



Viti i VIII-të i Botimit, Nr.2,
Dhjetor 2017

NDIKIMI I NDRYSHOREVE VETËVLERËSIM DHE LOKUS KONTROLLI NË SHPJEGIMIN E FENOMENIT TË VARËSISË NGA INTERNETI

Desara Agaj

Departamenti i Psikologjisë së Përgjithshme, Albanian University

Adresë kontakti: *desara_agaj@live.it*

Përmbledhje

Interneti është pjesë e pandashme e jetës njerëzore në ditët e sotme. Përdorimi i tij sjell shumë të mira dhe lehtësira në jetën e përditshme, por ndonjëherë mbipërdorimi i tij mund të jetë edhe i dëmshëm, duke çuar në varësi ndaj tij. Një gjë e tillë vihet re sidomos tek adoleshentët, të cilët janë target grupi që e përdorin më shumë internetin. Ky punim është shkëputur nga disertacioni me të cilin është mbrojtur grada “Doktor i shkencave”. Qëllimi i këtij punimi është të paraqesë marrëdhënien që ekziston ndërmjet varësisë nga interneti tek adoleshentët e grupmoshave 15-18 vjeç në vendin tonë dhe ndryshoreve të vetëvlerësimit dhe lokusit të kontrollit dhe në mënyrë specifike, ndikimin që këto ndryshore kanë në varësinë nga interneti. Në këtë studim morën pjesë 1156 gjimnazistë nga 12 gjimnaze, prej të cilëve 8 nga qyteti i Tiranës dhe 4 gjimnaze nga fshatrat përreth. Të dhënat u mbledhën nëpërmjet aplikimit të *Pyetësorit të varësisë nga interneti* të Young (1998), *Vetëvlerësimit* të Rosenberg dhe *Lokusit të kontrollit* të Levenson. Nga studimi rezultoi se mbizotëron një marrëdhënie pozitive ndërmjet varësisë nga interneti dhe ndryshoreve të fuqizimit nga tjerët dhe të shansit, të cilat përbëjnë lokusin e jashtëm të kontrollit. Ndërkaq, ndërmjet varësisë nga interneti dhe ndryshoreve të lokusit të brendshëm të kontrollit dhe vetëvlerësimit, mbizotëron një marrëdhënie negative.

Fjalë çelës: *varësi nga interneti, vetëvlerësim, lokus i kontrollit, lokus i brendshëm i kontrollit, fuqizim nga tjerët, shans, adoleshent*

THE IMPACT OF SELF ESTEEM AND LOCUS OF CONTROL VARIABLES IN EXPLAINING THE PHENOMENON OF INTERNET ADDICTION

Abstract

Internet is an inseparable part of everyday life. It has a lot of advantages, but sometimes its overuse can bring a lot of problems, such as internet addiction, especially in adolescents, which is the target group that uses it more than others. This article is retrieved from

my doctoral thesis. The aim of this study is to explore the relationship between internet addiction and variables like self-esteem and locus of control, and especially the impact of these variables on internet addiction. In this study 1156 adolescents participated, chosen from 12 high schools, 8 from Tirana and 4 from rural area. The data was collected through the application of internet addiction scale (Young, 1998), self-esteem questionnaire of Rosenberg and Locus of control scale of Levenson. This study reveals that there is a positive relationship between internet addiction and powerful variables from others and chance, which together make external locus of control. Whereas between internet addiction and variables of internal locus of control and self-esteem a negative relationship is common.

Key words: *internet addiction, self-esteem, locus of control, internal locus of control, powerful others, adolescent*

Hyrje

Christakis e përshkruan varësinë nga interneti si epidemia e shekullit XXI (1). Kohët e fundit, varësia nga interneti po përhapet me ritme të shpejta dhe është fakt tashmë që fenomeni ndikon negativisht në fusha të tilla të jetës së individit, si: në atë ndërpersonale, akademike, profesionale, financiare, etj. (2). Pavarësisht se varësia nga interneti nuk shkakton të njëjtat probleme fizike siç shkakton varësia nga substancat, ajo po tërheq vëmendjen e shumë ekspertëve të fushës së shëndetit mendor për shkak të ngjashmërisë në pasojat sociale (3).

Zanafilla e studimeve të fenomenit të varësisë nga interneti daton në mesin e viteve '90, atëherë kur Young përdori për herë të parë këtë term. Këtë moment e kanë pasuar objekt të tyre disa studime shumëplanëshe, të cilat kanë përvijuar dhe konkretizuar anën teorike të fenomenit duke e bërë më të prekshme atë apo duke e materializuar për të gjithë ata që kanë pasur interes për ta studiuar më tej. Në këtë linjë, studiues të ndryshëm kanë përdorur terma të ndryshëm për të përcaktuar këtë fenomen, të tilla si: përdorimi kompulsiv i internetit, varësi nga interneti, përdorim patolgjik i internetit, përdorim problematik i internetit, varësi virtuale, çrregullim i varësisë nga interneti, etj. Por, sipas studiuesve, pavarësisht se ekzistojnë pikëpamje të ndryshme për varësinë nga interneti, fenomeni arrin pikën e tij kulmore në momentin kur një individ nuk mund të kontrollojë përdorimin e tij të internetit, duke e çuar kështu veten, sipas Young, në dëmtime funksionale (4).

Griffiths dhe koleget e tij e përkufizojnë sjelljen e varur si çdo lloj sjelljeje me disa tipare specifike apo elemente, ndër të cilat vlen të përmendet spikatja, ndryshimi i gjendjes shpirtërore, toleranca, simptomat e tërheqjes, konflikti dhe rikthimi. Autori thekson se çdo sjellje që përmban këto 6 elemente përmbush kriteret për të qenë një sjellje e varur (5). E megjithatë, pavarësisht se historia e trajtimit të fenomenit të varësisë, si një fenomen relativisht i ri në botë dhe sidomos në vendin tonë, deri diku mund të konsiderohet e pasur në modele dhe teori të shumta, ekzistojnë target grupe të veçanta të cilat shfaqin manifestime të ndryshme të kësaj problematike, duke hapur kështu perspektiva të reja studimore apo qasje të ndryshme të interpretimit dhe analizimit të fenomenit. Tashmë jemi në kohën kur teknologjia është bërë pjesë e pandashme e jetës së çdo individi, kur falë saj bota quhet një “fshat global”, e për pasojë, realitetet janë shpeshherë vetëm virtuale, komunikimi ka marrë dimensione të tjera, interneti është bërë pjesë shumëdimensionale e jetës së çdo individi, duke luajtur kështu një rol të patjetërsueshëm në psikologjinë e njerëzve e

duke ndikuar në këtë mënyrë që edhe problematika e varësisë nga ai të njohë shifra tepër të larta. Sigurisht, të lindur nën frymën e një bote ku çdo gjë është një klikim larg, adoleshentët janë target grupi më i ndjeshëm ndaj këtij fenomeni.

Lidhja midis varësisë nga interneti dhe vetëvlerësimit

Vetëvlerësimi i referohet vlerësimit të përgjithshëm apo gjykimit që i bën individi vetes. Baumeister dhe Harter theksuan se mungesa e suportit të pakushtëzuar prindëror apo të bashkëmoshatarëve mund të çojë në formimin e ndjenjave të pamjaftueshmërisë dhe pavlefshmërisë, gjë e cila çon në formimin e një vetëvlerësimi të ulët. Vetëvlerësimi është studiuar rregullisht në studimet psikologjike për të kuptuar marrëdhënien me sjelljen varëse. Sipas Braumeister dhe Swann, individët me vetëvlerësim të ulët priren drejt vetëvlerësimeve negative, janë të dyshimtë për lëvdatat dhe e interpretojnë informacionin vlerësues për veten në mënyrë negative. Këta individë janë më të prirur drejt sjelljeve të varësisë, shmangies apo largimit ndaj vlerësimeve negative dhe stresit të marrëdhënieve ndërpersonale (6).

Sipas Ayas dhe Horzum, varësia nga interneti ndikon jetën familjare të individit, në jetën sociale dhe në jetën profesionale, si dhe ndikon tek ata duke shfaqur simptoma të vetmisë, të depresionit dhe vetëvlerësimit të ulët. Studiuesit kanë gjetur një lidhje midis varësisë nga interneti dhe vetëvlerësimit, megjithëse kjo lidhje nuk është sinjifikante. Arsyeja mund të jetë se individët e varur nga interneti e pranojnë atë dhe nuk bëjnë ndonjë përpjekje për të ndryshuar situatën.

Sipas Shotton, tendenca për varësi nga interneti e individëve me vetëvlerësim të ulët është e lartë. Studiues të tjerë theksojnë se vetëvlerësimi i ulët shkakton përdorimin e tepruar të internetit (7).

Lidhja midis varësisë nga interneti dhe lokusit të kontrollit

Lokusi i kontrollit u referohet një sërë besimesh mbi faktin se si individi sillet dhe marrëdhënies së asaj sjelljeje me mënyrën se si individi është shpërblyer apo ndëshkuar. Roter e përcakton lokusin e kontrollit si shkalla në të cilën një individ beson që kontrolli i sjelljeve është i brendshëm apo është i jashtëm. Nëse individi beson se arritjet janë rezultat i sjelljes së tij, atëherë ai ka një lokus të brendshëm të kontrollit. Dhe nga ana tjetër, nëse individi beson se arritjet vijnë si rezultat i mjedisit apo i ndërhyrjes së të tjerëve, atëherë individi ka një lokus të jashtëm të kontrollit. Individët me besim të fortë në kontrollin personal mund të marrin kënaqësi të lartë nga luajtja e lojërave dhe përfundimi i suksesshëm i nivelit tjetër të avancuar mund të ndërtojë një strategji fituese, e cila është kombinim i dizenjuesit të lojës dhe aftësive për të manipuluar objektet, simbolet dhe gjuhën brenda botës artificiale të lojërave. Leung theksoi se përdoruesit e tepërt të internetit e shikojnë fuqinë iluzionare të të pasurit kontroll mbi botën brenda kompjuterit kur luajnë lojëra. Kërkimet kanë treguar se një sens i lartë i kontrollit personal mbi mjedisin, lidhet pozitivisht me eksperiencën të suksesshme të përdorimit të internetit (8).

Qëllimi

Qëllimi i këtij punimi është të paraqesë marrëdhënien që ekziston ndërmjet fenomenit të varësisë nga interneti tek adoleshentët në vendin tonë dhe ndryshoreve të vetëvlerësimit dhe lokusit të kontrollit, si dhe ndikimin që këto dy ndryshore kanë mbi këtë fenomen.

Hipotezat e studimit

H1: Varësia nga interneti është e lidhur negativisht me vetëvlerësimin.

H2: Varësia nga interneti është e lidhur negativisht me lokusin e brendshëm të kontrollit.

H3: Varësia nga interneti është e lidhur pozitivisht me fuqizimin nga tjerët dhe me shansin.

Objektivat dhe pyetjet kërkimore

Objektivi 1: Të përcaktohet lidhja që ekziston ndërmjet varësisë nga interneti dhe ndryshoreve të vetëvlerësimit dhe lokusit të kontrollit.

Pyetja kërkimore 1.1: Cila është lidhja që ekziston ndërmjet vetëvlerësimit dhe varësisë nga interneti?

Pyetja kërkimore 1.2: Cila është lidhja që ekziston ndërmjet nënshkallëve të lokusit të kontrollit dhe varësisë nga interneti?

Objektivi 2: Të përcaktohet si ndikojnë ndryshoret vetëvlerësim dhe lokus i kontrollit në varësinë nga interneti.

Pyetja kërkimore 2.1: Si ndikon vetëvlerësimi në varësinë nga interneti?

Pyetja kërkimore 2.2: Cili është ndikimi i shkallëve të lokusit të kontrollit në varësinë nga interneti?

Objektivi 3: Të përcaktohen diferencimet në ndryshoret vetëvlerësim dhe lokus kontrolli ndërmjet adoleshentëve me varësi dhe pa varësi nga interneti.

Pyetja kërkimore 3.1: A ka diferenca në nivelet e vetëvlerësimit ndërmjet individëve me varësi nga interneti dhe atyre pa varësi?

Pyetja kërkimore 3.2: A ka diferenca në shkallët e lokusit të kontrollit ndërmjet individëve me varësi nga interneti dhe atyre pa varësi?

Metodologjia

Kampioni: Pjesë e studimit janë adoleshentë të grupmoshave 15 - 18 vjeç, të përzgjedhur rastësisht në gjimnazet e qytetit të Tiranës dhe fshatrat përreth. Numri i kampionit të marrë në studim është 1156, prej të cilëve 678 vajza dhe 478 djem. Për zgjedhjen e kampionit është përdorur metoda e përzgjedhjes rastësore të shtresëzuar. Nëpërmjet analizës sasiore, të realizuar me SPSS, synohet të identifikohet marrëdhënia që kanë karakteristika të tilla të përdoruesve të internetit si vetëvlerësimi dhe lokusi i kontrollit me varësinë nga interneti, si dhe ndikimi i tyre në këtë fenomen.

Përshkrimi i instrumenteve: Për të matur nivelin e varësisë nga interneti, u përdor *Internet Addiction Scale* e Kimberly Young (1998), i cili përbëhet nga 20 pohime. Koeficienti i besueshmërisë ka rezultuar Alpha Cronbach = 0.904. Nga 21 teste në total për matjen e varësisë nga interneti, testi i varësisë nga interneti i Young është ndër më të hershmit dhe është akoma ndër më të përdorshmit në ditët e sotme (9).

Pyetësi i lokusit të kontrollit i Levenson përbëhet nga 24 pohime. Këto pohime masin tre nënshkallë të ndryshme, si: lokusin e brendshëm të kontrollit, fuqizimin e tjerëve dhe shansin, ku dy të fundit i referohen lokusit të jashtëm të kontrollit. Koeficienti i besueshmërisë për nënshkallën e lokusit të brendshëm të kontrollit ka rezultuar 0.713. Koeficienti i besueshmërisë për nënshkallën e fuqizimit nga të tjerët ka rezultuar 0.670 dhe për nënshkallën e shansit, koeficienti i besueshmërisë ka rezultuar 0.609. Ndërkohë, për të gjithë shkallën në total, koeficienti i besueshmërisë ka rezultuar 0.773.

Analiza e të dhënave: Analiza e të dhënave sasiore është realizuar me SPSS, versioni 22 dhe me programin Excel. Pasi është bërë pastrimi i të dhënave, është shqyrtuar shpërndarja. Pastaj të gjithë pyetësorët i janë nënshtruar analizës faktoriale dhe llogaritjes së koeficientit të besueshmërisë. Në vazhdimësi, janë realizuar analiza përshkruese, si dhe korrelacione dhe regresione logjistike midis ndryshoreve të përfshira në studim.

Rezultatet

Përmes koeficientit të korrelacionit Kendal, u gjet një lidhje negative statistikisht e rëndësishme mes varësisë nga interneti dhe vetëvlerësimit ($r = -0.101$, $p = 0.001$, $n = 1156$).

Tabela 1: Lidhja ndërmjet varësisë nga interneti dhe vetëvlerësimit

Lidhja mes varësisë nga interneti dhe ndryshoreve			
Ndryshoret	r^*	Nr.	Vlera p
Vetëvlerësimi	-0.101	1156	<0.001
* Koeficienti i korrelacionit Kendals			

Përmes koeficientit të korrelacionit Kendal u gjet një lidhje negative, statistikisht e rëndësishme mes varësisë nga interneti dhe lokusit të brendshëm të kontrollit ($r = -0.060$, $p = 0.001$, $n = 1156$); lidhje pozitive, statistikisht e rëndësishme mes varësisë nga interneti dhe fuqizimit nga tjerët ($r = 0.110$, $p = 0.001$, $n = 1156$); si dhe lidhje pozitive statistikisht e rëndësishme mes varësisë nga interneti dhe shansit ($r = -0.092$, $p = 0.001$, $n = 1156$).

Tabela 2: Lidhja ndërmjet varësisë nga Interneti dhe nënshkallëve të lokusit të kontrollit

Lidhja mes varësisë nga interneti dhe ndryshoreve			
Ndryshoret	r^{**}	Nr.	Vlera p
Lokusi i brendshëm	-0.060	1156	<0.001
Fuqizimi nga të tjerët	0.110	1156	<0.001
Shansi	0.092	1156	<0.001
* Koeficienti i korrelacionit Kendals			

Për çdo rritje të vetëvlerësimit me 1 pikë, ulen me 4% gjasat për të pasur varësi nga interneti. (OR = 0.96; CI = 95%, 0.94-0.98; $P < 0.001$). Në këtë rast, vetëvlerësimi i lartë shërben si një faktor mbrojtës.

Tabela 3: Regresioni logjistik ndërmjet varësisë nga interneti dhe vetëvlerësimit

Pikëzimi i VETËVLERËSIMIT Pikët mesatare	Varësia nga interneti		OR	CI 95%	Vlera p
	Me simptoma (n = 259)	Pa simptoma (n = 747)			
	28.67±6.73	30.41±6.63	0.96	0.94-0.98	<0.001

Siç shihet në tabelën e më poshtme, nga analiza e regresionit logjistik binar, personat me lokus të brendshëm të kontrollit kanë 35% më pak gjasa për të qenë të varur nga interneti, në krahasim me individët që besojnë se çdo gjë që ndodh në jetën e tyre, është rezultat i shansit (OR = 0.65; CI = 95%: 0.47-0.90; P = 0.009). Ndërkohë, individët me fuqizim nga të tjerët nuk ndryshojnë shumë nga individët që besojnë se çdo gjë që ndodh në jetën e tyre është rezultat i shansit, i rastësisë apo i fatit (OR = 1.08; CI=95%: 0.68-1.71; P = 0.751).

Tabela 4: Regresioni logjistik ndërmjet varësisë nga interneti dhe dimensioneve të lokusit të kontrollit

Lokusi i kontrollit	Varësia nga interneti		OR	CI 95%	Vlera p
	Me simptoma (n=259)	Pa simptoma (n=747)			
Lokusi i brendshëm (n=614, 61.0)	137 (52.9)	477 (63.9)	0.65	0.47-0.90	0.009
Fuqizimi nga të tjerët (n=121, 12.0)	39 (15.1)	82 (11.0)	1.08	0.68-1.71	0.751
Shansi (n=271, 26.9)	83 (32.0)	188 (25.2)	referenca		

Adoleshentët me lokus të jashtëm të kontrollit, pra ata që besojnë se çdo gjë që ndodh në jetën e tyre varet nga forca të jashtme, fati apo rastësia, kanë 57% më shumë gjasa në krahasim me individët me lokus të brendshëm, konkretisht ata që besojnë se çdo gjë që ndodh në jetën e tyre varet nga vetë ata, për të qenë të varur nga interneti (OR = 1.57; CI = 95%, 1.18-2.09; P = 0.002).

Tabela 5: Regresioni logjistik ndërmjet varësisë dhe lokusit të brendshëm dhe të jashtëm të kontrollit

Lokusi i kontrollit	Varësia nga interneti		OR	CI 95%	Vlera p
	Me simptoma (n=259)	Pa simptoma (n=747)			
Lokusi i jashtëm	122 (47.1)	270 (36.1)	1.57	1.18-2.09	0.002
Lokusi i brendshëm	137 (52.9)	477 (63.9)	referenca		

Nga analiza e testit t rezultoi që ka ndryshime ndërmjet adoleshentëve të varur nga interneti dhe atyre jo të varur në lidhje me vetëvlerësimin. Vlera e përftuar nga testi i Levinit është $0.49 > 0.05$. Kjo tregon që grupet mund të krahasohen. ($t = 3.531$, $df = 956$ Sig (2-tailed) = $0.00 < 0.05$). Adoleshentët pa varësi nga interneti paraqesin nivele më të larta të vetëvlerësimit ($m = 30.41$, $ds = 6.63$) në krahasim me adoleshentët me varësi nga interneti ($m = 28.67$, $ds = 6.73$).

Tabela 6: Të dhëna për vlerësimin e vetëvlerësimit në lidhje me varësinë

Varësia		Numri	Mesatarja	Deviacioni Standard
Vetëvlerësimi	Pa simptoma	711	30.41	6.63
	Me simptoma	247	28.67	6.73

Nga analiza e testit t rezultoi se ka ndryshime ndërmjet adoleshentëve të varur nga interneti dhe atyre jo të varur në lidhje me lokusin e brendshëm, por një gjë e tillë nuk është statistikisht e rëndësishme. Testi i Levinit rezultoi me një vlerë $1.693 > 0.05$. ($t = 1.175$, $df = 963$ Sig (2-tailed) = $0.240 > 0.05$).

Për sa i përket fuqizimit nga tjerët, nga analiza e testit t rezultoi se ka ndryshime statistikisht të rëndësishme ndërmjet adoleshentëve me varësi nga interneti dhe atyre pa varësi. Testi i Levinit paraqitet me një vlerë $2.382 > 0.05$ ($t = 4.210$, $df = 933$ sig (2-tailed) = $0.00 < 0.05$). Adoleshentët me varësi ($m = 49.79$, $df = 6.33$) nga interneti paraqesin nivele më të larta të fuqizimit nga të tjerët në krahasim me adoleshentët pa varësi nga interneti ($m = 47.74$, $df = 6.60$).

Në lidhje me shansin, nga analiza e testit t rezultoi se ka ndryshime statistikisht të rëndësishme ndërmjet adoleshentëve me varësi nga interneti dhe atyre pa varësi. Testi i Levinit = $0.51 > 0.05$ ($t = 3.49$, $df = 938$ sig (2-tailed) = $0.00 < 0.05$). Adoleshentët me varësi nga interneti ($m = 53.47$, $df = 6.51$) paraqesin nivele më të larta të shansit në krahasim me adoleshentët pa varësi nga interneti ($m = 51.72$, $df = 6.74$).

Tabela 7: Të dhëna për vlerësimin e dimensioneve të lokusit të kontrollit në lidhje me varësinë

Varësia		Numri	Mesatarja	Deviacioni Standard
Lokusi i brendshëm	Pa simptoma	712	56.46	7.29
	Me simptoma	253	55.85	6.54
Fuqizimi nga tjerët	Pa simptoma	690	47.74	6.6
	Me simptoma	245	49.79	6.33
Shansi	Pa simptoma	700	51.72	6.74
	Me simptoma	240	53.47	6.51

Diskutime

Synimi kryesor i këtij studimi ishte të hetonte lidhjen që ekziston ndërmjet varësisë nga interneti dhe ndryshoreve të tilla si vetëvlerësimi dhe lokusi i kontrollit, si dhe ndikimin që këto ndryshore kanë në varësinë nga interneti. Të gjitha hipotezat e ngritura u mbështeten nga literatura. Nga gjetjet e studimit rezultoi se ekziston një lidhje e fuqishme negative ndërmjet varësisë nga interneti dhe vetëvlerësimit, duke vërtetuar hipotezën e studimit. Kjo do të thotë që me uljen e vetëvlerësimit, rritet probabiliteti që adoleshenti të krijojë varësi nga interneti dhe anasjelltas, me rritjen e vetëvlerësimit ulet mundësia që adoleshenti të krijojë varësi nga interneti. Një gjetje e tillë mbështetet edhe nga studimet të tjera të realizuara në këtë fushë. Kështu, Sipas Shotton, prirja për varësi nga interneti e individëve me vetëvlerësim të ulët është e lartë dhe studiues të tjerë si

Greenberg, Lewis dhe Dodd, Murali dhe George Young theksojnë se vetëvlerësimi i ulët shkakton përdorimin e tepruar të internetit (7). Studiuesit Jeon dhe You theksojnë se përdorimi i tepruar i internetit ul vetëvlerësimin. Studiues të tjerë si Lee, 2007; Kim, 2007; Park, 2007; Widyanto & McMurran, 2004 kanë studiuar marrëdhënien midis varësisë nga interneti dhe vetëvlerësimit, dhe theksuan se sa më të larta të jenë nivelet e varësisë nga interneti, aq më i ulët është vetëvlerësimi (10). Individët me vetëvlerësim të ulët priren drejt vetëvlerësimeve negative, janë të dyshimtë për lëvdatat dhe e interpretojnë informacionin vlerësues për veten në mënyrë negative. Këta individë janë më të prirur drejt sjelljeve të varësisë, shmangies apo largimit ndaj vlerësimeve negative dhe stresit të marrëdhënieve ndërpersonale (6). Nga të dhënat e studimit rezultoi një lidhje e fuqishme negative ndërmjet varësisë nga interneti dhe lokusit të brendshëm të kontrollit, duke vërtetuar kështu hipotezën e ngritur në studim. Kjo tregon që individët të cilët kanë lokus të brendshëm të kontrollit, pra ata individë që besojnë në aftësitë e tyre, besojnë që çdo gjë që iu ndodh në jetën e tyre është rezultat i vetë atyre dhe i përpjekjeve të vazhdueshme të tyre, janë më pak të prirur për të krijuar varësi nga interneti. Një gjë e tillë shpjegohet me faktin se këta adoleshentë janë në gjendje të kontrollojnë përdorimin e internetit dhe mund të shfaqin një përdorim të shëndetshëm dhe pa problematika të tij. Një gjetje e tillë mbështetet dhe nga kërkimet, të cilat kanë treguar se një sens i lartë i kontrollit personal mbi mjedisin, lidhet pozitivisht me eksperiencën të suksesshme të përdorimit të internetit (8).

Ndërkohë, ndërmjet varësisë nga interneti dhe lokusit të jashtëm të kontrollit, të përbërë nga dy dimensionet, fuqizimi nga të tjerët dhe shansi, ekziston një lidhje e fuqishme pozitive, duke vërtetuar kështu hipotezën e ngritur në studim. Individët që besojnë se jeta e tyre varet dhe përcaktohet nga të tjerë më të fuqishëm se ata, përcaktohet nga fati apo nga ngjarje rastësore të cilat janë jashtë fuqisë dhe kontrollit të tyre, janë më të prirur për të krijuar varësi nga interneti, sepse nuk arrijnë ta kontrollojnë siç duhet përdorimin e tij. Në këtë mënyrë, interneti ndërhyr në jetën e tyre duke shkaktuar shumë problematika në jetën e përditshme. Studimet kanë treguar se individët me lokus të jashtëm kontrolli ishin më të pakënaqur me komunikimin dhe tregonin më shumë motive ritualistike komunikimi se sa individët me lokus të brendshëm të kontrollit. Kështu, sipas Hoffman dhe bashkëpunëtorëve të tij, individët me lokus të jashtëm të kontrollit priren ta përdorin internetin më shumë për qëllime ritualistike, ndërsa individët me lokus të brendshëm të kontrollit priren ta përdorin internetin për qëllime instrumentale (11). Sipas të dhënave të studimit, për çdo rritje të vetëvlerësimit me 1 pikë, ulen me 4% gjasat që adoleshentët të krijojnë varësi nga interneti. Kjo tregon se adoleshentët me vetëvlerësim të lartë janë më të prirur ndaj krijimit dhe mbajtjes së kontakteve sociale. Ata janë më të hapur ndaj çdo lloji eksperience të re që mund t'u ofrohet dhe kjo bën që koha e kaluar në internet të kontrollohet dhe të mos zëvendësohet me kohën e kaluar në jetën e përditshme. Ndërkohë, adoleshentët që paraqiten me vetëvlerësim të ulët, janë më të mbyllur ndaj eksperiencave të reja, duke qenë se vazhdimisht kanë dyshime mbi vetën e tyre, mbi aftësitë dhe kapacitetet e tyre dhe në këtë mënyrë interneti është një formë e mirë ku ata të kalojnë kohën pa u shqetësuar për imazhin e tyre ndaj të tjerëve. Kjo gjetje e studimit mbështetet nga studimet e realizuara për këtë çështje, ku theksohet se individët me vetëvlerësim të ulët priren drejt vetëvlerësimeve negative, janë të dyshimtë për lëvdatat dhe e interpretojnë informacionin vlerësues për veten në mënyrë negative. Këta individë janë më të prirur drejt sjelljeve të varësisë, shmangies apo largimit ndaj vlerësimeve negative dhe stresit të marrëdhënieve ndërpersonale (6).

Gjithashtu, Shotton thekson se tendenca për varësi nga interneti e individëve me vetëvlerësim të ulët është e lartë dhe studiues të tjerë si Greenberg, Lewis dhe Dodd Murali dhe George Young theksojnë se vetëvlerësimi i ulët shkakton përdorimin e tepruar të internetit (7).

Nga gjetjet e studimit rezultoi se individët me lokus të brendshëm kontrolli, pra ata që besojnë se çdo gjë që ndodh në jetën e tyre është rezultat i veprave dhe i sjelljeve të tyre, kanë më pak gjasa për të krijuar varësi nga interneti, në krahasim me individët me lokus të jashtëm kontrolli, të cilët besojnë se çdo gjë që ndodh në jetën e tyre përcaktohet nga individë të tjerë, nga rastësia apo fati. Studimet tregojnë se individët me lokus të jashtëm të kontrollit priren të përdorin internetin më shumë për qëllime ritualistike, ndërsa individët me lokus të brendshëm të kontrollit priren ta përdorin internetin për qëllime instrumentale. Individët me besim të fortë në kontrollin personal mund të marrin kënaqësi të lartë nga luajtja e lojërave dhe përfundimi i suksesshëm i nivelit tjetër të avancuar mund të ndërtojë një strategji fituese e cila është kombinim i dizenjuesit të lojës dhe aftësive për të manipuluar me objektet, simbolet dhe gjuhën brenda botës artificiale të lojërave. Kërkimet kanë treguar se një sens i lartë i kontrollit personal mbi mjedisin, lidhet pozitivisht me eksperiencën të suksesshme të përdorimit të internetit (8).

Gjithashtu, studimi nxori në pah se ekzistojnë ndryshime statistikisht të rëndësishme ndërmjet adoleshentëve me varësi dhe atyre pa varësi në lidhje me vetëvlerësimin. Kështu, adoleshentët me varësi nga interneti paraqisnin nivele më të ulëta të vetëvlerësimit dhe ata pa varësi nga interneti paraqisnin nivele më të larta të vetëvlerësimit. Një e dhënë e tillë mbështetet edhe nga literatura, ku studiuesit theksojnë se problemet psikologjike, siç është vetëvlerësimi i ulët, bëjnë që individët të zhvillojnë një përdorim problematik të internetit. Ata theksojnë se individët e sëmurë psikologjikisht janë më pak kompetentë në ndërveprimet ndërpersonale dhe janë më të prirur për të zhvilluar preferencën për ndërveprime sociale online, të cilat në këmbim, çojnë drejt zhvillimit problematik të përdorimit të internetit (10).

Nga analiza rezultoi se ka ndryshime statistikisht të rëndësishme për sa u përket adoleshentëve me varësi nga interneti dhe atyre pa varësi nga interneti, në lidhje me fuqizimin nga tjerët dhe shansin, dimensione këto të lokusit të jashtëm të kontrollit. Në këtë mënyrë adoleshentët që rezultuan me varësi nga interneti kishin prirje që të shfaqnin lokus të jashtëm të kontrollit, pra ata besonin se çdo gjë që ndodh në jetën e tyre vjen si rezultat i faktorëve të jashtëm, i forcave të jashtme, i rastësisë, i fatit apo personave më të fuqishëm se ata, në krahasim me adoleshentët të cilët nuk rezultuan me varësi nga interneti. Një gjetje e tillë mbështetet edhe nga studimet ku Schneider & Busch theksojnë se individët me lokus të jashtëm të kontrollit janë më të prirur për të shfaqur sjellje që kërcënojnë mirëqenien e tyre dhe janë më të prirur drejt psikopatologjive (12). Ndërsa në lidhje me lokusin e brendshëm të kontrollit, ekzistojnë ndryshime ndërmjet adoleshentëve me varësi dhe atyre pa varësi nga interneti, por këto ndryshime nuk janë statistikisht të rëndësishme. Iskender & Akin theksojnë se varësia nga interneti, përveç të tjerave, shpjegohet pozitivisht me lokusin e jashtëm të kontrollit dhe negativisht me lokusin e brendshëm të kontrollit.

Përfundime

Nga analiza e gjetjeve u arritën këto përfundime:

- Mbizotëron një lidhje e fuqishme negative ndërmjet varësisë nga interneti me lokusin e brendshëm të kontrollit dhe vetëvlerësimin.

- Mbizotëron një lidhje e fuqishme pozitive ndërmjet varësisë nga interneti dhe fuqizimit të shansit nga të tjerët, dimensione të lokusit të jashtëm të kontrollit.
- Vetëvlerësimi i ulët dhe lokusi i jashtëm i kontrollit janë parashikues të fuqishëm të varësisë nga interneti.
- Adoleshentët me varësi nga interneti prireshin të ishin me vetëvlerësim të ulët dhe me lokus të jashtëm të kontrollit.

Referencat

1. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. Internet Addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*. 2013; 959-966.
2. Ozcan, S. & Gokcearslan, S. An Outcome Evaluation Study on Internet Addiction, *Procedia Information Technology & Computer Science*. 2013; 790-795.
3. Young, Kimberly S. CBT-IA: The first treatment model for internet addiction. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*. 2011; 25.
4. Bozoglan, B., Demirer, V. & Sahin, I. Loneliness, self-esteem and life satisfaction as predictors of internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2013; 313-319.
5. Griffiths, M. D., Kuss, D.J., & Demetrovics Z. Social Networking Addiction: An overview of Preliminary Findings. 2014.
6. Lee, Wai-Yu, Z., & Mei-Kwan, Christy. Problematic Use of Social Networking Sites: The role of Self-Esteem. *International Journal of Business and Information*. 9(2); 2014.
7. Ayas, Horzum, T., & Baris, M. Relation between depression, loneliness, self-esteem and internet addiction. *Education*. 133(3); 2013.
8. Chak, K. & Leung, L. Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *Cyberpsychology & Behavior*, 7 (5); 2004; 559-570.
9. Boysan, M., Kuss, J. D., Barut, Y., Aykose, N., Gulec, M., & Ozdemir, O. Psychometric properties of the Turkish version of the Internet Addiction Test. *Addictive Behaviors*. 2015.
10. Kim, J. The effect of a R/T Group counseling program on the internet addiction level and self-esteem of internet addiction university students. *International Journal of Reality Therapy*. XXVII, 2008.
11. https://www.academia.edu/3477361/Internet_addiction_individual_differences_and_wellbeing_among_Thai_students_in_a_private_university.
12. Rotsztein, B. Problem internet use and locus of control among college students: Preliminary findings. 2003.