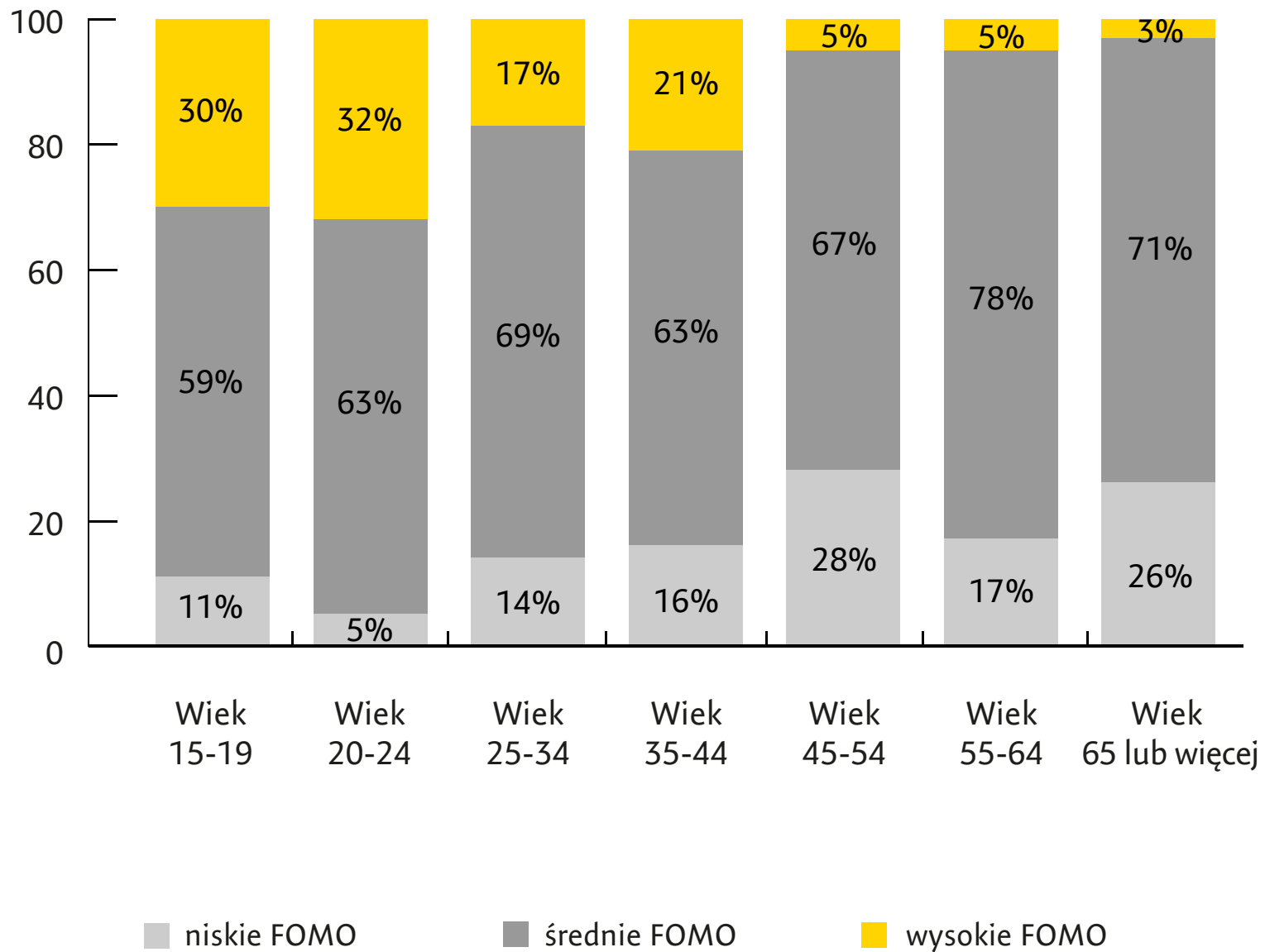
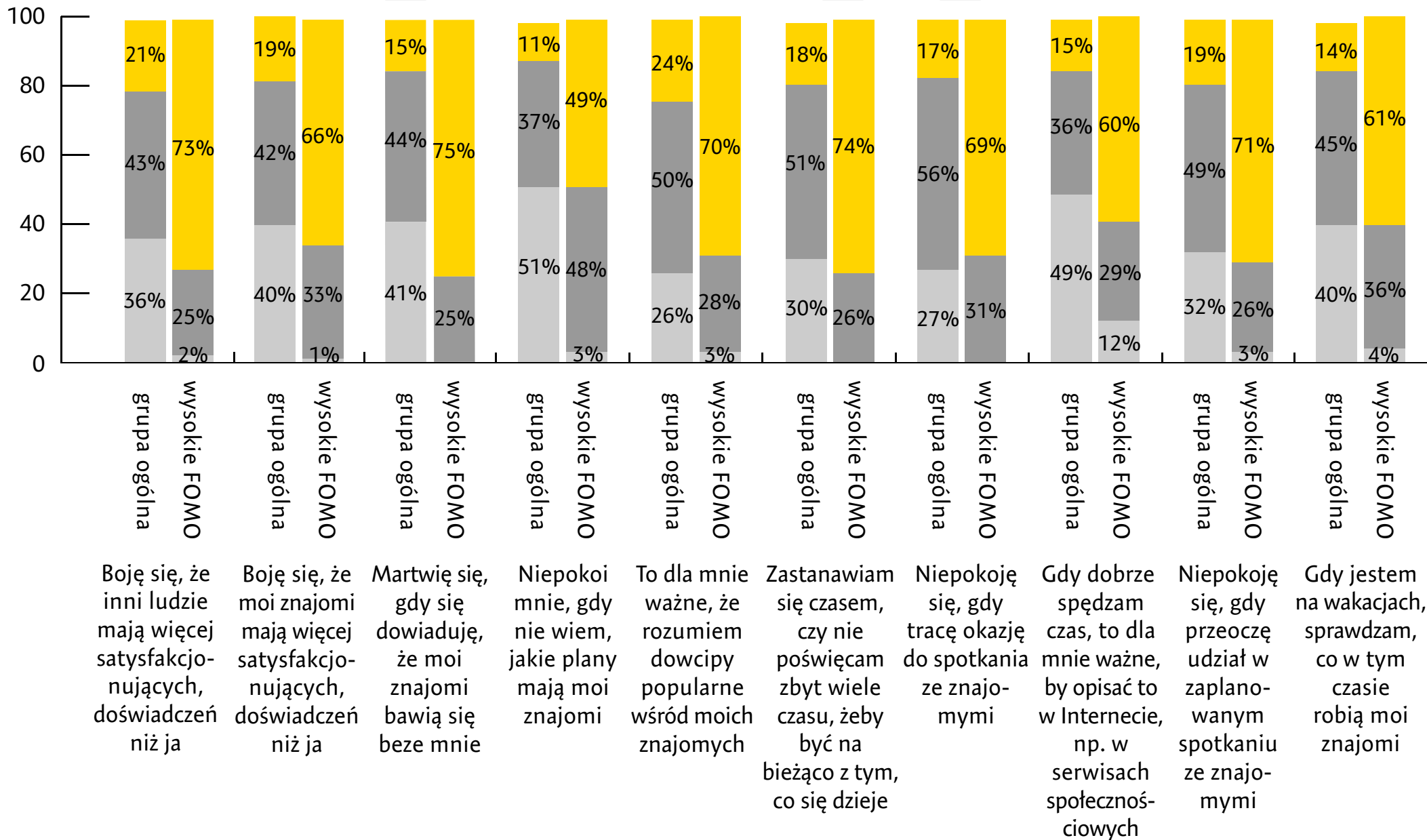


**Wykres 1. FOMO a wiek polskich użytkowników internetu (n = 1067)**

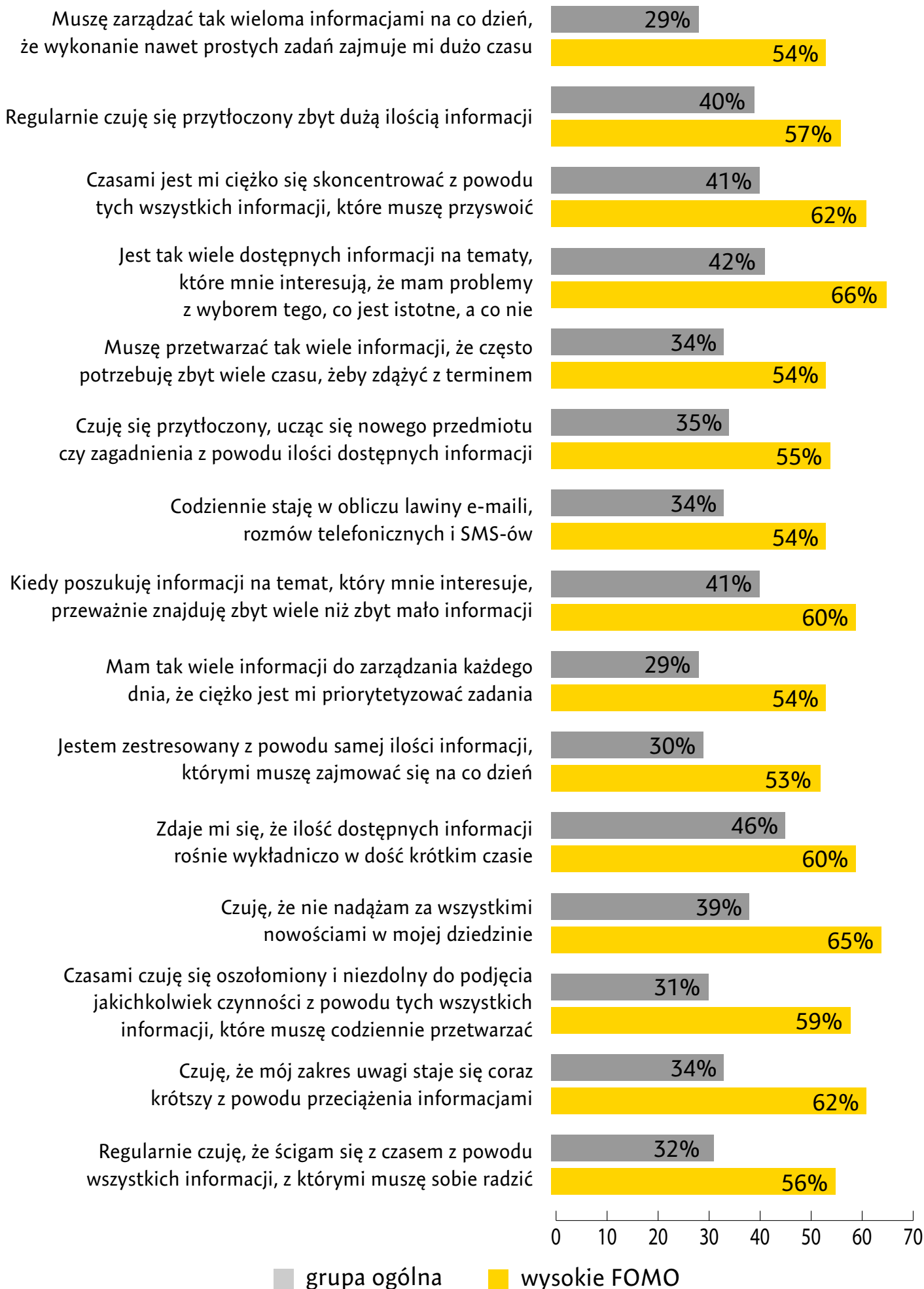


**Wykres 2. Skala FOMO w Polsce** (*Fear of Missing Out Scale*; A.K. Przybylski et al., 2013; n = 1067)



w ogóle nieprawdziwe
  trochę prawdziwe / umiarkowanie prawdziwe
  bardzo prawdziwe / całkowicie prawdziwe

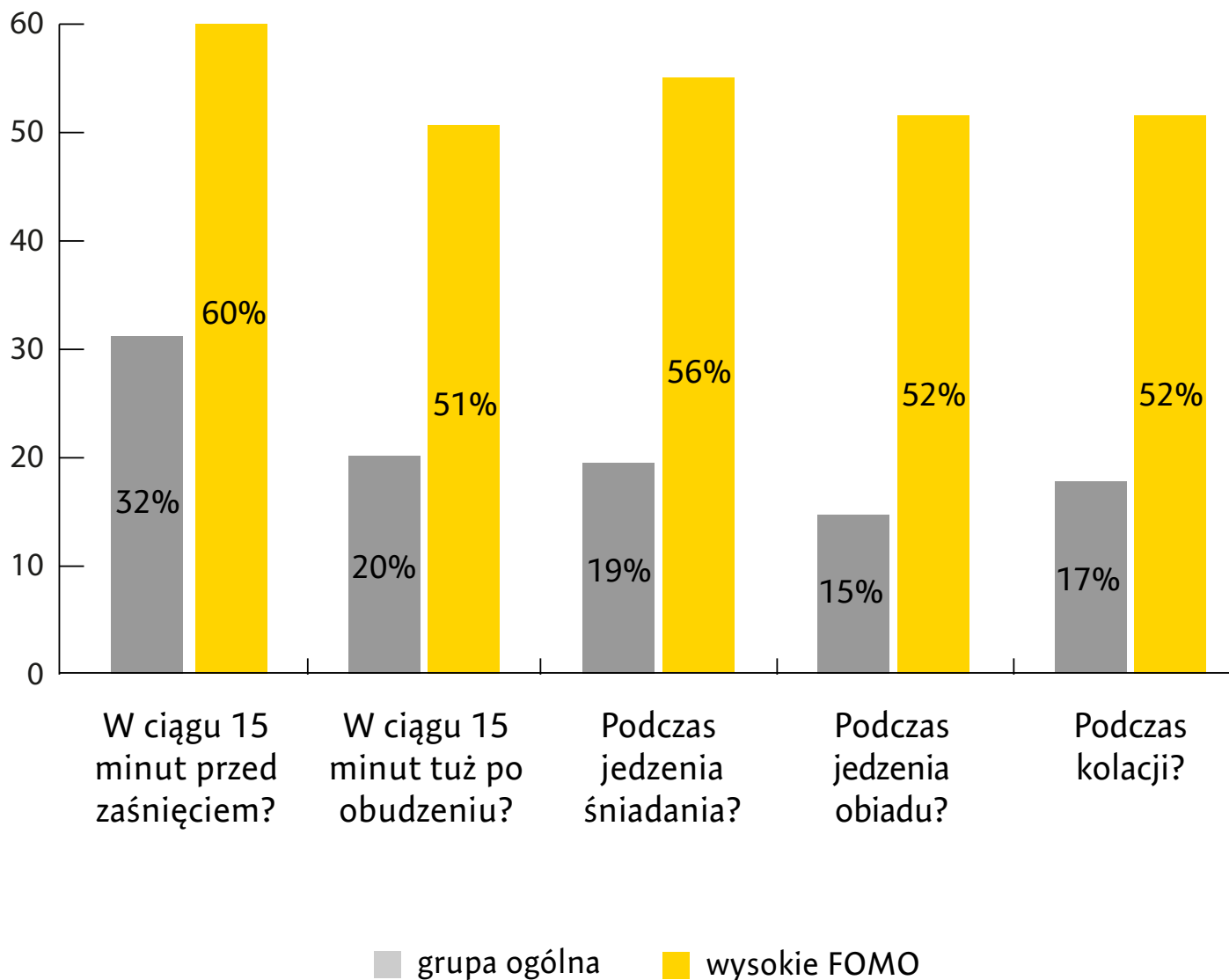
**Wykres 3. Skala przeciążenia informacyjnego (The Information Overload Scale - IOS; Williamson, Eaker & Lounsbury, 2012; n = 1067) Suma odpowiedzi dla „w pewnym stopniu się zgadzam” i „zgadzam się w pełni”**



#### Wykres 4. Zaangażowanie w media społecznościowe

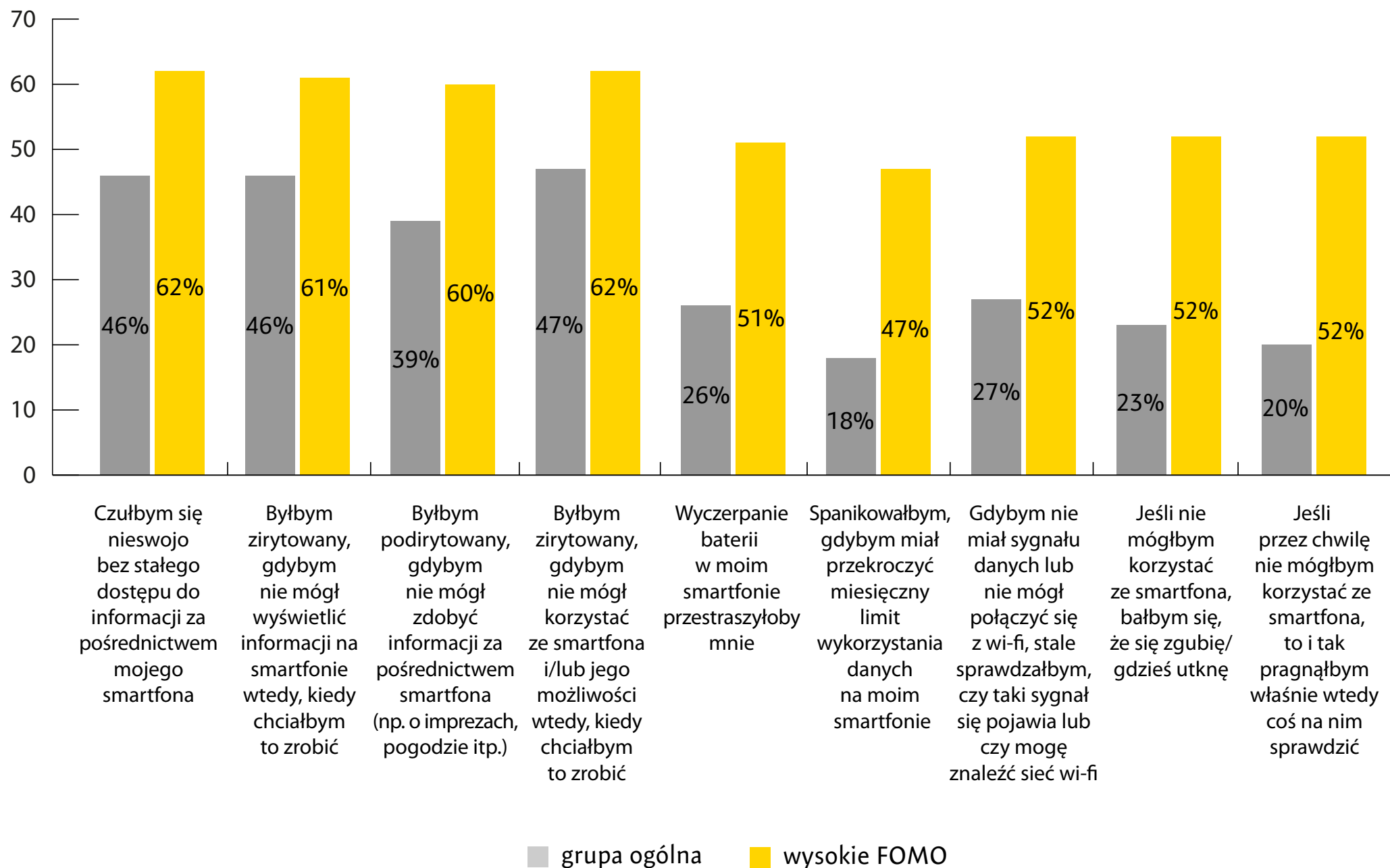
(Social Media Engagement Questionnaire – SMEQ; A.K. Przybylski et al., 2013; n = 1067)

Przypomnij sobie, w jaki sposób korzystałeś w minionym tygodniu z mediów społecznościowych, wskazując odpowiedni poziom natężenia swojej aktywności... Suma dla odpowiedzi: „pięć dni w tygodniu”, „sześć dni w tygodniu” i „codziennie”



## Wykres 5. Nomofobia (Nomophobia Questionnaire – NMP-Q; Yildirim & Correia, 2015; n = 1067)

Czy poniższe stwierdzenia są prawdziwe w stosunku do Ciebie?  
Suma dla odpowiedzi: „raczej się zgadzam”, „zgadzam się” i „całkowicie się zgadzam”

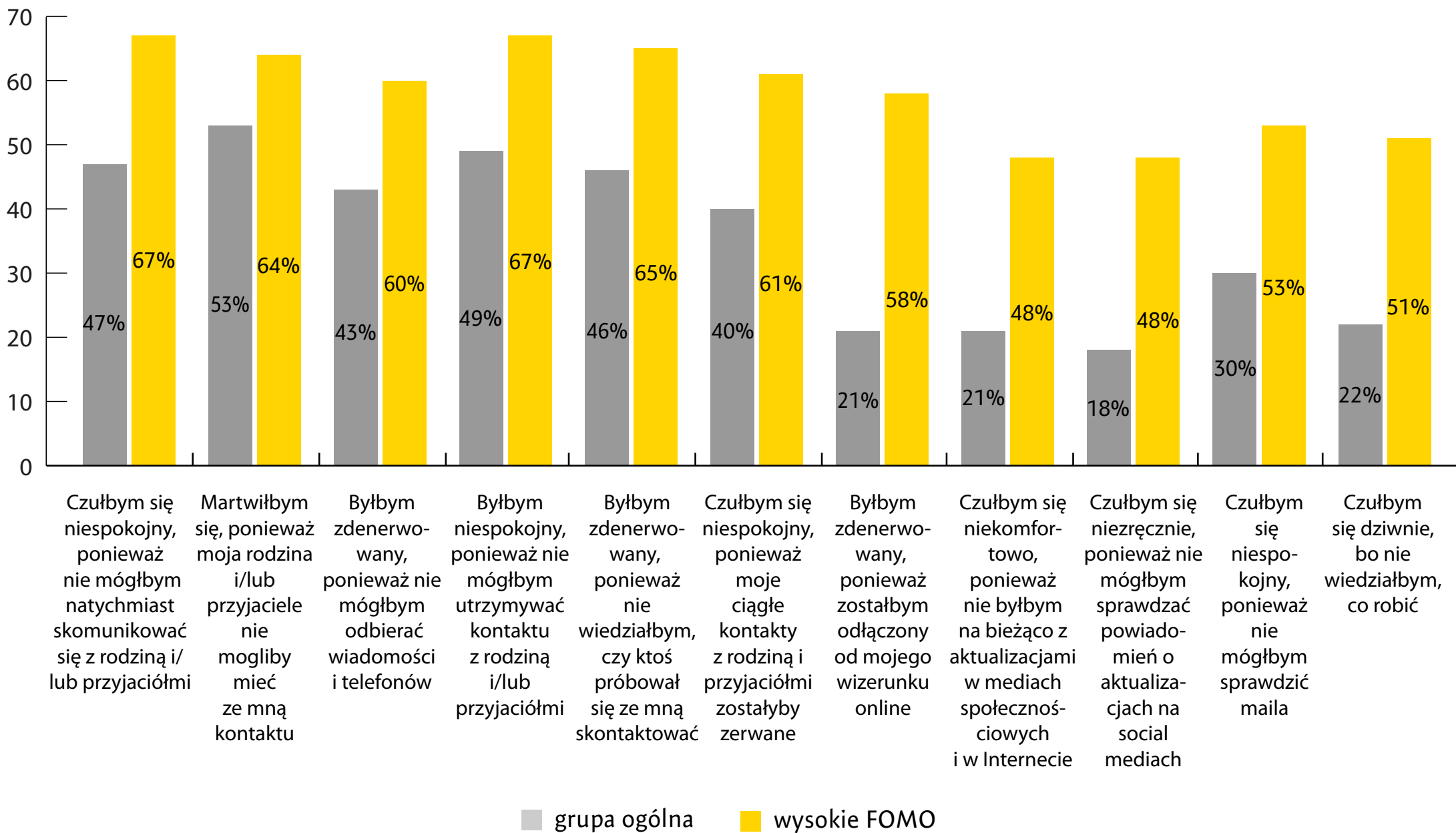


## Wykres 5. Nomofobia. Kiedy nie miałbym/miałabym telefonu ze sobą, to...

(Nomophobia Questionnaire – NMP-Q; Yildirim & Correia, 2015; n = 1067)

Czy poniższe stwierdzenia są prawdziwe w stosunku do Ciebie?

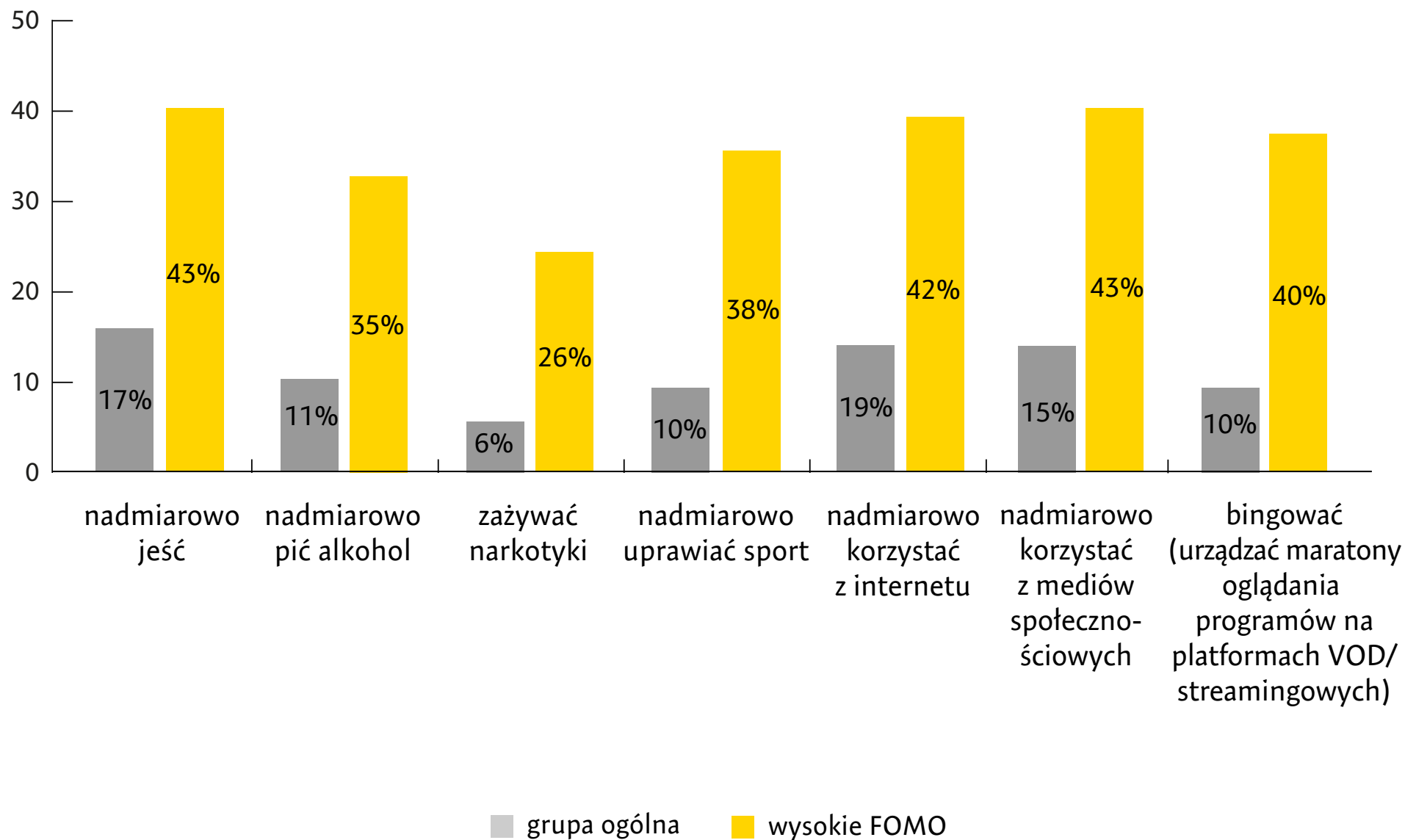
Suma dla odpowiedzi: „raczej się zgadzam”, „zgadzam się” i „całkowicie się zgadzam”



## Wykres 6. Refleksje o pandemii (n = 1067)

Podczas pandemii zacząłem...

Suma dla odpowiedzi: „raczej mnie dotyczy” i „bardzo mnie dotyczy”



## Wykres 7. Kwestionariusz CAGE (Ewing, 1984, n = 1067)

Poniżej znajdują się pytania ogólne, dotyczące picia alkoholu  
Odnosząc się do czasu pandemii, zaznacz na skali odpowiedź, która najbardziej do Ciebie pasuje  
(podano wyłącznie odpowiedzi twierdzące)

