

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Czynniki związane ze współwystępowaniem uzależnień

**Płeć, osobowość i poziom dobrostanu to czynniki istotnie związane ze współwystępowaniem uzależnień behawioralnych, takich jak uczenie się, gry komputerowe czy korzystanie**

## **z Facebooka - wynika z badań psychologów z UŚ i UG. Jak podkreślają, kobiety i mężczyźni uzależniają się inaczej i powinniśmy zrozumieć te różnice.**

Do takich wniosków doszli dr Edyta Charzyńska z Uniwersytetu Śląskiego i dr Paweł Atroszko z Uniwersytetu Gdańskiego we współpracy z prof. Stevem Sussmanem z University of Southern California, którzy przeprowadzili ankiety wśród 1182 studentów z trzech polskich uczelni. Przyjęli podejście skoncentrowane na osobach - które zakłada, że różne typy osób mogą mieć różne czynniki ryzyka, przebieg i konsekwencje uzależnień. Badani pytani byli przede wszystkim o występowanie w ciągu ostatniego roku symptomów sześciu uzależnień behawioralnych: od uczenia się, zakupów, gier komputerowych, Facebooka, pornografii i jedzenia.

Następnie, na tej podstawie, badacze wyodrębnili cztery typy osób. Osoby przynależące do każdej z grup miały określone, wspólne cechy, takie jak płeć, cechy osobowości czy poziom jakości życia.

„W skład pierwszego, najliczniejszego profilu (29 proc. próby) weszły osoby o podwyższonym poziomie uzależnień od uczenia się, zakupów, Facebooka i jedzenia. Profil ten złożony był w przeważającej większości z kobiet. Charakterystycznymi cechami osób tworzących ten profil był także wysoki poziom sumienności i ekstrawersji” - wskazała dr Charzyńska.

Drugi profil (25 proc. próby) złożony był z osób o podwyższonym poziomie uzależnienia od gier komputerowych i pornografii. Tworzyli go głównie mężczyźni, którzy charakteryzowali się niskim poziomem sumienności i wysokim poziomem jakości życia związanej ze zdrowiem.

Trzeci profil to osoby o niskim lub stosunkowo niskim poziomie symptomów uzależnień behawioralnych, czyli mało podatne na uzależnienia.

„I wreszcie czwarty profil, w skład którego weszło 23 proc. całej próby. Były to osoby o wysokim poziomie symptomów wszystkich badanych uzależnień behawioralnych. W skład tego profilu nieco częściej wchodził mężczyźni, niż kobiety. Zgodnie z przewidywaniami osoby te cechowały się wysokim poziomem narcyzmu, niskim poziomem sumienności i emocjonalnej stabilności oraz niskim poziomem dobrostanu, na który składały się wysoki poziom stresu, lęku i poczucia beznadziejności oraz niski ogólny poziom jakości życia, jakości życia związanej ze zdrowiem oraz jakości snu. Widzimy więc, że wyodrębnione profile różniły się wyraźnie pod względem płci, cech osobowości oraz dobrostanu” - podkreśliła psycholog.

Na fakt, że płeć ma bardzo duże znaczenie dla zrozumienia uzależnień behawioralnych, wskazał także dr Atroszko. „Kobiety i mężczyźni uzależniają się inaczej i powinniśmy zrozumieć te różnice. Zwłaszcza, że demonizowane przez nas zachowania, takie jak gry komputerowe czy pornografia, typowe dla mężczyzn, w świetle wyników naszego badania, ale i dotychczasowych badań, mają względnie małe znaczenie epidemiologiczne w porównaniu do takich problemów jak uzależnienie od uczenia się, które najczęściej dotyczy kobiet” - powiedział.

Dodał, że problem ten można intuicyjnie zrozumieć i względnie łatwo uświadomić sobie stojące za tym mechanizmy. „Otóż część osób ma ogólną wysoką skłonność do uzależniania się. Jednocześnie system edukacji jest tak skonstruowany, że sprzyja uzależnianiu od uczenia się i praktycznie cała populacja młodych ludzi musi funkcjonować wewnątrz tego systemu (na studia idzie już tylko część z nich). W tej sytuacji można oczekiwać, że wiele spośród tych osób uzależni się od uczenia się. Uczenie się i jedzenie to aktywności, z których nie można całkowicie zrezygnować. Są to też najczęściej występujące uzależnienia” - podkreślił.

„Prewencja i terapia uzależnień musi brać to pod uwagę. Innymi słowy: musimy rozpoznawać, że

istnieje ogólna predyspozycja do uzależnień, predyspozycje typowe dla kobiet i mężczyzn, a także, że pewne zachowania są społecznie akceptowalne, co więcej: społecznie nagradzane i niemożliwe do całkowitego „odstawienia+” – kontynuował.

Jak przypomnieli psychologowie, uzależnienie to coś, co utrzymuje się przez dłuższy czas i nawraca – może dotyczyć substancji psychoaktywnych lub zachowań. Wspólnymi elementami różnych uzależnień są: powtarzalność, nagradzający charakter (przyjemność lub zmniejszenie dyskomfortu), kompulsja, czyli wewnętrzny przymus i negatywne konsekwencje w postaci stresu, problemów zdrowotnych lub pogorszonego funkcjonowania w innych sferach.

Dr Atroszko omawiając wyniki podał, że są osoby, które mają wyraźną skłonność do uzależniania się od szerokiego spektrum zachowań, czyli że wiele uzależnień może współwystępować. „Obecnie zarówno prewencja, jak i oddziaływania terapeutyczne koncentrują się na pojedynczych zachowaniach, a więc nasza uwaga i wysiłki mogą być skoncentrowane na nieoptymalnym podejściu do przeciwdziałania uzależnieniom”. „Nasze badanie pokazuje, że uwzględnianie kilku uzależnień równocześnie może być bardziej owocne i prowadzić do lepszego zrozumienia natury uzależnień w porównaniu z izolowanym badaniem poszczególnych uzależnień” – dodała dr Charzyńska.

Badacze chcą kontynuować prace nad podjętym tematem m.in. rozszerzając je o uczniów szkół średnich czy badając konkretne osoby przez parę lat.

Zdaniem naukowców uzależnienia zaczynają się rozwijać w okresie wchodzenia w dorosłość, a najlepszym sposobem przeciwdziałania im jest wczesna prewencja. „Z tej perspektywy musimy zrozumieć ich czynniki ryzyka i mechanizmy rozwoju. Należy też dodać, że biorąc pod uwagę szerokie rozpowszechnienie uzależnień w populacji ogólnej, podejście skoncentrowane głównie na terapii jest wysoce nieefektywne, gdyż nie mamy w Polsce tylu specjalistów, a większość osób uzależnionych nigdy nie szuka pomocy. Z tego powodu konieczna jest populacyjna prewencja, a ta możliwa jest tylko, jeśli zrozumiemy, co wpływa na tak powszechne występowanie uzależnień” – podsumowali psychologowie.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30790.html>



21-05-2026

## **Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej**

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

## **Kleszcz to tylko pośrednik**

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

## **Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy**

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

## **Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk**

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

## **Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni**

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

## **Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego**

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

## **Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet**

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

## Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

**Informacje dnia:** [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

**Partnerzy**