

Internet: een nieuwe verslaving

Het percentage Amsterdammers dat van internet gebruik maakt neemt nog steeds toe. Naarmate zij jonger zijn, een hogere opleiding en een hoger inkomen hebben beschikken zij vaker over internet. Ook maakt het uit of men al dan niet betaald werk heeft.

Een op de tien Amsterdamse internetgebruikers heeft last van symptomen die op verslaving aan internet wijzen, zoals niet kunnen stoppen, minder contact met de omgeving of rusteloosheid. Vooral jongere, minder hoog opgeleide mannen lopen het risico op verslaving. Dit blijkt uit een gezamenlijk onderzoek van het Instituut voor Onderzoek naar Leefwijzen & Verslaving (IVO) te Rotterdam en O+S.

Een nieuw en verleidelijk medium

Internet is een krachtig medium, dat de gebruikers ervan oneindig veel mogelijkheden biedt om informatie op te doen, met elkaar te communiceren en zich te amuseren. Het heeft de potentie in zich om alle andere media overbodig te maken. Via internet kunnen grenzen van tijd en fysieke grenzen met gemak worden overschreden: er zijn altijd wel mensen om contact mee te leggen, er is altijd wat te doen. Het is vooral het sociale aspect van internet dat maakt dat mensen er aan verslaafd raken en zich terugtrekken in een virtuele wereld.

De socioloog Albert Benschop zegt het in zijn artikel *Eigenaardigheden van Cyberspace* als volgt: 'Een tijdelijke passie voor internet is zeer begrijpe-

lijk omdat er door deelname aan virtuele gemeenschappen geografische grenzen worden opgelost. Hierdoor wordt het mogelijk om ideeën uit te wisselen met veel meer mensen met gemeenschappelijke interesses. Verslaving begint pas wanneer de initiële opwindende die men ondergaat wordt gecontinueerd ten koste van andere sociale verplichtingen en verantwoordelijkheden.' Met name dit laatste maakt de maatschappelijke relevantie van internetverslaving of pathologisch internetgebruik duidelijk.

Amsterdammers en internet

Om het internetgebruik in Amsterdam in kaart te brengen hebben O+S en het Rotterdamse Instituut voor Onderzoek naar Leefwijzen & Verslaving (IVO) hierover drie enquêtes gehouden onder Amsterdammers van 16 jaar en ouder.

Hieruit blijkt dat de inburgering van internet nog steeds voortschrijdt. Het aantal mensen dat internet gebruikt is toegenomen van 45% in februari naar 54% in juni 2000. Het gaat hierbij om mensen die thuis dan wel op school of op het werk internetten. Volgens de peiling voor de Amsterdamse Burgermonitor is hun aandeel in mei 2001 opgelopen tot 66%. Ook

Internetgebruik Amsterdammers, 2000

	februari	april	juni
Percentage internetgebruikers	45	51	54
Percentage mensen met eigen internetaansluiting	39	44	42
Aantal uren privé internetgebruik per week	4,7	5,3	5,2

zijn meer mensen over een eigen internetaansluiting gaan beschikken en is de tijd die men privé op internet doorbrengt toegenomen.

Niet iedereen heeft even veel behoefte of mogelijkheden om het 'world wide web' op te gaan. Wie werkt of een opleiding volgt heeft vaak gemakkelijk – bijvoorbeeld op school of de werkplek – toegang tot internet. Mensen die daarentegen niet deelnemen aan het arbeidsproces – ouderen, werklozen, sommige groepen allochtone vrouwen – hebben die mogelijkheid minder.

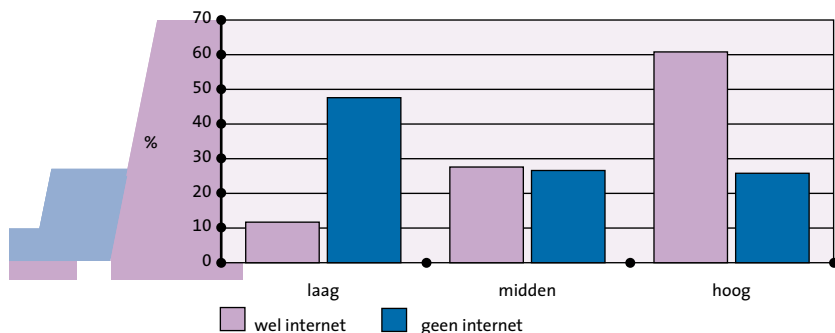
De belangrijkste achtergrondkenmerken waarop mensen die wel en niet over internet beschikken onderling verschillen zijn: leeftijd, opleiding, inkomen, sekse en voornaamste bezigheid.

Amsterdammers die over internet beschikken zijn relatief jong. Hun gemiddelde leeftijd is 38 jaar, terwijl mensen die niet van internet gebruik maken gemiddeld 52 jaar oud zijn. Ten tweede zijn de mensen met internet relatief hoog opgeleid: bijna twee derde van hen heeft minimaal een HBO-opleiding. Een hiermee samenhangend kenmerk is, dat zij een relatief hoog inkomen hebben. Iets minder dan de helft van de mensen met internet (44%) heeft een netto maandinkomen van meer dan f 4500. Van de mensen zonder internet heeft slechts 13% een dergelijk inkomen.

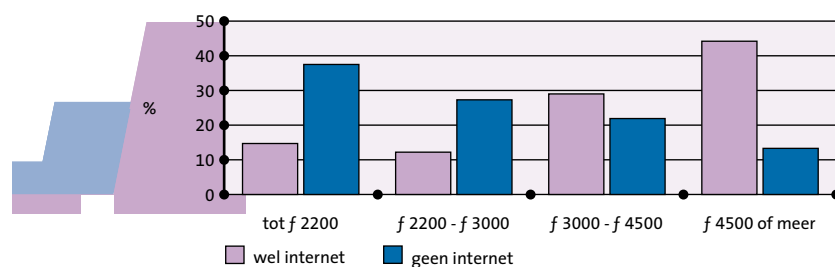
Ook de voornaamste bezigheid speelt een rol. Van de Amsterdammers die over internet beschikt werkt 83%, van de mensen die niet over internet beschikken is dat 46%. De groep niet-internetters telt relatief veel gepensioneerden (31%). Een ander onderscheidend kenmerk is sekse: mannen hebben vaker de beschikking over internet (46%) dan vrouwen (33%).

Niet alleen qua achtergrondkenmerken verschillen beide groepen, ook voor bepaald 'gedrag' is dat het geval. Zo zijn Amsterdammers die thuis een internetaansluiting hebben vaker geabonneerd op een krant, hebben zij vaker een auto en zijn ze het voorgaande jaar vaker op vakantie geweest. Mensen die thuis geen internet hebben zijn relatief vaak op vakantie in Nederland geweest.

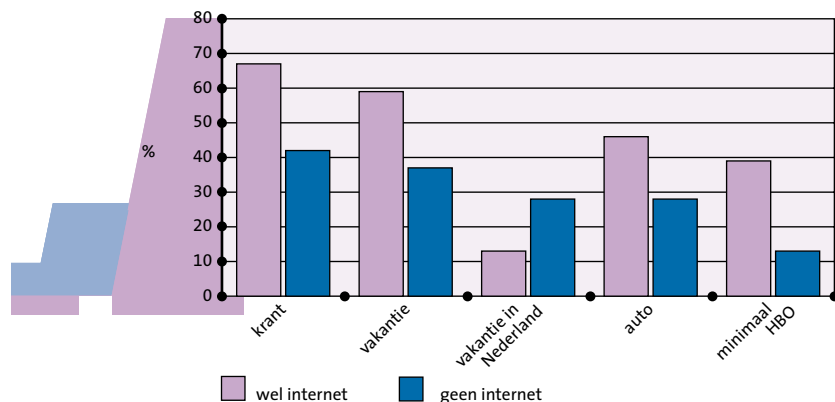
Opleidingsniveau Amsterdammers met en zonder internet



Inkomen Amsterdammers met en zonder internet



Kenmerken mensen met en zonder internet thuis



Activiteiten op internet

Internet biedt elk wat wils: gewoon wat surfen, deelnemen aan discussiegroepen, chatten, een paspoort aanvragen, muziek downloaden of virtuele spelletjes spelen. Grote publiekstrekkers zijn, niet te vergeten, de vele pornosites. Wat Amsterdammers op internet zoal zeggen te doen, is te zien in onderstaande tabel. Bij de eerste meting konden mensen zelf mogelijkheden noemen, bij de daarop volgende metingen werden de antwoorden aan hen voorgelegd. Om die reden staan in de tabel alleen de resultaten van april en juni weergegeven. E-mailen en gericht informatie zoeken zijn de belangrijkste gebruikstoepassingen. Ook zijn er vrij veel mensen die ongericht naar informatie zoeken ('surfen'). Aangenomen mag worden dat sociale wenselijkheid bij de antwoorden een zekere rol speelt.

Gebruikte toepassingen van internet, Amsterdam 2000 (procenten)

	april	juni
E-mailen	97	90
Gericht informatie zoeken	92	93
Surfen (ongericht zoeken)	65	63
Muziek luisteren	38	39
Aankopen doen	32	31
Chatten	25	22
Spelletjes doen	27	36
Nieuws- en discussiegroepen	22	18
Gokken	2	2

Dwangmatig internetgebruik

Wie zo vaak en lang achter de computer zit dat de sociale contacten en dagelijkse activiteiten als eten, slapen, naar het werk of naar school gaan er onder lijden is een dwangmatig internetgebruiker. Dwangmatige gebruikers lijden in de term van Ivan Goldberg aan Internet Addiction Disorder (IAD). Zij zijn niet zozeer verslaafd aan de computer of aan internet, maar aan een bepaalde functie van internet (spelletjes, gokken, chatten). De socioloog Benschop spreekt in dit verband van het ontremmende effect van internet: de sociale

interacties via dit medium hebben geen consequenties in de dagelijkse realiteit. Men kan zich er ongeremd uiten en daarbij ook nog elke gewenste virtuele identiteit aannemen.

In het onderzoek van O+S en het IVO is aan Amsterdammers die gebruik maken van internet een aantal stellingen voorgelegd over de consequenties van hun internetgebruik. De stellingen zijn deels gebaseerd op onderzoek naar problematisch alcoholgebruik en deels afkomstig uit Amerikaans onderzoek van Kimberley Young naar internetverslaving. Zij behandelen mogelijk problematische aspecten, zoals het niet kunnen stoppen, vluchtgedrag, sociaal isolement en obsessief gedrag. De tabel over problematisch internetgebruik laat per stelling zien welk percentage van de internetgebruikers zich er in herkent.

Opvallend is dat een kwart tot een derde van de internetgebruikers de eerste twee stellingen onderschrijft. Hiermee onderkennen zij een zeker verlies aan controle over hun eigen gedrag. De overige stellingen vinden duidelijk wat minder weerklank. Toch onderkennen gebruikers de mogelijke negatieve sociale gevolgen van het internetgebruik. Zo heeft twee tot zeven procent van hen als gevolg van hun internetgedrag minder contact met vrienden en/of familie. Zo'n vijf tot acht procent

Problematische aspecten internetgebruik, Amsterdam 2000 (procenten)

	april	juni
– Ik ga wel eens door met internetten, terwijl ik me voorgenomen had om te stoppen	33	27
– Wanneer ik eenmaal begonnen ben met internetten vind ik het moeilijk om te stoppen	25	27
– Internetten helpt me mijn problemen te ontvluchten en/of negatieve gevoelens te verlichten	9	9
– Mijn partner, kinderen en/of ouders zeggen wel eens dat ik minder zou moeten internetten	7	11
– Door het internetten heb ik minder contact met vrienden en/of familie	4	7
– Ik raffel mijn werk/huiswerk af om te kunnen gaan internetten	5	7
– Ik voel me wel eens rusteloos, gehumeurd, depressief of geïrriteerd wanneer ik niet kan internetten	5	8
– Ik heb wel eens geprobeerd om minder tijd aan internetten te besteden, maar dat is niet gelukt	7	8
– Soms ga ik liever internetten dan dat ik mijn tijd met anderen doorbreng	11	8
– In gedachten ben ik vaak met internetten bezig, ook als ik niet online ben	12	10

zegt symptomen van afhankelijkheid te vertonen: zij voelen zich rusteloos, geïrriteerd of depressief wanneer ze niet kunnen internetten.

Gebruikers die minstens de helft van de stellingen met ja hebben beantwoord behoren – overeenkomstig ander verslavingsonderzoek – tot een risicogroep. Zij lopen een verhoogde kans op het ontwikkelen van internet-gerelateerde problemen. Het percentage internetgebruikers dat dit risico loopt bedroeg in april 10% en in juni 11%.

De risicogroep

De Amsterdammers die op grond van bovenstaande stellingen als ‘potentiële webaholic’ kunnen worden beschouwd verschillen in de eerste plaats in het aantal uren dat zij op internet doorbrengen. Zij internetten gemiddeld veertien uur per week, terwijl de overige internetgebruikers dat gemiddeld drie uur per week doen. Ook gebruiken ze alle internetfuncties – zoals E-mail, chatten en spelletjes – vaker. Verder onderscheiden zij zich door een aantal achtergrondkenmerken. In de eerste plaats zijn ze relatief jong. Hun gemiddelde leeftijd is 32 jaar, die van de gemiddelde Amsterdammer met internet is 38 jaar. Verder gaat het vaker om mannen dan om vrouwen. Ten slotte zijn de ‘potentiële internetverslaafden’ wat minder hoog opgeleid dan de gemiddelde internetgebruiker. Voor de totale groep met toegang tot internet geldt het tegengestelde: zij zijn gemiddeld hoger opgeleid dan mensen zonder internet.

In verslavingsonderzoek is het gebruikelijk te zoeken naar oorzaken van de betreffende verslaving. Deze zou volgens sommige theorieën het gevolg zijn van bepaalde persoonlijkheidskenmerken. Volgens anderen hangt verslaving echter samen met genetische factoren: men heeft daar in principe wel of geen aanleg voor. In het algemeen wordt echter aangenomen dat beide een rol spelen, naast andere factoren zoals de sociale en maatschappelijke context. Daarnaast wordt over internetverslaving algemeen verondersteld, dat mensen die in het sociale leven moeilijk contacten maken eerder afhankelijk worden van communicatie via internet dan mensen met een bloeiend sociaal leven.

Internetverslaving leidt – anders dan bijvoorbeeld verslaving aan alcohol of drugs – niet direct tot overlastgevend gedrag. Pas wanneer mensen door hun verslaving hun inkomen, werk of sociale omgeving kwijtraken, wordt de samenleving geconfronteerd met de negatieve sociale en maatschappelijke gevolgen van deze nieuwe verslaving. De noodzaak tot verder onderzoek is er overigens niet minder om – evenals trouwens onderzoek naar de positieve gevolgen van internet.

Daarom zijn het IVO en O+S naast dit onderzoek onder Amsterdammers met een landelijke monitor gestart. Deze monitor zal uiteindelijk meer inzicht moeten geven in landelijke ontwikkelingen op het gebied van internetgebruik en daaraan gerelateerde problematiek. De resultaten van de eerste meting zullen eind 2001 openbaar worden gemaakt.

Colofon



Heemraadsingel 194

3021 DM Rotterdam

Tel: 010-4253366

Fax: 010-2763988

e-mail: secretariaat@ivo.nl

website: www.ivo.nl



Weesperstraat 79

1018 VN Amsterdam

Tel: 020-5279527

Fax: 020-5279595

e-mail: algemeen@onstat.amsterdam.nl

website: www.onstat.amsterdam.nl