintį galima susieti su skirtingais asmens patiriamais išgyvenimais konkrečioje situacijoje, socialiniais bei demografiniais veiksniais ir pan.

Denissen ir bendraautoriai (2018) apibendrinami tyrėjų darbus nurodo, kad biologiniai faktoriai daro didžiausią įtaką asmenybės bruožų kaitai, o aplinkos faktoriai turi tik minimalią įtaką. Tačiau kiti tyrėjai nesutinka su šia idėja ir nurodo, kad nebiologiniai faktoriai taip pat nulemia asmenybės bruožų kaitą. Denissen ir bendraautoriai (2018) pastebi, kad tam tikri stiprios emocijos (tiek teigiamas, tiek neigiamas) sukelti įvykiai gali turėti įtakos asmenybės bruožų kaitai. Lüdtker, Roberts, Trautwein ir Nagy (2011) nustatė, kad tikimybei jog asmuo lankys koledžą turėjo įtakos stipriau išreikštas atvirumas patyrimui. Remiantis asmenybės bruožais galima prognozuoti sąsajas tarp jų ir svarbių žmogaus gyvenimo įvykių. Denissen su bendraautoriais (2018) nurodo, kad tyrinėtojai nesutaria dėl to, ar gyvenimo įvykiai nulemia asmenybės bruožus, ar atvirkščiai - asmenybės bruožai nulemia skirtingus įvykius ir veiklas. Tyrimų duomenys rodo, kad gyvenimo įvykiai turi mažai įtakos asmenybės bruožams. Juos paneigia kitų tyrimų duomenys, kurie patvirtina prielaidą, kad su stresu susiję pokyčiai gali nulemti sąmoningumo ir atvirumo patyrimui bruožų išreikštumo mažėjimą.

Bleidorn, Hopwood ir Lucas (2018) pastebi, kad sąmoningumo, išreikštumo didėjimui įtakos turėjo tai, kad paaugliai pakeitė mokymosi įstaigą - iš pagrindinės mokyklos perėjo mokyti

į profesinę mokyklą. Tokiems pokyčiams įtakos gali turėti tai, kad asmuo planuoja savo karjerą, priima sprendimus, kurie gali turėti įtakos jo gyvenimo kokybei bei ateičiai. Yra preliminarių duomenų, kad romantiški santykiai ir su darbine veikla susiję pokyčiai turi įtakos asmenybės bruožų kaitai. Tačiau trūksta longitudinalių tyrimų, kurie nustatytų, kokie asmenybės bruožai yra susiję su tam tikrais gyvenimo įvykiais (Bleidorn et al., 2018). Lüdtko su bendraautorais (2011) nurodo, kad žemas ekstraversijos ir aukštas neurotiškumo išreikštumas turėjo įtakos neigiamų išgyvenimų dažnumui. Šie autoriai taip pat pastebėjo tendenciją, kad išgyvenant neigiamas emocijas sukeliančius įvykius šių bruožų išreikštumas proporcingai kito. Denissen su bendraautorais (2018), apibendrinami atliktus tyrimus nurodo, kad veikla, kuri yra susijusi su darbine veikla arba su karjera susijusių sprendimų priėmimu, turi įtakos asmenybės bruožo- sąmoningumo išreikštumo didėjimui. Autoriai taip pat pastebi, kad romantiški santykiai gali nulemti ekstravertiškumo didėjimą ir neurotiškumo mažėjimą. Svarbu pastebėti, jog tai yra keleto tyrimų išvados ir rimtesniam pagrindimui reikia daugiau longitudinalių tyrimų, kad būtų galima numatyti veiklas ir pokyčius, kurie turi įtakos asmenybės bruožų išreikštumo didėjimui arba mažėjimui.

### **1.2.3. Asmenybės bruožų kaitos paauglystėje vertinimai taikant Didžiojo penketo modelį**

Caspi su bendraautorais (2005) nurodo, kad asmenybės bruožai paauglystės laikotarpiu šiek tiek kinta, tačiau jaunų suaugusiųjų amžiaus periode stabilizuojasi ir išlieka pastovūs. Specht su bendraautorais (2011) pastebi, kad asmenybės bruožams ir jų kaitai įtakos turi genetiniai bei aplinkos veiksniai, tačiau bruožų sistema išlieka ganėtinai stabili.

Tyrimų duomenys, susiję su asmenybės bruožų kaita paauglystėje, yra prieštaringi. De Bolle su bendraautorais (2015) atlikto tyrimo metu nebuvo rasta skirtumų tarp asmenybės bruožų ekstraversijos ir atvirumo patyrimui vaikinų ir merginų grupėse. McCrae su bendraautorais (2002) nurodo, kad paauglystėje merginų neurotiškumas yra statistiškai reikšmingai didesnis nei vaikinų. Tačiau Branje ir bendraautorių (2007) gauti duomenys rodo, kad neurotiškumas yra stipriau išreikštas paauglių vaikinų tarpe, o atvirumas patyrimui- merginų grupėje. Įvairių tyrimų rezultatai yra gana prieštaringi. Todėl jie kelia diskusijas. Klimstra, Hale, Raaijmakers, Branje ir Meeus (2009) daro prielaidą, kad skirtingiems rezultatams įtakos turi tyrimo dalyvių imties dydis, kultūriniai skirtumai bei nevienodas tirtų paauglių amžius. Siekiant tikslesnių rezultatų svarbu atsižvelgti įvairias aplinkybes, kurios gali turėti įtakos asmenybės bruožų kaitai, pvz., ankstesnę merginų branda, stereotipinės visuomenės nuostatas į lytinius skirtumus ir pan.

Nors tyrinėtojų nuomonės dėl asmenybės bruožų kaitos ar pastovumo gana prieštaringos, didžioji dalis atliktų tyrimų patvirtina prielaidą, kad jauno suaugusiojo tarpsnyje

asmenybės bruožai beveik nebesikeičia. Paauglystės tarpsnyje asmenybės bruožai gali kisti, tačiau jie yra sąlyginai pastovūs ir susiformavę. Todėl vertinant juos šiame tarpsnyje galima laikytis nuomonės, kad jų kaita yra minimali.

Spinhoven, de Rooij, Heiser, Smith ir Penninx (2012) nurodo, kad yra asmenybės bruožų, kurie yra susiję su nerimu bei depresija. Connor- Smith ir Flashbart (2007) pastebi, kad nerimo tipo sutrikimai yra susiję su aukštu neurotiškumu bei žemu sąmoningumu. Buvo pastebėta, kad aukštas neurotiškumas yra dažnas tarp asmenų, kuriems pasireiškia du ar daugiau emocinių sutrikimų. Autoriai taip pat pastebi, kad šie asmenybės bruožai koreliuoja su depresiniais sutrikimais bei socialinėmis fobijomis. Remiantis psichopatologijos tyrimais galima daryti prielaidą, kad emociniams sutrikimams įtakos turi neurotizmas bei sąmoningumas (žemas šio bruožo išreikštumas (Spingoven et al., 2012). Aiškinantis asmenybės bruožų ir emocinių sutrikimų sąsajas yra būtina atlikti platesnius tyrimus, nes žmonės pasižymi tam tikru bruožų deriniu, o ne tik vienu asmenybės bruožu. Lüdtke su bendraautorais (2011) nurodo, kad siekiant išsiaiškinti ryšius tarp psichopatologijų ir asmenybės bruožų yra svarbu koncentruotis ne į vieną specifinį bruožą, o išsiaiškinti galimas skirtingas bruožų interakcijas.

Neurotiškumas yra glaudžiai susijęs su streso išgyvenimu. Šis bruožas gali būti vertinamas kaip lėtinio streso poveikio rezultatas, dažniausiai susijęs su stipria reakcija į fizinį ar emocinį disbalansą (Pocnet et al., 2015). Neurotiški asmenys sunkiau įveikia stresines situacijas, todėl jie linkę ieškoti veiklos pakaitalo, stengdamiesi greitai pagerinti emocinę būseną. Connor - Smith ir Flashbart (2007) nurodo, kad yra artimas ryšys tarp to, kaip asmuo susidoroja su iškilusiomis problemomis bei asmenybės bruožų. Autoriai nustatė, kad ekstraversija ir sutariamumas yra teigiamai susiję su problemų sprendimo įgūdžiais ir kognityvine restruktūrizacija sprendžiant problemas. Neurotiškumas yra susijęs su atsitraukimu ir į emocijas nukreiptu problemų sprendimo būdu. Galima daryti prielaidą, kad reagavimas į neigiamus išgyvenimus keliančias situacijas gali būti susijęs su dominuojančiais asmenybės bruožais.

Connor- Smith ir Flashbart (2007), apibendrinami įvairių tyrimų rezultatus, pabrėžia, kad remiantis asmenybės bruožais galima prognozuoti akademinę ir darbinę sėkmę, vertinti subjektyvią gerovę ir psichinę sveikatą. Autoriai taip pat pastebi, kad asmenybės bruožai yra susiję su įvairiomis elgesio išraiškomis, todėl jų naudojimas tyrimuose yra ganėtinai populiarus.

Asmenybės bruožų įvertinimų pritaikymas moksliniuose darbuose bei praktinėje veikloje vis populiarėja. Asmenybės bruožų įvertinimai yra naudojami karjeros planavime, personalo atrankoje, probleminio (psichoaktyvių medžiagų naudojimo) elgesio tyrimuose ir pan.,

todėl kyla nemažai diskusijų dėl jų praktinės naudos ir panaudojimo galimybių. Tai, kaip bus interpretuojami nustatyti ryšiai, labai priklauso nuo tyrėjo teorinės orientacijos– DP modelio kūrėjai, tyrėjai, prijauciantys šiam bruožų teorijos modeliui, ir tie, kurie naudoja DP siūlomus instrumentus atrankai, mano esant šiuos duomenis jų atliekamų įvertinimų naudingumo patvirtinimu, tačiau kiti tuo abejoja (Pervin, 1994; cit. Kairys, 2008, p. 77).

Mokslinėje literatūroje pateikiama nemažai tyrimų, kuriais stengiamasi nustatyti įvairių veiksnių: tabako, alkoholio, subjektyvios gerovės, streso ir pan. ir asmenybės bruožų sąsajas, t.y. kiek tam tikri bruožai bei jų deriniai įtakoja tam tikrą elgesį. Didžiojo penketo teorija yra ganėtinai pagrįsta ir lengvai praktiškai pritaikoma, todėl ja naudojantis galima nagrinėti asmenybės bruožų ir rizikingo elgesio sąsajas vėlyvojoje paauglystėje.

### **1.3. Psichologinė gerovė ir ją formuojantys veiksniai**

#### **1.3.1. Psichologinės gerovės apibrėžtis ir ją įtakojančios veiksniai.**

Psichinės sveikatos svarba tampa vis aktualesniu reiškiniu visuomenėje. Psichinės sveikatos gerinimas yra integruojamas į mokymosi programas, mokyklose steigiami vis daugiau psichinės sveikatos specialistų darbo vietų. Pasaulinės sveikatos organizacija, sveikatą apibrėžia kaip fizinės, psichinės ir socialinės gerovės visumą (World Health Organization, 1948; cit. Baker, Soto, Perez, & Lee, 2012, p. 277). Sveikatos svarba yra suprantama visais lygmenimis, nesilaikoma prielaidos, kad tik fizinė sveikata yra svarbiausias veiksnys tinkamam žmogaus funkcionavimui. Psichologinės gerovės konstruktas reprezentuoja ne tik psichinės sveikatos spektrą. Jis nereiškia psichikos sutrikimų, per psichologinę gerovę bandoma parodyti ir pristatyti asmens teigiamą psichologinį funkcionavimą (Ryff & Singer, 1996; cit. Baker et al., 2012, p. 278).

Viena iš populiariausių šių dienų psichologijos mokslo tyrinėjimų temų- psichologinė gerovė. Psichologinės gerovės tyrimuose vyrauja dvi plačios sritys: hedoninė ir eudaimoninė. Šios dvi kryptys matuoja ganėtinai panašius veiksnius, tačiau yra skirtumų tarp teorinių prielaidų, gerovės kaitos laiko perspektyvoje ir pan. Hedoninė gerovės sritis apibrėžia- subjektyvią gerovę: tai „asmens savo gyvenimo kognityvūs ir afekciniai vertinimai“ (Kairys, Bagdonas, Liniauskaitė ir Pakalniškienė, 2013). Diener, Oishi ir Lucas (2003) naudoja terminą- subjektyvi gerovė, kuris nusako asmens laimę, pasitenkinimą gyvenimu bei tinkamą emocinį išpildymą. Autoriai pastebi, kad subjektyvi gerovė yra ganėtinai pastovi ir koreliuoja su įvairiais gyvenimo įvykiais bei veiksniais, turinčiais įtakos asmens gyvenimo kokybei ir sveikatai.



Diener su bendraautoriais (2003) nurodo, kad subjektyvi gerovė yra vienas iš įrankių, kuriuo galima matuoti visuomenės bei individų pasitenkinimą gyvenimu. Autoriai nurodo, kad subjektyvi gerovė yra vienas iš trijų pagrindinių būdų pamatuoti visuomenės gyvenimo kokybę kartu su ekonominiais ir socialiniais rodikliais. Diener su bendraautoriais (2003) išsako nuomonę, kad subjektyvi gerovė apima analizę, kuri remiasi tuo kaip žmonės vertina savo gyvenimą- tiek šiuo metu, tiek ilgesniais laiko tarpais. Gerovės vertinimas apima žmonių emocines reakcijas į tam tikrus įvykius, nuotaikas bei sprendimus, kuriuos jie priima dėl subjektyvios gerovės vertinimo, pasitenkinimo gyvenimu, santuoka, darbu arba tikslų išpildymu. Subjektyvią gerovę galima apibrėžti kaip metodą, kuriuo galima matuoti tai, ką žmonės vadina laime ir pasitenkinimu.

Eudaimoninei gerovės tyrimų tradicijai atstovaujantys autoriai savo darbuose linkę gerovę pristatyti kaip procesą, kurio metu atsiskleidžia, ar realizuojama tikroji žmogaus prigimtis, o ne kaip padarinį ar galutinę būseną (Kairys et al., 2013). Eudaimoninės gerovės atstovai psichologinę gerovę apibrėžia kaip darinį, kuriuo asmuo gali realizuoti save. Vienas iš apibrėžimų teigia, kad psichologinė gerovė- tai „tobulumo siekimas, kuris atspindi tikrojo potencialo realizavimą“ (Ryff, 1995; cit. Kairys et al., 2013, p. 8).

Boehm su bendraautoriais (2018) psichologinę gerovę apibūdina kaip daugiadimensinį reiškinių, kuris yra susijęs ne tik su streso nebuvimu, bet ir pozityviais jausmais, mintimis bei strategijomis, kuriomis remdamasis asmuo keičia savo gyvenimo struktūrą ir kokybę. Šie autoriai išskiria esminius psichologinės gerovės konstruktus: pasitenkinimas gyvenimu, optimizmas ir gyvenimo tikslo turėjimas bei siekis. Šie veiksniai yra susiję su geresne fizine ir psichologine sveikata. Daugelio tyrimų duomenys rodo tendenciją, kad didesnė psichologinė gerovė turi įtakos ilgesnei gyvenimo trukmei bei sumažina ligų riziką.

Siekiant įvertinti kultūrinius skirtumus ir pritaikyti konkrečią psichologinės gerovės matavimo įrankį Kairys su bendraautoriais (2013) atliko reprezentatyviosios imties tyrimą, kuriame buvo paruošta unikali psichologinės gerovės skalė (LPGS), ši skalė apibrėžia psichologinę gerovę ir jos konstruktus. Linauskaitė su bendraautoriais (2012) remdamiesi Bagdono bendraautorių (2012) darbais, pateikia šios skalės konstrukto aprašymą:

- Pasitenkinimas gyvenimu. Atskleidžia bendrą teigiamą ar neigiamą emocinį gyvenimo ir savęs paties vertinimą, taip pat apima teiginius, išreiškiančius optimizmą;
- Neigiamas emociingumas. Parodo asmens suvokiamą neteisybės pojūtį ir nesaugumą visuomenėje;
- Tikslingumas. Nurodo asmens tikslus, planavimą ir prisitaikymą įprastoje aplinkoje;

- Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais. Kategorijos vertinimas yra susijęs su asmens pasitenkinimu tarpasmeniniais santykiais bei santykiais su draugais;
- Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais. Ši kategorija parodo asmens pasitenkinimą savo šeima ir artimaisiais;
- Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu. Ši kategorija nusako pasitenkinimą pajamomis ir gyvenimo sąlygomis;
- Pasitenkinimas fizine sveikata. Ši kategorija atspindi asmenų pasitenkinimą fizine sveikata;
- Kontrolė. Šios kategorijos duomenys parodo kaip asmuo įveikia stresą, tiki savo atsparumu bei veiksmingumu;
- Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje. Ši kategorija nurodo asmens pasitenkinimo lygį gyvenant Lietuvoje.

Psichologinė gerovė kasdienybėje atpažįstama kaip pasitenkinimas gyvenimu, jo sritimis (šeima, draugais, finansais ar kt.), savimi; kaip gyvenimo tikslingumo, prasmingumo, laimingumo jausmas (Liniauskaitė et al., 2012). Psichologinės gerovės skalė (LPGS) atspindi abiejų teorijų prielaidas, todėl ji puikiai tinka išsiaiškinti psichologinės gerovės ypatumus atliekant tyrimus Lietuvoje.

Kultūriniai, ekonominiai, technologiniai ir politiniai pokyčiai dažnai paveikia tam tikroje visuomenėje gyvenančius asmenis. Neretai skirtingos kartos bei atskiri asmenys turi susiformavusį identitetą ir asmenybės savybes, todėl tampa ne tokie lankstūs ir lengvai prisitaikantys prie naujovių, tačiau vaikai ir paaugliai yra labai reikšminga grupė, nes jų pasaulėžiūra vis dar formuojasi (Twenge, Martin, & Campbell, 2018). Twenge, Sherman ir Lyubomirsky (2016) pastebi, kad daugėja tyrimų, kuriuose ieškoma kultūrinių skirtumų bei panašumų, susijusių su psichologine gerove įvairiose amžiaus grupėse. Autoriai pastebi, kad kultūriniai skirtumai turi įtakos psichologinei gerovei ir jos supratimui skirtingo amžiaus grupėse. Twenge, Sherman ir Wells (2017) pastebi tendenciją, kad susistemintus įvairių tyrimų duomenis, galima matyti nuoseklų psichologinės gerovės didėjimą jaunų asmenų imtyse nuo aštuntojo iki dvidešimto dešimtmečių. Psichologinės gerovės didėjimas gali būti siejamas su ekonominiais, technologiniais, socialiniais, fiziniiais ir psichologiniais faktoriais. Šių faktorių gerėjimas ir progresavimas yra teigiamai susijęs su psichologinės gerovės didėjimu.

Ekonominiai faktoriai yra dažnai tyrinėjami kaip didelę įtaką asmenybei arba jos charakteristikoms turintys veiksniai. Adams ir Beeble (2015) pastebi, kad nedarbas bei sunki finansinė padėtis neigiamai veikia psichologinę gerovę. Nors išsivysčiusiose šalyse vaikai ir

paaugliai nėra tiesiogiai susiję su darbu bei darbo užmokesčiu, tačiau ši problema turi įtakos paauglių psichologinei gerovei netiesiogiai. Oishi, Graham, Kesebir ir Galinha (2013) pastebi, kad ir kiti ekonominiai faktoriai (luomų nelygė, pajamų dydis, pragyvenimo lygis ir pan.) yra susiję su psichologinės gerovės didėjimu ir mažėjimu. Nors paaugliai dažniausiai lanko mokyklą ir neturi rūpintis finansine šeimos padėtimi, tačiau jie yra linkę vertinti save lygindami su kitais pagal įvairius veiksnius. Vieni iš šių veiksnių yra finansinę padėtį parodantys daiktai, priemonės ir aksesuarai. Oishi su bendraautoriais (2013) nurodo, kad toks savęs ir kitų vertinimas gali būti nesąmoningas, tačiau suvokiamas ir suprantamas kaip nepilnavertiškumas. Šie veiksniai gali sąlygoti atstūmimą, socialinę atskirtį ir nepriklausymą tam tikrai grupei. Tokiu atveju šie veiksniai turi tiesioginės įtakos psichologinės gerovės mažėjimui. Autoriai taip pat pastebi, kad mokymasis aukštojoje mokykloje taip pat turi įtakos psichologinės gerovės didėjimui. Pasirinkdamas aukštąją mokyklą ir būsimą profesiją, asmuo jaučiasi atsakingas už savo sprendimus ir ateitį.

Naudojimasis ekonomine kontrole gali būti traktuojamas kaip tam tikra psichologinio smurto rūšis. Ekonominė kontrolė gali apimti tokias elgesio apraiškas: asmeninių išteklių kontroliavimas kito asmens atžvilgiu, prieigos prie išteklių reguliavimas, draudimas susipažinti su finansine padėtimi ir pan. Adams ir Beeble (2015) nurodo, kad 90% moterų, kurios patyrė smurtą ir ieškojo pagalbos, taip pat patyrė ir ekonominį smurtą. Autoriai pabrėžia, kad ši smurto rūšis yra labai glaudžiai susijusi su psichologine gerove ir jos vertinimu. Adams ir Beeble (2015) ekonominio smurto ir psichologinės gerovės sąsajas aiškina naudodamiesi streso proceso teorija (angl. Stress process theory). Autoriai nurodo, kad pagrindiniai gyvenimo įvykiai (santuoka, artimojo mirtis, šeimos pagausėjimas šeimoje ir pan.) bei patiriami sunkumai (skurdas, lėtinė liga ir pan.) tampa socialiniais ir psichologiniais veiksniais, kurie turi įtakos psichikos sveikatai. Ekonominis smurtas yra vienas iš šių reiškinių, todėl tiesiogiai koreliuoja su psichologine gerove. Postmus, Plummer, McMahan, Murshid ir Kim (2012) įvairia, kad mažesnis ekonominis savarankiškumas, nepaisant finansinės padėties, yra suvokiamas kaip grėsmė. Šiuo atveju ekonominio išnaudojimo reiškinys atspindi streso proceso teorijos idėją, kuomet ekonominis spaudimas tampa patiriamu sunkumu ir yra susijęs su psichologine gerove. Postmus su bendraautoriais (2012) longitudinalinio tyrimo metu buvo tiriamos pažeidžiamos šeimos ir faktoriai, susiję su psichologine gerove. Nustatyta, kad ekonominis smurtas ir prievarta su bent vienu iš šeimos nariu turėjo įtakos psichologinei gerovei ir jos mažėjimui. Autoriai taip pat pastebi, kad ekonominiu aspektu daugiau tyrimų yra atlikta su asmenimis, kurie jį patiria tiesiogiai (žmonos, merginos, sugyventinės ir pan.), tačiau ne su tais asmenimis, kurie tai išgyvena netiesiogiai (vaikai,

įvaikiai ir pan.), todėl nėra daug pagrįstų duomenų, kurie nurodytų tikslią žalą psichologinei gerovei.

Didelę laiko dalį paaugliai praleidžia šeimoje. Iš jos perimami elgesio bei pačios šeimos modeliai. Šeimos nariai yra artimiausia socialinė grupė, kurioje veikia paauglys, todėl ji daro įtaką asmens psichologinei gerovei. Telzer ir Fuligni (2009) vaiko ir šeimos santykius įvardija kaip tam tikrus įsipareigojimus ir juos perteikia per buitinės ruošos prizmę. Autoriai pateikia dvi nuomones, kuriomis remdamiesi jie vertina šeimos įtaką psichologinei gerovei. Jei, vaiko pagalba šeimai (buityje) vertinama ir suprantama kaip tam tikra bausmė, tai gali turėti neigiamą įtaką jo psichologinei gerovei. Tačiau pagalba šeimai gali tapti tinkamo funkcionavimo bei adaptaciją lengvinančia priemone, nes veikdamas kartu, vaikas jaučiasi reikalingas, yra gerbiamas ir pripažintas. Tokiu būdu jis perima ir geba pritaikyti tinkamus elgesio modelius aplinkoje, kurioje jis veikia.

Su buitimi susijusi paauglių pagalba šeimoje, gali neigiamai veikti paauglių psichologinę gerovę. Burton (2007) atlikto tyrimo duomenys parodė, kad paauglį verčiant atlikti suaugusiojo vaidmenį namuose, priskyrus atsakomybes ir užduotis, kurios nėra būdingos jo amžiaus tarpsniui tai neigiamai veikia paauglio psichologinę gerovę. Dažnas suaugusiųjų atsakomybės perkėlimas paaugliui ar vaikui gali sukelti sunkumų. Burton (2007) pastebi, kad psichologinės gerovės problemos išryškėja jeigu šeimoje yra girtaujančių, sergančių lėtine liga arba turinčių psichikos sutrikimų asmenų. Ankstyva branda, kuri neatitinka paauglio amžiaus, taip pat turi neigiamų pasekmių (mokyklos nelankymas, žemas savęs vertinimas ir pan.), kurios yra susijusios su psichologinės gerovės mažėjimu.

Burton (2007) nurodo, kad tinkama pagalba šeimai gali teigiamai paveikti paauglio psichologinę gerovę. Šeimos pagalbos modelis ir paauglio vaidmuo jame yra svarbūs faktoriai, nes tai, kaip vaikas save vertina šeimoje, yra tiesiogiai susiję su jo psichologine gerove. Tarpkultūrinio tyrimo duomenys parodė, kad nevakarietiškoje kultūroje vyresniems vaikams yra normalu prisiimti namų buities ir ruošos darbus, todėl tai nepaveikia paauglių ir vaikų savęs vertinimo ir psichologinės gerovės (Orellana, 2001; cit. Telzer & Fuligni, 2009, p. 1178). Elgesio modeliai ir funkcijos, kurie yra suprantami ir vertinami kaip priimtini, neturi jokių pasekmių paaugliams ir yra paplitę ekonomiškai silpnesnėse šalyse, kurių pragyvenimo lygis yra mažesnis nei vakarietiškuose šalių. Telzer & Fuligni (2009) nurodo, kad paauglio pagalba namų ūkyje gali tapti privalumu, vėlesnėje jo raidoje. Šeima yra pirma socialinė grupė, kurioje asmuo veikia, todėl autoriai nurodo, kad remiantis socialinio identiteto teorija (angl. Social identity theory), veikimas šioje grupėje ir

noras prisidėti prie jos gerovės, ypač jeigu pastangos yra įvertinamos, priimamos ir gerbiamos, turi teigiamos įtakos psichologinei paauglio gerovei. Paauglio priklausymas grupei, šiuo atveju šeimai, taip pat jautimasis pilnaverčiu jos nariu teigiamai veikia psichologinę gerovę.

Psichologinei gerovei įtakos turi nemažai veiksnių: finansinė padėtis, socialinis statusas, demografiniai duomenys ir pan. Kipp ir Weiss (2015) nurodo, kad socialinis kontekstas, socialinių poreikių patenkinimas ir palaikymas yra susiję su psichologine gerove. Tinkama šių faktorių išraiška yra būtina, siekiant optimalaus asmens veikimo jo socialinėje aplinkoje. Socialiniai faktoriai gali būti išpildyti bet kokiame kontekste: namuose, mokykloje, laisvalaikio metu ir pan. Esminiai aspektai, kurie yra susiję su socialiniu kontekstu yra nulemti aukštesnę statusą turinčių asmenų (tėvai, mokytojai ir pan.). Šiems asmenims sukūrus palankią motyvacinę sistemą, palankiai bendraujant, palaikant draugišką bendravimą tarpusavyje bei patenkinus psichologinio priklausymo grupei poreikį buvo pastebėti teigiami pokyčiai psichologinės gerovės vertinime (Amorose, 2007; cit. Kipp & Weiss, 2015, p. 154). Dažniausiai vaikų ir paauglių pirmoji socialinė grupė- namų aplinka, todėl vienas svarbiausių faktorių, lemiančių psichologinę gerovę, yra pilnavertis ir tinkamas asmens socialinių, psichologinių ir fiziologinių poreikių patenkinimas šioje sferoje.

Schmitt, Branscombe, Postmes ir Garcia (2014) pastebi, kad yra ryšys tarp diskriminacijos ir psichologinės gerovės. Autoriai pastebi, kad diskriminuojami asmenys (dėl lyties, rasės, tautybės, seksualinės orientacijos ir pan.) susiduria su emocinėmis problemomis, depresiniais simptomais bei žemu savęs vertinimu. Šie neigiami išgyvenimai mažina psichologinę gerovę. Taip pat autoriai pabrėžia, kad bet kokia diskriminacija neigiamai paveikia tiek individą, tiek socialinę grupę, kurioje jis veikia.

Pascoe ir Smart Richman (2009) nurodo, kad tyrimų metu gauti duomenys patvirtino prielaidą, jog diskriminacija turi neigiamos įtakos asmens psichologinei gerovei. Anot autorių bet kokio tipo diskriminacija, turi įtakos tiek fizinei, tiek psichinei sveikatai. Tai pasireiškia padidėjusiu stresu, nerimastingumu, grėsmę keliančiu elgesiu ir pan. Pascoe su bendraautorais (2009) atliko tyrimą, kuriame dalyvavo asmenys, patiriantys rasės, lyties ir seksualinės orientacijos diskriminaciją. Gauti duomenys parodė, kad asmenys, patyrę diskriminaciją bent dėl vieno iš išvardintų faktorių, pasižymėjo depresiniais simptomais, psichikos sutrikimais ir mažesne psichologine gerove. Duomenys nesiskyrė etninėse grupėse ir tarp lyčių, vyrų ir moterų duomenys buvo panašūs. Tokie rezultatai rodo, kad dėl veiksnių, kurie nepriklauso nuo paties asmens, jo psichologinė gerovė nukentėti dėl tam tikro iš aplinkos patiriamo spaudimo. Dėl šių priežasčių tampa svarbu apsaugoti asmenis, kurie dėl tam tikrų priežasčių gali patirti bet kokią diskriminaciją.

Tarp paauglių patiriama diskriminacija gali būti susijusi su demografiniais duomenimis, išvaizdos ypatumais, ekonominiu pagrindu ir pan., todėl tai gali tapti veiksniais, kurie turės tiesioginės įtakos jų psichologinės gerovės mažėjimui.

Chan, Chan ir Sun (2017) apibendrinami tyrėjų darbus pastebi, kad psichologinė gerovė yra susijusi su mokymosi rezultatais ir mokiniui keliamais reikalavimais bei lūkesčiais. Autoriai šią prielaidą iškelia apibendrinami Honkonge atlikto tyrimo rezultatus. Azijos šalyse švietimo sistema skatina vaikus kruopščiai ir daug mokytis, todėl konkurencija prasideda nuo darželio ir tęsiasi iki mokyklos baigimo. Tokioje aplinkoje, kurioje vaikai yra verčiami mokytis ir varžytis tarpusavyje, yra sukuriama labai konkurencinga atmosfera, kurioje paaugliai išgyvena stresą ir su stresu susijusius simptomus bei psichopatologijas. Paauglių pateikti duomenys taip pat rodo, kad jie jaučia mažesnę pasitenkinimą gyvenimu ir susiduria su fizinės sveikatos problemomis. Visi šie veiksniai yra tiesiogiai susiję su psichologinės gerovės mažėjimu. Konkurencinga aplinka įpareigoja vaikus ir paauglius varžytis tarpusavyje, todėl tai paveikia jų normalią fizinę, psichinę būklę ir socialinius santykius.

Fry su bendraautorais (2012) apibendrinami atliktą tyrimą, nurodo, kad teigiamos vystymosi ypatybės yra susijusios su psichologine gerove. Teigiamas ypatybes autoriai skirsto į vidines ir išorines. Vidinės ypatybės fokusuojasi ties vaiko kompetencijomis, pomėgiais ir galiomis, kurių padedamas asmuo geba būti visuomenės dalimi ir veikti jį supančioje aplinkoje. Išorinės ypatybės kyla iš vidinių veiksnių. Autoriai nurodo, kad yra keletas labai svarbių išorinių faktorių, kurie turi įtakos psichologinei gerovei: tai vaikų tarpusavio santykiai su bendraamžiais ir vaikų santykiai su tėvais. Autorių nuomone, šie veiksniai turi įtakos psichologinės gerovės didėjimui arba mažėjimui priklausomai nuo to, kaip sekasi išpildyti šias sferas. Fry ir bendraautorių (2012) atlikto tyrimo metu gauti rezultatai parodė, kad 43% pagrindinės ir vidurinės mokyklos mokinių bent viena iš šių sferų nebuvo tinkamai išpildyta.

Psichologinės gerovės kitimui įtakos turi įvairūs faktoriai. Tiek teigiami, tiek neigiami išgyvenimai, socialinės, ekonominės ir psichologinės problemos gali nulemti tai, kaip asmuo vertins savo psichologinę gerovę, todėl yra svarbu atsižvelgti į individualius bei kultūrinius skirtumus, kurie daro įtaką asmens gyvenimo sferoms. Psichologinės gerovės tyrimai ir matavimai yra būtini visuomenei, nes gerėjanti psichinė sveikata turės įtakos ir kitiems veiksniams: fizinei sveikatai, gyvenimo kokybei ir pan.

## **1.4. Priklausomybės nuo interneto sąsajų su asmenybės bruožais ir psichologine gerove tyrimų apžvalga**

### **1.4.1. Priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajos**

Priklausomybė nuo interneto yra siejama su daugeliu psichologinių, socialinių ir kognityvinių veiksnių, tačiau viena populiarejančių priklausomybės nuo interneto tyrinėjimo sričių-sąsajos su asmenybės bruožais. Ko su bendraautoriais (2010) pastebi, kad asmenybės bruožai ir priklausomybė nuo interneto yra glaudžiai susiję, tačiau įvairių atliktų tyrimų rezultatai yra kontraversiški. Mottram ir Fleming (2009) nurodo, kad yra teigiama koreliacija tarp introversijos (žemai išreikštos ekstraversijos) ir priklausomybės nuo interneto. Vaikinių ir merginų neurotiškumas artimai susijęs su priklausomybe nuo interneto (Ko et al., 2010). Collins, Freeman ir Chamarro- Premuzic (2012) nustatė, kad vyrauja silpnos neigiamos koreliacijos tarp tokių asmenybės bruožų kaip sąmoningumas ir sutariamumas bei priklausomybės nuo interneto. Šie autoriai nurodo, kad nėra statistiškai reikšmingų skirtumų tarp vaikinių ir merginų. Montag, Jurkiewicz ir Reuter (2010) nustatė, kad vyrauja teigiamos sąsajos tarp ekstraversijos ir priklausomybės nuo interneto ir neigiama koreliacija tarp neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Rahmani ir Lavasni (2011) atlikto tyrimo metu nebuvo gauta duomenų, kurie rodytų reikšmingas sąsajas tarp priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų.

Randler, Horzum ir Vallner (2014) atlikto tyrimo metu buvo gauti rezultatai, kurie parodė, kad sutariantys ir sąmoningi paaugliai yra mažiau priklausomi nuo interneto. Mažiau sutariantys asmenys nėra lankstūs bei pasižymi siauresniais socialiniais ryšiais, todėl jie gali naudotis internetu dažniau ir jų rezultatai gali rodyti didesnę priklausomybę nuo interneto, (John Naumann, & Soto, 2008; cit. Randler et al., 2014, p. 490). Randler su bendraautoriais (2014) nustatė sąsajas tarp žemo sąmoningumo ir naudojimosi internetu. Tyrimo dalyviai, kurių asmenybės bruožas- sutariamumas buvo išreikštas mažiau, daugiau laiko praleisdavo naudodamiesi internetu. Asmenys, kurie pasižymi labiau išreikštu sutariamumu pasižymi geresniais socialiniais ryšiais bei lengvesniu bendravimu, todėl tai gali turėti įtakos laikui praleidžiamam internete. Autoriai taip pat pastebi, kad mažiau sąmoningi asmenys yra linkę į priklausomybę nuo interneto. Buckner, Castille ir Sheets (2012) atlikto tyrimo metu gauti rezultatai patvirtina tendenciją, kad mažesniu sąmoningumu pasižymintys paaugliai yra labiau linkę į priklausomybę nuo interneto. Jie yra linkę atidėlioti veiklas, todėl naudojami internetu siekdami pasitenkinimo. Buckner su bendraautoriais (2012) nurodo, kad mažiau sąmoningi paaugliai yra labiau priklausomi nuo interneto nei aukštu sąmoningumu pasižymintys jų bendraamžiai. Autoriai tai aiškina tuo, kad sąmoningi paaugliai lengviau geba planuoti laiką bei yra atkaklesni siekdami tikslo. Randler ir bendraautorių (2014)

atlikto tyrimo metu gauti rezultatai parodė, kad vaikinų ir merginų ekstravertiškumas ir atvirumas patyrimui neigiamai koreliuoja su priklausomybe nuo interneto. Ko su bendraautorais (2010) taip pat nustatė tokius pat ryšius tarp ekstravertiškumo, atvirumo patyrimui ir priklausomybės nuo interneto, tačiau regresijos modelyje šie kintamieji buvo nereikšmingi. Autoriai mano, kad dėl šių bruožų dominavimo paaugliai ganėtinai lengvai bendrauja realiame gyvenime, todėl naudojimas internetu tik sustiprina turimus socialinius ryšius ir tampa tik pagalbine priemone. Ekstravertiški ir atviri patyrimui paaugliai geba kontroliuoti laiką, praleidžiamą internete, todėl priklausomybės nuo interneto rizika yra maža. Ko su bendraautorais (2010) pastebi, kad atviri patyrimui asmenys naudoja socialinių tinklapių programas, o mažiau atviri patyrimui paaugliai naudojami diskusijų forumais, elektroniniu paštu ir interneto programėlėmis. Mažiau atviri patyrimui ir daugiau atviri patyrimui asmenys internetu naudojami panašiu dažnumu, tačiau skiriasi jų naudojimosi internetu tikslas (Ko et al., 2010).

Lachmann su bendraautorais (2017) atlikto tyrimo rezultatais parodė, kad yra teigiamas ryšys tarp ekstravertiškumo, sutariamumo ir sąmoningumo bei priklausomybės nuo interneto. Autoriai tyrė du reiškinius: priklausomybę nuo interneto ir priklausomybę nuo išmaniųjų telefonų. Atvirų patyrimui paauglių rezultatai buvo neigiamai susiję su priklausomybe nuo išmaniųjų telefonų. Tyrimo rezultatai parodė, kad neurotiškumo asmenybės bruožas merginų ir vaikinų grupėse turi neigiamų sąsajų su priklausomybe nuo interneto ir priklausomybe nuo išmaniųjų telefonų. Autoriai pastebi, kad merginos ir vaikinai beveik tiek pat laiko praleidžia naudodamiesi internetu (skiriasi vaikinų ir merginų veiklos), tačiau vaikinų rezultatai rodo, didesnę polinkį į priklausomybę nuo interneto. Pociūtė ir Krancaitė (2012) apibendrinamos tyrinėtojų darbus, nurodo, kad ekstravertiškumas ir atvirumas patyrimui yra teigiamai susiję su socialinių medijų naudojimu, sąmoningumas neigiamai susijęs su internetiniu bendravimu, o atvirumas patyrimui yra susijęs su socialinių tinklų naudojimu.

Siekiant patikimų duomenų, kurie atspindėtų asmenybės bruožų ir priklausomybės nuo interneto sąsajas galima orientuotis į siauresnius tyrimus, kurie būtų pritaikyti skirtingoms kultūroms, socialinėms grupėms ir pan. Taip pat svarbu atsižvelgti į tai, kad paauglystės laikotarpiu asmenybės bruožai vis dar šiek tiek keičiasi dėl aplinkos, socialinių, individualių ir kultūrinių veiksnių, todėl tai gali turėti įtakos skirtingiems tyrimų rezultatams.

#### **1.4.2. Priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajos.**

Priklausomybė nuo interneto ir psichologinė gerovė yra susiję, tačiau yra atlikta mažai tyrimų, kurie tirtų priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajas. Populiarijanti



tyrimų sritis- naudojimosi socialiniais tinklapiiais sąsajos su psichologine gerove. Twenge su bendraautoriais (2018) atlikto tyrimo metu paaiškėjo, kad paauglių, kurie naudojami socialiniais tinklapiiais ir kompiuteriniais žaidimais rezultatai rodo, kad jie yra mažiau laimingi, mažiau patenkinti savo gyvenimu, jų savęs vertinimas yra žemesnis. Autoriai pastebi, kad priklausomų vaikinių ir merginų rezultatai nesiskiria statistiškai reikšmingai. Ši tendencija pastebima tarp 8- 12 klasių mokinių. Tromholt (2016) atlikto tyrimo rezultatai taip pat parodė, kad geresne psichologine gerove pasižymėjo tie paaugliai, kurie mažiau laiko praleisdavo naudodamiesi internetu. Twenge su bendraautoriais (2018) pastebėjo, kad tarp vyresnių paauglių (12 klasės mokinių) laiko, praleidžiamo naudojantis internetu, ir psichologinės gerovės nebuvo jokių sąsajų. Autoriai pastebi, kad psichologinė gerovė labiausiai koreliuoja su socialinių tinklapių naudojimu. Tyrimo rezultatai parodė, kad 75% 8-10 klasių mokinių ir 80% 12 klasės mokinių naudojosi bent vienu socialiniu tinklapiu. Psichologinės gerovės vertinimas ir priklausomybė nuo interneto nesiskyrė merginų ir vaikinių grupėse. Frison ir Eggermont (2015) atlikto tyrimo duomenys taip pat parodė, kad psichologinė gerovė yra susijusi su priklausomybe nuo interneto. Autoriai pastebi, kad svarbu atsižvelgti į tai, koku tikslu yra naudojamas internetas, nes buvo pastebėta, kad asmenys, kurie naršo socialiniuose tinklapiuose ir peržiūri kitų asmenų profilius bei informaciją, kuri yra susijusi su jais, pasižymi žemesniu psichologinės gerovės vertinimu nei tie asmenys, kurie socialiniais tinklapiiais naudojami kaip pagalbina priemonė palaikyti ryšį su kitais asmenimis. Frison ir Eggermont (2015) taip pat pastebi, kad paaugliai, kurie socialiniuose tinklapiuose bendravo su kitais asmenimis, dalijosi informacija ir reiškė nuomonę pasižymi aukštesne psichologine gerove, tačiau paaugliai, kurie buvo orientuoti į kompiuterinius žaidimus, pasižymėjo mažesne psichologine gerove.

Twenge su bendraautoriais (2018) pastebi, kad psichologinės gerovės lygis nuo 2012m. iki 2016m. pastebimai krito. Autoriai tai sieja su elektroninių prietaisų ir prieigos prie interneto gausa bei technologiniu proveržiu, kurio dėka tapo paprasta naudotis internetu. Shakya ir Christakis (2017) pateikia prieštarigus duomenis, jų atlikto tyrimo metu buvo pastebėta, kad naudojimas internetu ir socialiniais tinklapiiais nėra susijęs su psichologinės gerovės didėjimu ar mažėjimu. Autoriai tokius rezultatus sieja su kultūriniais skirtumais, kurie gali turėti įtakos psichologinės gerovės vertinimui.

Liu, Li, Carcioppolo ir North (2016) nustatė, kad yra ryšys tarp naudojimosi Facebook programa ir psichologinės gerovės. Tyrimo rezultatai parodė, kad laikas praleidžiamas naudojantis šiuo socialiniu tinklapiu, tiesiogiai koreliuoja su psichologine gerove. Autoriai pastebi, kad asmens savęs lyginimas su kitais turi įtakos savęs vertinimui, todėl tai yra susiję su psichologine gerove. Autoriai nurodo, kad merginos yra jautresnės savęs vertinimui nei vaikinai. Kim su bendraautoriais

(2009) atlikto tyrimo rezultatai patvirtina šią idėją. Autoriai pastebėjo, kad naudojimasis socialiniu tinklapiu- Instagram turi įtakos psichologinei gerovei, nes asmenys yra linkę save vertinti su kitais šio tinklo vartotojais bei jų pateikta informacija ir medžiaga. Autoriai pastebi, kad paauglės merginos yra labiau linkusios save vertinti lygindamos su kitais vartotojais nei paaugliai vaikinai. Sherlock ir Wagstaff, (2018) atlikto tyrimo rezultatai parodė, kad jaunesnio amžiaus paauglės, kurios naudojami internetu, yra linkusios save vertinti lygindamos su kitomis merginomis socialiniuose tinklapiuose, ir tai yra tiesiogiai susiję su psichologinės gerovės vertinimu. Autorės pastebi, kad socialinių tinklapių funkcija- sekėjai (angl. *Followers*) taip pat turi įtakos psichologinės gerovės vertinimui. Mažiau populiarūs vartotojai pasižymėjo prastesne psichologine gerove.

Çardak (2013) atlikto tyrimo duomenys parodė, kad yra stiprus ryšys tarp psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto. Asmenys, kurių psichologinė gerovė buvo vertinama žemais balais, prognozavo priklausomybę nuo interneto. Nors mokslinėje literatūroje dažniausiai vyrauja psichologinės gerovės ir specifinių interneto funkcijų (socialiniai tinklapiai, kompiuteriniai žaidimai ir pan.) sąsajos, tačiau yra nemaža tikimybė, kad bendrąja prasme priklausomybė nuo interneto yra susijusi su psichologine gerove.

## 2. TYRIMO METODIKA

### 2.1. Tyrimo dalyviai

300 Jonišio žemės ūkio mokyklos ir Jonišio Aušros gimnazijos mokinių buvo pateiktos naudojamos metodikos. Jas tinkamas apdorojimui grąžino 289 dalyviai. Pagal lytį dalyviai pasiskirstę taip: 168 vaikinai (58,1%) ir 121 merginos (41,9%). Tyrime dalyvių amžius svyravo nuo 16 iki 20 metų. Pagal amžių dalyvių pasiskirstymas buvo toks: 16m. (10 asmenų, 3,5%); 17m. (131 asmenų, 45,3%); 18m. (121 asmuo, 41,9%); 20m. (3 asmenys, 1%).

### 2.2. Įvertinimo būdai

Įvertinimui ir duomenų rinkimui naudotos metodikos:

#### 1. Priklausomybės nuo interneto skalė.

Priklausomybės nuo interneto skalė yra skirta nustatyti priklausomybės nuo interneto pasireiškimo lygį: priklausomybė nuo interneto nepasireiškia, silpna priklausomybė nuo interneto, vidutinė priklausomybė nuo interneto, stipri priklausomybė nuo interneto. Kimberly S. Young, 1998 metais sudaryta „Priklausomybės nuo interneto skalė“ (angl. *Internet addiction scale, IAT*). Ši skalė yra patobulintas ankstesnės Kimberly S. Young (1996) 8 klausimų diagnostinės skalės variantas. Dėl šio klausimyno naudojimo buvo susisiepta su jo autore ir gautas leidimas naudoti šią skalę moksliniais tikslais. Ruošiant skalę tyrimui buvo atliktas dvigubas vertimas (verčiama į lietuvių kalbą, vėliau kitas asmuo skalę verčia į originalo kalbą). Šią skalę sudaro 20 klausimų, kuriuos tiriamieji vertina atsakymais: niekada, labai retai, retai, dažna, labai dažnai ir visada. Šie tyrimo dalyvių atsakymai yra koduojami skaičiais nuo 1 iki 5: niekada- 0, labai retai- 1, retai- 2, dažnai- 3, labai dažnai- 4 ir visada- 5. Gautų rezultatų suma parodo, kiek tiriamasis yra priklausomas nuo interneto: *priklausomybė nuo interneto nepasireiškia* (0- 19), *silpna priklausomybė nuo interneto* (20- 49), *vidutinė priklausomybė nuo interneto* (50- 79), *stipri priklausomybė nuo interneto* (80- 100).

Šios skalės vidinis suderinamumas yra aukštas- 0,908 (žr. 1 lentelė), skliaustuose pateikiami metodikos autorės (Young, 2009) nustatytas vidinio suderinamumo koeficientas.

#### 1 lentelė. Priklausomybės nuo interneto skalės vidinis suderinamumas

Skalė	Chronbacho alfa	Teiginių skaičius
Priklausomybės nuo interneto skalė	0,908 (0,828)	20

#### 2. NEO- FFI penkių faktorių skalė.

NEO-FFI penkių faktorių skalė yra skirta nustatyti penkiems asmenybės bruožams: *neurotiškumui, atvirumui patyrimui, ekstravertiškumui, sutariamomui ir sąmoningumui*. Žukauskienė ir Barkauskienė (2006) pateikia tokius skalių aprašymus:

- *Neurotiškumas*. Aukšti rezultatai parodo neigiamų jausmų išgyvenimą, o aukšti rezultatai siejami su emociniu stabilumu, gebėjimu susidoroti su stresinėmis situacijomis;
- *Ekstraversija*. Didesni rezultatai siejami su socialiu ir aktyviu elgesiu, o maži įverčiai su socialiniais sunkumais ir vienatve;
- *Atvirumas patyrimui*. Laki vaizduotė, dėmesys vidiniams ir išoriniams pasauliams ir pan. Žemi rezultatai rodo siauresnį pomėgių ratą ir pan.;
- *Sutariamumas*. Didesni rezultatai rodo altruistiškumą, supratimą ir pan. Maži įverčiai apibūdina egocentiškumą, konkurencingumą ir pan.;
- *Sąmoningumas*. Didesni įverčiai siejami su organizavimo, tikslų išsikėlimo ir pan. procesais. Žemi įverčiai siejami su savanaudiškumu, mažesniais moraliniais principais ir pan.

Klausimyną sudaro 60 teiginių, kuriuos reikia įvertinti penkių balų skalėje: visiškai nesutinku, nesutinku, negaliu apsispręsti, sutinku ir visiškai sutinku. Kiekvienam teiginiui tiriamieji pasirenka jiems labiausiai tinkantį įvertį. Šis klausimynas buvo įsigytas iš Vilniaus universiteto specialiosios psichologijos laboratorijos. Šioje skalėje didesni balai parodo stipriau išreikštą asmenybės faktorių, išskyrus neurotiškumą. Šio klausimyno atskirų subskalių vidinio patikimumo koeficientai pateikti lentelėje (žr. 2 lentelė), skliaustuose pateikiami Poškaus, Kairio, Liniauskaitės ir Žukauskienės (2014) darbe pateikti metodikos autorių (Costa ir McCrae) vidinio suderinamumo koeficientai. Lyginant šio tyrimo metu gautus rezultatus su literatūroje pateiktais koeficientais, galima matyti, kad šio tyrimo vidinis atskirų metodikos subskalių suderinamumas yra mažesnis nei pateiktas, tačiau jis bus laikomas tinkamu tyrimui.

**2 lentelė. NEO- FFI subskalių vidinis suderinamumas**

Subskalė	Cronbacho alfa	Teiginių skaičius
Neurotiškumas	0,783 (0,92)	11
Atvirumas patyrimui	0,561 (0,87)	10
Ekstravertiškumas	0,655 (0,89)	11
Sutariamumas	0,504 (0,86)	10
Sąmoningumas	0,792 (0,90)	11

**3. Psichologinės gerovės skalė (Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė jaunimui, LPGS-J).**

Psichologinei gerovei įvertinti buvo naudojama Kairio ir bendraautorių (2013) parengta Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės jaunimui versija (LPGS-J). Šis klausimynas buvo įsigytas iš Vilniaus universiteto specialiosios psichologijos laboratorijos. Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės jaunimui versiją sudaro 9 subskalės: *pasitenkinimas gyvenimu ir savimi, neigiamas emocijų, tikslingumas, pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais,*

*pasitenkinimas šeima ir artimaisiais, pasitenkinimas pragyvenimo lygiu, pasitenkinimas fizine sveikata, kontrolė, pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje.* Bagdonas, Urbanavičiūtė, Kairys, Linauskaitė ir Girdzijauskienė (2012) pateikia tokius skalės konstrukčių aprašymus:

- *Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi.* Teigiamo ir neigiamo emocinio gyvenimo ir savo paties vertinimas;
- *Neigiamas emociingumas.* Teiginiai susiję su nesaugumu bei neteisybės pojūčiu (aukšti balai rodo, kad asmuo retai patiria neigiamas emocijas, nusivylimą ir retai jaučia įtampą);
- *Tikslingumas.* Tikslų, planavimo ir gero prisitaikymo aplinkoje atspindėjimas;
- *Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais.* Tarpasmeninių santykių vertinimas ir pasitenkinimas jais;
- *Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais.* Teiginiai susiję su šeima ir artimaisiais bei pasitenkinimu jais;
- *Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu.* Skalė atspindi pasitenkinimą pajamomis bei pragyvenimo lygiu;
- *Pasitenkinimas fizine sveikata.* Skalė skirta išsiaiškinti pasitenkinimą fizine sveikata;
- *Kontrolė.* Skalė skirta išsiaiškinti streso įveikai, veiksmingumui ir atsparumui;
- *Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje.* Skalė skirta nustatyti pasitenkinimą gyvenimu Lietuvoje.

Kiekvienas skalės teiginys yra vertinamas 5 balų Likerto tipo skale nuo „tikrai ne“ iki „tikrai taip“. Didesni visų subskalių vertinimai atspindi didesnę psichologinę gerovę. Lentelėje (žr. 3 lentelė) pateikiami šio tyrimo metu gauti vidinio suderinamumo koeficientai. Skliausteliuose pateikiami metodikos autorių atlikto tyrimo metu gauti koeficientai (Bagdonas et al., 2012). Lyginant šio tyrimo metu gautus vidinio suderinamumo koeficientus su metodikos autorių atlikto tyrimo metu gautais rezultatais, šio tyrimo subskalių vidinis suderinamumas yra mažesnis, tačiau jis laikomas tinkamu.

**3 lentelė. Psichologinės gerovės subskalių vidinis suderinamumas**

Subskalė	Cronbacho alfa	Teiginių skaičius
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	0,883 (0,95)	13
Neigiamas emociingumas	0,893 (0,92)	14
Tikslingumas	0,741 (0,88)	8
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	0,619 (0,87)	8
Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais	0,783 (0,84)	6
Kontrolė	0,743 (0,80)	8
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	0,744 (0,79)	6

Pasitenkinimas fizine sveikata	0,691 (0,82)	4
Psichologinė gerovė (Bendra)	0,852	

Vertinant pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskalę buvo tikrinami koreliacijos koeficientai (žr. 4 lentelė) tarp teiginių, nes šią subskalę sudaro tik 2 teiginiai. Skliausteliuose pateikiami metodikos autorių atlikto tyrimo metu gauti koeficientai (Liniauskaitė et al., 2012). Gautas koreliacijos (0,719) ir p reikšmė (0,000) rodo tai, kad ši subskalė yra susijusi tarpusavyje ir tinkama naudoti tyrimui.

*4 lentelė. Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje koreliacijos koeficientai*

Teiginiai	Koreliacijos koeficientas	P reikšmė
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje „Gerai jaučiuosi gyvendamas (-a) Lietuvoje“	0,719 (0,67)	0,000
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje „Jaučiuosi gerai būdamas (-a) Lietuvos pilietis (-ė)“	0,719 (0,67)	0,000

*4. Socialinis demografinis klausimynas.*

Socialinio demografinio klausimyno klausimai buvo skirti nustatyti tyrimo dalyvių lytį bei amžių.

**2.3. Tyrimo eiga**

Gavus mokymo įstaigų vadovų sutikimus klausimynai buvo išdalinti tyrimo dalyviams. Tyrimas vyko 2018m. spalio- gruodžio mėnesiais. Iš anksto suderinus laiką su klasių vadovais, tyrimas vyko klasių valandėlių metu.

Prieš tyrimą buvo pateikiama informacija, kad dalyvavimas tyrime yra savanoriškas, todėl asmuo gali rinktis ar norės jame dalyvauti ar ne. Išdalinus klausimynus, tyrimo dalyviams buvo pateikiama papildoma informacija (atspausdinta ir prisegta prie klausimynų), kurioje buvo nurodomas tyrimo tikslas, klausimynų pildymo nurodymai, konfidencialumo laikymosi principas, informacija, kad nereikia pateikti asmeninių duomenų, kurių pagalba būtų galima identifikuoti tyrimo dalyvį, duomenų naudojimo tikslas ir kontaktinė informacija iškilus klausimams.

Prieš atliekant tyrimą, tyrimo dalyviams buvo pristatomi klausimynai ir parodomi pildymo pavyzdžiai. Tyrimo dalyviai taip pat buvo įspėti, kad kiekvienas klausimynas turi savo paaiškinimus ir atskiras instrukcijas, kuriose yra pateikiami pildymo pavyzdžiai ir paaiškinimai. Tyrimo dalyviai taip pat buvo informuoti, kad bet kuriuo tyrimo atlikimo etapu, kilus klausimams gali klausti tyrimą atliekančio asmens dėl klausimynų pildymo.

Surinkus tyrimo anketas, jos buvo koduojamos IBM SPSS Statistics programa. NEO-FFI ir LPGS-J skalių duomenys buvo siunčiami į Vilniaus universiteto specialiosios psichologijos laboratoriją. Gavus apskaičiuotus duomenis, buvo atliekama statistinė analizė.

## **2.4. Duomenų apdorojimas**

Tyrimo metu surinktiems duomenims apdoroti buvo naudojamas IBM SPSS Statistics V.23 programinis paketas. Ryšiams tarp dviejų kiekybinių kintamųjų nustatyti buvo parinktas Pearson koreliacijos koeficientas. Kiekybinių kintamųjų skirstinių atitikimas normaliesiems įvertintas naudojant Kolmogorovo- Smirnovo ir Šapiro- Vilko kriterijus (1- 10 priedai). Apskaičiavus kiekybinių duomenų atitikimą normaliajam skirstiniui buvo naudojami parametrinės ir neparametrinės statistikos metodai. Atsižvelgiant į kiekybinių kintamųjų skirstinių atitikimą normaliesiems buvo taikomas Stjudento t kriterijus, kuomet nebuvo Stjudento t kriterijaus tenkinančios prielaidos buvo naudojamas Mano- Vitnio- Vilkoksono kriterijus siekiant palyginti kiekybinio kintamojo pasiskirstymą tarp dviejų nepriklausomų grupių.

### 3. TYRIMO REZULTATAI

#### 3.1. Priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės įvertinimo rezultatai

Lentelėje (5 lentelė) pateikiami tyrimo rezultatai, kurie atspindi priklausomybės nuo interneto pasireiškimo lygį.

5 lentelė. *Priklausomybės nuo interneto pasireiškimo rodikliai*

Priklausomybė nuo interneto	Lytis	Dažnis	Procentinė išraiška
Priklausomybė nuo interneto nepasireiškia	Vaikinai	31	18,9%
	Merginos	21	17,5%
	Iš viso	52	18%
Silpna priklausomybė nuo interneto	Vaikinai	96	58,5%
	Merginos	76	63,3%
	Iš viso	172	59,5%
Vidutinė priklausomybė nuo interneto	Vaikinai	35	21,3%
	Merginos	23	19,2%
	Iš viso	58	20,1%
Stipri priklausomybė nuo interneto	Vaikinai	2	1,2%
	Merginos	0	0%
	Iš viso	2	0,7%
Trūkstamos reikšmės		5	1,7%
Iš viso		289	100%

Nustatyta (žr. 5 lentelė), kad dažniausiai pasireiškiantis priklausomybės nuo interneto lygis- silpna priklausomybė nuo interneto. Ji būdinga 172 (59,5%) tyrimo dalyviams. Vidutinė priklausomybė nuo interneto pasireiškia- 58 (20,1%) tyrimo dalyviams. Stipri priklausomybė nuo interneto būdinga- 2 (0,7%) tyrimo dalyviams. Priklausomybė nuo interneto nepasireiškia- 52 (18%) tyrimo dalyviams. Iš 289 surinktų tyrimo metodikų, 5 tyrimo dalyvių atsakymai nebuvo tinkami statistinei analizei.

Didesnė vaikinių dalis (18,9%) nei merginų (17,5%) nepasižymi priklausomybe nuo interneto. Didesnė dalis merginų (63,3%) nei vaikinių (58,5%) pasižymi silpna priklausomybe nuo interneto. Vidutinė priklausomybė nuo interneto būdinga didesnei daliai tyrimo dalyvių vaikinių (21,3%) nei merginų (19,2%). Nė viena mergina (0%) nepasižymi stipria priklausomybe nuo interneto, o vaikinių grupėje (1,2%) tik maža dalis pasižymi stipria priklausomybe nuo interneto.

Siekiant nustatyti ar skiriasi priklausomybės nuo interneto lygis buvo palyginti paauglių vaikinių ir merginų priklausomybės nuo interneto lygio rodikliai (žr. 6 lentelė). Nustatyta, kad priklausomybės nuo interneto skalės vidurkiai nesiskiria statistiškai reikšmingai vaikinių ir merginų imtyse ( $t=0,920$ ,  $p=0,358$ ).



6 lentelė. *Vaikinių ir merginų priklausomybės nuo interneto skirtumų palyginimas*

Lytis	Vidurkis	95% vidurkio pasikliaut. Interval.		Stand. Nuokrypis	Min.	Maks.	T	p
		Apatinė riba	Viršutinė riba					
Vaikinai	36,66	33,93	39,39	17,69	0	87,00	0,920	0,358
Merginos	34,77	31,82	37,71	16,30	0	75,00		
Viso:	35,86	33,86	37,86	17,11	0	87,00		

Siekiant palyginti asmenybės bruožų įvertinimus buvo sudaryta lentelė (žr. 7 lentelė), kurioje pateikiami rezultatai apie paauglių asmenybės bruožų rodiklių palyginimą.

7 lentelė. *Asmenybės bruožų rodiklių įvertinimų palyginimas pagal lytį*

NEO-FFI skalės	Lytis	Vidurkis	95% vidurkio pasikliaut. Interval.		Stand. Nuokrypis	T	p
			Apatinė riba	Viršutinė riba			
Neurotiškumas	Vaikinai	52,35	50,76	53,93	10,25	-1,261	0,208
	Merginos	53,89	52,08	55,70	9,84		
	Viso:	52,98	51,80	54,17	10,10		
Ekstravertiškumas	Vaikinai	48,98	47,45	50,50	9,83	1,368	0,172
	Merginos	47,35	45,56	49,14	9,88		
	Viso:	48,29	47,13	49,45	9,87		
Atvirumas	Vaikinai	44,77	43,50	46,05	8,15	-1,049	0,295
	Merginos	45,94	44,04	47,85	10,40		
	Viso:	45,27	44,18	46,35	9,167		
Sutariamumas	Vaikinai	50,73	49,35	52,11	8,93	1,099	0,273
	Merginos	49,56	47,97	51,14	8,67		
	Viso:	50,24	49,21	51,28	8,83		
Sąmoningumas	Vaikinai	49,21	47,51	50,90	10,93	-0,696	0,487
	Merginos	50,08	48,35	51,80	9,38		
	Viso:	49,57	48,35	50,79	10,30		

Nustatyta (žr. 7 lentelė), kad asmenybės bruožų įvertinimas pagal visas penkias dimensijas vaikinių ir merginų grupėse statistiškai reikšmingai nesiskiria. Vaikinių (52,35), merginų (53,89) ir bendras (52,98) stipriausiai išreikštas asmenybės bruožas- neurotiškumas. Silpniausiai išreikštas asmenybės bruožas- atvirumas patyrimui. Vaikinių imtyje vidutinis šio bruožo įvertis- 44,77, merginų imtyje- 45,94, bendroje imtyje- 45,27.

8 lentelė. *Psichologinės gerovės įvertinimo rodikliai paauglių vaikinių ir merginių bei visos imties mastu*

Psichologinės gerovės skalės	Lytis	Vidurkis	Stand. nuokrypis	Vidut. Rangai	Kriterijaus reikšmė	p
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	Vaikinai	3,64	0,73	140,31	Z=-0,200	0,841
	Merginos	3,58	0,82	138,35		
	Viso:	3,61	0,77	-		
Neigiamas emocijų	Vaikinai	3,31	0,80	-	t=1,948	0,052
	Merginos	3,11	0,89	-		
	Viso:	3,23	0,84	-		
Tikslingumas	Vaikinai	3,53	0,69	137,61	Z=-0,221	0,825
	Merginos	3,55	0,66	139,76		
	Viso:	3,54	0,68	-		
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	Vaikinai	3,53	0,75	135,79	Z=-0,664	0,507
	Merginos	3,56	0,82	142,24		
	Viso:	3,54	0,78	-		
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	Vaikinai	3,75	0,84	131,32	Z=-2,603	<b>0,009</b>
	Merginos	4,02	0,81	156,94		
	Viso:	3,86	0,84	-		
Kontrolė	Vaikinai	3,70	0,62	152,50	Z=-2,953	<b>0,003</b>
	Merginos	3,40	0,77	123,53		
	Viso:	3,57	0,70	-		
Pasitenkinimas fizine sveikata	Vaikinai	3,68	0,84	153,61	Z=-2,560	<b>0,010</b>
	Merginos	3,37	0,97	128,41		
	Viso:	3,55	0,90	-		
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	Vaikinai	3,55	0,78	138,44	Z=-0,749	0,454
	Merginos	3,60	0,86	145,81		
	Viso:	3,57	0,81	-		
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	Vaikinai	3,29	1,24	135,29	Z=-1,748	0,080
	Merginos	3,54	1,27	152,35		
	Viso:	3,39	1,26	-		
Psichologinė gerovė	Vaikinai	3,57	0,57	-	t=0,317	0,752
	Merginos	3,55	0,61	-		
	Viso:	3,56	0,59	-		

Lentelėje (žr. 8 lentelė) pateikti rezultatai apie psichologinės gerovės vidutinių įverčių palyginimą tarp tyrimo dalyvių paauglių. Nustatyta, kad merginų pasitenkinimo santykiais su artimaisiais skalės balai yra statistiškai reikšmingai didesni nei vaikinų ( $Z=-2,603$ ,  $p=0,009$ ). Vaikinų kontrolės skalės balai yra statistiškai reikšmingai didesni lyginant su merginų grupe ( $Z=-2,953$ ,  $p=0,003$ ). Vaikinų pasitenkinimo fizine sveikata skalės balai yra statistiškai reikšmingai didesni lyginant su merginų grupe ( $Z=-2,560$ ,  $p=0,010$ ). Tarp visų likusių psichologinės gerovės skalių konstrukčių (įskaitant psichologinę gerovę) nebuvo nustatyta statistiškai reikšmingų ryšių.

Vertinant atskirų psichologinės gerovės konstrukčių išreikštumą, buvo nustatyta, kad mažiausi psichologinės gerovės konstrukto įverčių vidurkiai, vaikinų grupėje- pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje kategorijoje (3,29). Merginų grupėje, mažiausi įverčių vidurkiai (3,37) fiksuoti- pasitenkinimo fizine sveikata kategorijoje. Bendroje imtyje, mažiausi įverčių vidurkiai nustatyti- Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje kategorijoje (3,29). Bendroje imtyje didžiausi įverčių vidurkiai, nustatyti- pasitenkinimo santykiais su artimaisiais kategorijoje: vaikinai- 3,75, merginos- 4,02, bendra imtis- 3,86.

### 3.2. Priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajų įvertinimo rezultatai

Lentelėje (žr. 9 lentelė) pateikiami rezultatai apie priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų įvertinimo rodiklių sąsajas visoje imtyje.

9 lentelė. *Priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajų įvertinimo rodikliai visoje imtyje*

Visa imtis		Neurotiškumas	Ekstravertiškumas	Atvirumas patyrimui	Sutariamumas	Sąmoningumas
Priklausomybė nuo interneto	Pearson r	0,339	-0,125	-0,015	-0,270	-0,368
	P reikšmė	<b>p&lt;0,001</b>	<b>0,037</b>	0,802	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>

Nustatytas statistiškai reikšmingas teigiamas ryšys tarp paauglių neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=0,339$ ,  $p<0,01$ ). Didėjant neurotiškumui, didėja priklausomybė nuo interneto. Tarp ekstravertiškumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,125$ ,  $p=0,037$ ) nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys. Didėjant ekstravertiškumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp sutariamumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,270$ ,  $p<0,001$ ). Didėjant sutariamumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,368$ ,  $p<0,001$ ) nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys. Didėjant sąmoningumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Ryšys tarp atvirumo patyrimui ir priklausomybės nuo interneto nenustatytas.

Paauglių imtyje stipriausias ryšys nustatytas tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto bei neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Paauglių grupėje silpniausias ryšys vyrauja tarp ekstravertiškumo ir priklausomybės nuo interneto.

*10 lentelė. Vaikinių priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajų įvertinimo rodikliai*

Vaikinių imtis		Neurotiškumas	Ekstravertiškumas	Atvirumas patyrimui	Sutariamumas	Sąmoningumas
Priklausomybė nuo interneto	Pearson r	0,402	-0,182	-0,027	-0,187	-0,448
	P reikšmė	<b>p&lt;0,001</b>	<b>0,022</b>	0,739	<b>0,018</b>	<b>p&lt;0,001</b>

Lentelėje (žr. 10 lentelė) pateikti rezultatai apie priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajas, vaikinių grupėje. Vaikinių grupėje buvo nustatytas statistiškai reikšmingas teigiamas ryšys tarp neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=0,402$ ,  $p<0,001$ ). Didėjant neurotiškumui, didėja priklausomybė nuo interneto. Nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp ekstravertiškumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,182$ ,  $p=0,022$ ). Didėjant ekstravertiškumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Tarp asmenybės bruožo-sutariamumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,187$ ,  $p=0,018$ ) nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys. Didėjant sutariamumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Nustatytas statistiškai reikšmingas- neigiamas ryšys tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,448$ ,  $p<0,001$ ). Didėjant sąmoningumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Vaikinių grupėje stipriausias ryšys nustatytas tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto bei neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Vaikinių grupėje ryšys tarp atvirumo patyrimui ir priklausomybės nuo interneto nenustatytas.

Vaikinių imtyje stipriausias ryšys nustatytas tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto bei neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys vaikinių imtyje vyrauja tarp ekstravertiškumo ir priklausomybės nuo interneto.

*11 lentelė. Merginų priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajų įvertinimo rodikliai*

Merginų imtis		Neurotiškumas	Ekstravertiškumas	Atvirumas patyrimui	Sutariamumas	Sąmoningumas
Priklausomybė nuo interneto	Pearson r	0,248	-0,052	0,006	-0,409	-0,227
	P reikšmė	<b>0,007</b>	0,575	0,950	<b>p&lt;0,001</b>	<b>0,014</b>

Lentelėje (žr. 11 lentelė) pateikti rezultatai apie priklausomybės nuo interneto ir asmenybės bruožų sąsajas, merginų grupėje. Merginų imtyje nustatytas statistiškai reikšmingas teigiamas tarp neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=0,248$ ,  $p=0,007$ ). Didėjant

neurotiškumui, didėja priklausomybė nuo interneto. Nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp sutariamumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,409$ ,  $p<0,001$ ). Didėjant sutariamumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto ( $r=-0,227$ ,  $p=0,014$ ) nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys. Didėjant sąmoningumui, mažėja priklausomybė nuo interneto. Merginų imtyje stipriausias ryšys nustatytas tarp sutariamumo ir priklausomybės nuo interneto. Merginų grupėje ryšis tarp ekstravertiškumo ir priklausomybės nuo interneto bei atvirumo patyrimui ir priklausomybės nuo interneto nenustatytas.

Merginų imtyje stipriausias ryšys nustatytas tarp sutariamumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys nustatytas tarp neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto.

### 3.3. Priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajų įvertinimo rezultatai

Siekiant išsiaiškinti priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajas buvo sudaryta lentelė (žr. 12 lentelė), kurioje pateikiami rezultatai apie priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajas bendroje tyrimo dalyvių imtyje.

12 lentelė. *Priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajų rodikliai visoje imtyje*

Visa imtis	Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	Neigiamas emocingumas	Tikslingumas	Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	Kontrolė	Pasitenkinimas fizine sveikata	Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	Psichologinė gerovė
Priklausomybė nuo interneto	Pea rson r -0,339	-0,450	-0,377	-0,352	-0,327	0,279	-0,288	-0,319	-0,148	-0,494
	P rei kš mė	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>0,013</b>	<b>p&lt;0,001</b>

Nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp visų psichologinės gerovės dimensijų: pasitenkinimo gyvenimu ir savimi ( $r=-0,339$ ,  $p<0,001$ ), neigiamo emocingumo ( $r=-0,450$ ,  $p<0,001$ ), tikslingumo ( $r=-0,377$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais ( $r=-0,352$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimo santykiais su artimaisiais ( $r=-0,327$ ,  $p<0,001$ ), kontrolės ( $r=-0,279$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimo fizine sveikata ( $r=-0,288$ ;  $p<0,001$ ), pasitenkinimo pragyvenimo lygiu ( $r=-0,319$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje ( $r=-0,148$ ,  $p=0,013$ ), psichologinės gerovė ( $r=-0,494$ ,  $p<0,001$ ) ir priklausomybės nuo interneto. Didėjant išvardintoms psichologinės gerovės dimensijoms mažėja priklausomybė nuo interneto.

Paauglių imtyje stipriausias ryšys nustatytas tarp psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto bei neigiamo emociingumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys nustatytas tarp pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje ir priklausomybės nuo interneto.

Lentelėje (žr. 13 lentelė) pateikiami psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto sąsajų rodikliai, vaikinų imtyje. Nustatytas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp psichologinės gerovės dimensijų: pasitenkinimo gyvenimu ir savimi ( $r=-0,432$ ,  $p<0,001$ ), neigiamo emociingumo ( $r=-0,564$ ,  $p<0,001$ ), tikslingumo ( $r=-0,462$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais ( $r=-0,484$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimo santykiais su artimaisiais ( $r=-0,389$ ,  $p<0,001$ ), kontrolės ( $r=-0,386$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimu fizine sveikata ( $r=-0,404$ ,  $p<0,001$ ), pasitenkinimo pragyvenimo lygiu ( $r=-0,972$ ,  $p<0,001$ ), bendros psichologinės gerovės ( $r=-0,575$ ,  $p<0,001$ ) ir priklausomybės nuo interneto. Didėjant išvardintoms psichologinės gerovės dimensijoms, mažėja priklausomybė nuo interneto.

Vaikinų imtyje nebuvo nustatyta ryšio tarp pasitenkinimo gyvenimu ir priklausomybės nuo interneto.

Vaikinų imtyje stipriausias ryšys nustatytas tarp psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto bei neigiamo emociingumo ir priklausomybės nuo interneto.. Silpniausias ryšys vyrauja tarp pasitenkinimo pragyvenimo lygiu ir priklausomybės nuo interneto.

13 lentelė. *Vaikinų priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajų rodikliai*

Vaikinų imtis		Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	Neigiamas emociingumas	Tikslingumas	Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	Kontrolė	Pasitenkinimas fizine sveikata	Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	Psichologinė gerovė
Priklausomybė nuo interneto	Pearson r	-0,432	-0,564	-0,462	-0,484	-0,389	0,386	-0,404	-0,372	-0,037	-0,575
	P reikšmė	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>	0,638	<b>p&lt;0,001</b>

Lentelėje (žr. 14 lentelė) pateikiami psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto sąsajų rodikliai, merginų grupėje. Merginų imtyje nustatytas statistiškai reikšmingas

neigiamas ryšys tarp psichologinės gerovės dimensijų: pasitenkinimo gyvenimu ir savimi ( $r=-0,221$ ,  $p=0,018$ ), neigiamo emocingumo ( $r=-0,320$ ,  $p=0,001$ ), tikslingumo ( $r=-0,245$ ,  $p=0,009$ ), pasitenkinimo santykiais su artimaisiais ( $r=-0,222$ ,  $p=0,016$ ), kontrolės ( $r=-0,191$ ,  $p=0,041$ ), pasitenkinimo pragyvenimo lygiu ( $r=-0,248$ ,  $p=0,007$ ), pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje ( $r=-0,300$ ,  $p=0,001$ ), bendros psichologinės gerovės ( $r=-0,383$ ,  $p<0,001$ ) ir priklausomybės nuo interneto. Didėjant išvardintoms psichologinės gerovės rodikliams, mažėja priklausomybė nuo interneto.

Merginų imtyje ryšis tarp pasitenkinimo gyvenimu ir priklausomybės nuo interneto bei pasitenkinimo fizine sveikata ir priklausomybės nuo interneto nenustatytas.

Merginų imtyje stipriausias ryšys merginų grupėje nustatytas tarp psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto bei neigiamo emocingumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys vyrauja tarp kontrolės ir priklausomybės nuo interneto.

*14 lentelė. Merginų priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės sąsajų rodikliai*

Merginų imtis		Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	Neigiamas emocingumas	Tikslingumas	Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	Kontrolė	Pasitenkinimas fizine sveikata	Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	Psichologinė gerovė
Priklausomybė nuo interneto	Pearson r	-0,221	-0,320	-0,245	-0,174	-0,222	0,191	-0,174	-0,248	-0,300	-0,383
	Reikšmė	<b>0,018</b>	<b>0,001</b>	<b>0,009</b>	0,062	<b>0,016</b>	<b>0,041</b>	0,059	<b>0,007</b>	<b>0,001</b>	<b>p&lt;0,001</b>

#### 4. REZULTATŲ APTARIMAS

Atlikto tyrimo rezultatai parodė, kad vyraujanti priklausomybės nuo interneto rūšis vaikinių, merginų ir visoje imtyje- silpna priklausomybė nuo interneto. Šio tyrimo rezultatai parodė, kad priklausomybės nuo interneto rodikliai vaikinių ir merginų grupėse yra panašūs. Bozoglan ir bendraautoriai (2013), Young (2009), Kuss ir bendraautorių (2014) atlikti tyrimai rodo, kad vaikinai yra labiau linkę į priklausomybę nuo interneto. Amichai- Hamburger ir Ben- Artzi (2003) pastebi tendenciją, kad priklausomų nuo interneto merginų ir vaikinių veiklos ir tikslai skiriasi.

Vienas iš tyrimo keltų uždavinių- paauglių asmenybės bruožų įvertinimas. Tyrimo rezultatai rodo, kad stipriausiai išreikštas asmenybės bruožas paauglių merginų ir vaikinių grupėse bei visoje imtyje- neurotiškumas. Mažiausiai išreikštas asmenybės bruožas- atvirumas patyrimui. Tyrimo rezultatai parodė, kad asmenybės bruožai nesiskiria pagal lytį. Žukauskienės ir Malinauskienės (2008) atlikto tyrimo duomenys parodė, kad neurotiškumo, ekstravertiškumo, sąmoningumo, sutariamumo ir atvirumo patyrimui asmenybės bruožai paauglių imtyje skyrėsi statistiškai reikšmingai. Merginų grupė pasižymėjo aukštesniais visų asmenybės bruožų įverčiais. Tokie duomenys prieštarauja šio tyrimo metu gautiems duomenims. De Bolle su bendraautoriais tyrimo metu (2015) buvo nustatyta, kad paauglių ekstravertiškumo ir atvirumo patyrimui asmenybės bruožai nesiskiria statistiškai reikšmingai. Bleidorn (2012) pastebi, kad asmenybės bruožams įtakos turi tam tikri gyvenimo įvykiai, tačiau merginų ir vaikinių asmenybės bruožai nesiskiria.

Tyrimo rezultatai parodė, kad labiausiai išreikšta psichologinės gerovės dimensija vaikinių ir merginų grupėse bei bendroje imtyje- pasitenkinimas santykiais su artimaisiais. Merginų grupėje mažiausiai išreikšta psichologinės gerovės dimensija- pasitenkinimas fizine sveikata, o vaikinių grupėje bei bendroje imtyje- pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje. Atlikto tyrimo metu nustatyta, kad lyginant paauglių psichologinę gerovę skirtingos lyties grupėse, skiriasi 3 psichologinės gerovės komponentai: merginos yra labiau patenkintos santykiais su artimaisiais, vaikinai yra labiau linkę kontroliuoti ir yra labiau patenkinti fizine sveikata nei merginos. Visi kiti psichologinės gerovės konstruktai (įskaitant bendrą psichologinę gerovę) nebuvo susiję tyrimo su dalyvių lytimi. Liniauskaitės ir bendraautorių (2012) atlikto tyrimo duomenys rodo panašią tendenciją, merginų grupės rezultatai rodė, kad jos yra labiau patenkintos santykiais su artimaisiais, o vaikinai labiau linkę į kontrolę.

Tyrimo metu nustatyta, kad paauglių priklausomybės nuo interneto lygis yra susijęs su neurotiškumo, ekstravertiškumo, sutariamumo ir sąmoningumo asmenybės bruožais. Didėjant paauglių neurotiškumui, didėja priklausomybė nuo interneto. Mažėjant tyrimo dalyvių



ekstravertiškumui, sutariamumui ir sąmoningumui mažėja priklausomybė nuo interneto. Paauglių grupėje stipriausias ryšys nustatytas tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto bei neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys nustatytas tarp ekstravertiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Blumer ir Doering (2012) nurodo, kad neurotiškumas ir mažai išreikšta ekstraversija teigiamai koreliuoja su priklausomybe nuo interneto, autoriai taip pat pastebi, kad neurotiškumas neretai pasižymi stiprausiu ryšiu su priklausomybe nuo interneto. Collins su bendraautoriais (2012) atlikto tyrimo duomenys parodė, kad sutariamumas ir sąmoningumas neigiamai koreliuoja su priklausomybe nuo interneto. Buckner ir bendraautorių (2012) patvirtina tendenciją, kad sąmoningumas yra neigiamai susijęs su priklausomybe nuo interneto.

Atlikto tyrimo rezultatai parodė, kad vaikinių priklausomybė nuo interneto sąveikauja su neurotiškumu, ekstravertiškumu, sutariamumu ir sąmoningumu. Priklausomybę nuo interneto neigiamai veikia: ekstravertiškumas, sutariamumas ir sąmoningumas. Neurotiškumas teigiamai veikia priklausomybę nuo interneto. Stipriausias ryšys nustatytas tarp sąmoningumo ir priklausomybės nuo interneto bei neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys vyrauja tarp ekstravertiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Blumer ir Doering (2012) pastebi, kad neurotiškumas vaikinių imtyse turi didžiausią įtaką priklausomybei nuo interneto. Kuss su bendraautoriais (2013) nurodo, kad ekstraversija ir sąmoningumas teigiamai koreliuoja su priklausomybe nuo interneto. Autoriai taip pat nurodo, kad ryšių stiprumas tarp asmenybės bruožų ir priklausomybės nuo interneto svyruoja, tačiau tarp neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto dažnai vyrauja stiprus ryšys.

Tyrimo rezultatai parodė, kad merginų grupėje priklausomybė nuo interneto yra teigiamai susijusi su neurotiškumu. Sutariamumo ir sąmoningumo didėjimas turi įtakos priklausomybės nuo interneto mažėjimui. Merginų grupėje stipriausias ryšys nustatytas tarp sutariamumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys vyrauja tarp neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto. Huang su bendraautoriais (2009) pastebi, kad neurotiškumo asmenybės bruožu pasižymintios merginos yra linkusios į priklausomybę nuo interneto, merginų veikla neretai būna orientuota į socialinius tinklapius bei pokalbių svetaines. Autoriai taip pat pastebi, kad sąmoningumas teigiamai veikia priklausomybę nuo interneto. Buckner su bendraautoriais (2012) nurodo, kad merginų imtyse dažnai neurotiškumas ir sąmoningumas turi didžiausią įtaką merginų priklausomybei nuo interneto. Šio tyrimo metu neurotiškumo ir priklausomybės nuo interneto sąveika, merginų imtyje buvo silpniausia.

Tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės ryšius bendroje paauglių grupėje. Rezultatai rodo, kad tarp visų psichologinės gerovės konstrukčių (įskaitant bendrą psichologinę gerovę) ir priklausomybės nuo interneto yra neigiamas

ryšys. Didėjant psichologinės gerovės subskalėms mažėja priklausomybė nuo interneto. Senoldurak ir Durak (2011) nurodo, kad didesnė psichologinė gerovė neigiamai veikia priklausomybę nuo interneto. Paauglių imtyje stipriausias ryšys vyrauja tarp psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto bei neigiamo emocingumo ir priklausomybės nuo interneto, o silpniausias ryšys tarp pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje bei priklausomybės nuo interneto. Frison ir Eggermont (2015) nurodo, kad bendra psichologinė gerovė ir atskiri jos konstruktai koreliuoja su priklausomybe nuo interneto, tačiau bendras psichologinės gerovės vertinimas, turi didžiausios įtakos priklausomybės nuo interneto mažėjimui.

Vienas iš tyrimo uždavinių buvo- nustatyti priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės ryšius vaikinų grupėje. Rezultatai rodo, kad pasitenkinimas gyvenimu, neigiamas emocingumas, tikslingumas, pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais, pasitenkinimas santykiais su artimaisiais, kontrolė, pasitenkinimas fizine sveikata, pasitenkinimas pragyvenimo lygiu ir psichologinė gerovė neigiamai sąveikauja su priklausomybe nuo interneto. Stipriausias ryšys nustatytas tarp psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto bei neigiamo emocingumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys vyrauja tarp pasitenkinimo pragyvenimo lygiu ir priklausomybės nuo interneto. Kardefelt- Winther (2014) nurodo, kad vyrų imtyje aukšta psichologinė gerovė neigiamai koreliuoja su priklausomybe nuo interneto. Çardak (2013) tyrimo duomenys parodė, kad psichologinės gerovės didėjimas vaikinų imtyje lėmė priklausomybės nuo interneto mažėjimą.

Ieškant sąsajų tarp priklausomybės nuo interneto ir psichologinės gerovės, merginų grupėje buvo nustatyta, kad pasitenkinimas gyvenimu, neigiamas emocingumas, tikslingumas, pasitenkinimas santykiais su artimaisiais, kontrolė, pasitenkinimas pragyvenimo lygiu, pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje ir psichologinė gerovė yra neigiamai susijusi su priklausomybe nuo interneto. Šių konstrukčių didėjimas mažina priklausomybę nuo interneto. Stipriausias ryšys nustatytas tarp psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto bei neigiamo emocingumo ir priklausomybės nuo interneto. Silpniausias ryšys vyrauja tarp kontrolės ir priklausomybės nuo interneto. Įvairių tyrimų autoriai pastebi tendenciją, kad psichologinė gerovė yra susijusi su priklausomybe nuo interneto. Kim su bendraautoriais (2009) pastebi, kad merginų psichologinė gerovė ir priklausomybė nuo interneto yra susiję. Didėjant psichologinei gerovei, mažėja priklausomybė nuo interneto. Tromholt (2016), Sherlock ir Wagstaff (2018) tyrimo metu gauti duomenys taip pat parodė, kad merginų psichologinė gerovė turi neigiamų sąsajų su priklausomybe nuo interneto.

Atliktas tyrimas atspindi psichologijos moksle populiarias ir svarbias sritis: priklausomybę nuo interneto, asmenybės bruožus ir psichologinę gerovę. Mokslinėje literatūroje vyrauja nemažai tyrimų bei straipsnių, kuriuose nagrinėjamos sąsajos tarp visų arba keletos iš šių aspektų. Lietuviškų publikacijų kol kas yra mažai, todėl tampa sunku lyginti šio tyrimo metu gautus duomenis su kitų tyrimų duomenimis. Kokybiškesnei analizei yra būtina daugiau panašaus pobūdžio tyrimų, kurių pagalba būtų galima atlikti platesnę analizę ir rezultatus lyginti su Lietuvoje atliktų tyrimų rezultatais.

Šio tyrimo metu naudota metodika, kuri yra skirti matuoti priklausomybės nuo interneto lygį yra šiek tiek ribota. Dėl šių dienų technologinių pokyčių ir plačių interneto panaudojimo galimybių, asmenys, kurie pildo anketą tam tikrus reiškinius gali vertinti kaip nekeliančius grėsmės (pvz. ilgas naudojimas socialiniais tinklais, nuolatinis žaidimas kompiuteriais ir pan.). Taip pat metodikos pagalba netiriami naujadarai (pvz. virtualios realybės akiniai ir pan.). Todėl siekiant optimalių rezultatų yra būtina pritaikyti metodiką, kad ji atitiktų šių dienų technologinius pokyčius bei aprėptų platesnį spektrą veiklų, kurios yra susijusios su interneto teikiamomis galimybėmis.

Tyrimo metu nebuvo tirti socialinių ir demografinių veiksnių (gyvenamoji vieta, pajamos, šeimos sudėtis ir pan.) įtaką priklausomybei nuo interneto, asmenybės bruožams ir psichologinei gerovei, todėl siekiant tikslesnių rezultatų kituose panašios srities tyrimuose būtų galima atsižvelgti į šių veiksnių įtaką.

## IŠVADOS

1. Nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje vaikinių ir merginų priklausomybės nuo interneto pasireiškimo lygio rodikliai nesiskiria.
2. Nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje asmenybės bruožų: neurotiškumo, ekstravertiškumo, atvirumo patyrimui, sutariamumo, sąmoningumo įvertinimai vaikinių ir merginų grupėse nesiskiria.
3. Nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje vaikinių ir merginų grupėse daugelis psichologinės gerovės lygio rodiklių (pasitenkinimo gyvenimu, neigiamo emocijų, tikslingumo, pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje) nesiskiria.
4. Nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje kai kurie psichologinės gerovės lygio rodikliai vaikinių ir merginų grupėse skiriasi:
  - 4.1. vaikinių kontrolės ( $Z=-2,953$ ,  $p=0,003$ ) ir pasitenkinimo fizine sveikata ( $Z=-2,560$ ,  $p=0,010$ ) rodikliai yra aukštesni nei merginų;
  - 4.2. merginų pasitenkinimas santykiais su artimaisiais ( $Z=-2,603$ ,  $p=0,009$ ) yra aukštesnis nei vaikinių.
5. Nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje kai kurie asmenybės bruožai yra susiję su priklausomybės nuo interneto ypatumais:
  - 4.1. stipriau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi didesniu neurotiškumu pasižymintys abiejų lyčių paaugliai ( $r=0,339$ ,  $p<0,01$ );
  - 4.2. silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi didesniu ekstravertiškumu ( $r=-0,125$ ,  $p=0,037$ ), sutariamumu ( $r=-0,270$ ,  $p<0,001$ ) ir sąmoningumu ( $r=-0,368$ ,  $p<0,001$ ) pasižymintys abiejų lyčių paaugliai;
  - 4.3. stipriau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi didesniu neurotiškumu ( $r=0,402$ ,  $p<0,001$ ) pasižymintys vaikinai;
  - 4.4. silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi didesniu ekstravertiškumu ( $r=-0,182$ ,  $p=0,022$ ), sutariamumu ( $r=-0,187$ ,  $p=0,018$ ) ir sąmoningumu ( $r=-0,448$ ,  $p<0,001$ ) pasižymintys vaikinai;

4.5. stipriau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi didesniu neurotiškumu ( $r=0,248$ ,  $p=0,001$ ) pasižyminčios merginos;

4.6. silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi sutariamumu ( $r=-0,409$ ,  $p<0,018$ ) ir sąmoningumu ( $r=-0,227$ ,  $p=0,014$ ) pasižyminčios merginos.

5. Nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje daugelis psichologinės gerovės lygio rodiklių yra susiję su priklausomybe nuo interneto:

5.1. silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi abiejų lyčių paaugliai, pasižymintys didesniu pasitenkinimu gyvenimu ir savimi ( $r=-0,339$ ,  $p<0,001$ ), didesniu neigiamu emocijumu ( $r=-0,450$ ,  $p<0,001$ ), didesniu tikslingumu ( $r=-0,377$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu tarpasmeniniais santykiais ( $r=-0,352$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu santykiais su artimaisiais ( $r=-0,327$ ,  $p<0,001$ ), didesne kontrole ( $r=-0,279$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu fizine sveikata ( $r=-0,288$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu pragyvenimo lygiu ( $r=-0,319$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu gyvenimu Lietuvoje ( $r=-0,148$ ,  $p=0,013$ ) bei aukštesniu visuminiu psichologinės gerovės lygiu ( $r=-0,494$ ,  $p<0,001$ );

5.2. silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi vaikinai, pasižymintys didesniu pasitenkinimu gyvenimu ir savimi ( $r=-0,432$ ,  $p<0,001$ ), didesniu neigiamu emocijumu ( $r=-0,564$ ,  $p<0,001$ ), didesniu tikslingumu ( $r=-0,462$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu tarpasmeniniais santykiais ( $r=-0,484$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu santykiais su artimaisiais ( $r=-0,389$ ;  $p<0,001$ ), didesne kontrolė ( $r=-0,386$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu fizine sveikata ( $r=-0,404$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu pragyvenimo lygiu ( $r=-0,972$ ,  $p<0,001$ ) bei aukštesniu visuminiu psichologinės gerovės lygiu ( $r=-0,575$ ,  $p<0,001$ );

5.3. silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi merginos, pasižyminčios didesniu pasitenkinimu gyvenimu ir savimi ( $r=-0,221$ ,  $p=0,018$ ), didesniu neigiamu emocijumu ( $r=-0,320$ ,  $p=0,001$ ), didesniu tikslingumu ( $r=-0,245$ ,  $p=0,009$ ), didesniu pasitenkinimu santykiais su artimaisiais ( $r=-0,222$ ,  $p=0,016$ ), didesne kontrole ( $r=-0,191$ ,  $p=0,041$ ), didesniu pasitenkinimu pragyvenimo lygiu ( $r=-0,248$ ;  $p=0,007$ ), didesniu pasitenkinimu gyvenimu Lietuvoje ( $r=-0,300$ ,  $p=0,001$ ) bei aukštesniu visuminiu psichologinės gerovės lygiu ( $r=-0,383$ ,  $p<0,001$ ).

## NAUDOTA LITERATŪRA

1. Adams, A. E., Beeble, M. L., & Gregory, K. A. (2015). Evidence of the construct validity of the Scale of Economic Abuse. *Violence and Victims*, 30, 363–376.
2. Amichai-Hamburger, Y. & Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior*, 19, 71–80.
3. Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, D. M., Kuss, J. D., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30 (2), 252- 262.
4. Bagdonas, A., Urbanavičiūtė, I., Kairys, A., Liniauskaitė, A., Girdzijauskienė, S. (2012). Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė: struktūros paieškos studentų imtyje\*. *Psichologija*, 45, 22-41.
5. Baker, A. M., Soto, J. A., Perez, C. R., & Lee, E. A. (2012). Acculturative status and psychological well-being in an Asian American sample. *Asian American Journal of Psychology*, 3(4), 275–285.
6. Blakemore, S. J. (2012). Development of the social brain in adolescence. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 105, 111–116.
7. Bleidorn, W. (2012). Hitting the road to adulthood: Short-term personality development during a major life transition. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38, 1594–1608.
8. Block, J. J. (2008) Issues for DSM-IV: Internet Addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306–307.
9. Blumer, T., Doering, N. (2012). Are we the same online? The expression of the five factor personality traits on the computer and the Internet. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 6(3), article 1. Prieiga internete: <http://www.nicola-doering.de/wp-content/uploads/2014/08/Blumer-D%C3%B6ring-2012-Are-we-the-same-online.pdf>
10. Boehm, J. K., Soo, J., Zevon, E. S., Chen, Y., Kim, E. S., & Kubzansky, L. D. (2018). Longitudinal associations between psychological well-being and the consumption of fruits and vegetables. *Health Psychology*, 37(10), 959–967.
11. Bozoglan, B., Demirer, V. & Sahin, I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology* 54, 313–319.
12. Branje, S. J. T., Van Lieshout, C. F. M., & Gerris, J. R. M. (2007). Big Five personality development in adolescence and adulthood. *European Journal of Personality*, 21, 45–62.

13. Buckner, J. E. V., Castille, C. M., & Sheets, T. L. (2012). The five factor model of personality and employees' excessive use of technology. *Computers in Human Behavior*, 28, 1947–1953.
14. Burton, L. M. (2007). Childhood adultification in economically disadvantaged families: A conceptual model. *Family Relations*, 56, 329–345.
15. Caplan, S. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology and Behavior*, 10(2), 234–242.
16. Caplan, S. E., Williams, D., & Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25, 1312–1319.
17. Çardak, M. (2013). Psychological well-being and internet addiction among university students. Prieiga internete: <http://tojet.net/articles/v12i3/12312.pdf>
18. Caspi, A., Roberts, B. W., & Shiner, R. L. (2005). Personality development: Stability and change. *Annual Review of Psychology*, 56, 453–484.
19. Chan, D. W., Chan, L., & Sun, X. (2017). Developing a Brief Version of Ryff's Scale to Assess the Psychological Well-Being of Adolescents in Hong Kong. *European Journal of Psychological Assessment*, 7, 1- 9.
20. Chuang, Y. C. (2006). Massively multiplayer online role-playing game-induced seizures: A neglected health problem in Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 9, 451–456.
21. Collins, E., Freeman, J., & Chamarro-Premuzic, T. (2012). Personality traits associated with problematic and non-problematic massively multiplayer online role playing game use. *Personality and Individual Differences*, 52, 133–138.
22. Connor-Smith, J. K., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 1080–1107.
23. Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187–195.
24. De Bolle, M., De Fruyt, F., McCrae, R. R., Löckenhoff, C. E., Costa, P. T., Jr., Aguilar-Vafaie, M. E., & Terracciano, A. (2015). The emergence of sex differences in personality traits in early adolescence: A cross-sectional, cross-cultural study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(1), 171–185.
25. Denissen, J. J. A., Luhmann, M., Chung, J. M., & Bleidorn, W. (2018). Transactions between life events and personality traits across the adult lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*. Advance online publication.
26. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.

27. Fry, M. D., Guivernau, M., Kim, M., Newton, M., Gano, O. L. A., & Magyar, T. M. (2012). Youth perceptions of a caring climate, emotional regulation, and psychological well-being. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(1), 44–57.
28. Frison, E., & Eggermont, S. (2015). Exploring the relationships between different types of Facebook use, perceived online social support, and adolescents' depressed mood. *Social Science Computer Review*, 34(2), 153–171.
29. Ginsberg, Y., Quintero, J., Anand, E., Casillas, M., & Upadhyaya, H. P. (2014). Underdiagnosis of attention-deficit/hyperactivity disorder in adult patients: A review of the literature. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 16. Advance online publication. Prieiga internete: <https://www.psychiatrist.com/PCC/article/Pages/2014/v16n03/13r01600.aspx>
30. Graham, M. & De Sabbata, S. (2015). Mapping Information Wealth and Poverty: The Geography of Gazetteers. *Environment and Planning A* 47(6). 1254-1264.
31. Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191- 197.
32. Grigutytė, N., Raižienė, S., Pakalniškienė, V. ir Povilaitis, R. (2018). Lietuvos vaikų naudojimosi internetu 2010 ir 2018 metais ypatumų palyginimas. *Psichologija*, 58, 57- 71.
33. Heinrich, A., Müller, K. U., Banaschewski, T., Barker, G. J., Bokde, A. L. W., Bromberg, U. (2016). Prediction of alcohol drinking in adolescents: Personality-traits, behavior, brain responses, and genetic variations in the context of reward sensitivity. *Biological Psychology*, 118, 79–87.
34. Hintsanen, M., Puttonen, S., Smith, K., Törnroos, M., Jokela, M., Pulkki-Råback, L., Keltikangas-Järvinen, L. (2014). Five-factor personality traits and sleep: Evidence from two population-based cohort 56 fage56L. *Health Psychology*, 33(10), 1214–1223.
35. Huang, R. L., Lu, Z., Liu, J. J., You, Y. M., Pan, Z. Q., Wei, Z., & Wang, Z. Z. (2009). Features and predictors of problematic internet use in Chinese college students. *Behaviour and Information Technology*, 28, 485–490.
36. Young, K. S. (2009). Internet addiction. *American Behavioral Scientist*, 4, 402-415.
37. Young, K. S., Griffin-Shelley, E., Cooper, A., O'mara, J., & Buchanan, J. (2000). Online infidelity: A new 56 fage56L56n in couple relationships with implications for evaluation and treatment. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment and Prevention*, 7, 59–74.
38. Young, K.S. (2004). Internet addiction. A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, 48, 402- 415.



39. Jansz, J., & Tanis, M. (2007). Appeal of playing online first person shooter games. *CyberPsychology and Behavior*, 10, 133–136.
40. Jones, S., & Fox, S. (2009). Generations online in 2009. *PEW Research Center*. Prieiga internete: <http://pewresearch.org/pubs/1093/generationsonline>
41. Jonkmann, K., Thoemmes, F., Lüdtke, O., & Trautwein, U. (2014). Personality traits and living arrangements in young adulthood: Selection and socialization. *Developmental Psychology*, 50(3), 683–698.
42. Kairys A. (2008). Didysis penketas: už ir prieš. *Psichologija*, 37, 71- 84.
43. Kairys, A., Liniauskaitė, A., Bagdonas, A. ir Palalniškienė, V. (2013). Lietuvos gyventojų reprezentatyvios imties psichologinės gerovės struktūra. *Psichologija*, 48, 7- 19.
44. Kardefelt-Winther, D. (2014). The moderating role of psychosocial well-being on the relationship between escapism and excessive online gaming. *Computers in Human Behavior*, 38, 68-74.
45. Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *CyberPsychology & Behavior*, 12, 451–455.
46. Kipp, L. E., & Weiss, M. R. (2015). Social predictors of psychological need satisfaction and well-being among female adolescent gymnasts: A longitudinal analysis. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(3), 153–169.
47. Klimstra, T. A., Hale, W. W., Raaijmakers, Q. A., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). Maturation of personality in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 898–912.
48. Ko, C. H., Hsiao, S., Liu, G. C., Yen, J. Y., Yang, M. J., & Yen, C. F. (2010). The characteristics of decision making, potential to take risks, and personality of college students with internet addiction. *Psychiatry Research*, 175, 121–125.
49. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29, 959–966.
50. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*, 20, 4026–4052.
51. Lachmann, B., Duke, É., Sariyska, R., & Montag, C. (2017). Who's Addicted to the Smartphone and/or the Internet?. *Psychology of Popular Media Culture*. Advance online publication.

52. Lan, M. C., & Lee, Y. H. (2013). The predictors of internet addiction behaviours for Taiwanese elementary school students. *School Psychology International*, 24(6), 648- 657.
53. Lee, Y. K., Chang, C.-T., Lin, Y., & Cheng, Z.-H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373–383.
54. Lerner, R. M., Hershberg, R. M., Hikkiard, L. L., & Johnson, S. K. (2015). Human development theories. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 2<sup>nd</sup> edition (11), 276- 282. Prieiga internete: [https://www.researchgate.net/publication/304183737\\_Human\\_Development\\_Theories](https://www.researchgate.net/publication/304183737_Human_Development_Theories)
55. Leung, L. (2004). Net-generation attributes and seductive properties of the internet as predictors of online activities and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 7, 333–348.
56. Li, W., Garland, E. L., McGovern, P., O’Brien, J. E., Tronnier, C., & Howard, M. O. (2017). Mindfulness-oriented recovery enhancement for internet gaming disorder in U.S. adults: A stage I randomized controlled trial. *Psychology Of Addictive Behaviors*, 31(4), 393-402.
57. Liniauskaitė, A., Kairys, A., Urbanavičiūtė, I., Bagdonas, A. ir Pakalniškienė, V. (2012). Suaugusiųjų psichologinės gerovės sąsajos su socialiniais ir demografiniais kintamaisiais. *Tiltai*, 3, 35- 53.
58. Liu, C. Y., & Kuo, F. Y. (2007). A study of Internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *CyberPsychology and Behavior*, 10, 799- 804.
59. Liu, J., Li, C., Carcioppolo, N., & North, M. (2016). Do our Facebook friends make us feel worse? A study of social comparison and emotion. *Human Communication Research*, 42, 619–640.
60. Livingstone, S., Haddon, L., Gorzig, A., & O’lafsson, K. (2011). Risks and safety on the Internet: The perspective of European children. Full findings. *London, England: EU Kids Online*. Prieiga internete: <http://www.lse.ac.uk>.
61. Lüdtke, O., Roberts, B. W., Trautwein, U., & Nagy, G. (2011). A random walk down university avenue: Life paths, life events, and personality trait change at the transition to university life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 620–637.
62. Mallouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Rooke, S. E., & Schutte, N. S. (2007). Alcohol involvement and the Five-Factor Model of personality: A metaanalysis. *Journal of Drug Education*, 37, 277–294.
63. McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Terracciano, A., Parker, W. D., Mills, C. J., De Fruyt, F., & Mervielde, I. (2002). Personality trait development from age 12 to age 18: Longitudinal,

- cross-sectional, and cross-cultural analyses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1456–1468.
64. Meerkerk, G. J., van den Eijnden, R. J., Vermulst, A. A., Garretsen, H. F., & Garretsen, F. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some psychometric properties. *CyberPsychology & Behavior*, 12, 1–6.
  65. Montag, C., Flierl, M., Markett, S., Walter, N., Jurkiewicz, M., & Reuter, M. (2011). Internet addiction and personality in first-person-shooter video gamers. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 23(4), 163–173.
  66. Montag, C., Jurkiewicz, M., & Reuter, M. (2010). Low self-directedness is a better predictor for problematic internet use than high neuroticism. *Computers in Human Behavior*, 26, 1531–1535.
  67. Mottram, A. J., & Fleming, M. J. (2009). Extraversion, impulsivity, and online group membership as predictors of problematic internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 12, 319–321.
  68. Odaci, H., & C, elik, C, , B. (2013). Who are problematic Internet users? An investigation of the correlations between problematic Internet use and shyness, loneliness, narcissism, aggression and self-perception. *Computers in Human Behavior*, 29, 2382–2387.
  69. Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S., & Galinha, I. C. (2013). Concepts of happiness across time and cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39, 559–577.
  70. Pascoe, E. A., & Smart Richman, L. (2009). Perceived discrimination and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 135, 531–554.
  71. Petry, N. M., Rehbein, F., Gentile, D. A., Lemmens, J. S., Rumpf, H.-J., Möble, T., & Borges, G. (2014). An international consensus for assessing internet gaming disorder using the new DSM- 5 approach. *Addiction*, 109(9), 1399–1406.
  72. Pociūtė, B. ir Krancaitė, E. (2012). Paauglių aktyvumas vs. Pasyvumas interneto socialiniame tinkle „facebook“ ir sąsajos su jaučiamu vienišumu bei asmenybės bruožais. *Psichologija*, 46, 60- 79.
  73. Pocnet, C., Antonietti, J.-P., Massoudi, K., Györkös, C., Becker, J., de Bruin, G. P., & Rossier, J. (2015). Influence of individual characteristics on work engagement and job stress in a sample of 59 fage59L and foreign workers in Switzerland. *Swiss Journal of Psychology*, 74(1), 17–27.
  74. Poli, R. (2017). Internet addiction update: diagnostic criteria, assessment and prevalence. *Neuropsychiatry (London)*, 7(1), 4– 8.

75. Postmus, J. L., Plummer, S. B., McMahon, S., Murshid, N. S., & Kim, M. S. (2012). Understanding economic abuse in the lives of survivors. *Journal of Interpersonal Violence*, 27, 411–430.
76. Poškus, M., Kairys, A., Liniauskaitė, A. ir Žukauskienė, R. (2014). „Jūsų neo išvada: validus ar barnumo efektu grįstas grįžtamojo ryšio suteikimo būdas“? *Psichologija*, 49, 44–59.
77. Prinzie, P., Deković, M., van den Akker, A. L., de Haan, A. D., Stoltz, S. E. M. J., & Hendriks, A. A. J. (2012). Fathers' personality and its interaction with children's personality as predictors of perceived parenting behavior six years later. *Personality and Individual Differences*, 52, 183–189.
78. Rahmani, S., & Lavasani, M. G. (2011). The comparison of sensation seeking and five big factors of personality between internet dependents and non-dependents. *Procedia—Social and Behavioral Sciences*, 15, 1029–1033.
79. Randler, C., Horzum, M. B., & Vollmer, C. (2014). Internet Addiction and Its Relationship to Chronotype and Personality in a Turkish University Student Sample. *Social Science Computer Review*, 32(4) 484-495.
80. Ryan, T., & Xenos, S. (2011). Who uses Facebook? An investigation into the relationship between the Big Five, shyness, narcissism, loneliness, and Facebook usage. *Computers in Human Behavior*, 27, 1658–1664.
81. Roberts, B. W., Wood, D., & Smith, J. L. (2005). Evaluating Five-Factor theory and social investment perspectives on personality trait development. *Journal of Research in Personality*, 39, 166–184.
82. Sariyska, R., Reuter, M., Lachmann, B., & Montag, C. (2015). Attention Deficit/Hyperactivity Disorder is a better predictor for problematic Internet use than depression: Evidence from Germany. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 6, 209. Prieiga internete: <https://www.omicsonline.org/open-access/attention-deficithyperactivity-disorder-is-a-better-predictor-for-problematicinternet-use-than-depression-evidence-from-germany-2155-6105-1000209.php?aid=42016>.
83. Schmitt, M. T., Branscombe, N. R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(4), 921–948.
84. Senol-Durak, E. & Durak, M. (2011). The mediator roles of life satisfaction and self-esteem between the affective components of psychological well-being and the cognitive symptoms of problematic Internet use. *Social Indicators Research*, 103, 23–32.

85. Shakya, H. B., & Christakis, N. A. (2017). Association of Facebook use with compromised well-being: A longitudinal study. *American Journal of Epidemiology*, 185, 203–211.
86. Shawn, M., & Black, D. W. (2008). Internet addiction: Definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22, 353- 365.
87. Sherlock, M., & Wagstaff, D. L. (2018). Exploring the Relationship Between Frequency of Instagram Use, Exposure to Idealized Images, and Psychological Well-being in Women. *Psychology of Popular Media Culture*. Advance online publication.
88. Smahel, D., Brown, B. B., & Blinka, L. (2012). Associations between online friendship and Internet addiction among adolescents and emerging adults. *Developmental Psychology*, 48(2), 381–388.
89. Spada, M. M. (2014). An overview of problematic internet use. *Addictive Behaviors* 39: 3-6.
90. Specht, J., Egloff, B., & Schmukle, S. C. (2011). Stability and change of personality across the life course: The impact of age and major life events on mean-level and rank-order stability of the Big Five. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 862–882.
91. Spinhoven, P., de Rooij, M., Heiser, W., Smit, J. H., & Penninx, B. W. J. H. (2012). Personality and changes in comorbidity patterns among anxiety and depressive disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 121(4), 874–884.
92. Subrahmanyam, K., & Greenfield, P. M. (2008). Online communication and adolescent relationships. *The Future of Children*, 18, 119–146.
93. Šarakauskienė, A. ir Bagdonas, A. (2011) Vyresniųjų klasių mokinių psichologinės gerovės prognostiniai kintamieji. *Psichologija*, 44, 7- 21.
94. Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, Y., & Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction*, 105 (3), 556- 564.
95. Telzer, E. H., & Fuligni, A. J. (2009). Daily family assistance and the psychological well-being of adolescents from Latin American, Asian, and European backgrounds. *Developmental Psychology*, 45(4), 1177–1189.
96. Terracciano, A., & Costa, P. T. (2004). Smoking and the Five-Factor Model of personality. *Addiction*, 99, 472–481.
97. Terracciano, A., Löckenhoff, C. E., Crum, R. M., Bienvenu, O. J., & Costa, P. T. (2008). Five-Factor Model personality profiles of drug users. *BMC Psychiatry*, 8, 22.
98. Tromholt, M. (2016). The Facebook experiment: Quitting Facebook leads to higher levels of well-being. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 19, 661–666.

- Twenge, J. M., Martin, G. N., & Campbell, W. K. (2018). Decreases in psychological well-being among American adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology. *Emotion*, 18(6), 765–780.
99. Twenge, J. M., Sherman, R. A., & Lyubomirsky, S. (2016). More happiness for young people and less for mature adults: Time period differences in subjective well-being in the United States, 1972–2014. *Social Psychological and Personality Science*, 7, 131–141.
100. Twenge, J. M., Sherman, R. A., & Wells, B. E. (2017). Sexual inactivity during young adulthood is more common among U.S. Millennials and iGen: Age, period, and cohort effects on having no sexual partners after age 18. *Archives of Sexual Behavior*, 46, 433–440.
101. Van den Akker, A. L., Deković, M., Asscher, J., & Prinzie, P. (2014). Mean-level personality development across childhood and adolescence: A temporary defiance of the maturity principle and bidirectional associations with parenting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(4), 736–750.
102. Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). 'Internet Addiction': A critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31–51.
103. Zajac, K., Ginley, M. K., Chang, R., & Petry, N. M. (2017). Treatments for Internet gaming disorder and Internet addiction: A systematic review. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(8), 979–994.
104. Zou, M. L., Yaduvanshi, P., & Malik, A. N. (2015). Antecedents of Internet Addiction among College Students in India. *International Journal of Global Education*, 4, 1–10.
105. Žukauskienė, R. ir Barkauskienė, R. (2006) lietuviškosios neo pi-r versijos psichometriniai rodikliai. *Psichologija*, 33, p. 7-21.
106. Žukauskienė, R., & Malinauskienė, O. (2008). Skirtumai tarp lyčių, prognozuojant elgesio ir emocinius sunkumus paauglystėje pagal asmenybės bruožus ir tėvų auklėjimo stilių. *Psichologija*, 38, 63-83.

## SANTRAUKA

**Deividas Beinoras.** *Priklausomybė nuo interneto vėlyvojoje paauglystėje: sąsajos su asmenybės bruožais ir psichologine gerove.* Psichologijos studijų programos magistro baigiamasis darbas. Darbo vadovas doc. dr. Povilas Žakaitis, Klaipėdos universitetas: Klaipėda, 2019- 66 psl.

Šiuolaikinėje psichologijoje vyrauja nemažai tyrimų, kurie yra susiję su priklausomybėmis, tampa svarbu išsiaiškinti paauglių naudojimosi internetu ypatybes ir sąsajas su asmenybės bruožais ir psichologine gerove.

Pagrindiniai žodžiai: priklausomybė nuo interneto, asmenybės bruožais, psichologinė gerovė.

Šio tyrimo tikslas- Atskleisti priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės sąsajų ypatumus vėlyvojoje paauglystėje, kurį įgyvendinant buvo atliekami tokie uždaviniai:

1. Įvertinti priklausomybės nuo interneto pasireiškimo lygį vėlyvojoje paauglystėje.
2. Įvertinti tiriamųjų paauglių asmenybės bruožus, taikant Didžiojo penketo modelį.
3. Įvertinti tiriamųjų paauglių psichologinės gerovės lygį.
4. Nustatyti priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės sąsajų raiškos ypatumus vėlyvojoje paauglystėje.
5. Palyginti merginų ir vaikų priklausomybės nuo interneto, asmenybės bruožų ir psichologinės gerovės sąsajų raiškos ypatumus vėlyvojoje paauglystėje.

Vertinimo instrumentai: Priklausomybės nuo interneto skalė (IAT; Kimberly S. Young), Penkių faktorių klausimynas (NEO- FFI; P. T. Costa ir R. R. McCrae), Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė jaunimui (LPGS- J; A. Kairys, A. Liniauskaitė, A. Bagdonas ir V. Pakalniškienė).

Tyrimo dalyvavo 289 asmenys: 168 vaikinai (58,1%) ir 121 merginos (41,9%). Tyrimo dalyvių amžius vyrauja nuo 16 iki 20 metų. Tyrimo metu nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje vaikų ir merginų priklausomybės nuo interneto pasireiškimo lygiai nesiskiria. Nustatyta, kad visi asmenybės bruožų konstruktai vaikų ir merginų grupėse nesiskiria. Vėlyvojoje paauglystėje nesiskiria visi psichologinės gerovės konstruktai, išskyrus vaikų kontrolės ( $Z=-2.953$ ,  $p=0,003$ ) ir pasitenkinimo fizine sveikata ( $Z=-2,560$ ,  $p=0,010$ ) yra didesni nei merginų, o merginų pasitenkinimo santykiais su artimaisiais ( $Z=-2,603$ ,  $p=0,009$ ) yra aukštesni nei vaikų. Nustatyta, kad stipriau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi didesniu neurotiškumu pasižymintys abiejų lyčių paaugliai ( $r=0,339$ ,  $p<0,01$ ). Silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi didesniu ekstravertiškumu ( $r=-0,125$ ,  $p=0,037$ ), sutariamumu ( $r=-0,270$ ,  $p<0,001$ ) ir sąmoningumu ( $r=-0,368$ ,  $p<0,001$ ) pasižymintys abiejų lyčių paaugliai. Nustatyta, kad vėlyvojoje paauglystėje silpniau išreikštą priklausomybę nuo interneto turi abiejų lyčių paaugliai, pasižymintys didesniu pasitenkinimu gyvenimu ir savimi ( $r=-0,339$ ,  $p<0,001$ ), didesniu neigiamu emocijumu ( $r=-0,450$ ,  $p<0,001$ ), didesniu tikslingumu ( $r=-0,377$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu tarpasmeniniais santykiais ( $r=-0,352$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu santykiais su artimaisiais ( $r=-0,327$ ,  $p<0,001$ ), didesne kontrole ( $r=-0,279$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu fizine sveikata ( $r=-0,288$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu pragyvenimo lygiu ( $r=-0,319$ ,  $p<0,001$ ), didesniu pasitenkinimu gyvenimu Lietuvoje ( $r=-0,148$ ,  $p=0,013$ ) bei aukštesniu visuminiu psichologinės gerovės lygiu ( $r=-0,494$ ,  $p<0,001$ ).

## SUMMARY

**Deividas Beinoras.** Internet addiction in the late adolescence: relations with personality traits and psychological well-being. Supervisor doc. dr. Povilas Žakaitis, Klaipėda University: Klaipėda, 2019- 66p.

There are numbers of researches related to addiction in the modern psychology that implies the importance to clarify the characteristics of teenagers' usage of the Internet and the links between personality traits and psychological well-being.

Key words: Internet addiction, personality traits, psychological well-being.

The aim of this study was to reveal peculiarities of coherency between the Internet addiction, personality traits and psychological well-being in the late adolescence, which was implemented with the following tasks:

1. To evaluate the level of Internet addiction in the late adolescence.
2. To evaluate the personality traits of adolescents using the Great Five model.
3. To assess the level of psychological well-being of adolescents.
4. To identify coherency of expressions peculiarities between the Internet addiction, personality traits and psychological well-being in the late adolescence.
5. Compare coherency of expression peculiarities between girls 'and boys' addiction on the Internet, personality traits and psychological well-being in the late adolescence.

Assessment Tools: Internet Addiction Scale (IAT; Kimberly S. Young), Five-Factor Questionnaire (NEO-FFI; P. T. Costa and R. R. McCrae), Lithuanian Psychological Well-Being Scale for Youth (LPGS-J; A. Kairys, A. Liniauskaitė, A. Bagdonas and V. Pakalniškienė).

The study included 289 persons: 168 boys (58.1%) and 121 girls (41.9%). Participants' age ranged from 16 to 20 years. The study states that in the late adolescence there was no difference between male and female internet addiction. It has been found that all the personality traits in the male and the female groups has no difference. In the late adolescence, all constructs of psychological well-being do not differ, except for male controls ( $Z = -2.953$ ,  $p = 0.003$ ) and physical satisfaction ( $Z = -2.560$ ,  $p = 0.010$ ) are higher than those of girls and girl's relationship with relatives ( $Z = -2.603$ ,  $p = 0.009$ ) are higher than the boys. It has been found that the more pronounced internet addiction of both genders with higher neuroticism ( $r = 0.339$ ,  $p < 0.01$ ). Moreover, study states that both genders with more noticeable internet addiction has higher neuroticism level ( $r = 0.339$ ,  $p < 0.01$ ). Less pronounced internet addiction has higher extraversion ( $r = -0.125$ ,  $p = 0.037$ ), consensus ( $r = -0.270$ ,  $p < 0.001$ ) and consciousness ( $r = -0.368$ ,  $p < 0.001$ ) of both genders. In addition to this, study found It has been found that adolescents with lower expressions of internet addiction in the late adolescence have a higher level of satisfaction with life and self ( $r = -0.339$ ,  $p < 0.001$ ), higher negative emotion ( $r = -0.450$ ,  $p < 0.001$ ), higher targeting ( $r = -0.377$ ,  $p < 0.001$ ), greater interpersonal satisfaction ( $r = -0.352$ ,  $p < 0.001$ ), higher satisfaction with relatives ( $r = -0.327$ ,  $p < 0.001$ ), higher control ( $r = -0.279$ ,  $p < 0.001$ ) 0.001), higher levels of satisfaction with physical health ( $r = -0.288$ ,  $p < 0.001$ ), higher level of satisfaction ( $r = -0.319$ ,  $p < 0.001$ ), higher life satisfaction in Lithuania ( $r = -0.148$ ,  $p = 0.013$ ) and higher overall level of psychological well-being ( $r = -0.494$ ,  $p < 0.001$ ).



# **PRIEDAI**

*1 priedas. Priklausomybės nuo interneto skirstinių atitikimo normaliesiems patikrinimas pagal lytį*

	Lytis	Kolmogorovo- Smirnovo			Šapiro-Vilko		
		Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Priklausomybė nuo interneto	Vyras	0,049	164	0,200	0,990	164	0,288
	Moteris	0,075	120	0,096	0,985	120	0,212

*2 priedas. Asmenybės bruožų skirstinių atitikimo normaliesiems patikrinimas pagal lytį*

	Lytis	Kolmogorovo- Smirnovo			Šapiro- Vilko		
		Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Neurotiškumas	Vyras	0,092	164	0,002	0,987	164	0,122
	Moteris	0,071	116	0,200	0,986	116	0,267
Ekstravertiškumas	Vyras	0,063	162	0,200	0,987	162	0,139
	Moteris	0,096	119	0,009	0,983	119	0,140
Atvirumas patyrimui	Vyras	0,075	160	0,028	0,984	160	0,066
	Moteris	0,117	117	0,001	0,980	117	0,073
Sutariamumas	Vyras	0,056	164	0,200	0,988	164	0,180
	Moteris	0,092	117	0,016	0,988	117	0,390
Sąmoningumas	Vyras	0,071	162	0,045	0,991	162	0,392
	Moteris	0,067	116	0,200	0,988	116	0,370

*3 priedas. Psichologinės gerovės skirstinių atitikimo normaliesiems patikrinimas pagal lytį*

	Lytis	Kolmogorovo- Smirnovo			Šapiro- Vilko		
		Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	Vyras	0,053	163	0,200	0,986	163	0,100
	Moteris	0,096	115	0,011	0,969	115	0,009
Neigiamas emocijųumas	Vyras	0,064	162	0,098	0,986	162	0,096
	Moteris	0,073	115	0,189	0,978	115	0,056
Tikslingumas	Vyras	0,091	162	0,002	0,983	162	0,048
	Moteris	0,066	114	0,200	0,986	114	0,280
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	Vyras	0,082	160	0,010	0,979	160	0,017
	Moteris	0,093	116	0,015	0,978	116	0,058
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	Vyras	0,123	165	0,000	0,957	165	0,000
	Moteris	0,126	118	0,000	0,923	118	0,000
Kontrolė	Vyras	0,070	164	0,049	0,980	164	0,018
	Moteris	0,075	116	0,152	0,983	116	0,153
Pasitenkinimas fizine sveikata	Vyras	0,105	165	0,000	0,953	165	0,000
	Moteris	0,127	120	0,000	0,950	120	0,000
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	Vyras	0,081	165	0,010	0,981	165	0,020
	Moteris	0,113	117	0,001	0,968	117	0,007
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	Vyras	0,125	164	0,000	0,930	164	0,000
	Moteris	0,184	120	0,000	0,987	120	0,000

Bendra skalių suma	Vyras	0,053	145	0,200	0,987	145	0,177
	Moteris	0,059	101	0,200	0,989	101	0,567

**4 priedas. Priklausomybės nuo interneto skirstinių atitikimo normaliesiems duomenims patikrinimas**

	Kolmogorovo- Smirnov			Šapiro- Wilko		
	Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Priklausomybė nuo interneto	0,043	283	0,200	0,991	283	0,078

**5 priedas. Asmenybės bruožų skirstinių atitikimo normaliesiems duomenims patikrinimas**

	Kolmogorovo- Smirnov			Šapiro- Wilko		
	Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Neurotiškumas	0,062	271	0,013	0,991	271	0,079
Ekstravertiškumas	0,067	271	0,005	0,988	271	0,026
Atvirumas patyrimui	0,083	271	0,000	0,990	271	0,062
Sutariamumas	0,045	271	0,200	0,995	271	0,597
Sąmoningumas	0,057	271	0,032	0,994	271	0,371

**6 priedas. Asmenybės bruožų ir priklausomybės nuo interneto skirstinių atitikimo normaliesiems duomenims patikrinimas vaikinų grupėje**

	Kolmogorovo- Smirnov			Šapiro- Wilko		
	Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Neurotiškumas	0,083	155	0,011	0,988	155	0,195
Ekstravertiškumas	0,060	155	0,200	0,988	155	0,192
Atvirumas patyrimui	0,075	155	0,035	0,986	155	0,108
Sutariamumas	0,061	155	0,200	0,987	155	0,177
Sąmoningumas	0,069	155	0,068	0,991	155	0,458
Priklausomybė nuo interneto	0,053	155	0,200*	0,988	155	0,232

**7 priedas. Asmenybės bruožų ir priklausomybės nuo interneto skirstinių atitikimo normaliesiems duomenims patikrinimas merginų grupėje**

	Kolmogorovo- Smirnov			Šapiro- Wilko		
	Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Neurotiškumas	0,076	112	0,132	0,985	112	0,238
Ekstravertiškumas	0,092	112	0,020	0,982	112	0,134
Atvirumas patyrimui	0,113	112	0,001	0,980	112	0,085
Sutariamumas	0,091	112	0,024	0,984	112	0,187
Sąmoningumas	0,070	112	0,200*	0,987	112	0,379
Priklausomybė nuo interneto	0,074	112	0,176	0,982	112	0,125

8 priedas. *Psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto skirstinių atitikimo normaliesiems duomenims patikrinimas visoje imtyje*

	Kolmogorovo- Smirnovo			Šapiro- Wilko		
	Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	0,052	243	0,200	0,984	243	0,009
Neigiamas emocijųumas	0,039	243	0,200	0,990	243	0,100
Tikslingumas	0,055	243	0,072	0,989	243	0,051
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	0,063	243	0,022	0,985	243	0,013
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	0,122	243	0,000	0,941	243	0,000
Kontrolė	0,059	243	0,041	0,989	243	0,068
Pasitenkinimas fizine sveikata	0,115	243	0,000	0,948	243	0,000
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	0,072	243	0,004	0,979	243	0,001
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	0,148	243	0,000	0,918	243	0,000
Bendra skalė	0,050	243	0,200	0,992	243	0,182
Priklausomybė nuo interneto	0,036	243	0,200	0,991	243	0,161

9 priedas. *Psichologinės gerovės ir priklausomybės nuo interneto skirstinių atitikimo normaliesiems duomenims patikrinimas vaikinių grupėje*

	Kolmogorovo- Smirnovo			Šapiro- Wilko		
	Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	0,059	143	0,200	0,984	143	0,106
Neigiamas emocijųumas	0,062	143	0,200	0,986	143	0,175
Tikslingumas	0,071	143	0,078	0,986	143	0,165
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	0,077	143	0,038	0,983	143	0,074
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	0,127	143	0,000	0,953	143	0,000
Kontrolė	0,083	143	0,017	0,979	143	0,024
Pasitenkinimas fizine sveikata	0,110	143	0,000	0,954	143	0,000
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	0,089	143	0,007	0,981	143	0,043
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	0,115	143	0,000	0,932	143	0,000
Bendra skalė	0,055	143	0,200	0,986	143	0,153
Priklausomybė nuo interneto	0,062	143	0,200	0,988	143	0,264

*10 priedas. Asmenybės bruožų ir priklausomybės nuo interneto skirstinių atitikimo normaliesiems duomenims patikrinimas merginų grupėje*

	Kolmogorovo- Smirnovo			Šapiro- Wilko		
	Statistika	df	P reikšmė	Statistika	df	P reikšmė
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	0,088	100	0,052	0,970	100	0,024
Neigiamas emocijųumas	0,067	100	0,200	0,980	100	0,136
Tikslingumas	0,069	100	0,200	0,984	100	0,285
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	0,093	100	0,033	0,982	100	0,187
Pasitenkinimas santykiais su artimaisiais	0,133	100	0,000	0,909	100	0,000
Kontrolė	0,078	100	0,143	0,985	100	0,309
Pasitenkinimas fizine sveikata	0,143	100	0,000	0,947	100	0,001
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	0,125	100	0,001	0,965	100	0,009
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	0,195	100	0,000	0,886	100	0,000
Bendra skalė	0,059	100	0,200	0,989	100	0,593
Priklausomybė nuo interneto	0,069	100	0,200	0,985	100	0,336