

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
PEDAGOĢIJAS, PSIHOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE  
PSIHOĢIJAS NODAĻA

**BĒRNĪBAS ĢIMENES VIDES UN PIESAISTES STILU SAISTĪBA AR  
PĒRMĒRĪGU INTERNETA SPĒĻU SPĒLĒŠANU PIEAUGUŠĀ VECUMĀ**

MAGISTRA DARBS

Autors: **Anna Paula Bramane**

Studenta apliecības. nr.: ab15107

Darba vadītājs: Mg. Psych. Magdalēna Pranaite

RĪGA 2022

## ANOTĀCIJA

Šī maģistra darba mērķis ir noskaidrot, kādai bērnības ģimenes videi (atvērtai, vienotai vai konfliktējošai) un piesaistes stilam (trauksmainam vai izvairīgam) ar vecākiem, ir saistība ar indivīda pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā?

Pētījumā piedalījās 80 cilvēki, visi dalībnieki bija pieaugušie, kuri pēdējo 6 mēnešu laikā ir spēlējuši spēles internetā, datorā vai telefonā. No tiem bija 48 vīrieši un 31 sieviete, vecumā no 18 līdz 45 gadiem (vidējais dalībnieku vecums ir 25 gadi).

Pētījuma dalībniekiem, atbildot uz piedāvātajiem jautājumiem, bija jāsniedz novērtējums par savu bērnības ģimenes vidi, piesaistes attiecībām ar vecākiem un tuvākajiem cilvēkiem, kā arī jānovērtē cik bieži viņi ir izjutuši pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmes. No iegūtajiem rezultātiem tika aprēķinātas savstarpējās saistības.

Pētījumā tika izmantotas trīs aptaujas - Īsā ģimenes attiecību skala (The Brief Family Relationship Scale (BFRS) Fok, Allen, Henry, & People Awakening Team, 2014), Attiecību struktūru aptauja (Relationship Structures Questionnaire (ECR-RS), Fraley, Heffernan, Vicary, & Brumbaugh, 2011) un Pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmju skala (Game Addiction Scale for Adolescents (GAS-21) Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2009).

Šī maģistra darba rezultātos redzams, ka pastāv pozitīva sakarība starp visām ģimenes bērnības vides skalām - vienotības trūkums, atvērtības trūkums kā arī konfliktēšanas trūkums bērnības ģimenes vidē ir saistīts ar indivīda pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā. Tika arī atklāts, ka pastāv pozitīva sakarība starp trauksmainu piesaistes stilu attiecībās ar tēvu un pārmērīgu interneta spēļu lietošanu.

Regresijas analīze uzrādīja, ka zemi konfliktējoša bērnības ģimenes vide pozitīvi prognozē pārmērīgu interneta spēļu lietošanu pieaugušā vecumā.

Šajā pētījumā netika atrastas saistības starp indivīda piesaistes stiliem ar māti vai izvairīgam piesaistes stilam ar tēvu.

*Atslēgas vārdi:* bērnības ģimenes vide, trauksmais piesaistes stils, izvairīgs piesaistes stils, piesaistes stils attiecībās ar vecākiem, pārmērīga interneta spēļu lietošana.

## ABSTRACT

The aim of this master's thesis is to find out what kind of childhood family environment (open, united or conflicting) and attachment style (anxious or avoidant) are related to an individual's excessive propensity to play internet games in adulthood?

The study involved 80 people, all adults who had played games on the internet, computer or mobile phone in the last 6 months. Of these, 48 were men and 31 were women between the ages of 18 and 45 (average age is 25 years).

Participants in the study were asked to provide an answers of their childhood family environment, relationships with parents and loved ones, and to assess how often they have experienced excessive use of Internet games. Mutual liabilities were calculated from the obtained results.

Three surveys were used in the study: The Brief Family Relationship Scale (BFRS, Fok, Allen, Henry, & People Awakening Team, 2014), the Relationship Structures Questionnaire (ECR-RS), Fraley, Heffernan, Vicary, & Brumbaugh, 2011) and the Game Addiction Scale for Adolescents (GAS-21) Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2009).

The results of this master's thesis show that there is a positive correlation between all scales of the family childhood environment - the lack of unity, lack of conflict in the childhood family environment is related to the individual's excessive tendency to play games in adulthood. It was also found that there is a positive correlation between the anxious style of attraction in the relationship with the father and the excessive use of online games.

The regression analysis showed that the low-conflict childhood family environment positively predicts excessive use of Internet games in adulthood.

In this study, no statistically significant differences were found between the individual's attachment styles with the mother or the avoidant attachment style with the father.

*Key words:* childhood family environment, anxious attachment style, avoidant attachment style, attachment style in relationship with parents, excessive use of internet games.

## SATURA RĀDĪTĀJS

TEORĒTISKĀ DAĻA .....	5
Piesaistes teorijas pamatprincipi .....	5
Piesaiste pieaugušo vecumā .....	6
Atkarības jēdziens un to veidi (procesu un vielu atkarības) .....	7
Atkarību veidi (procesu un vielu atkarības) .....	7
Interneta spēļu atkarība un tās izplatība populācijā .....	8
Pārmērīga interneta spēļu spēlēšana kā uzvedība, kas saistīta ar bērnības ģimenes vides un vecāku attiecību faktoriem .....	10
Citi interneta spēļu atkarību izraisoši faktori .....	12
Interneta spēļu atkarības ietekme uz indivīdu .....	13
METODE .....	15
Pētījuma dalībnieki .....	15
Pētījuma instrumentārijs .....	15
Pētījuma procedūra .....	17
REZULTĀTI .....	18
DISKUSIJA .....	23
SECINĀJUMI .....	26
IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI .....	27
1. PIELIKUMS: PĀRMĒRĪGAS INTERNETA SPĒĻU LIETOŠANAS IEZĪMJU APTAUJAS FAKTORANALĪZES REZULTĀTI .....	34

## TEORĒTISKĀ DAĻA

Daudzviet Eiropā un arī visā pasaulē cilvēki izvēlas spēlēt spēles datorā un internetā, lai izklaidētos, socializētos un pat mazinātu sliktu noskaņojumu. Pētījumi rāda, ka nav viens noteikts iemesls, kāpēc dažiem interneta spēļu lietošana pārvēršas atkarībā, kamēr citi spēj pārtraukt spēlēt laicīgi un pēc pašu vēlēšanās.

Amerikas Psihologu Asociācija (turpmāk tekstā - APA) ir piešķīrusi pārmērīgai datorspēļu spēlēšanai apzīmējumu “interneta atkarības traucējums” un tas tiek raksturots ar 9 pazīmēm, no kurām dažas ir - apsēstība, kontroles un interešu zudums, nepārtraukta pārmērīga lietošana, maldināšana, izvairīšanās no negatīvām emocijām, funkcionalitātes mazināšanās u.c. (Petry & O'Brien, 2013).

Tā kā mūsdienās ir ļoti grūti limitēt piekļuvi datoram vai internetam, ir būtiski noskaidrot, kas ir šīs atkarības veicinoši faktori, lai pieaugušie vai bērnu vecāki spētu laicīgi rīkoties vai apzināties, ka viņi vai viņu bērni atrodas interneta spēļu atkarības riska grupā.

Šī maģistra darba ietvaros mani interesē izpētīt saistības starp bērības ģimenes vidi, piesaistes stiliem un pārmērīgu interneta spēļu spēlēšanu.

### **Piesaistes teorijas pamatprincipi**

Katram cilvēkam piedzimstot, viņš nokļūst kādā vidē, no kuras ir atkarīgas rūpes, attieksme pret bērnu, bērna uzturs, klimats utt. Pirmajos dzīves gados, cilvēks nevar pats izvēlēties savu vidi vai cilvēkus, ar kuriem vēlas būt kopā, to izlemj apkārtējie, citi pieaugušie. Jau no bērnības, cilvēkam ir vajadzība pēc pieķeršanās un attiecībām. Psiholoģijas zinātnē ir noskaidrots, ka bērniem ir būtiski veidot attiecības ar vismaz vienu primāro aprūpētāju, lai notiktu normāla sociālā un emocionālā attīstība, un šo teoriju formulēja psihiatrs un psihoanalītiķis Džons Bolbijs (John Bowlby). To sauc par piesaistes teoriju un tā atklāj agrīnās dzīves pieredzes nozīmīgumu, lai attīstītu dažādus pieķeršanās stilus starp bērnu un aprūpētāju. Aprūpētājs var būt gan māte, gan tēvs, gan cits cilvēks, kuram bērns piesaistās visvairāk. Bērns izveido tādu savstarpēju attiecību pieķeršanās modeli, kurš ir darboties spējīgs, citiem vārdiem, pielāgojas, atkarībā no aprūpētāja atsauces (Bowlby, 1973). Tas nozīmē, ka bērns jau no mazotnes uztver vecāka vai aprūpētāja izturēšanos (kādi fiziski un emocionāli apstākļi tiek nodrošināti, cik daudz aprūpētājs ir klātesošs) un cenšas tai piešķirt kādu nozīmi.

Zinātniskajā literatūrā sākotnēji tika izvirzīti 3 pieķeršanās stili: drošais (secure), trauksmainais/ rezistentais (anxious/resistant) un izvairīgais (avoidant), kurus ieviesa Mērija Einsvorta (Mary Ainsworth) (Ainsworth et al., 1978). Vēlāk, cita pētnieku komanda ieviesa arī ceturto piesaistes stilu, kuru nosauca par dezorganizētu piesaisti (disorganized). Šādiem cilvēkiem ir raksturīga pretrunīga uzvedība attiecībās, piemēram, spēcīga tiekšanās pēc tuvības, kurai seko bailes, izvairīšanās, apmulsuma un distresa izpausmes (Reisz, Duschinsky, & Siegel, 2018).

Mūsdienās tiek runāts par visiem četriem iepriekš minētajiem piesaistes modeļiem.

Varētu apgalvot, ka lielākoties šie piesaistes stili iedalāmi divos veidos, kā pirmais no tiem ir drošs, veselīgs un veido bērnā drošības sajūtu un otrs ir tāds, kurš bērnā ir izveidojis nedrošības un neuzticēšanās sajūtu pret citiem.

Drošas piesaistes stils raksturojams ar indivīda pozitīvu priekšstatu par sevi un pozitīvu skatījumu uz citiem (Van Buren, & Cooley, 2002). Šāds pieķeršanās (piesaistes) stils izveidojas tiem cilvēkiem, kuri bērnībā lielākoties ir pieredzējuši drošības, aizsargātības un komforta sajūtu no tuviniekiem briesmu brīdī.

Bērnos, kuru vecāki izmanto neiejūtīgu vai nekonsekventu aprūpi, izveidojas nedrošas piesaistes attiecības (ietver gan trauksmainu, gan izvairīgu, gan arī dezorientētu) pret aprūpētāju. Vēlāk šādos bērnos, visticamāk, veidosies uzvedība, kurai raksturīga nedrošības sajūta un neuzticēšanās citiem (Bowlby, 1982). Bērnības pieredzes rezultātā, šie nedrošie bērni uzņemas negatīvas cerības arī turpmākajā dzīvē (pieņem, ka dzīvē viņiem neveiksies, viņi nav pietiekoši labi) un plašākā mijiedarbībā ar citiem (Bowlby, 1982). Saskaroties ar dzīves grūtībām, šādas piesaistes bērni tiek galā, piemērojot izstāšanās pozīciju un konfrontāciju, saskaroties ar draudiem (Bretherton, 1990). Būtiski minēt, ka pieķeršanās starp vecāku un bērnu ietekmē problemātisku uzvedību un tāda ietekme ir ilgstoša un dziļa (Groh, Fearon, van IJzendoorn, Bakermans-Kranenburg, & Roisman, 2016).

### **Piesaiste pieaugušo vecumā**

Pētījumi atklāj, ka četru veidu piesaistes modelis (droša, trauksmaina, izvairīga, dezorientēta piesaiste) saglabā savu nozīmi un ir jūtīgs arī pret pieaugušā vecumā piedzīvotajām pieķeršanās grūtībām un uzvedību (Bartholomew, 1997). Pat vēl senāk, kad Bolbijs (Bowlby, 1982) tikai sāka runāt par piesaistes fenomenu, viņš novēroja, ka tas saglabājas visus pusaudžu gadus un arī pieaugušā vecumā (Bowlby, 1982). Pētījumi par piesaistes stilu noturību pieaugušā vecumā arī atklāj, ka "Indivīdiem ar dažādu pieķeršanās stilu ir dažādi uzskati par romantiskas mīlestības periodu, pieejamību, mīlestības partneru uzticības spēju un mīlestības gatavību" (Honari

& Saremi, 2015). Kas liecina par agrīnas bērnības pieredzes, ģimenes vides un vecāku attieksmes nozīmīgumu veidojot attiecības un savu ģimeni, iespējami nododot tālāk savā ģimenē pieņemto audzināšanas veidu.

### **Atkarības jēdziens un to veidi (procesu un vielu atkarības)**

Atkarība pēc būtības tiek raksturota ar procesu, kuras pamatā ir uzvedība, kas var darboties gan lai radītu baudu, gan izbēgtu no iekšēja diskomforta. Šo darbību raksturo atkārtota nespēja kontrolēt savu uzvedību (bezpēcība) un uzvedības turpināšana. Atkarības uzvedība turpinās, neskatoties uz būtiskām negatīvām sekām (Goodman, 1990). Tātad var secināt, ka jebkāda veida atkarībām kopīga iezīme ir nespēja kontrolēt un pārtraukt kādu sev smagi kaitējošu rīcību, neskatoties uz izjustajām sekām.

Visbiežāk, runājot par atkarībām, tiek minēti piemēri par indivīdiem, kuri pārmērīgi lieto kādu no vielām, piemēram, alkoholu vai narkotikas. Tādus cilvēkus ir viegli ievērot, jo, viņi vielu iespaidā uzvedas neparasti un dažreiz pat bīstami, tomēr tas nav vienīgais atkarību veids un tāpēc ir noderīgi apskatīt atkarības jēdzienu plašākā kontekstā.

### **Atkarību veidi (procesu un vielu atkarības)**

Garīgo traucējumu diagnostikas un statistikas rokasgrāmatā (turpmāk DSM) atkarības, galvenokārt, tiek iedalītas vielu un procesu atkarībās.

Vielu izraisītas atkarības, kuras uzskaitītas DSM – 5 rokasgrāmatā ir – “alkohols; kofeīns; kaņepes; halucinogēni (fenciklidīns vai citi halucinogēni, piemēram, LSD); inhalatori; opioīdi; sedatīvi līdzekļi, miega līdzekļi vai anksiolītiskie līdzekļi; stimulantu (tostarp amfetamīna tipa vielas, kokaīns un citi stimulantu); tabaka; un citas vēl nezināmas vielas” (APA, 2013). Turpat minēts, ka izdalīti 11 tipiski simptomi vielu atkarībai, un daži no tiem ir: nespēja pārtraukt šīs vielas lietošanu, neskatoties uz tās kaitējumu, nepieciešams arvien vairāk vielas, lai izjustu vēlamo efektu, abstinences simptomi vielu pārtraukšanas gadījumā, vielu lietošana pat apstākļos, kuri apdraud tās lietotāju.

Otrs atkarību iedalījums ir procesu, jeb uzvedības atkarības. Procesu atkarība ir līdzīga vielu atkarībai, tikai tā atšķiras ar to, ka procesu atkarību gadījumā, indivīds nav atkarīgs no vielas, bet gan no uzvedības vai sajūtas, ko rada attiecīgā darbība (Alavi, Ferdosi, Jannatifard, Eslami, Alaghemandan, & Setare, 2012). Turklāt, procesu atkarību gadījumā, indivīdiem arī piemīt noteikti simptomi un tiek izjustas tādas pašas sekas, kā atkarībai no alkohola un narkotikām, un uzvedība, kas saistās ar pārņemtību, apmātību. Pēdējo 25 gadu laikā, ir īpaši pieaudzis procesu atkarību

pētījumu skaits (Sixto-Costoya, Castelló-Cogollos, Aleixandre-Benavent, & Valderrama-Zurián, 2021), turklāt vislielākais intereses pieaugums vērojams azartspēļu (ASV) un interneta tehnoloģiju (Āzijas valstīs) atkarību jomās. DSM – 5 vienīgā atsevišķi izdalītā procesu atkarība līdz 2022. gadam ir azartspēļu (spēļu) traucējumi, tomēr šajā rokasgrāmatā ir minēta arī interneta atkarība, kura nav vielu atkarība un tiešā veidā nav arī procesu atkarība, un ir pievienota ar nosacījumu, ka tai nepieciešams vairāk pētījumu. Neraugoties uz to, ka Garīgo traucējumu diagnostikas un statistikas rokasgrāmatā procesu atkarību saraksts nav liels, tomēr pētījumos un zinātniskajā literatūrā bieži parādās tādi procesu atkarību nosaukumi kā “interneta atkarība, atkarība no pārtikas, hiperseksualitāte, iepirkšanās atkarība, atkarība no fiziskām aktivitātēm, atkarība no sauļošanās u.c.” (APA, 2013; Mihajlov & Vejmelka, 2017; Jorgenson, Hsiao, & Yen, 2016; Levine, 2010; Banerjee, Hay, & Greene, 2015; Petry, Zajac, & Ginley, 2018; Clark & Calleja, 2008; Berczik, Szabó, Griffiths, Kurimay, Kun, Urbán, & Demetrovics, 2012), kas norāda, ka procesu atkarības joma šobrīd ir izpētes procesā un ir daudz vēl neatklātu un nezināmu faktoru gan par to izcelsmi, gan pazīmēm, lai raksturotu kā atkarību, gan arī to ārstēšanu vai novēršanu.

Uzvedības un vielu atkarībām ir daudz kā kopīga – to līdzības ir tolerancē, ģenētiskā ieguldījumā, neirobioloģiskajos mehānismos un atbildes reakcijās uz ārstēšanu (Grant, Potenza, Weinstein, & Gorelick, 2010). Gan tolerance, gan abstinences sindroms var rasties gan ar, gan bez vielām, šie procesi ir saistīti gan ar neiroķīmisko atkarību, gan ar psihosociālajām problēmām (Derbyshire, & Grant, 2015; Kim, Hodgins, Kim, & Wild, 2020).

### **Interneta spēļu atkarība un tās izplatība populācijā**

Spēles internetā tiek izvēlētas kā brīvā laika aktivitātes un, lai gan dažiem tas ir atpūtas veids, ir vairums speciālisti, kuriem šīs izklaides popularitāte raisa bažas. Ir tādi pusaudži un pieaugušie, kuriem šādu laika pavadīšanas veidu pavada patoloģiskas iezīmes, kas raksturīgas atkarības traucējumiem (Gentile, 2009; Kuss & Griffiths, 2012). Pārmērīga datorspēļu izmantošana pati par sevi neliecina par atkarību, tomēr spēļu skaits un tajās pavadītais ilgums ir riska faktors spēļu atkarības attīstībai (Ferguson, San Miguel, Garza, & Jerabeck, 2012).

Ir veikti pētījumi, kuri pierāda, ka datorspēļu atkarībai ir līdzīgi neironu mehānismi smadzenēs kā narkotiku lietošanai (skatīt Weinstein & Lejoyeux, 2015), kas norāda uz spēcīgas tieksmes atainojumu, kurš ir pielīdzināms ķīmiskai atkarībai, tāpat ir atklāts, kā arī pastāv sakritības starp interneta spēļu traucējumu un patoloģisku azartspēļu spēlēšanu (Fauth-Bühler & Mann, 2015).

Internetā spēlētām spēlēm ir visspēcīgākā saistība ar atkarīgu interneta lietošanu. Turklāt izmaiņas tiešsaistes spēļu spēlēšanā visvairāk ir saistītas ar izmaiņām kompulsīvā interneta lietošanā kopumā, un šis atklājums veicināja pētniekus izvērtēt interneta spēļu atkarību kā atsevišķu traucējumu (Van Rooij, Schoenmakers, Van de Eijnden, & Van de Mheen, 2010).

Amerikas psihiatru asociācijas diagnostikas un statistikas rokasgrāmatā (DSM-5) trešajā nodaļā var atrast definīciju tam, kas ir interneta spēļu atkarība (APA, 2013), arī starptautiskajā slimību klasifikatorā (ICD-11) ir sadaļa “spēļu traucējumi”, to diagnostikas kritēriji ļoti līdzinās DSM-5 (Jo, Bhang, Choi, Lee, Lee, & Kweon, 2019).

DSM-5 rokasgrāmata ietver ar vielām saistītus atkarības traucējumus, piemēram, alkoholu, tabaku, stimulantus, marihuānu un opioīdus. Azartspēļu traucējumi ir vienīgā uzvedības atkarība (pretstatā vielu lietošanai), kas identificēta DSM-5. Interneta spēļu atkarība (turpmāk - ISA) ir nodalīta no interneta vai sociālo tīklu atkarības, tiešsaistes azartspēlēm vai telefona lietošanas atkarības. Amerikas psihiatru asociācija secināja, ka pierādījumi bija pietiekami spēcīgi, lai iekļautu ISA diagnostikas un statistikas rokasgrāmatas piektā izdevuma (DSM-5) pētniecības pielikumā, lai veicinātu papildu pētījumus. Rokasgrāmatā minēti 9 simptomi ISA: “Aizraušanās ar spēlēm, abstinences simptomi, kad spēlēšana ir atņemta vai nav iespējama (skumjas, trauksme, aizkaitināmība). Tolerance, nepieciešamība pavadīt vairāk laika spēlējot, lai apmierinātu tieksmi. Nespēja samazināt spēlēšanu, neveiksmīgi mēģinājumi atstāt spēlēšanu. Atteikšanās no citām aktivitātēm, intereses zudums par iepriekš iecienītām aktivitātēm spēļu dēļ. Spēļu turpināšana, neraugoties uz problēmām. Ģimenes locekļu vai citu cilvēku maldināšana par spēlēšanā pavadīto laiku. Spēļu spēlēšana, lai mazinātu negatīvu noskaņojumu, piemēram, vainas apziņu vai bezcerību. Risks, ka spēlēšanas dēļ ir apdraudēts vai zaudēts darbs vai attiecības” (APA, 2013). Pēc ierosinātajām interneta spēļu atkarības pazīmēm, nepieciešams gada laikā izjust piecus vai vairāk kritērijus, lai apgalvotu, ka indivīdam piemīt spēļu traucējumi. Šī slimība var ietvert gan spēlēšanu internetā, gan arī jebkurā elektroniskā ierīcē, lai gan izpētīts, ka tie, kuriem rodas klīniski nozīmīgas spēļu problēmas, galvenokārt spēlē internetā.

Būtiski ir nodalīt ilgu un aizrautīgu spēlēšanu, no interneta spēļu atkarības, jo citiem tas var būt tikai entuziasms, kamēr pārējiem jau psihopatoloģiska uzvedība, jo interneta spēļu atkarība ir kas lielāks un nozīmīgāks par ilgstošu un ieinteresētu spēlēšanu (Spekman, Konijn, Roelofsma & Griffiths, 2013).

Lielākoties pieejami pētījumi par pusaudžu vecuma grupu, kuri ir interneta vai interneta spēļu atkarīgie un pieaugušo vecuma grupa līdz šim pētīta retāk.

Septiņās Eiropas valstīs tika veikta aptauja pusaudžu vidū, kurā piedalījās vairāk kā 12 000 pusaudžu (14-17 gadus veci) atklāja, ka 1,6 procenti pilnībā atbilda visiem interneta spēļu atkarības kritērijiem, savukārt 5,1% aptaujāto pusaudžu bija interneta spēļu atkarības riska grupā (Müller et al., 2015).

Pētījums, kurš veikts Japānā, atklāj, ka problemātiska interneta lietošana ir palielinājusies kopš Covid-19 pandēmijas sākuma vairāk nekā 1,5 reizes. Covid-19 inficētām personām bija 5,67 reizes lielāks risks kļūt par interneta spēļu atkarīgiem, nekā tiem, kuriem nebija konstatēta šī vīrusa saslimšana (Oka, Hamamura, Miyake, Kobayashi, Honjo, Kawato, & Chiba, 2021). Šādi atklājumi liek domāt par to, ka vīrusa pandēmijas ierobežojumi veicinājuši cilvēku lielāku pievēršanos izklaides iespējām virtuālajā vidē un interneta spēļu pārmērīga lietošana kļuvusi vēl aktuālāka problēma.

### **Pārmērīga interneta spēļu spēlēšana kā uzvedība, kas saistīta ar bērnības ģimenes vides un vecāku attiecību faktoriem**

Līdz šim zināms, ka piesaistes traucējumi ir saistīti ar problemātisku interneta lietošanu, konkrēti, pārmērīgu videospēļu spēlēšanu, tiešsaistes seksa programmu lietošanu un sociālo tīklu lietošanu kopumā. Ar interneta lietošanu saistīti traucējumi var rasties no atbalstošas un drošas piesaistes pieredzes trūkuma (Dieris-Hirche, Linny Geisler, Bottel & Theodor Te Wildt, 2021). Šāds atklājums atklāj padziļinātu izpratni uz interneta spēļu atkarību kā vairāku faktoru problēmas rezultātu un norāda uz iespējamiem riska faktoriem.

Pētījumā, kurā apskatīja piesaistes stilu, spēlētāja motivāciju un spēlēšanas biežumu liela skaita spēlētāju tiešsaistes spēlēs tika pierādīts, ka spēlētāji ar trauksmainu un izvairīgu pieķeršanās stilu bija biežāk pakļauti problemātiskai tiešsaistes spēlēšanai nekā tie, kuriem bija drošais piesaistes stils (Suárez, Thio & Singh, 2012), kas norāda uz to, ka piesaistes stils ir viens no datorspeļu spēlēšanas biežuma faktoriem un iespējamiem atkarību veicinošiem faktoriem un būtu nozīmīgi to apskatīt katras tuvākās personas kontekstā.

Piesaistes stilu nozīmi ar interneta lietošanu saistītā uzvedībā pierāda arī kāds pētījums, kur noskaidrots, ka ģimenes funkcionēšana un piesaistes stili bija nozīmīgi prognozētāji pusaudžu problemātiskai interneta lietošanai (Cacioppo, Barni, Correale, Mangialavori, Danioni & Gori, 2019). Tie interneta lietotāji, kuriem nebija problemātiski lietošanas paradumi bija no ģimenēm, kur ģimenes locekļi ir ieinteresēti un novērtē viens otra aktivitātes un rūpes (ti, emocionāla iesaistīšanās). Viņu ģimenēs bija lielāka izpratne par to, ka uzdevumi ir skaidri un taisnīgi piešķirti

ģimenes locekļiem (ti, lomas). Turpretim indivīdiem ar trauksmaino piesaistes stilu bija biežāk novērota problemātiska interneta lietošanas uzvedība.

Pētījumos par pieaugušo cilvēku problemātiskas datorspēļu spēlēšanas saistību ar piesaistes stiliem ir visai līdzīgi atklājumi kā pētījumos ar pusaudžiem. Vecāku neveiksmīga aprūpe bērnībā un trauksmainais piesaistes stils ir pozitīvi saistīts ar problemātisku datorspēļu izmantošanu (Santoro, Midolo, Costanzo, Cassarà, Russo, Musetti & Schimmenti, 2021). Korejā veiktā pētījumā pieaugušajiem tika pierādīts, ka attiecības starp piesaistes stiliem (gan trauksmaino, gan izvairīgo piesaistes stilu) un interneta spēļu atkarību pilnībā izraisīja stresa notikumi. Stresa notikumi veicina interneta spēļu atkarību gan izvairīgas, gan trauksmainas piesaistes indivīdiem (Sung, Nam & Hwang, 2020), šis pētījums iespējami norāda uz to, ka indivīdiem ar nedrošu piesaistes stilu var būt tendence uz problemātisku interneta spēļu lietošanu, jo viņi vājāk spēj tolerēt stresa situācijas un ir neaizsargātāki pret tām.

Pētījumā, kurā piedalījās 434 vidusskolēni ar vidējo vecumu 13 gadi, tika veikta aptauja par interneta spēļu atkarību. Rezultāti parādīja, ka salīdzinot problemātiskos spēlētājus (PS) un neproblemātiskos spēlētājus (NPS): PS mājās ir daudz vairāk ekrānu nekā NPS, PS daudz vairāk laika pavada spēlējot videospēles gan nedēļas laikā, gan nedēļas nogalēs. PS bija vājāka vecāku uzraudzība, viņi vairāk spēlē vēlos vakaros (it īpaši zēnu izlasē). NPS vairāk bija izteikts aizliegums spēlēt no vecākiem. Runājot par ģimenes funkcionēšanu, NPS ir ievērojami labāka ģimenes kohēzija nekā PS, PS ir ievērojami vairāk ģimenes konfliktu un sliktākas ģimenes attiecības nekā NPS (Bonnaire & Phan, 2017). Var secināt, ka vecāku attieksme, spēlēšanas ierīču daudzums mājās, noteikumi pret videospēļu spēlēšanu un ģimenes attiecības kopumā ir ietekmējoši faktori videospēļu spēlēšanai pusaudžu vecumā, kas ļauj domāt par audzināšanas būtisko lomu pusaudžu gados ar iespējamu saistību par pārmērīgu interneta spēļu lietošanu arī pieaugušo vecumā.

Pētījumā videospēļu spēlēšanas biežumu bērnu populācijā tika atklāts, ka spēlēšanu pastiprina arī tas, ka viņu vecāki spēlē šādas vai citas spēles (Donati, Guido, De Meo, Spalice, Sanson, Beccari & Primi, 2021). Tātad, ne tikai attiecības, ierīču daudzums un izvirzītie noteikumi ietekmē spēlēšanu, bet arī tas, kādi ir pašu vecāku paradumi attiecībā pret saviem spēlēšanas ieradumiem un cik daudz no tā redz bērni.

Citi faktori, kas veicina interneta spēļu atkarības risku ir disfunkcionālas ģimenes attiecības un zems emocionālais intelekts (Torres-Rodríguez et al., 2018). Izjusta vecāku neievērība, bieža ierīču izmantošana kontaktēšanās vietā un nerunīgums bērnībā (Xie, Guo, & Wang, 2021), sliktas attiecības starp tēvu un bērnu (Su, Yu, Zhang, Su, Zhu, & Jiang, 2018). Ja bērna attiecības ar tēvu

ir sliktas, tas veicina saistību ar to, ka bērna pašcieņa tiek iespaidota negatīvā veidā un to izraisa arī vecāku savstarpējie konflikti, kas kopumā var palielināt interneta atkarības riska pazīmes (Jeong, Yim, Lee, Lee, Potenza, Jo, & Son, 2020). Šie atklājumi parāda, ka nelabvēlīga pieredze agrīnā bērnībā ir ietekmējošs faktors spēļu atkarības attīstībā un arī tam, ka vecāku konfliktiem savā starpā ir ietekme uz bērna spēlēšanas paradumiem. Nozīmīga loma ir tam, ka vecāki izglīto savus bērnus par interneta lietošanas noteikumiem un riskiem, lai novērstu atkarības rašanos no internetā atrodamajām spēlēm (Lee & Chae, 2007), tajā pašā pētījumā minēts, ka fizisks laika un mājaslapu apmeklējuma ierobežojums bez paskaidrojuma nesamazināja interneta spēļu atkarības risku.

Pētījumi kas pēta dažādu disfunkcionālas ģimenes vides ieguldījumu interneta spēļu atkarības rašanās procesā ir ierobežoti un tas liecina, ka šajā jomā ir vairāki faktori, kuru nozīme nav pētīta.

Kā aizsargājoši faktori ģimenes kontekstā ir vecāku attieksme, saziņa ģimenē un saliedētība, arī tas, ka vecāki kontrolē bērna spēlēs pavadīto laiku (Kim & Cho, 2008). Ir atklāts, ka pieaugušajiem, kuri spēlē daudz spēlētāju tiešsaistes spēles un kuriem bērnībā bija augstāks ģimenes saliedētības līmenis, ir mazāks ISA risks (nekā viņu tikpat trauksmainajiem līdz spēlētājiem, kuri ziņoja par zemāku ģimenes saliedētības līmeni). Turklāt tika konstatēts, ka ģimenes saliedētības aizsargājošā ietekme uz saistību starp trauksmi un ISA bija ievērojami spēcīgāka, kad ģimenes kohēzija palielinājās no zema līdz vidējam līmenim, vairs ne tik nozīmīga no vidēja uz augstu (Adams, Stavropoulos, Burleigh, Liew, Beard & Griffiths, 2019).

Šādi rezultāti norāda uz to, ka interneta atkarību var raisīt daudz un dažādi faktori un tā ir kompleksa problēma. Var pieņemt, ka, lai šo atkarības veidu ārstētu un panāktu veiksmīgus rezultātus, nepieciešams apskatīt daudzus indivīda dzīves un pieredzes aspektus.

### **Citi interneta spēļu atkarību izraisoši faktori**

Būtiski interneta spēļu atkarības riska faktori ir arī bieži augstu stresu izraisoši dzīves notikumi, augsti depresijas, trauksmes un somatiskie rādītāji. No personības iezīmēm riska faktori ir introversija, zems apzinīgums (Müller, Beutel, Egloff, & Wölfling, 2014), padevība (viegla padošanās), sevis noniecināšana (nenovērtēšana), starppersonu jūtīgums, fobiska trauksme, nespēja atraisīties, obsesīvi kompulsīvas tendences, naidīgums, arī paranojas un robežstāvokļa personības iezīmes (Torres-Rodríguez, Griffiths, Carbonell & Oberst, 2018).

Kādā citā pētījumā atklāts, ka būtiski riska faktori, lai attīstītos spēļu atkarība ir funkcionāla un disfunkcionāla impulsivitāte, pārliecība par paškontroli, tiekšanās pēc mērķa, kurš it kā varētu

apmierināt spēlēšanas vajadzības, spēlēšanai iztērētā nauda, patērētais laiks spēlēm darba dienās, bezsaistes kopienas sanāksmju apmeklējums un dalība spēļu kopienā (Rho, Lee, Lee, Cho, Jung, Kim & Choi, 2018).

### **Interneta spēļu atkarības ietekme uz individu**

Kā iepriekš minēts, atkarībai raksturīga rīcība, kuru kāds indivīds veic arī tad, ja tā apdraud viņa labsajūtu. Ja indivīds patoloģiski daudz laika pavada veicot kādu darbību, ļoti iespējams, ka tas var atstāt ne tikai fiziskas, bet arī psiholoģiskas sekas.

Kā būtisks faktors interneta atkarības sekām jāmin miega problēmas (sliktu miega kvalitāti vai bezmiegu) un arī no tā izrietošu sliktu funkcionēšanu dienas laikā (Lam, 2014). Līdzīgu atklājumu publicēja arī 2021. gadā, kur interneta spēļu atkarīgajiem, ilgstošu laika periodu ik dienas spēlējot datorspēles, tika atrastas izmaiņa galvas smadzeņu daļā, kas atbild par miegu. Šīs izmaiņas parādījās labās puses aizmugurējā hipokampa daļā. Kopumā, pētot interneta spēļu atkarīgo galvas smadzenes, tika atklāti neparasti savienojumi hipokampā, kas ietver gan kognitīvo kontroli, gan atmiņu, gan atalgojuma motivāciju, kas pierāda interneta spēļu atkarības fizisko iespaidu uz indivīda funkcionēšanu un izmaiņām smadzenēs (Zheng, Wang, Zheng, & Dong, 2021). Nav teikts, ka šis iespaids būtu viennozīmīgi negatīvs, tomēr tas pierāda, ka spēlētāja smadzeņu reģionos ir vērojamas tādas izmaiņas, kuras netiek novērotas pārējiem. Pētījumā, kura dalībniekiem mēnesi lika spēlēt daudz spēlētāju tiešsaistes spēles, pierādījās, ka, jo vairāk laika viņi veltīja šai nodarbei, jo sliktāki kļuva miega kvalitātes rādītāji, pieauga grūtības tikt galā ar reālās dzīves sociālajām aktivitātēm un pasliktinājās akadēmiskais sniegums (Smyth, 2007).

Tāpat pierādīts, ka patoloģiska tiešsaistes spēlēšana var negatīvi ietekmēt sociālo mijiedarbību, veselību un arī psiholoģisko labklājību kopumā. ISA ir saistīta ar tādām problēmām kā nogurums, miega traucējumi, depresijas un trauksmes simptomi, izvairīšanās no sociālajiem kontaktiem dzīvē (Männikkö, Billieux & Käätäinen, 2015). To pierāda Francijas populācijā veikts pētījums, kurā novērotas lielākas grūtības sociālajā, finansiālajā, laulības un ģimenes jomā tiem, kuri patoloģiski spēlē datorspēles. Tāpat tiešsaistes spēļu atkarīgajiem novērots augstāks aizkaitināmības līmenis un slikts garastāvoklis (Achab, Nicolier, Mauny, Monnin, Trojak, Vandel, Sechter, Gorwood, & Haffen, 2011). Tiek novēroti arī augstāki depresijas, trauksmes un sociālo fobiju rādītāji tiem, kuri ir atkarīgi no interneta spēlēm salīdzinot ar indivīdiem, kuriem ir mazākas interneta atkarības izpausmes (Gentile, Choo, Liao, Sim, Li, Fung, & Khoo, 2011).

Secinot teorijā apkopoto līdzšinēji pieejamo informāciju par to, kādas sekas atstāj interneta spēļu atkarība, var teikt, ka tā skar daudz būtiskas jomas, bez kurām nav iedomājama laba

funkcionēšana ikdienas dzīvē. Jomas, kuras tiek negatīvi iespaidotas interneta spēļu atkarības vai pārmērīgas izmantošanas rezultāta ir: indivīda sociālā mijiedarbība, miegs, psiholoģiskā labklājība, fiziskā pašsajūta un funkcionēšana ikdienas reālajā dzīvē. Iepriekš minētās grūtību jomas vājina indivīda spēju tikt galā ar reālās dzīves grūtībām, kas vēl vairāk veicina tieksmi noslēgties no apkārtējās pasaules.

Kā lasāms teorijas apkopojumā, ģimenes vides dažādi faktori ir saistīti ar interneta spēļu pārmērīgu lietošanu ne tikai bērna vai pusaudžu vecumā, bet arī pieaugušajiem. Tāpat būtiski minēt, ka interneta atkarības rašanās un iemesli līdz galam nav izpētīti un ir vērtīgi ievākt pēc iespējas vairāk jaunus datus un novērojumus par spēlēšanas paradumiem un indivīdiem, kuriem ir šī problēma. Vērtīgi ir pētīt interneta spēļu pārmērīgas lietošanas atstātās sekas un iespaidotās jomas cilvēka ikdienas dzīvē un funkcionēšanā. Vēl būtiskāk ir meklēt veicinošus faktorus, kas noved pie interneta atkarības, lai varētu labāk izprast šo problēmu, informēt un izglītēt sabiedrību, kā arī novērst problēmas rašanos pirms tā kļuvusi izteikta un grūti pārvarama.

Apkopojot līdzšinēji apkopoto teorētisko informāciju, tika uzstādīts pētījuma mērķis un izvirzīts pētījuma jautājums.

*Pētījuma mērķis:* Noskaidrot saistību starp bērnības ģimenes vides faktoriem, piesaistes stilu un pārmērīgu interneta spēļu lietošanu pieaugušā vecumā.

*Pētījuma jautājums:*

1. Kādai bērnības ģimenes videi un piesaistes stilam ar vecākiem, ir saistība ar indivīda pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā?

## METODE

### Pētījuma dalībnieki

Respondentiem tika izvirzīts kritērijs: pieaugušie vecumā no 18 līdz 60 gadu vecumam, kuri pēdējo 6 mēnešu laikā ir spēlējuši spēles internetā, datorā vai telefonā.

Pētījumā piedalījās 80 respondenti: 48 vīrieši (60%), 31 sieviete (38,80%) un 1 dzimuma kategorijas “cits” pārstāvis (1,3%), vecumposmā no 18 līdz 45 gadu vecumam ( $M=25,26$ ;  $SD=6,02$ ).

Pamata izglītība ir 2 respondentiem, vidējā izglītība – 33 respondentiem, profesionāla izglītība - 17 respondentiem, augstākā izglītība – 28 respondentiem.

Pētījuma dalībnieki tika aptaujāti par savām ikdienā iecienītākajām spēlēm un rezultāti uzrāda, ka kopumā daudzspēlētāju tiešsaistes spēles izvēlas 49 (61,25%) respondenti, (no kuriem 26 dalībnieki atzīmē, ka spēlē spēli “Counter – Strike”). Sacīkšu vai sporta spēles izvēlās 9 (11,25%) respondenti. 5 (6,25%) respondenti izvēlas spēles telefonu aplikācijās, specifiski “Candy Crush”. Pārējie 17 (21,25%) pētījuma dalībnieki norādījuši, ka spēlē dažādas spēles vai izvēlas spēles atkarībā no noskaņojuma.

No sākotnēji kopējo iesniegto anketu skaita (194), tika izslēgtas 114 nederīgi aizpildītas anketas, tādējādi kopējais derīgo anketu skaits ir 80. Anketa tika uzskatīta par nederīgu, ja tā netika aizpildīta līdz galam.

### Pētījuma instrumentārijs

Šī maģistra darba ietvaros tika izmantotas sekojošas aptaujas:

1. *Īsā ģimenes attiecību skala* (The Brief Family Relationship Scale (BFRS) Fok, Allen, Henry, & People Awakening Team, 2014). Šo skalu adaptēju maģistra darba ietvaros, tā mēra cilvēka uztveri par savu ģimenes attiecību funkcionēšanas kvalitāti. Tā ietver 16 apgalvojumus par ģimenes vidi, kuri tiek iedalīti 3 apakšskalās: vienotība (to veido 7 apgalvojumi), piemēram, “Mūsu ģimenē mēs patiesi atbalstam un palīdzam viens otram”, atvērtība (to veido 3 jautājumi), piemēram, “Ģimenē mēs ik pa laikam stāstām viens otram par savām personīgajām problēmām”, konfliktēšana (to veido 6 jautājumi), piemēram, “Mūsu ģimenē mēs bieži strīdamies”. Lielāks skalas rezultāts (augstāki rādītāji) norāda uz skalas mazāku izteiktību, piemēram, lielāks rezultāts vienotības skalā norādīs uz to, ka indivīds savu bērnības ģimenes vidi raksturo kā mazāk vienotu. Uz apgalvojumiem aptaujas dalībnieki atbildēja Likerta skalā no 0 – pilnībā piekrītu līdz 3 – pilnībā

nepiekrītu. Jāņem vērā, ka konfliktēšanas skalas rezultāti jāskaita apgrieztā veidā (0 - pilnībā nepiekrītu līdz 3 – pilnībā piekrītu). Aprēķinātais Kronbaha alfas koeficients testa ticamības pārbaudei uzrādīja ( $\alpha=0,93$ ; oriģināli  $\alpha=0,83$ ) vienotības skalai, ( $\alpha=0,86$ ; oriģināli  $\alpha=0,65$ ) atvērtības skalai, ( $\alpha=0,83$ ; oriģināli  $\alpha=0,80$ ) konfliktēšanas skalai, kur iegūtie dati pierāda labu iekšējo skalu saskaņotību un dati ir pieņemami tālākai apstrādei.

2. *Attiecību struktūru aptauja* (Relationship Structures Questionnaire (ECR-RS), Fraley, Heffernan, Vicary, & Brumbaugh, 2011). Šo aptauju adaptēju šī maģistra darba ietvaros, tā mēra ar piesaisti saistītu trauksmi (cik noraizējies ir indivīds, ka pieķeršanās persona var viņu atraidīt) un ar piesaisti saistītu izvairīšanos (kāda veida stratēģijas persona izmanto, lai regulētu savu pieķeršanās uzvedību attiecību kontekstā, no spējas komfortabli attiekties pret citiem kā drošu pamatu līdz nespējai justies ērti būt tuvam vai paļauties uz kādu). Aptauja ietver 9 vienādus apgalvojumus par vecākiem, partneri un labāko draugu, piemēram, “man labāk patīk neizrādīt šim cilvēkam, kā iekšēji jūtos” vai “es bieži uztraucos, ka es šim cilvēkam nerūpu”. Aptaujai ir 8 apakšskalas: izvairīgs piesaistes stils ar māti, trauksmais piesaistes stils ar māti, izvairīgs piesaistes stils ar tēvu, trauksmais piesaistes stils ar tēvu, izvairīgs piesaistes stils ar partneri, trauksmais piesaistes stils ar partneri, izvairīgs piesaistes stils ar labāko draugu, trauksmais piesaistes stils ar labāko draugu. Uz apgalvojumiem aptaujas dalībnieki atbildēja Likerta skalā no 1 – pilnībā nepiekrītu līdz 7 – pilnībā piekrītu. Vidējo izvairīšanās piesaistes stila rādītāju aprēķina saskaitot apgalvojumus no 1 līdz 6 (bet no 1. līdz 4. apgalvojumam punktu skaits ir apgriezts), vidējo trauksmainā piesaistes stila rādītāju aprēķina saskaitot no 7. līdz 9. apgalvojumam. Aprēķinātais Kronbaha alfas koeficients testa ticamības pārbaudei uzrādīja ( $\alpha=0,84$ ; oriģināli  $\alpha=0,92$ ) izvairīgam piesaistes stilam ar māti, ( $\alpha=0,81$ ; oriģināli  $\alpha=0,88$ ) trauksmainam piesaistes stilam ar māti, ( $\alpha=0,89$ ; oriģināli  $\alpha=0,90$ ) izvairīgam piesaistes stilam ar tēvu, ( $\alpha=0,92$ ; oriģināli  $\alpha=0,90$ ) trauksmainam piesaistes stilam ar tēvu, ( $\alpha=0,87$ ; oriģināli  $\alpha=0,87$ ) izvairīgam piesaistes stilam ar partneri, ( $\alpha=0,88$ ; oriģināli  $\alpha=0,91$ ) trauksmainam piesaistes stilam ar partneri, ( $\alpha=0,86$ ; oriģināli  $\alpha=0,88$ ) izvairīgam piesaistes stilam ar labāko draugu, ( $\alpha=0,92$ ; oriģināli  $\alpha=0,90$ ) trauksmainam piesaistes stilam ar labāko draugu, kur iegūtie dati pierāda augstu iekšējo skalu saskaņotību un ir pieņemami tālākai apstrādei.

3. *Pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmju skala* (Game Addiction Scale for Adolescents (GAS-21) Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2009). Šo aptauju adaptēju šī maģistra darba ietvaros un tā ietver 21 apgalvojumu, kas norāda uz pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmēm, piemēram, “vai jums ir bijuši strīdi ar citiem (piemēram, ar ģimeni, draugiem) par spēlēs

pavadīto laiku?” un “vai esat juties/jutusies atkarīgs/atkarīga no spēles? ”. Lai gan šīs aptaujas rezultātus vērtē kopumā (lielākas kopējās skalas vērtības norāda uz izteiktāku problemātisku iezīmju daudzumu) tai izdala 7 apakšskalās: svarīgums, tolerance, izmaiņas garastāvoklī, recidīvs, atturēšanās, konflikts, problēmas. Aprēķinātais Kronbaha alfas koeficients testa ticamības pārbaudei uzrādīja ( $\alpha=0,84$ ; oriģināli  $\alpha=0,92$ ) svarīgumam, ( $\alpha=0,81$ ; oriģināli  $\alpha=0,88$ ) tolerancei, ( $\alpha=0,89$ ; oriģināli  $\alpha=0,90$ ) izmaiņām garastāvoklī, ( $\alpha=0,92$ ; oriģināli  $\alpha=0,90$ ) recidīvam, ( $\alpha=0,87$ ; oriģināli  $\alpha=0,87$ ) atturēšanās, ( $\alpha=0,88$ ; oriģināli  $\alpha=0,91$ ) konfliktam, ( $\alpha=0,86$ ; oriģināli  $\alpha=0,88$ ) problēmām. Papildus tika veikta faktoru analīze (1. pielikums), lai apskatītu, kā šajā pētījumā iederas aptaujas jautājumi. Tie iedalījās četrās grupās, tomēr ņemot vērā, ka atbildei uz pētījuma jautājumu nepieciešams kopējais skalas rādītājs, nevis atsevišķās iezīmes un arī citos pētījumos, kuros izmantots šis instruments, tiek ņemts vērā skalas kopējais rādītājs, izmantoju skalas kopējo rādītāju.

4. *Demogrāfisko datu papildinoša aptauja.* Tajā tika ietverti jautājumi par aptaujas dalībnieku dzimumu, vecumu, izglītības līmeni. Lai noskaidrotu, vai respondentu sniegtajām atbildēm varētu būt ietekme no ikdienā biežāk spēlēto spēļu veida, tika iekļauts jautājums par to, kādas spēles internetā, datorā vai telefonā respondents spēlē visbiežāk.

## **Pētījuma procedūra**

Aptauja tika izveidota programmā QuestionPro, tālāk tā tika izplatīta sociālajā tīklā Facebook, Latvijas Universitātes studentu grupas e-pastos un tika aizsūtīta Latvijas Spēļu izstrādātāju asociācijai uzņēmuma darbinieku kopējā e-pastā. Visi aptaujas dalībnieki aizpildīja anketas elektroniski. Respondenti pētījumā tika iesaistīti brīvprātīgi un piedalīties varēja jebkurš, kurš ir vecuma grupā no 18 līdz 60 gadiem un pēdējo 6 mēnešu periodā ir spēlējis spēles internetā, datorā vai telefonā. Visi pētījuma dalībnieki tika informēti, ka aptaujā sniegtās atbildes uz jautājumiem ir anonīmas un tiks izmantotas tikai zinātniskā darba ietvaros, kā arī iegūtie dati no respondentiem tiks analizēti tikai apkopotā veidā. Aptaujā vispirms bija jāatbild uz demogrāfiskajiem jautājumiem, pēc tam jānovērtē apgalvojumi par bērnības ģimenes vidi, tālāk jānovērtē apgalvojumi par piesaisti attiecībās ar tuviem cilvēkiem un beigās jāsniedz atbildes uz pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmju apgalvojumiem. Iegūtie dati tika pārnesti uz Microsoft Office izklājlapu programmā Excel, kur pēc apstrādes tie tika pārnesti uz IBM SPSS Statistics 22 programmu.

## REZULTĀTI

Lai sniegtu atbildes uz pētījumā izvirzīto jautājumu par to kādai bērniņas ģimenes videi un piesaistes stilam ar vecākiem, ir saistība ar indivīda pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā, tika apstrādāti ievāktie aptaujas dati un veikta rezultātu analīze pēc aprakstošās un secinošās statistikas metodēm.

Sākotnēji tika aprēķināti aprakstošie statistiskie rādītāji, kā arī, ar Kolmogorova - Smirnova testa palīdzību tika noskaidrota empīriskā datu sadalījuma atbilstība normālam sadalījumam (skat. 1. tabulu).

*1.tabula*

**Īsās ģimenes attiecību skalas, attiecību struktūru aptaujas un pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmju skalu iekšējās saskaņotības rādītāji un atbilstība normālam sadalījumam (N = 80)**

Mainīgie lielumi	N=80			
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>α</i>	<i>K-S</i>
Vienotība	6,74	4,15	0,93	0,17
Atvērtība	3,04	2,05	0,86	0,01*
Konflikts	6,16	3,15	0,83	0,12
Izvairīgs piesaistes stils ar māti	4,60	1,35	0,84	0,86
Trauksmais piesaistes stils ar māti	6,03	1,24	0,81	0,00**
Izvairīgs piesaistes stils ar tēvu	3,95	1,59	0,89	0,64
Trauksmais piesaistes stils ar tēvu	5,50	1,65	0,92	0,00**
Izvairīgs piesaistes stils ar partneri	5,76	1,16	0,87	0,04*
Trauksmais piesaistes stils ar partneri	5,07	1,60	0,88	0,04*
Izvairīgs piesaistes stils ar draugu	5,24	1,18	0,86	0,07
Trauksmais piesaistes stils ar draugu	5,30	1,56	0,92	0,01*
Svarīgums	8,24	2,55	0,71	0,06
Tolerance	8,08	3,05	0,82	0,16
Izmaiņas garstāvoklī	9,11	3,13	0,76	0,28
Recidīvs	5,26	2,16	0,65	0,04*
Atturēšanās	5,10	2,36	0,86	0,01*
Konflikts	5,31	2,44	0,75	0,01*
Problēmas	6,69	3,00	0,79	0,05
Pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmju kopējais skalas rādītājs	47,79	14,73	0,93	0,53

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$

Ņemot vērā, ka ne visām skalām empīrisko datu sadalījums atbilst normālam sadalījumam, tālākai datu analīzei tika izmantotas neparametriskās secinošās statistikas metodes.

Lai atbildētu uz pētījuma jautājumu “kādaī bērniības ģimenes videi un piesaistes stilam ar vecākiem, ir saistība ar indivīda pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā?” tika aprēķināti Spīrmena korelācijas koeficienti ( $r_s$ ) (skat. 2.tabulu).

2. tabula

**Ģimenes attiecību, attiecību struktūru un interneta spēļu patoloģiskas lietošanas iezīmju Spīrmena korelācijas koeficienti**

Mainīgie lielumi	Pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmes (N=80)
<i>Bērniības ģimenes vide</i>	
Vienotība	<b>0,26*</b>
Atvērtība	<b>0,31**</b>
Konflikts	<b>0,36**</b>
<i>Piesaistes stils</i>	
Izvairīgs piesaistes stils ar māti	0,15
Trauksmais piesaistes stils ar māti	0,21
Izvairīgs piesaistes stils ar tēvu	0,19
Trauksmais piesaistes stils ar tēvu	<b>0,23*</b>
Izvairīgs piesaistes stils ar partneri	0,11
Trauksmais piesaistes stils ar partneri	<b>0,34*</b>
Izvairīgs piesaistes stils ar draugu	<b>0,24*</b>
Trauksmais piesaistes stils ar draugu	<b>0,32**</b>

\*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$

Rezultāti norāda uz tādām statistiski nozīmīgām saistībām (sk. 2. tabulu):

- Interneta spēļu patoloģiskai lietošanai ir statistiski nozīmīgas pozitīvas saistības ar ģimenes vienotības skalu ( $r_s=0,26$ ,  $p<0,05$ ), tātad, jo mazāka ģimenes vienotība bērniībā, jo vairāk pazīmes patoloģiskai interneta spēļu lietošanai, un otrādi.
- Interneta spēļu patoloģiskai lietošanai ir statistiski nozīmīgas saistības ar ģimenes atvērtības skalu ( $r_s=0,31$ ,  $p<0,01$ ), tātad, jo mazāka ģimenes atvērtība bērniībā, jo vairāk pazīmes par patoloģisku interneta spēļu lietošanu, un otrādi.
- Interneta spēļu patoloģiskai lietošanai ir statistiski nozīmīgas saistības ar ģimenes konflikta skalu ( $r_s=0,36$ ,  $p<0,01$ ), tātad jo mazāk konfliktējoša ģimenes pieredze bērniībā, jo vairāk pazīmes par patoloģisku interneta spēļu lietošanu, un otrādi.

- Interneta spēļu patoloģiskai lietošanai ir statistiski nozīmīgas saistības ar trauksmainu piesaistes stilu attiecībās ar tēvu ( $r_s=0,23$ ,  $p<0,05$ ), tātad, palielinoties trauksmainas piesaistes ar tēvu rādītājam, pieaug pazīmes patoloģiskai interneta spēļu lietošanai, un otrādi.
- Interneta spēļu patoloģiskai lietošanai ir statistiski nozīmīgas saistības ar trauksmainu piesaistes stilu attiecībās ar partneri ( $r_s=0,34$ ,  $p<0,01$ ), tātad, palielinoties trauksmainas piesaistes stilam ar partneri, pieaug pazīmes patoloģiskai interneta spēļu lietošanai, un otrādi.
- Interneta spēļu patoloģiskai lietošanai ir statistiski nozīmīgas saistības ar izvairīgu piesaistes stilu attiecībās ar labāko draugu ( $r_s=0,24$ ,  $p<0,05$ ), tātad, palielinoties izvairīgas piesaistes stilam ar labāko draugu, pieaug pazīmes patoloģiskai interneta spēļu lietošanai, un otrādi.
- Interneta spēļu patoloģiskai lietošanai ir statistiski nozīmīgas saistības ar trauksmainu piesaistes stilu attiecībās ar labāko draugu ( $r_s=0,32$ ,  $p<0,01$ ), tātad, palielinoties trauksmainas piesaistes stilam ar labāko draugu, pieaug pazīmes patoloģiskai interneta spēļu lietošanai, un otrādi.
- Rezultāti neuzrādīja statistiski nozīmīgas saistības starp izvairīgu vai trauksmainu piesaistes stilu ar māti un pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmēm.
- Rezultāti neuzrādīja statistiski nozīmīgas saistības starp izvairīgu piesaistes stilu ar tēvu un pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmēm.

Padziļinātai analīzei pārmērīgas interneta spēļu lietošanas saistībai ar bērniības ģimenes vidi un piesaistes stiliem ar vecākiem, tika veiktas 2 lineārās regresijas analīzes. Apjoma dēļ, tabulās attēlots pirmais un pēdējais solis. Regresijas modelī, izvērtējot korelācijas rezultātus, kā neatkarīgie mainīgie tika iekļauti visi trīs bērniības ģimenes vidi raksturojošie lielumi, kas ir, vienotība, atvērtība un konfliktēšana un otrajā regresijas analīzē tika iekļauti trauksmais piesaistes stils ar tēvu, trauksmais piesaistes stils ar partneri, izvairīgs piesaistes stils ar draugu, trauksmais piesaistes stils ar draugu. (sk. 3. Un 4. tabulu), un kā atkarīgais mainīgais abos gadījumos tika iekļauta interneta spēļu patoloģiska lietošana.

Lineārais regresijas modelis ar bērniības ģimenes vides raksturojošiem lielumiem, prognozējot pārmērīgu interneta spēļu lietošanu, norāda (sk.3.tabulu), ka konfliktēšanas skala pozitīvi prognozē interneta spēļu patoloģisku lietošanu (jo mazāk konfliktējoša bērniības vides pieredze, jo vairāk pārmērīgas interneta spēļu spēlēšanas iezīmes) ( $\beta=0,35$ ,  $p<0,01$ ), un šis regresijas modelis

izskaidro 12% no pārmērīgas interneta spēļu lietošanas variācijas un ir statistiski nozīmīgs ( $R^2 = 0,12$ ,  $F(1,78)=10,88$ ,  $p<0,01$ ).

Lineārais regresijas modelis ar piesaistes attiecībām raksturojošiem lielumiem (trauksmais piesaistes stils ar tēvu, trauksmais piesaistes stils ar partneri, izvairīgs piesaistes stils ar labāko draugu, trauksmais piesaistes stils ar labāko draugu), prognozējot interneta spēļu patoloģisku lietošanu, norāda (sk.4.tabulu), ka trauksmaina piesaiste ar partneri pozitīvi prognozē interneta spēļu patoloģisku lietošanu ( $\beta=0,26$ ,  $p<0,05$ ), un trauksmaina piesaiste ar labāko draugu pozitīvi prognozē interneta spēļu patoloģisku lietošanu ( $\beta=0,23$ ,  $p<0,05$ ), šis regresijas modelis izskaidro 23% no pārmērīgas interneta spēļu lietošanas variācijas un ir statistiski nozīmīgs ( $R^2=0,23$ ,  $F(3,76)=7,57$ ,  $p<0,05$ ).

3.tabula

**Lineārās regresijas analīzes rezultāti ar interneta spēļu patoloģiskas lietošanas iezīmju daudzumu kā modeļa atkarīgo mainīgo lielumu (N=80)**

Modelis	<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
1 (Konstante)	35,88	3,61		9,94	0,00
Vienotība	-0,17	0,70	-0,05	-0,25	0,81
Atvērtība	1,57	1,27	0,22	1,23	0,22
Konflikts	1,35	0,60	0,29	2,24	0,03
Modelis	<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
3 (Konstante)	37,70	3,43		10,99	0,00
Konflikts	1,64	0,50	0,35**	3,30	0,00

Piezīme.  $F(1,78)=10,88$ ,  $p<0,01$ ,  $R^2=0,12$

\*\* $p<0,01$

**Lineārās regresijas analīzes rezultāti ar interneta spēļu patoloģiskas lietošanas iezīmju daudzumu kā modeļa atkarīgo mainīgo lielumu (N=80)**

Modelis	<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
1 (Konstante)	23,23	6,38		3,64	0,00
Izvairīgs piesaistes stils ar māti	0,85	1,22	0,08	0,69	0,49
Trauksmais piesaistes stils ar māti	0,23	1,47	0,02	0,16	0,88
Izvairīgs piesaistes stils ar tēvu	0,98	1,09	0,11	0,90	0,37
Trauksmais piesaistes stils ar tēvu	0,58	1,13	0,07	0,52	0,61
Izvairīgs piesaistes stils ar partneri	-1,69	1,59	-0,13	-1,06	0,29
Trauksmais piesaistes stils ar partneri	2,57	1,23	0,28	2,10	0,04
Izvairīgs piesaistes stils ar draugu	2,37	1,41	0,19	1,68	0,10
Trauksmais piesaistes stils ar draugu	2,00	1,17	0,21	1,71	0,09
Modelis	<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
6 (Konstante)	28,54	4,55		6,27	0,00
Trauksmaina piesaiste ar partneri	2,39	1,01	0,26*	2,37	0,02
Izvairīgs piesaistes stils ar draugu	2,27	1,27	0,18	1,79	0,08
Trauksmaina piesaiste ar draugu	2,18	1,04	0,23*	2,10	0,04

Piezīme .  $F(3,76)=7,57, p < 0,05, R^2 = 0,23$

\* $p < 0,05$

## DISKUSIJA

Šī maģistra darba pētījuma ietvaros bija uzdevums noskaidrot, kādai bērnības ģimenes videi un piesaistes stilam ar vecākiem ir saistība ar indivīda pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā?

Pētījumā iegūtie rezultāti apstiprina pieņēmumu, ka pastāv saistības starp bērnības ģimenes vidi, piesaisti un pārmērīgu interneta spēlēšanu pieaugušā vecumā. Tika noskaidrots, ka vienotai bērnības ģimenes videi ir saistība ar pārmērīgas interneta spēļu spēlēšanas iezīmēm, kas nozīmē, ka indivīdi, kuriem bērnībā nav bijusi vienota ģimenes vide, ir tendēti pārmērīgi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā. Iegūtie rezultāti apstiprina jau iepriekš pausto ģimenes savstarpējā atbalsta (Tariq & Majeed, 2022) un vienotības nozīmi (Lyu, 2017), lai bērns nekļūtu interneta vai online spēļu atkarīgs. Šī maģistra darba aptaujas apgalvojumi par vienotības aspektu ietvēra savstarpēja atbalsta, kopības, labas saprašanās un kopīga laika pavadīšanu, kas varētu nozīmēt arī patīkamu ģimenes kopējo atmosfēru un ģimeni, kā komandu. Tā kā tie respondenti, kuri norādīja vairāk pazīmes problemātiskai interneta spēļu lietošanai, norādīja uz mazāku ģimenes vienotību, var teikt, ka viņi ir auguši ģimenē, kurā netika daudz laiks pavadīts kopā, izjuta ģimenes kā vienota veseluma trūkumu un nesapratās labi savā starpā.

Šajā pētījumā arī tika atklāta sakarība, ka tie pieaugušie, kuri pauž ģimenes atvērtības trūkuma pieredzi bērnībā, uzrāda vairāk pazīmes problemātiskai interneta spēļu lietošanai. Šāds rezultāts loģiski saistās ar iepriekšējos pētījumos iegūtiem rezultātiem par problemātiskas bērnības vides ietekmi pārmērīgai datorspēļu spēlēšanai pieaugušā vecumā (Rikkens, Lawrence, Hafekost, & Zubrick, 2016). Apgalvojumi par ģimenes atvērtību, kurus aptaujas anketā novērtēja pētījuma dalībnieki, bija par to, vai ģimenē ir pieņemts sarunāties atklāti, stāstīt par savām problēmām, vai labprāt tiek diskutēts savā starpā. Ja uz šiem jautājumiem indivīds atbild lielākoties noraidoši, tad var apgalvot, ka ģimenē ir trūcis savstarpējs kontakts, uzticēšanās.

Tika atklāts, ka jo mazāk konfliktējoša ģimenes vide bērnībā, jo vairāk pazīmju pārmērīgai interneta spēļu lietošanai, kas norāda uz to, ka šeit iespējamās vairākas interpretācijas par iegūto rezultātu. Pirmkārt, ģimenes vides novērtējumam tika izmantotas pašnovērtēšanas aptaujas, kas norāda uz tieši indivīda subjektīvi uztverto un atmiņās esošo ģimenes vidi. Šajā gadījumā aptaujas jautājumi ne tikai var nozīmēt, ka ģimene bija maz konfliktējoša (nestrīdējās un neaizskāra viens otru) bet iespējams to, ka ģimene nebija ārējā veidā konfliktējoša, tas ir, neizrādīja atklāti savas emocijas, nestrīdējās, bija pierasts visu paturēt pie sevis, arī iebildumus vai grūtības. No šīs interpretācijas izriet, ka ģimenes, kurās nebija pieņemts strīdēties, dusmoties, pacelt balsi vai

dusmās zaudēt savaldību, ir tās, no kurām izaug pieaugušie, kuri pārmērīgi spēlē spēles internetā. Īpašības, ka indivīds nepauž savas emocijas atklāti, neizvēlas strīdēties, lai risinātu konfliktu vai panāktu savu un ir uz iekšu vērsts, bieži neizpaužot savas grūtības citiem, ir raksturīgas intravertiem cilvēkiem. Cilvēki, kuri ir introverti, lielākoties ir arī kautrīgāki un kopā šādas īpašības cieši saistās ar problemātisku interneta un interneta spēļu lietošanu (Ebeling-Witte, Frank, & Lester, 2007; Carlisle, Neukrug, Pribesh, & Krahwinkel, 2019). Šāds iespējamais rezultātu skaidrojums varētu nozīmēt, ka ir būtiski atklāti paust savas jūtas un arī izvairīties no konflikta ne vienmēr ir labi, jo tas var veicināt pārdzīvojumu uzkrāšanos.

Šajā darbā arī tika atklāta statistiski nozīmīga saistība trauksmainam piesaistes stilam ar tēvu un pārmērīgu interneta spēļu spēlēšanu, kas nozīmē, ka tiem cilvēkiem, kuri izjūt raizes par to, ka tēvam viņi nerūp tik ļoti, cik pašiem un tēvs viņus atraida, ir raksturīgi pārmērīgi spēlēt spēles internetā. Šāds rezultāts ir atbilstošs iepriekš pieņemtajiem atklājumiem par to, ka attiecības ar tēvu ir nozīmīgs faktors indivīda pašcieņas veidošanās procesā un vēlāk kā faktors, kas saistās ar problemātisku interneta spēļu lietošanu (Jeong et. al., 2020).

Tā kā visi maģistra darba aptaujas ģimenes vidi raksturojošie lielumi uzrāda statistiski nozīmīgas korelācijas ar pārmērīgu interneta spēļu lietošanu, ir pamats apgalvot, ka bērnības ģimenes vides faktoriem ir nozīmīga saistība ar indivīda interneta spēļu lietošanu pieaugušā vecumā. Visi iepriekš aprakstītie statistiski nozīmīgu saistību lielumi attiecībā pret pārmērīgu interneta spēļu spēlēšanu, liecina par negatīvu bērnības ģimenes vidi vai attiecību grūtībām ar tēvu, izņēmums ir konfliktējošas ģimenes vides rādītāji, jo tie viennozīmīgi nav apgalvojami kā slikti, jo mazāka konfliktēšana ģimenē ir kopumā pozitīvs aspekts. Ģimenes vide, kura nav patīkama, varētu veicināt par vēlmi no tās izbēgt vai mazināt diskomfortu, un tas, iespējams, izskaidro visu iepriekš nosaukto faktoru saistību ar pārmērīgu interneta spēļu lietošanu, jo arī iepriekšējos pētījumos ir atklāts, ka interneta spēļu atkarība nozīmīgi saistās ar vēlmi izvairīties no reālās dzīves problēmām (Bányai, Griffiths, Demetrovics, & Király, 2019).

Šī maģistra darba pētījumam pastāv daži ierobežojumi. Kā pirmo var minēt anketu formu, tas ir, pašnovērtējuma anketas, iespējams, nav labākais veids kādā novērtēt gan indivīda attiecības ar vecākiem, gan datora un interneta spēļu pārmērīgas lietošanas iezīmju daudzumu. Respondents var nesniegt precīzas atbildes, ja, piemēram, ir sapratis, ka viņa atbilde varētu atbilst problemātiskām attiecību iezīmēm, nepatīkamai ģimenes attiecību pieredzei vai interneta spēļu atkarības iezīmēm, ja indivīds tam nevēlas noticeēt vai godīgi atzīt. Šādas bažas raisa aptaujas instrumenti, kuriem ir tieši jautājumi: "Attiecību struktūru anketas" apgalvojumi, piemēram, "es

bieži uztraucos, ka es šim cilvēkam nerūpu”, “es uztraucos, ka šim cilvēkam nerūpu tik daudz, cik man rūp viņš/viņa”. Arī “Pārmērīgas interneta spēļu lietošanas iezīmju skalas” jautājumi, piemēram, “vai esat juties/jutusies atkarīgs/atkarīga no spēles?”, “vai esat atstājis/atstājusi novārtā citus (piemēram, ģimeni, draugus) jo spēlējāt spēles?”. Šī pētījuma izlase ir pietiekama - 80 respondenti, bet tā varētu būt apjomīgāka. Nozīmīgi būtu piesaistīt vairāk jaunu respondentu caur plašākiem informācijas apmaiņas tīkliem, piemēram, sadarbojoties ar uzņēmumiem.

Būtiski minēt arī to, ka dati šim maģistra darbam tika ievākti laikā, kad pastāvēja Covid-19 pandēmijas ierobežojumi un vairums cilvēku strādā un mācās attālināti, tādā veidā vairāk laika pavadot mājās, pie datora, mazāk socializējoties ārpus mājām, kas var radīt lielāku iespēju pievērsties spēlēt datora un interneta spēles, lai sevi izklaidētu, socializētos vai uzlabotu noskaņojumu, un tāpēc respondentu atbildes par pārmērīgu spēlēšanu var būt augstākas, bet ne noteikti noturīgas laikā.

Tā kā šī maģistra darba ietvaros ir iegūts rezultāts par maz konfliktējošas ģimenes vides saistību ar pārmērīgu interneta spēļu spēlēšanu, tad būtu nepieciešams turpmāk pētīt dažādu ģimenes konfliktu, piemēram, atklāti konfliktējoša vai slēpti konfliktējoša ģimene, un komunikāciju veidu iespaidu uz interneta spēļu pārmērīgu lietošanu vai atkarības pazīmēm. Kā arī atšķirības starp tiem, kuri atminas, ka bieži spēlē interneta spēles jau no bērnības, no tiem, kuru pārmērīga interneta spēļu lietošana sākusies pieaugušā vecumā.

## SECINĀJUMI

Ir būtiski pētīt ar interneta spēļu atkarību saistītas motivācijas, uzvedību un citus faktorus, jo šai problēmai ir liels risks attīstīties arvien plašāk. Jau tagad, kad pasaulē notiek Covid-19 izplatība, ir ieviesti noteikumi, kas paredz vairāk izmantot e-vides resursus darba, mācību un personīgām, arī izklaides vajadzībām. Aizvien vairāk procesu tiek automatizēti un piedāvāti interneta formātā, piemēram, iepirkšanās, sapulces, apmācības, filmas utt. Tas nozīmē, ka cilvēkiem ir jāiemācās dzīvot vidē, kurā daudz kas norisinās ar datora palīdzību, tomēr tas sagādā grūtības tiem, kuriem ir problemātiskas interneta spēļu lietošanas iezīmes. Tipiski, pie pārspīlētas uzvedības vai atkarības, ir ieteicams limitēt to, kas izraisa atkarību vai pārmērīgu tieksmi, tomēr indivīds, kura problēma ir pārlietu liela interneta spēļu izmantošana, nevar atteikties no datora vai interneta lietošanas. Ir jāiemācās dzīvot pasaulē, kurā var novērst šo problēmu, pirms tā sākusies, vai arī meklēt risinājumus, kuri neliedz turpmāk izmantot tehnoloģijas.

Šī maģistra darba mērķis bija noskaidrot, kādai bērnības ģimenes videi un piesaistes stilam ar vecākiem, ir saistība ar indivīda pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā. Tas tika sasniegts un maģistra darba rezultāti parāda, ka vienotības un atvērtības, kā arī konfliktēšanas trūkums bērnības ģimenes vidē ir saistīts ar pārmērīgu tieksmi spēlēt spēles internetā pieaugušā vecumā. Jo mazāk vienotība, atvērtība un konfliktējoša bērnības ģimenes vide, jo augstāki pārmērīgas interneta spēļu izmantošanas rādītāji. Turklāt tik atklāts, ka trauksmais piesaistes stils attiecībā ar tēvu ir cieši saistīts ar pārmērīgu interneta spēļu lietošanu, kas norāda uz tēva būtisku lomu bērna audzināšanas procesā, kas atstāj iespaidu uz turpmāko dzīvi. Jāņem vērā fakts, ka katra bērnības ģimenes vides pieredzes izpratne ir atšķirīga un jāsniedz novērtējums par seniem notikumiem, kas var nebūt tas precīzākais pēc ilga laika posma, savukārt aizpildot pašnovērtējuma aptaujas, tiek mērītas indivīda izjūtas par spēlēšanas paradumiem pēdējo 6 mēnešu laikā un norādītās atbildes var nebūt stabilas atkārtotos mērījumos vai ilgākā laika posmā.

Šī darba pētījuma rezultātus iespējams izmantot tālākiem pētījumiem, lai izpētītu maz konfliktējošas ģimenes vides saistību ar pārmērīgu interneta spēļu spēlēšanu, dažādu ģimenes konfliktu veidu iespaidu uz interneta spēļu pārmērīgu lietošanu vai interneta atkarības pazīmēm.

## IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

- American Psychiatric Association, A. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (Vol. 3). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 5th ed. Arlington, VA: American Psychiatric Association Publishing; 2013
- Adams, B. L., Stavropoulos, V., Burleigh, T. L., Liew, L. W., Beard, C. L., & Griffiths, M. D. (2019). Internet gaming disorder behaviors in emergent adulthood: a pilot study examining the interplay between anxiety and family cohesion. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(4), 828-844.
- Achab, S., Nicolier, M., Mauny, F., Monnin, J., Trojak, B., Vandell, P., Sechter, D., Gorwood, P., & Haffen, E. (2011). Massively multiplayer online role-playing games: comparing characteristics of addict vs non-addict online recruited gamers in a French adult population. *BMC psychiatry*, 11(1), 1-12.
- Alavi, S. S., Ferdosi, M., Jannatifard, F., Eslami, M., Alaghemandan, H., & Setare, M. (2012). Behavioral addiction versus substance addiction: correspondence of psychiatric and psychological views. *International journal of preventive medicine*, 3(4), 290.
- Banerjee, S. C., Hay, J. L., & Greene, K. (2015). Indoor tanning addiction tendencies: role of positive tanning beliefs, perceived vulnerability, and tanning risk knowledge. *Addiction Research & Theory*, 23(2), 156-162.
- Bányai, F., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z., & Király, O. (2019). The mediating effect of motivations between psychiatric distress and gaming disorder among esports gamers and recreational gamers. *Comprehensive psychiatry*, 94, 152117.
- Bartholomew, K. (1997). Adult attachment processes: individual and couple perspectives. *British Journal of Medical Psychology*, 70(3), 249-263.
- Berczik, K., Szabó, A., Griffiths, M. D., Kurimay, T., Kun, B., Urbán, R., & Demetrovics, Z. (2012). Exercise addiction: symptoms, diagnosis, epidemiology, and etiology. *Substance use & misuse*, 47(4), 403-417.
- Bonnaire, C., & Phan, O. (2017). Relationships between parental attitudes, family functioning and internet gaming disorder in adolescents attending school. *Psychiatry Research*, 255, 104-110.

- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Volume II: Separation, anxiety and anger. In Attachment and loss: Volume II: Separation, anxiety and anger (pp. 1-429). *London: The Hogarth press and the institute of psycho-analysis.*
- Cacioppo, M., Barni, D., Correale, C., Mangialavori, S., Danioni, F., & Gori, A. (2019). Do attachment styles and family functioning predict adolescents' problematic internet use? A relative weight analysis. *Journal of Child and Family Studies*, 28(5), 1263-1271.
- Carlisle, K. L., Neukrug, E., Pribesh, S., & Krahwinkel, J. (2019). Personality, motivation, and Internet gaming disorder: conceptualizing the gamer. *Journal of Addictions & Offender Counseling*, 40(2), 107-122.
- Clark, M., & Calleja, K. (2008). Shopping addiction: A preliminary investigation among Maltese university students. *Addiction Research & Theory*, 16(6), 633-649.
- Cassidy J (1999). "The nature of a child's ties". In Cassidy J, Shaver PR (eds.). *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical applications.* *New York: Guilford Press.* pp. 3–20. ISBN 1572300876.
- Cassidy J, Jones JD, Shaver PR. Contributions of attachment theory and research: a framework for future research, translation, and policy. *Dev Psychopathol.* 2013;25(4 Pt 2):1415-34.
- Donati, M. A., Guido, C. A., De Meo, G., Spalice, A., Sanson, F., Beccari, C., & Primi, C. (2021). Gaming among children and adolescents during the covid-19 lockdown: the role of parents in time spent on video games and gaming disorder symptoms. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12)
- Dieris-Hirche, J., Linny Geisler, B., Bottel, L., & Theodor Te Wildt, B. (2021). Problematic and pathological attachment styles in the context of internet related disorders. [Problematische und pathologische Bindungsphänomene im Zusammenhang mit internetbezogenen Störungen: Ein systematisches Review] *Nervenheilkunde*, 40(12), 989-1000.
- Derbyshire, K. L., & Grant, J. E. (2015). Compulsive sexual behavior: a review of the literature. *Journal of behavioral addictions*, 4(2), 37-43.
- Duschinsky R. The emergence of the disorganized/disoriented (D) attachment classification, 1979-1982. *Hist Psychol.* 2015;18(1):32-46.
- Ebeling-Witte, S., Frank, M. L., & Lester, D. (2007). Shyness, internet use, and personality. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 713-716.

- Fauth-Bühler, M., & Mann, K. (2017). Neurobiological correlates of internet gaming disorder: similarities to pathological gambling. *Addictive Behaviors*, 64, 349-356.
- Ferguson, C. J., San Miguel, C., Garza, A., & Jerabeck, J. M. (2012). A longitudinal test of video game violence influences on dating and aggression: a 3-year longitudinal study of adolescents. *Journal of psychiatric research*, 46(2), 141-146.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study. *Psychological science*, 20(5), 594-602.
- Goodman, A. (1990). Addiction: definition and implications. *British journal of addiction*, 85(11), 1403-1408.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319-e329.
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 36(5), 233-241.
- Groh, Ashley & Fearon, Richard & van IJzendoorn, Marinus & bakermans-kranenburg, Marian & Roisman, Glenn. (2016). Attachment in the early life course: meta-analytic evidence for its role in socioemotional development. *Child Development Perspectives*. 11. 10.1111/cdep.12213.
- Honari B, Saremi AA (2015). "The study of relationship between attachment styles and obsessive love style". *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 165: 152–159.
- Jeong, H., Yim, H. W., Lee, S. Y., Lee, H. K., Potenza, M. N., Jo, S. J., & Son, H. J. (2020). A partial mediation effect of father-child attachment and self-esteem between parental marital conflict and subsequent features of internet gaming disorder in children: a 12-month follow-up study. *BMC public health*, 20(1), 1-10.
- Ji, Y., Yin, M. X. C., Zhang, A. Y., & Wong, D. F. K. (2021). Risk and protective factors of internet gaming disorder among Chinese people: a meta-analysis. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 00048674211025703.
- Jorgenson, A. G., Hsiao, R. C. J., & Yen, C. F. (2016). Internet addiction and other behavioral addictions. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 25(3), 509-520.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: a review of empirical research. *Journal of behavioral addictions*, 1(1), 3-22.

- Kuss, D. J., Louws, J., & Wiers, R. W. (2012). Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *15*(9), 480-485.
- Kim, H. S., Hodgins, D. C., Kim, B., & Wild, T. C. (2020). Transdiagnostic or disorder specific? Indicators of substance and behavioral addictions nominated by people with lived experience. *Journal of clinical medicine*, *9*(2), 334.
- Kim K., Kim K. (2015). Internet game addiction, parental attachment, and parenting of adolescents in South Korea. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, *24*, 366–371.
- Lee, S. J., and Chae, Y. G. (2007). Children’s internet use in a family context: influence on family relationships and parental mediation. *Cyber Psychol. Behav.* *10*, 640–644.
- Lam LT. Internet gaming addiction, problematic use of the internet, and sleep problems: a systematic review. *Curr Psychiatry Rep.* 2014;*16*(4):444.
- Levine, S. B. (2010). What is sexual addiction?. *Journal of sex & marital therapy*, *36*(3), 261-275.
- Liau A. K., Choo H., Li D. D., Gentile D. A., Sim T., Khoo A. (2015). Pathological video-gaming among youth: a prospective study examining dynamic protective factors. *Addiction Research & Theory*, *23*, 301–308.
- Lyu, S.O. Developmental process of internet gaming disorder among South Korean adolescents: effects of family environment and recreation experience. *J. child. fam. stud.* *26*, 1527–1535 (2017).
- Müller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M. E., Tzavara, C., Richardson, & Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European child & adolescent psychiatry*, *24*(5), 565-574.
- Männikkö, N., Billieux, J., & Kääriäinen, M. (2015). Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of behavioral addictions*, *4*(4), 281-288.
- Müller, K. W., Beutel, M. E., Egloff, B., & Wölfling, K. (2014). Investigating risk factors for internet gaming disorder: a comparison of patients with addictive gaming, pathological gamblers and healthy controls regarding the big five personality traits. *European addiction research*, *20*(3), 129-136.

- Mihajlov, M., & Vejmelka, L. (2017). Internet addiction: A review of the first twenty years. *Psychiatria Danubina*, 29(3), 260-272.
- Oka, T., Hamamura, T., Miyake, Y., Kobayashi, N., Honjo, M., Kawato, M., Kubo, T., & Chiba, T. (2021). Prevalence and risk factors of internet gaming disorder and problematic internet use before and during the COVID-19 pandemic: a large online survey of Japanese adults. *medRxiv*.
- Park, S. K., Kim, J. Y., & Cho, C. B. (2008). Prevalence of internet addiction and correlation with family factors among south Korean adolescents. *Adolescence*, 43(172), 895–909.
- Petry, N. M., Zajac, K., & Ginley, M. K. (2018). Behavioral addictions as mental disorders: to be or not to be? *Annual review of clinical psychology*, 14, 399-423.
- Reisz, S., Duschinsky, R., & Siegel, D. J. (2018). Disorganized attachment and defense: exploring John Bowlby's unpublished reflections. *Attachment & human development*, 20(2), 107–134.
- Rho, M. J., Lee, H., Lee, T. H., Cho, H., Jung, D. J., Kim, D. J., & Choi, I. Y. (2018). Risk factors for internet gaming disorder: psychological factors and internet gaming characteristics. *International journal of environmental research and public health*, 15(1), 40.
- Ridders W., Lawrence D., Hafekost J., Zubrick S. R. (2016). Internet use and electronic gaming by children and adolescents with emotional and behavioural problems in Australia – results from the second child and adolescent survey of mental health and wellbeing. *BMC Public Health*, 16, 399.
- Santoro, G., Midolo, L. R., Costanzo, A., Cassarà, M. S., Russo, S., Musetti, A., & Schimmenti, A. (2021). From parental bonding to problematic gaming: the mediating role of adult attachment styles. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 9(3).
- Schneider, L. A., King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2017). Family factors in adolescent problematic internet gaming: a systematic review. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 321–333.
- Sixto-Costoya, A., Castelló-Cogollos, L., Aleixandre-Benavent, R., & Valderrama-Zurián, J. C. (2021). Global scientific production regarding behavioral addictions: an analysis of the literature from 1995 to 2019. *Addictive behaviors reports*, 14, 100371.
- Suárez, L., Thio, C. F., & Singh, S. (2012). Attachment styles, motivations, and problematic use of massively multiplayer online games. *International Proceedings of Economics Development and Research*, 53, 45-49.

- Sung, Y., Nam, T. H., & Hwang, M. H. (2020). Attachment style, stressful events, and internet gaming addiction in Korean university students. *Personality and Individual Differences, 154*, 109724.
- Spekman, M. L., Konijn, E. A., Roelofsma, P. H., & Griffiths, M. D. (2013). Gaming addiction, definition and measurement: a large-scale empirical study. *Computers in Human Behavior, 29*(6), 2150-2155.
- Su, B., Yu, C., Zhang, W., Su, Q., Zhu, J., & Jiang, Y. (2018). Father-child longitudinal relationship: parental monitoring and internet gaming disorder in Chinese adolescents. *Frontiers in Psychology, 9*, 95.
- Smyth, J. M. (2007). Beyond self-selection in video game play: an experimental examination of the consequences of massively multiplayer online role-playing game play. *CyberPsychology & Behavior, 10*(5), 717-721.
- Tariq, Isra & Majeed, Saima. (2022). Poor family-functioning and lack of interpersonal support as predictors of online gaming addiction in adolescents. *Journal of Professional & Applied Psychology, 3*. 10.52053/jpap.v3i1.97.
- Torres-Rodríguez, A., Griffiths, M. D., Carbonell, X., & Oberst, U. (2018). Internet gaming disorder in adolescence: psychological characteristics of a clinical sample. *Journal of Behavioral Addictions, 7*(3), 707-718.
- Van Buren, A., & Cooley, E.L. (2002). Attachment styles, view of self and negative affect". *North American Journal of Psychology, 4* (3): 417-430. ISSN 1527-7143. Retrieved 29 March 2019.
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Van de Eijnden, R. J., & Van de Mheen, D. (2010). Compulsive internet use: the role of online gaming and other internet applications. *Journal of Adolescent Health, 47*(1), 51-57.
- Wang, H. Y., & Cheng, C. (2021). New perspectives on the prevalence and associated factors of gaming disorder in Hong Kong community adults: a generational approach. *Computers in Human Behavior, 114*, 106574.
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2015). New developments on the neurobiological and pharmacogenetic mechanisms underlying internet and videogame addiction. *The American Journal on Addictions, 24*(2), 117-125.

- Xie, X., Guo, Q., & Wang, P. (2021). Childhood parental neglect and adolescent internet gaming disorder: from the perspective of a distal—proximal—process—outcome model. *Children and Youth Services Review*, 120, 105564.
- Jo, Y. S., Bhang, S. Y., Choi, J. S., Lee, H. K., Lee, S. Y., & Kweon, Y. S. (2019). Clinical characteristics of diagnosis for internet gaming disorder: comparison of DSM-5 IGD and ICD-11 GD diagnosis. *Journal of Clinical Medicine*, 8(7), 945.
- Zheng, H., Wang, M., Zheng, Y., & Dong, G. H. (2021). How sleep disturbances affect internet gaming disorder: the mediating effect of hippocampal functional connectivity. *Journal of Affective Disorders*.

# 1. PIELIKUMS: PĀRMĒRĪGAS INTERNETA SPĒĻU LIETOŠANAS IEZĪMJU APTAUJAS FAKTORANALĪZES REZULTĀTI

	1	2	3	4
1. Vai domājāt par kādu spēli visas dienas garumā?	0,77			
5. Vai pavadījāt arvien vairāk laika spēlējot?	0,68			
3. Vai esat juties/jutusies atkarīgs/atkarīga no spēles?	0,67			
12. Vai bija reizes, kad nevarējāt samazināt spēlēšanas laiku?	0,66			
14. Vai esat dusmojies/dusmojusies, kad nevarējāt spēlēt?	0,61			
13. Vai esat juties/jutusies slikti, kad nevarējāt spēlēt?	0,60			
4. Vai spēlējāt ilgāk, nekā bija paredzēts?	0,58			
6. Vai nevarējāt apstāties, kad sākāt spēlēt?	0,58			
2. Vai pavadījāt daudz brīvā laika spēlējot?	0,56			
19. Vai spēlēs pavadītais laiks ir izraisījis miega trūkumu?		0,76		
8. Vai esat spēlējis/spēlējusi spēles, lai atbrīvotos no stresa?		0,74		
9. Vai esat spēlējis/spēlējusi spēles, lai justos labāk?		0,71		
20. Vai esat atstājis/atstājusi novārtā citas svarīgas darbības (piemēram, skola, darbs, sports), lai spēlētu spēles?		0,62		
7. Vai spēlējāt spēles, lai aizmirstu par reālo dzīvi?		0,56		
16. Vai jums ir bijuši strīdi ar citiem (piemēram, ar ģimeni, draugiem) par spēlēs pavadīto laiku?			0,80	
11. Vai citi ir neveiksmīgi mēģinājuši samazināt Jūsu spēļu lietošanu?			0,78	
18. Vai esat melojis/melojusi par spēlēs pavadīto laiku?			0,77	
12. Vai jums ir bijušas neveiksmes, mēģinot samazināt spēļu lietošanas laiku?			0,65	
17. Vai esat atstājis/atstājusi novārtā citus (piemēram, ģimeni, draugus) jo spēlējāt spēles?				0,77
15. Vai esat bijis/bijusi stresā, kad nevarējāt spēlēt?				0,68
21. Vai pēc ilgstošas spēlēšanas esat juties/jutusies slikti?				0,65