

# ATKARĪBAS NO SOCIĀLAJIEM MEDIJIEM TESTA ADAPTĀCIJA

## *Adaptation of the Addiction Test on Social Media*

**Valērijs Makarevičs**

Daugavpils Universitāte, Latvija

**Dzintra Iliško**

Daugavpils Universitāte, Latvija

**Abstract.** *The issue of addiction to social networks is relevant for our time. The studies carried out in different cultural contexts indicate that addicted people are anxious, less satisfied with life, they may have problems with academic performance and with the achievement of their life and professional goals. Addicted people are more common among younger generation. For the diagnostic and corrective work with people who have addiction problems, require appropriate tools. One of these tools is described in our work. This is a test of dependence by Sheinov in addiction on social networks. The purpose of this study was to translate this test into the Latvian language, to check its reliability and validity. The relevant procedures described in the text of the article indicate to a high degree of reliability and validity of this test. It can also be used for the scientific purposes.*

**Keywords:** *dependence, reliability, social networks, test, validity of the test.*

### Ievads

#### *Introduction*

21. gadsimtā sociālie tīkli sāka attīstīties īpaši strauji. Šim faktam ir noteiktas priekšrocības. Ar sociālo tīklu palīdzību var viegli atrast domubiedrus jebkurā Zemes nostūrī. Sociālie tīkli informē par pasaulē notiekošo agrāk nekā citi mediji. Sociālajos tīklos var atrast padomu, kas var palīdzēt sadzīves un sociālo problēmu risināšanā.

Sociālie tīkli sniedz iespēju iepazīst literāros darbus, tādējādi paplašinot indivīda redzesloku. Taču, tāpat kā jebkurai citai parādībai, sociālajiem tīkliem ir savi trūkumi. Sociālie tīkli var radīt atkarību, nepārvaramu vēlmi atkal un atkal atgriezties internetā, lai uzzinātu jaunumus par draugiem, redzētu viņu reakciju uz mūsu rakstītajiem komentāriem, izteiktu viedokli par aktualitātēm.

Atkarība no sociālajiem medijiem ir bijusi problēma pēdējo divu desmitgadu laikā. Šodien tas tiek intensīvi pētīts. Lai to izpētītu, ir nepieciešami atbilstoši instrumenti – testi. Tāpēc mūsu darba mērķis ir izpētīt esošus testus,

kas ir sastādīti un aprobēti, iztulkot tos latviešu valodā un noteikt testa latviskās versijas ticamību un derīgumu.

Pētījumā ir izmantotas sekojošās metodes: test tulkošana latviešu valodā un tulkošana uz oriģinālvalodu, sasniegtā tulkojuma rezultāta uzlabojums; testa ticamības noteikšana, atkārtoti testējot un salīdzinot divu testu rezultātus; tiek noteikts testa derīgums, salīdzinot ar personīgās trauksmes testa rezultātiem.

## **Literatūras apskats** *Literature Review*

Saskaņā ar jaunākajiem zinātniskajiem pētījumiem, sociālo mediju izmantošana pēdējā desmitgadē ir pieaugusi eksponenciāli, īpaši jauniešu vidū (Cuadrado, Rojas, & Taberner, 2020). Pētījumos īpaši tiek akcentēta atkarība no sociālajiem tīkliem.

Termins ‘sociālo mediju atkarība’ ir definēts kā interneta lietošana, kas rada problēmas ikdienas darbībai, uzdevumu izpildei, attiecībām un/vai rada kādu deficītu (Wainner, 2018).

Saskaņā ar Linna (Lin et al, 2016) un citu zinātnieku atziņām, eksistē vairāki kritēriji, kas saistīti ar atkarībām, kā arī kritēriji gan viedtālrunu, gan interneta atkarībai, kurus var pielāgot sociālo mediju atkarībai.

Tā ir ienākšana sevī, atkārtotas neveiksmes, mēģinot atbrīvoties no pastāvīgas vēlmes atkal un atkal izmantot sociālos medijus. Tas noved pie fizisku vai psiholoģisku problēmu parādīšanās, attiecību pasliktināšanās ar citiem cilvēkiem, akadēmisko un profesionālo sasniegumu samazināšanās (Lin et al., 2016).

Pētījumi par atkarību no sociālajiem medijiem ir atklājuši tā ietekmi uz indivīda personību un uzvedības īpašībām. Grūtības, ar kurām vidusskolēni saskaras dzīvē, veicina un palielina viņu atkarību no sociālajiem tīkliem un samazina prosociālo uzvedību (Sümen & Evgin, 2021).

Pusaudžiem vecumā no 13 līdz 15 gadiem bija pozitīva saikne starp atkarību no viedtālruniem un trauksmi (Korniseva & Rudika, 2018; Doan et al, 2022).

Atkarība no sociālajiem medijiem samazina apmierinātību ar dzīvi (Sahin, 2017), palielina tādas traucējumus kā depresija, stress un trauksme (Tang & Koh, 2017; Brailovskaja & Margraf, 2017; Demirci, 2019). Sociāli trauksmaini cilvēki izmanto sociālos medijus, lai apmierinātu vajadzību pēc sociālās atzīšanas (Casale, & Fioravanti, 2015). Pētījumi ir arī atklājuši negatīvu saikni starp sociālo mediju atkarību un akadēmiskiem sniegumiem (Azizi, Soroush, & Khatony, 2019), kā arī starp pārliecinošu uzvedību un atkarību pusaudžu vidū (Khairunnisa & Putri, 2019; Makarevičs & Iliško 2022a, 2022b ).

Pusaudži, kuri ir mazāk uzstājīgi, biežāk izmanto sociālos medijus. Plašsaziņas līdzekļi tiek izmantoti kā alternatīva savu jūtu izteikšanai vai vienkārši saziņai ar citiem cilvēkiem.

Tajā pašā laikā pētījumu rezultāti liecina, ka korekcijas darbs ar studentiem, kuras mērķis bija samazināt atkarību no sociālajiem tīkliem, uzlabo viņu garīgo veselību un akadēmisko sniegumu (Hou et.al., 2019). Tāpēc, kā norāda Esgi (2016), šādu personu identificēšana un labošana ir svarīga mūsdienu problēma (Esgi, 2016).

Diagnostikas un profilakses darbam ir nepieciešami atbilstoši instrumenti. Vienu no šiem instrumentiem, Sheinov-Devitsin testu, lai noteiktu atkarības līmeni no sociālajiem tīkliem, mēs tulkojām un pielāgojām vietējiem apstākļiem.

### **Metodoloģija** *Methodology*

Diagnostikas un pētniecības nolūkos mēs izvēlējāmies testu, kuru izstrādāja Baltkrievijas pētnieks Viktors Šeinovs un kolēģi, jo tas tika izveidots kaimiņos esošajā kultūrā, veicot nepieciešamās procedūras, kā arī pārbaudot testa derīgumu un ticamību (Šeinovs, 2021). Tests, kas pēta atkarību no sociālajiem medijiem sastāv no 15 paziņojumiem. Atbildes uz apgalvojumiem tika izvērtētas Laikerta skalā (no 5 punktiem, kas atbilst atbildei "vienmēr", līdz 1 – "ļoti reti").

Pēc tulkojuma veikšanas no krievu valodas latviešu valodā tika veikts reversais tulkojums, kas tika saskaņots ar autoru. Atkārtotas pārbaudes procesā, kas tika veikta mēnesi pēc pirmā testa, tika konstatēts, ka attiecību koeficients starp pirmo un otro rezultātu bija 0,96 saskaņā ar Pīrsona kritēriju.

Eksperimentā brīvprātīgi piedalījās 50 cilvēki. Viņi visi bija Daugavpils Universitātes Pedagoģiskās nodaļas studenti. Dalībnieku vecums bija vecuma grupā no 20 līdz 63 gadiem. Anketas dalībniekiem tika izsūtītas pa e-pastu. Respondenti atbildēja, atsūtot aizpildītu testu uz e-pastu.

Lai pārbaudītu testa validitāti, tika izmantotas citu pētnieku atklātā mijattiecība starp atkarību no sociālajiem tīkliem un respondentu trauksmes līmeni. Lai to izdarītu, atkarības testa rezultāti tika salīdzināti ar respondentu personīgās trauksmes rādītājiem. Rezultāts tika iegūts, piemērojot Spīlbergera testu.

1.tabula. **Atkarība no Sociālajiem tīkliem** (Šeinovs & Devicins, 2021)  
**Table 1 Dependence from social media** (Šeinovs & Devicins, 2021)

Atbildes tiek vērtētas piecu baļļu skalā: vienmēr (5 punkti), ļoti bieži (4 punkti), bieži (3 punkti), dažreiz (2 punkti), ļoti reti (1 punkts).

Jautājums	Vienmēr	Ļoti bieži	Bieži	Dažreiz	Ļoti reti
1. Cik bieži jūs uzturaties tiešsaistē ilgāk par 2 stundām dienā?					
2. Cik bieži jūs izjūtat neatvairāmu vēlmi pieslēgties sociālajiem tīkliem?					
3. Cik bieži jūs kavējaties domās par sociālajiem tīkliem un plānojat tur uzskavēties?					
4. Cik bieži jūs izmantojat sociālos tīklus, lai izvairītos no domām par personīgajām problēmām?					
5. Cik bieži jūs atjaunojat savu mājas lapu/profilu?					
6. Cik bieži jūs jūtaties uzbudināts/a un noraizējies/usies, kad nevarat pieslēgties savai mājas lapai sociālajos tīklos?					
7. Cik bieži jūs jūtat nepieciešamību atjaunot savu mājas lapu, neatkarīgi no tā, kur atrodaties?					
8. Cik bieži Jūs izjūtat nepieciešamību pievienot fotoattēlus savam sociālo tīklu albumam?					
9. Cik bieži jūs pārbaudāt tālrunī vai ir atjauninājumi Jūsu sociālajā tīkla profilā?					
10. Cik bieži jūs uzzināt visas ziņas no sociālajiem tīkliem?					

11. Cik bieži jūs varat nokavēt darbu vai skolu pēc nakts, kas ir pavadīta sociālajos tīklos?					
12. Cik bieži sociālo tīklu apmeklējums uzlabo Jūsu garastāvokli?					
13. Cik bieži jūs apspriežat jaunumus sociālajos tīklos ar draugiem?					
14. Cik bieži esat mēģinājis/usi samazināt (bet neveiksmīgi) laiku, ko Jūs pavadāt sociālajos tīklos?					
15. Cik bieži jūs ciešat to tā, ka jūsu iecienītākais sociālais tīkls nedarbojas?					

Otrajā tabulā ir parādītas vīriešu un sieviešu atkarības rādītāju vidējās vērtības no sociālajiem tīkliem.

2. tabula. **Atkarība no sociālajiem medijiem** (autoru veidots)  
Table 2 **Addiction from social media** (created by the Authors)

Dzimums	Vidējais rādītājs	Standartnovirze
Sievietes	34	8,97
Vīrieši	30	8,07

### **Diskusija** **Diskussion**

Pīrsona korelācijas koeficients ir aprēķināts pēc sociālo mediju atkarības testa un Spīlbergera personības trauksmes testa rezultātiem, parādīja, ka starp šīm parādībām pastāv ievērojama pozitīva saikne. Palielinoties atkarības rādītājam, palielinās arī personīgā trauksme. Ņemot vērā, ka Pīrsona korelācijas koeficients starp pirmā un atkārtotā testa rezultātiem bija vienāds ar 0,96, var apgalvot, ka latviešu valodā tulkotajai Šeinova-Devitsina testa versijai ir augsta ticamības un validitātes pakāpe.

Turpmākie pētījumi, kuros tika izmantota šī testa latviskā versija, apstiprināja citu pētījumu rezultātus par statistiski nozīmīgu negatīvu sociālās mediju atkarības un pārliecinošas uzvedības asociāciju. Pārliecinoša uzvedība ir

nozīmīga mūsdienu cilvēkam, jo tā veicina indivīda personīgo un profesionālo mērķu sasniegšanu.

### **Secinājumi** **Conclusions**

Sociālo mediju atkarība ir mūsdienu galvenā problēma. Turklāt tas vairāk attiecas uz jaunāko paaudzi. Ir nepieciešami piemēroti instrumenti profilakses un korektīvajam darbam ar indivīdiem, kas ir atkarīgi no sociālajiem tīkliem.

Kā šāds rīks tiek piedāvāta Šeinova-Levitsina testa latviskā versija, kurai ir augsta uzticamības un validitātes pakāpe. To var izmantot arī pētniecības nolūkos.

### **Summary**

The problem of dependence on social networks is particularly topical today. As studies conducted in different countries show, addicted people are restless, less satisfied with life, they may have problems with learning achievements and in achieving life and professional goals. People with addiction problems more often are seen among younger generation. Diagnostic and corrective work with such people requires appropriate tools. One of such tools is described in this article. Sheinov-Devitsin's test of addiction on social media has been chosen for translation. The main of this study is to translate and to adapt the test in Latvian, as well as determine its reliability and validity. The article describes the appropriate procedures that indicate a high degree of reliability and validity of this test. The test may also be used for scientific purposes.

### **Literatūras saraksts** **List of References**

- Azizi, S. M., Soroush, A., & Khatony, A. (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. *BMC Psychol* 7, 28. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0305-0>  
Retrieved from: <https://bmcpyschology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-019-0305-0#citeas>
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook addiction disorder (FAD) among German students – a longitudinal approach. *PloS One*, 12(12), e0189719
- Casale, S., & Fioravanti, G. (2015). Satisfying needs through social networking sites: A pathway towards problematic Internet use for socially anxious people? *Addictive Behaviors Reports*, 1, 34-39.
- Cuadrado, E., Rojas, R., & Tabernero, C. (2020). Development and validation of the social network addiction scale (SNAddS-6S). *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education*, 10(3), 763-778. DOI: 10.3390/ejihpe10030056

- Demirci, I. (2019). The adaptation of the Bergen Social Media Addiction Scale to Turkish and the evaluation its relationships with depression and anxiety symptoms. *Alpha Psychiatry, 20*, 15-22. DOI: 10.5455/apd.41585
- Doan, L. P., Le, L. K., Nguyen, T. T., Nguyen, T. T. P., Le, M. N. V., Vu, G. T., Latkin, C. A., Ho, C. S. H., Ho, R. C. M., & Zhang, M. W. (2022). Social media addiction among Vietnam youths: Patterns and correlated factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(21), 14416. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph192114416>
- Esgi, N. (2016). Development of social media addiction test (SMAT17). *Journal of Education and Training Studies, 4*(10), 174-181.
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 13*(1), 4. DOI: <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-1-4>
- Khairunnisa, H., & Putri, A. (2019). Relationship of assertive behaviors and social media addiction among adolescents. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research, 304*, 109-112.
- Korniseva, A., & Rudika, L. (2018). Study of the relationship of smartphone addiction, self-esteem and anxiety in adolescents 13-15 years old. *Proceedings of the International Research and Practice Conference "Problems of Optimal Functioning of the Individual in Modern Conditions" of Karazin University, 77-80.*
- Lin, L., Sidani, J., Shensa, A., Radovic, A., Miller, E., Colditz, J., Hoffman, B., Giles, L., & Primack, B. (2016). Association between social media use and depression among U.S. young adults. *Depression and Anxiety, 33*(4), 323–331.
- Makarevičs, V., & Iliško, Dz. (2022a). The connectiveness between assertiveness and dependence on social networks of future teachers (pp.20-26), *Rural Environment. Education. Personality. (REEP). Proceeding of the 15th International Scientific Conference, No. 15.* Jelgava: Latvia University of Agriculture. DOI: 10.22616/REEP.2022.15.002
- Makarevičs, V., & Iliško, Dz. (2022b). The influence of dependence on social networks on the assertive behavior of a person. *Psychology Applications & Developments, 8*, 231-238, Lisbon: Clara Pracana & Michael Wang. DOI: <https://doi.org/10.36315/2022padVIII>
- Sahin, C. (2017). The predictive level of social media Addiction for Life Satisfaction: A Study on University Students. *Turkish Online Journal of Educational Technology, 16*(4), 120-125. Retrieved from: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1160611.pdf>
- Sheinov, V. P. (2021). Zavisimostj ot socialjnih setej i harakteristiki lichnosti: obzor issledovanij. [Social media addoction and personality traits: a survey of researsh]. *Vestnik Rossijskogo universiteta druzhbi narodov. Serija: Psihologija i pedagogika, 18*(3), 607-630. DOI 10.22363/2313-1683-2021-18-3-607-630
- Sümen, A., & Evgin, D. (2021). Social media addiction in high school students: A cross-sectional study examining its relationship with sleep quality and psychological problems, *Child Indicators Research, 14*, 2265–2283. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09838-9>

Tang, C., & Koh, Y. (2017). Online social networking addiction among college students in Singapore: comorbidity with behavioral addiction and affective disorder. *Asian Journal of Psychiatry*, 25, 175-178.

Wainner, C. N. (2018). Social media addiction and its implications for communication. *Chancellor's Honors Program Projects*. Retrieved from: [https://trace.tennessee.edu/utk\\_chanhonoproj/2168](https://trace.tennessee.edu/utk_chanhonoproj/2168)