 DOI: 10.17543/ISKKULT.2015.11.90

***Prievara Dóra Katalin*[1] *– Pikó Bettina*[2]**

[1]Szegedi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar, Neveléstudományi Doktori Iskola, Egészségnevelés Alprogram, Szeged
[2]Szegedi Tudományegyetem, Magatartástudományi Intézet, Szeged

Az interneten eltöltött idő és a problémás használat háttértényezőinek vizsgálata fiatalok körében

Tanulmányunkban megvizsgáltuk, hogy a fiatalok saját bevallásuk szerint mennyi időt töltenek el átlagosan az interneten, illetve egyes tevékenységekre lebontva. Külön figyelmet szenteltünk a már problémás mértékű internethasználat hátterében álló tényezők feltérképezésére. Adataink azt mutatják, hogy a középiskolás és egyetemista fiatalok naponta legalább 2 órát, de jellemzően még annál is több időt vannak online. A problémás használókra jellemző, hogy életükkel elégedetlenebbek, magasabb szintű stresszről számolnak be, szégyenlősek, szeretnének valahová tartozni és magányosak. Kevésbé jellemző viszont rájuk a dohányzás és az alkoholfogyasztás. A családi körülményekben egyedül az anya alacsonyabb iskolai végzettsége járt a kockázatosabb internethasználattal. Eredményeink szerint a hatékony prevenció során hangsúlyt kell fektetni a megfelelő szociális kapcsolatok elősegítésére, illetve azokra a problémákra/élethelyzetekre, amik elől a fiatalok az online világba menekülhetnek.

Bevezetés

Az internet a fiatalok mindennapi életének részévé vált az utóbbi évek során. Használatában az egyik legintenzívebb időszak a serdülőkorra esik, ezért is áll ez a korosztály a vizsgálatok fókuszában (*Holtz* és *Appel*, 2011). Ugyanis már nemcsak hétvégén ülnek le a számítógépek elé a tizenévesek – átlagban 3 óra hosszára –, hanem hét közben is jelentős mennyiségű időt, átlagosan 2 órát töltenek el naponta online (*Livingstone*, *Haddon*, *Görzig* és *Ólafsson*, 2011). Azt sem lehet mondani, hogy csupán a gazdagabb családok gyermekei számára elérhető, hiszen ma már a háztartásokat és iskolákat érintő különböző pályázatoknak és állami támogatásoknak köszönhetően az alacsonyabb szocio-ökonómiai státuszú családokból származók ugyanolyan mértékben férhetnek hozzá az internethez (*Swindle*, *Ward*, *Whiteside-Mansell*, *Bokony* és *Pettit*, 2014).

A vizsgálatok azt mutatják, hogy a legnagyobb népszerűségnek a közösségi oldalak örvendenek a fiatalok körében (*Kitta*, 2013). Emellett nagymértékben fordul elő, hogy iskolai munkákhoz veszik igénybe az internetet, ezenkívül játszanak rajta, online videóklipeket néznek, vagy azonnali üzeneteket küldenek egymásnak (*Livingstone* és *mtsai*,

2011). Az internet nagy előnye, hogy e tevékenységeket szimultán, egymással párhuzamosan is lehet végezni, ez a jelenség a 'multitasking'. Ennek következményeként megoszlik a felhasználók figyelme és ideje a különböző weboldalak között. További kedvező tevékenységei az online világnak az azonnali jutalmazásként ható gyors üzenetváltások, ami által a felhasználók folyamatos visszajelzéseket kapnak (*Ko*, *Yen*, *Yen*, *Chen* és *Chen*, 2012).

Az internet világa tehát szerves része az iskoláskorú fiatalok mindennapjainak, s bár nem lehet egyértelműen negatív jelenségként értelmezni, számos veszélyt rejt magában. A napi szintű használat felveti a kérdést, hogy milyen hatással van az internet a felhasználók életére, társas kapcsolataira, teljesítményére. A túlzott mértékű internetezés elvezethet akár az addikció megjelenéséig is (*Dhir*, *Chen* és *Nieminen*, 2015), ami szorosan összefügg nemcsak a túlzott használattal, hanem az általa okozott jutalomfüggéssel is. Mi ezt a jelenséget kutatásunkban problémás mértékű internethasználatnak nevezzük, ami azt jelzi, hogy a kóros szint kialakulása előtt is olyan következményekkel járhat a túlzott online jelenlét, amire mindenképpen figyelmet kell fordítania a szülőknek és a pedagógusoknak egyaránt. Ahhoz azonban, hogy egy optimális viszonyulás, azaz egészséges internethasználat alakuljon ki a fiatalok körében, ismernünk kell azokat a személyiségjegyeket, amelyek kockázatnövelő, illetve védő hatást fejthetnek ki (*Mitchell*, *Lebow*, *Uribe*, *Grathouse* és *Shoger*, 2011). Az interneten eltöltött idő látszólag magányos tevékenység, az online aktivitás mégis számos társas bevonódást tesz lehetővé. Ugyanakkor jelentős különbség van az online és az offline társas kapcsolatok között. Éppen ezért merült fel a kutatókban, hogy érdemes a társas személyiségbeli tényezőket feltérképezni, mert jelentősen befolyásolhatják az online aktivitást. Egy kutatás pl. kimutatta, hogy vannak, akik a közösségi oldalakat kifejezetten barátkozásra használják (ún. stimulálási hipotézis), ugyanakkor fennáll annak a lehetősége is, hogy az elégtelen társas készséget kompenzálják (ún. helyettesítési hipotézis) ezeken az online felületeken, ami így a magányosság egyfajta ellenszere lehet, bár a valódi kötődési készségeket nem feltétlenül serkenti (*Teppers*, *Luyckx*, *Klimstra* és *Goossens*, 2014). Már vannak hazai vizsgálatok is arra vonatkozóan, hogy az ambivalens kötődésű személyekre jellemzőbb az intenzív, több órán át tartó jelenlét az online közösségi oldalakon (*Tóth* és *Mirnics*, 2014).

A kutatási eredmények tükrében elmondhatjuk, hogy a problémás internethasználat számos pszichológiai tényezővel összefügg. Így például a túlzott mértékben internetezők elégedetlenebbek az életükkel (*Cao*, *Sun*, *Wan*, *Hao* és *Tao*, 2011), és jellemzően magasabb stressz-szintről számolnak be (*Velezmoro*, *Lacefield* és *Roberti*, 2010). Ezekben az esetekben az online világ egyfajta kiutat jelenthet, azaz menekülést a szürke hétköznapokból. A felhasználók kompenzálni is képesek a hiányzó szociális kapcsolataikat az interneten. Ezért nem meglepő, hogy a szégyenlősség (*Treuer*, *Fábián* és *Füredi*, 2001), a magányosság (*Esen*, *Arktas* és *Tuncer*, 2013) és az alacsony szintűnek észlelt társas támogatás (*Gunuc* és *Dogan*, 2013) is összefüggést mutat a problémás internethasználattal. Más vélemények szerint azok lehetnek motiváltak az internet gyakoribb használatára, akikre magas szenzoros élménykeresés a jellemző (*Lu*, 2008; *Rahmani* és *Lavasani*, 2011).

Több vizsgálat is kimutatta, hogy a különféle szerek használata (alkohol, drog, cigaretta) összefüggésben állhat a túlzott internetezéssel (*Korkeila*, *Kaarlas*, *Jääskeläinen*, *Vahlberg* és *Taiminen*, 2010; *Lee*, *Han*, *Kim* és *Renshaw*, 2013; *Chang*, *Chiu*, *Lee*, *Chen* és *Miao*, 2014). Meg kell azonban jegyezni, hogy míg a dohányzás életprevalenciájának valószínűségét növeli az internethasználat, az aktuális (pl. 30 napra visszamenő) dohányzásban már kevésbé játszik szerepet, itt elsősorban az a meghatározó, hogy az illető mennyit jár el szórakozni a barátaival (*Berg*, *Aslanikashvili* és *Djibuti*, 2014). Egy másik kutatási eredmény szerint az internetes kávéházakban eltöltött internetezés növelheti a fiúk körében a dohányzást, azonban ezt a lányok körében nem igazolták, viszont az ő

körükben nőtt az alkoholfogyasztás valószínűsége (*Wu* és *Delva*, 2012). Egy kutatási eredmény azonban arra világított rá, hogy nem maga az internethasználat növeli a szerfogyasztás valószínűségét (hiszen ezek legtöbb esetben társas tevékenységek), hanem éppen fordítva: a rendszeres szerhasználat jár a problémás internethasználat nagyobb kockázatával, ami arra utal, hogy a háttérben a függőség hasonló mechanizmusa állhat (*Lee*, *Han*, *Kim* és *Renshaw*, 2013).

A különböző szerekkel ellentétben az internetet manapság szinte bárhol és bármikor elérhetik a fiatalok, nincs például törvény által korhatárhoz kötve a használata. A világhálón ráadásul olyan élményeket tapasztalnak meg, amelyek látszólag a pozitív hatások illúzióját keltik a számukra, mint például a társas támogatottság érzése, a kontroll birtoklása (*Chen*, 2006; *Garcia* és *Sikström*, 2013), talán ezért is érzékelik kevésbé az esetleges veszélyeket, és éri őket felkészületlenül például az internetes zaklatás vagy bizonyos adatokkal, információkkal való visszaélés (*Zych*, *Ortega-Ruiz* és *Del Rey*, 2015).

A család szerepe kitüntetett a túlzott internethasználat kialakulásában. A diszfunkcionális családi kapcsolatok jelenléte ebben meghatározó lehet (*Tsitsika*, *Critselis*, *Louizou*, *Janikian*, *Freskou*, *Marangou*, *Kormas* és *Kafetzis*, 2011). Az egyedülálló szülők gyermekeinél szintén gyakrabban fordul elő (*Li*, *Garland* és *Howard*, 2014). Ugyanakkor a családi kapcsolatok védőfaktorként is funkcionálhatnak. A társas támogatás mellett a szülők iskolai végzettsége is védelmet jelenthet az online információkban való eligazodás terén. Az anya különösen fontos szereppel bír. A dohányzás és az alkoholfogyasztás terén kimutatták, hogy az anya magasabb iskolai végzettsége protektív faktort jelent a különféle szerfogyasztásokkal szemben (*Musick*, *Seltzer* és *Schwartz*, 2008; *Melotti*, *Heron*, *Hickman*, *Macleod*, *Araya* és *Lewis*, 2011). Ennek hátterében az állhat, hogy általában az anya az, aki az egészséggel kapcsolatos dolgokkal foglalkozik egy családon belül, és minél tanultabb, annál inkább egészségtudatossá válik, mivel az egészséggel kapcsolatos releváns információk összefüggnek az iskolázottság szintjével (*Zhao*, 2009). Ez az internet kapcsán úgy tükröződhet, hogy annak helyes és biztonságos használatához szükségesek az egészségtudatos szülői módszerek és szabályozások. Ezek segítségével lesznek képesek a gyermekek megtanulni egyedül, mégis felelősségteljesen, a kockázatok ismeretében internetezni (*Mihalik*, *Szabó* és *Kovács*, 2014).

Jelen kutatásunknak három fő célja különíthető el. Az egyik cél az volt, hogy felmérjük, milyen internetezési szokásokkal rendelkeznek manapság a fiatalok (középiskolások és egyetemisták), beleértve a problémás internethasználat jelenlétét. Második célként tűztük ki, hogy a problémás internethasználat mellett a pszichológiai jellemzők (stresszterheltség, élettel való elégedettség, társas támogatás, szenzoros élménykeresés, valahová tartozás vágya, szégyenlősség, magányosság) bevonásával a fiatalokat ún. klaszterekbe, azaz jellegzetesen elkülönülő csoportokba soroljuk. Harmadrészt pedig megnéztük, hogy a klaszterek eltérnek-e bizonyos szociodemográfiai (pl. iskolatípusok, társadalmi helyzet) és magatartási (szerfogyasztás) változók szerint. Mindezek alapján pontosabb képet kaphatunk a problémás mértékű használat mögött meghúzódó látens tényezőkről.

Minta és módszer

Jelen vizsgálatunkban összesen 386 lány adatát elemeztük, mivel a fiú kitöltők alacsony száma torzította volna az eredmények értelmezését. Így az 56 fiú válaszadót kiemeltük a mintából. A lányok 14–24 év közöttiek voltak, az átlag életkoruk 20,2 év, 2,7-es szórással. A résztvevők 51 százaléka gimnáziumban és szakközépiskolában tanul, míg 49 százalékuk főiskolás, egyetemista. Az adatgyűjtés módszereként internetes surveyt alkalmaztunk, mert a nemzetközi kutatásokból kiderült, hogy a fiatalok előnyben részesítik az online kitöltést a papíralapú módszerekkel összehasonlítva, különösen egy ilyen témában

(*Rajmil*, *Robles*, *Murillo*, *Rodríguez-Arjona*, *Azuara*, *Ballester* és *Codina*, 2015). Úgy gondoltuk továbbá, hogy ezzel a módszerrel könnyebben elérhetjük az ún. problémás használókat is. A kérdőív kitöltése névtelenül történt, online módon – azaz egy link által érhették el a kérdéseket, melyek mindegyikét kötelező volt megválaszolni a továbbhaladáshoz. A kitöltés körülbelül 15−20 percet vett igénybe. Az instrukcióban az szerepelt, hogy az internetes szokásaik felméréséhez kérjük a válaszaikat. Az adatok gyűjtése kényelmi mintavétel alapján történt, illetve különböző, fiatalok által gyakorta látogatott közösségi oldalakon, internetes fórumokon hirdettük a kérdőívet. A kitöltők toborzása 6 hónapon át történt, 2014 januárjától 2014 júliusáig.

Kutatásunk alapját tehát egy online feltöltött önkitöltéses kérdőív alkotta, amely kiterjedt a szociodemográfiai adatokon túl az internetezési szokásokra, a problémás internethasználatra, a társas kapcsolatokkal összefüggő viselkedési változókra (egészségmagatartás, stresszterheltség, szenzoros élménykeresés), társas személyiségjegyekre (a kötődésre irányuló szükséglet, szégyenlősség, magányosság) és a szubjektív jóllétre (élettel való elégedettség).

Az internethasználati szokásokkal kapcsolatosan a résztvevőknek először a napi internetezéssel eltöltött idejüket kellett megadni, az alábbi lehetőségek közül választva: pár perc, fél óra, 1−2 óra, 2−4 óra, 4 óránál is hosszabb idő. Ezután szintén ezeket a kategóriákat használva meg kellett jelölniük, hogy az egyes tevékenységekkel mennyi időt töltenek el egy-egy nap. A lehetséges online elfoglaltságok az azonnali üzenetek írása, a közösségi oldalak látogatása, az információkeresés, a hírek olvasása, a kikapcsolódás, a böngészés, a filmnézés/könyvolvasás/zenehallgatás, a felnőtt tartalmú oldalak felkeresése, a szerencsejáték és az online játék voltak (*Žumárová*, 2015).

A problémás internethasználat mérésére a Demetrovics Zsolt, Szeredi Beatrix és Nyikos Emese (2004) által magyar mintán standardizált Problémás Internethasználat Kérdőívet alkalmaztuk. A 18 itemből álló teszten 1-től (soha) 5-ig (mindig) terjednek a válaszlehetőségek. A kérdőív az alábbi 3 alskálát tartalmazza: kényszeresség (obszeszszió), elhanyagolás és kontrollzavar. Az obszesszió az internetről való kényszeres fantáziálást, álmodozást jelenti. Amikor nincs online a személy, akkor is azt tervezgeti, hogy mit fog csinálni az interneten. Az elhanyagolás faktor a mindennapi tevékenységek negligálását méri, például a problémás internethasználó kevesebbet alszik, eszik, mozog, mint az szükséges, nem készíti el a házi feladatát, elhanyagolja a házimunkát. A kontrollzavar alskála az interneten eltöltött idő szabályozásának a nehézségét jelzi. A Cronbach-α megbízhatósági mutató 0,77 értékű az obszesszió alskálán, az elhanyagolás alskálán 0,66 és a kontrollzavar alskálán 0,80. Az összesített skálán a Cronbach-α értéke 0,87.

A szociodemográfiai változók a következők voltak: kor, nem, iskola típusa, együttélés, szülők iskolai végzettsége és alkalmazási minősége, társadalmi helyzet önbesorolás. Az egészségmagatartás esetében rákérdeztünk, hogy a megkérdezett az elmúlt három hónapban fogyasztott-e cigarettát, alkoholt vagy valamilyen drogot (egyáltalán nem/alkalmanként/rendszeresen).

A szubjektív jóllét mérésére használt, élettel való elégedettséget mérő globális skála (Satisfaction with Life Scale, SWLS) 5 itemből állt (*Diener*, *Emmons*, *Larsen* és *Griffin*, 1985). A válaszkategóriák 1-től (egyáltalán nem értek egyet az állítással) 7-ig (teljesen egyetértek) terjedtek, pl. „Elégedett vagyok az életemmel.”. A skála megbízhatóságát mérő Cronbach-α értéke 0,87 volt.

A stresszterheltség mérésére a Cohen és munkatársai (1983) által kifejlesztett Észlelt Stressz Skála (Perceived Stress Scale) magyarra adaptált változatát alkalmaztuk. Összesen 14 kérdést tartalmazott a skála. A kérdések arra vonatkoztak, hogy elmúlt hónapban a megkérdezettek hogyan tudtak a stresszel megbirkózni, hogyan érintették őket különböző stresszhelyzetek (pl. „Az elmúlt hónapban milyen gyakran oldotta

meg sikeresen az idegesítő napi konfliktusokat?”). A válaszkategóriák 0-tól (soha) 4-ig (nagyon gyakran) terjedtek. A megbízhatóságot mérő Cronbach-α értéke a saját mintával 0,86 volt.

A társas támogatás méréséhez az Elégedettség a Társas Támogatással (MPSS) skálát alkalmaztuk, amely a legfontosabb társas kapcsolatokat (szülők, barátok) érintette (*Turner* és *Marino*, 1994). Mindhárom alskála 6 állítást tartalmazott, az elégedettséget pedig az állításokkal való egyetértés mértéke szabta meg: „teljes mértékben egyetértek” (3 pont), „részben egyetértek” (2 pont), „kevésbé értek egyet” (1 pont) és „egyáltalán nem értek egyet” (0 pont). Az összesített skálapontok 0−18 között változhatnak. A skálák megbízhatóságát jellemző Cronbach-α értékek a saját adatbázissal a következők voltak: anyai támogatás alskála: 0,92, apai támogatás alskála: 0,94 és baráti támogatás alskála: 0,89.

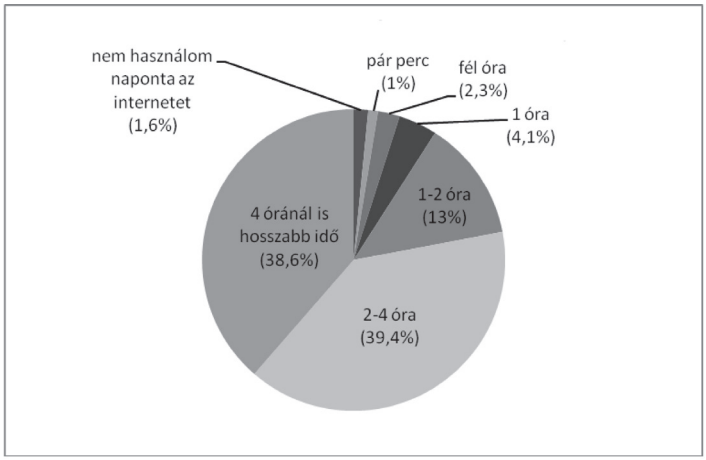
A kötődésre irányuló szükséglet mérésére alkalmazott skála (Need to Belong Scale) 10 itemből állt (pl. „Könnyen megbántódom, ha azt érzem, mások nem fogadnak el.”) (*Leary*, *Kelly*, *Cottrell* és *Schreindorfer*, 2013). A válaszkategóriák 1−5-ig („egyáltalán nem értek egyet” – „teljesen egyertértek”) terjedtek, a megbízhatóságot jelző Cronbach-α értéke 0,77 volt. A diákok szégyenlősségének mérésére pedig az átalakított, 13 állításból álló Szégyenlősség Skála (Shyness Scale, RCBS) magyar nyelvre adaptált verzióját használtuk (*Rai*, 2011). A skálák állításaira (pl. „Társas helyzetben kissé esetlen vagyok.”) a lehetséges válaszok az „egyáltalán nem jellemző rám”-tól a „teljes mértékben jellemző rám”-ig terjedtek. Az itemekre adott válaszokat 1-től 5-ig kódoltuk és összeadtuk. A Cronbach-α mutató a mintában 0,82 lett.

A magányosságot az UCLA Magányosság Skálán (*Russell*, *Peplau* és *Cutrona*, 1980) mértük, annak magyar verziójával (*Csóka*, *Szabó*, *Sáfrány*, *Rochlitz* és *Bódizs*, 2007). Összesen 20 állítást tartalmaz (pl. „Hiányzik a társaság.”, „Senkihez sem fordulhatok.”), ebből 10 állítás fordított irányú (pl. „Nem érzem magam egyedül.”). A skála 4 válaszlehetőséget tartalmaz az „egyáltalán nem értek egyet”-től a „teljesen egyetértek”-ig. A válaszokat 1-től 4-ig kódoltuk (a fordított állítások esetében 4-től 1-ig), ezeket összeadtuk. A Chronbach-α mutató értéke 0,90 volt.

Eredmények

Az apa iskolai végzettsége a minta 60 százalékánál érettségi, 40 százaléknál felsőfokú végzettség. Az anya iskolai végzettsége esetén 55 százalék az érettségi, 45 százalék a felsőfokú végzettség. Az apa alkalmazási minősége 30 százalékban diplomás, 23 százalékban önálló vállalkozó, 33 százalékban szakmunkás/segédmunkás, 9 százalékban nem aktív dolgozó. Az anya alkalmazási minősége 48 százalékban diplomás, 13 százalékban önálló vállalkozó, 25 százalékban szakmunkás/segédmunkás és 14 százalékban nem aktív dolgozó. A családi helyzetüket 30 százalékban alsó/alsó-közép osztályba sorolták, 55 százalékban középosztályba, és felső/felső-közép osztályba 15 százalékban. A résztvevők 51 százaléka mindkét szülőjével él együtt, 8 százalékban előfordul a nevelőszülő. Csak édesanyával 14 százaléka, csak édesapával 3 százaléka lakik a válaszadóknak. 8 százalék már a párjával él, 11 százalék lakótárssal, 4 százalék egyedül. A minta 65 százaléka egyedülálló, míg 22 százaléka több mint egy éve tartó kapcsolatban él. A szerfogyasztási szokásokról azt lehet elmondani, hogy a dohányzás 73 százalékban egyáltalán nem, 20 százalékban alkalmanként és 7 százalékban rendszeresen előfordul. Az alkoholfogyasztás 17,5 százalékban egyáltalán nem jellemző, 71 százalékban alkalmankénti és 11,5 százalékban rendszeres. A drogfogyasztás 93 százalékban egyáltalán nem fordul elő, míg 7 százalékban alkalomszerű.

A napi internetezés mennyiségét az 1. ábra szemlélteti. 38,6 százalék esetében napi 4 óránál hosszabb időt töltenek a megkérdezett személyek az internet előtt, 39,4 százalék 2−4 órát, 13 százalék 1−2 órát. 7,4 százalék esetében a használat napi 1 óra vagy kevesebb idő, míg a minta 1,6 százaléka nem internetezik minden nap.



1. ábra. Az interneten napi szinten eltöltött idő átlagos mennyisége

Az internetezést egyes tevékenységekre lebontva részletesen az 1. táblázat tartalmazza. Napi 4 óránál is több idő az alábbi tevékenységek esetében jellemző: filmnézés, zenehallgatás, könyvolvasás (12,2 százalék), közösségi oldalak látogatása (6 százalék), azonnali üzenetek írása (5,7 százalék), böngészés (3,6 százalék). 2−4 órás napi elfoglaltságot jelent a filmnézés, zenehallgatás, könyvolvasás (21,8 százalék), a közösségi oldalak (13,5 százalék), a böngészés (13,2 százalék), a kikapcsolódás (4,9 százalék) és az információkeresés (4,4 százalék). Nem jellemző a felnőtt tartalmú oldalak, az online szerencsejátékok és az online játékok napi használata: a minta 64,8 százaléka nem keresi fel az internetet ezzel a céllal napi szinten.

1. táblázat. A különböző interneten végzett tevékenységek idejének napi bontása százalékos megoszlásban

százalék	*Nincs napi használat*	*2 óránál kevesebb*	*2-4 óra*	*4 óránál több*
Azonnali üzenetek írása	2,8	80,6	10,9	5,7
Böngészés	3,1	80,1	13,2	3,6
Felnőtt tartalmú oldalak	81,9	17,4	0,5	0,3
Filmnézés, zenehallgatás, könyvolvasás	4,1	61,9	21,8	12,2
Hírek olvasása	14,2	83,7	2,1	0,0
Információ keresése	2,3	91,5	4,4	1,8
Kikapcsolás	21,0	72,0	4,9	2,1
Közösségi oldalak látogatása	4,9	75,6	13,5	6,0
Online játékok	64,8	32,6	2,1	0,5
Online szerencsejáték	99,2	0,8	0,0	0,0

A Problémás Internethasználat Kérdőív és a különböző pszichológiai tesztek eredményeit klaszterelemzésnek vetettük alá (lásd: 2. táblázat). Az elemzés során 2 klasztert tudtunk elkülöníteni, melyeknek a normál, illetve a problémás/kockázatos használó neveket adtuk. Normál használónak tekinthető a minta 61 százaléka, míg problémás/kockázatos használónak 39 százalék. A normál használók esetén a problémás internethasználat skáláin alacsonyabb pontszám a jellemző, valamint az életükkel elégedettebbek, jellemzőbb rájuk a szenzoros élménykeresés, illetve magasabb pontszámot értek el az észlelt szociális támogatás mindhárom skáláján (apa, anya, barát). A problémás/kockázatos használóra jellemző a magasabb érték a problémás internethasználatra vonatkozóan, valamint magasabb szintű észlelt stresszről számoltak be. A szégyenlősség, a valahová tartozás és a magányosság skálákon is több pontszámot értek el, mint a normál használók. Az észlelt támogatottságuk alacsonyabb, mint a normál használóknak, a legkisebb mértékű az apától észlelt társas támogatás mértéke.

2. táblázat. A pszichológiai tesztek klaszterelemzése alapján létrehozott csoportok jellemzői

Változók	*1. klaszter*	*2. klaszter*
PIH Obszesszió (terjedelem: 6−22, átlag: 9,13, szórás: 3,12)	8,61	9,95
PIH Elhanyagolás (terjedelem: 6−23, átlag: 11,91, szórás: 3,42)	11,13	13,11
PIH Kontrollzavar (terjedelem: 6−26, átlag: 12,05, szórás: 4,15)	11,16	13,41
Élettel való elégedettség (terjedelem: 5−35, átlag: 22,73, szórás: 6,67)	25,05	19,16
Szenzoros élménykeresés (terjedelem: 8−37, átlag: 23,99, szórás: 6,30)	25,23	22,08
Észlelt stressz (terjedelem: 19−68, átlag: 40,75, szórás: 7,77)	37,82	45,25
Szégyenlősség (terjedelem: 13−62, átlag: 37,61, szórás: 10,35)	31,67	46,76
Valahová tartozás (terjedelem: 10−50, átlag: 33,29, szórás: 6,38)	32,51	34,49
Magányosság (terjedelem: 22−77, átlag: 38,46, szórás: 10,25)	32,95	46,93
Támogatás Apa (terjedelem: 6−24, átlag: 15,53, szórás: 5,99)	16,85	13,49
Támogatás Anya (terjedelem: 6−24, átlag: 19,69, szórás: 4,69)	20,16	19,21
Támogatás Barát (terjedelem: 6−24, átlag: 20,89, szórás: 3,42)	21,98	19,21
Szegmens elnevezése	Normál használó	Problémás/ kockázatos használó
Megoszlásuk a mintában (százalék)	61 százalék	39 százalék

A normál és a problémás/kockázatos használó klasztereket összevetettük a különböző szociodemográfiai adatokkal és viselkedéses változókkal. Ennek összefoglalását a 3. táblázat tartalmazza. A problémás/kockázatos használók esetében gyakoribb, hogy egyik szülőjükkel és egy nevelőszülővel vagy csak az édesanyjukkal élnek együtt. A normál használóknál ezzel szemben gyakoribb, hogy a szüleikkel vagy lakótárssal élnek együtt. A szülők iskolai végzettsége az anya esetében mutat különbséget a két klaszter között. A normál használó esetében nagyobb arányban fordul elő, hogy az anya felsőfokú, főis-

kolai vagy egyetemi diplomával rendelkezik. A szerfogyasztás esetén a problémás/kockázatos használók a dohányzás és az alkohol esetében is ritkább használatról számolnak be, e szerek rendszeres fogyasztása a normál használóknál gyakoribb.

3. táblázat. A normál és problémás/kockázatos használók összehasonlítása a szociodemográfiai változók szerint

százalék	*Normál használók csoportja*	*Problémás/ kockázatos használók csoportja*
Együttélés		
mindkét szülővel	53,1	48,7
egyik szülővel és nevelőszülővel	6,4	10,5
csak édesanyával		
csak édesapával	11,1	19,1
párjával	2,1	3,9
lakótárssal	9,4	5,9
egyedül	14,5	6,6
	3,4	5,3
Szignifikancia	χ2-négyzet = 14,699 (d.f. = 6) p = 0,023*	
Párkapcsolat		
nincs	59,4	64,8
pár hete	4,3	3,1
pár hónapja	6,8	6,2
több, mint fél éve	4,7	4,1
több, mint egy éve	24,8	21,8
Szignifikancia	χ2-négyzet = 8,542 (d.f. = 4) p = 0,074	
Iskolatípus		
középiskola	47,4	51,0
főiskola vagy egyetem	52,6	49,0
Szignifikancia	χ2-négyzet = 3,082 (d.f. = 1) p = 0,079	
Apa iskolai végzettsége		
érettségi vagy alacsonyabb	58,1	60,1
felsőfokú, főiskolai vagy egyetemi	41,9	39,9
Szignifikancia	χ2-négyzet = 0,975 (d.f. = 1) p = 0,323	
Anya iskolai végzettsége		
érettségi vagy alacsonyabb	50,4	62,5
felsőfokú, főiskolai vagy egyetemi	49,6	37,5
Szignifikancia	χ2-négyzet = 5,430 (d.f. = 1) p = 0,020*	
Apa alkalmazási minősége		
diplomás/szellemi	31,7	31,5
önálló vállalkozó	25,6	23,9
szak-, segédmunkás	35,7	35,1
nem aktív	7,0	9,5
Szignifikancia	χ2-négyzet = 4,515 (d.f. = 3) p = 0,211	
Anya alkalmazási minősége		
diplomás/szellemi	50,0	47,7
önálló vállalkozó	14,1	13,5
szak-, segédmunkás	23,1	25,1
nem aktív	12,8	13,7
Szignifikancia	χ2-négyzet = 2,208 (d.f. = 3) p = 0,530	

százalék	*Normál használók csoportja*	*Problémás/ kockázatos használók csoportja*
Családi helyzet		
alsó, alsó-közép osztály	26,1	30,1
középosztály	56,4	54,7
felső, felső-közép osztály	17,5	15,2
Szignifikancia	χ2-négyzet = 5,414 (d.f. = 2) p = 0,067	
Dohányzás		
egyáltalán nem	68,8	72,5
alkalmanként	20,9	20,2
rendszeresen	10,3	7,3
Szignifikancia	χ2-négyzet = 8,686 (d.f. = 2) p = 0,013*	
Alkohol		
egyáltalán nem	12,0	17,4
alkalmanként	73,0	71,2
rendszeresen	15,0	11,4
Szignifikancia	χ2-négyzet = 16,833 (d.f. = 2) p <0,001**	
Drog		
egyáltalán nem	91,0	92,4
alkalmanként	8,5	7,3
rendszeresen	0,5	0,3
Szignifikancia	χ2-négyzet = 2,157 (d.f. = 2) p = 0,340	

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

Megbeszélés

Kutatásunk elsődleges célja annak vizsgálata volt, hogy a tizenévesek és fiatal felnőttek milyen internethasználati szokásokkal rendelkeznek. A kérdés aktualitását igazolja, hogy a mintában szereplő fiatalok 92,6 százalékban több mint 1 órát töltenek internetezéssel. 39,4 százalék 2–4 órát, míg 38,6 százalék napi 4 órát is meghaladó időt internetezik, vagyis már a mindennapjaik szerves részét képezi az online jelenlét. Jellemzően több órát töltenek el közösségi oldalakon, azonnali üzenetek írásával, böngészéssel, filmnézéssel az interneten. A klaszterelemzés után megállapítható volt, hogy a válaszadók 39 százalékára jellemző a problémás internethasználat. A korábbi kutatási eredményeknek megfelelően a problémás használat együtt járt az élettel való elégedetlenséggel (*Cao* és *mtsai*, 2011), a magasabb stresszel (*Velezmoro*, *Lacefield* és *Roberti*, 2010), szégyenlősséggel (*Treuer*, *Fábián* és *Füredi*, 2001), magányossággal (*Esen*, *Arktas* és *Tuncer*, 2013), alacsonyabb észlelt támogatással (*Gunuc* és *Dogan*, 2013) és a valahová tartozás nagyobb igényével. A szenzoros élménykeresés (*Rahmani* és *Lavasani*, 2011) és a szerfogyasztás (például *Chang* és *mtsai*, 2014) nem mutatott korrelációt a problémás internethasználattal, ellentétben más kutatási eredményekkel. A szenzoros élménykeresést a kémiai függőségekkel (elsősorban a drogfogyasztással) és az extrém sportokkal hozták egyértelműen összefüggésbe (*Mayer*, *Lukács* és *Bartai*, 2013). Míg az ingerkereső egyén gyakran extravertált, társaságkedvelő és folyamatosan keresi a kalandokat, újabb és újabb, kockázattal járó élményeket, az internethasználat többnyire magányos és kockázatkerülő tevékenység, még akkor is, ha látszólag a közösségi oldalakon tölti valaki az idejét, virtuális társaságban. Mind a szerfogyasztás, mind pedig az élménykeresés esetében inkább beszélhetünk a társas közeg befolyásoló erejéről, semmint az általában magányosan végzett internetezéssel való összefüggéséről.

Míg egyes vizsgálatok a szerfogyasztás és a túlzott internethasználat között találtak pozitív korrelációt (*Korkeila*, *Kaarlas*, *Jääskeläinen*, *Vahlberg* és *Taiminen*, 2010; *Lee*,

Han, *Kim* és *Renshaw*, 2013; *Chang*, *Chiu*, *Lee*, *Chen* és *Miao*, 2014), ezt más kutatások nem erősítették meg (*Berg*, *Aslanikashvili* és *Djibuti*, 2014). Saját eredményeink azt sugallják, hogy a problémás használók körében inkább kevésbé jellemző az alkoholfogyasztás és a dohányzás. A már fentebb említett tényezőn kívül (a szerfogyasztás extravertált, baráti körben végzett tevékenység) érdemes figyelembe venni még pár lehetséges magyarázatot. Adataink arra is rámutattak, hogy a problémás használók inkább az alacsonyabb társadalmi helyzetekből kerülnek ki. Talán a családi háttér miatti előnytelen anyagi helyzetükben ezek a gyerekek nem engedhetik meg a konkrét élvezeti szereket, és helyette „be kell érniük" virtuálissal. Másrészt éppen abból kifolyólag, hogy mind a szerfogyasztás, mind pedig a problémás internethasználat hátterében közös mechanizmus, a függőség állhat (*Lee*, *Han*, *Kim* és *Renshaw*, 2013), a gyakori online aktivitás is egyfajta élvezeti szerként viselkedhet ebben az esetben, amely így „helyettesíti" az alkoholt és a nikotint.

Előzetesen feltételeztük, hogy a családi helyzet is hatással van a problémás internethasználat kialakulására. Eredményeink egybecsengnek más kutatók véleményével, mely szerint az egyedülálló szülők gyermekeinél jellemző a problémásabb mértékű internetezés (*Li*, *Garland* és *Howard*, 2014), ahogyan az anya alacsonyabb iskolai végzettsége is. Az anya iskolázottságának szerepéről már más egészségmagatartással kapcsolatban is beszámoltak (*Musick*, *Seltzer* és *Schwartz*, 2008; *Melotti*, *Heron*, *Hickman*, *Macleod*, *Araya* és *Lewis*, 2011), jelen esetben az információ, a tájékoztatás különösen fontos lehet az egészséges internethasználati szokások kialakításában. Az apai jelenlét pedig a társas támogatás nyújtásával lehet meghatározó a problémás internethasználat megelőzésében: a közösen eltöltött idő mellett az apa szabálykijelölő szerepének a serdülő lányok esetében különösen nagy jelentősége lehet (*Pikó* és *Balázs*, 2012).

A stabil családi háttér fontos protektív erő lehet a virtuális világba való menekülléssel szemben. Moreno (2015) biztonságot adó modelljében 3 alappillért nevez meg, ami a problémás internethasználat megelőzésében és kezelésében kulcsfontosságú szerepet jelöl ki a család számára. E meghatározó tényezők egyike az egyensúly megtanítása lehet a fiataloknak az online és offline élmények között. Második a határok kijelölése, vagyis az internethasználat minél korábbi életszakaszban való szabályozása, mind az időmennyiséget, mind a felkeresett hasznos oldalakat illetően. Utolsó tényezőként pedig a beszélgetéseket jelöli meg a fiatalok számára releváns, megbízható felnőttel, akihez bátran és bizalommal fordulhatnak internettel kapcsolatos kérdéseik kapcsán.

A stabil családi háttér fontos protektív erő lehet a virtuális világba való menekülléssel szemben. Moreno (2015) biztonságot adó modelljében 3 alappillért nevez meg, ami a problémás internethasználat megelőzésében és kezelésében kulcsfontosságú szerepet jelöl ki a család számára. E meghatározó tényezők egyike az egyensúly megtanítása lehet a fiataloknak az online és offline élmények között. Második a határok kijelölése, vagyis az internethasználat minél korábbi életszakaszban való szabályozása, mind az időmennyiséget, mind a felkeresett hasznos oldalakat illetően. Utolsó tényezőként pedig a beszélgetéseket jelöli meg a fiatalok számára releváns, megbízható felnőttel, akihez bátran és bizalommal fordulhatnak internettel kapcsolatos kérdéseik kapcsán.

A vizsgálat eredményeinek értelmezésében figyelembe kell venni a minta korlátait. Az általunk használt tesztek önkitöltésűek, a válaszok igazságtartalmának vizsgálata nem állt módunkban. A résztvevők önkéntes alapon jelentkeztek, a kérdőívet online fórumokon hirdettük. A minta összetételéből adódóan általános érvényű következtetések levonásához mindenképpen szükséges a további adatfelvétel, különös hangsúlyt fektetve a fiúk válaszkészségének növelésére.

Irodalomjegyzék

Berg, C. J., Aslanikashvili, A. és Djibuti, M. (2014): A Cross-sectional study examining youth smoking rates and correlates in Tbilisi, Georgia. *BioMed Research International.* 2015. 06. 06-i megtekintés, DOI: 10.1155/2014/476438

Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J. és Tao, F. (2011): Problematic internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, **11**. 1. sz. 802–810. DOI: 10.1186/1471-2458-11-802

Chang, F.-C., Chiu, C.-H., Lee, C.-M., Chen, P.-H. és Miao, N.-F. (2014): Predictors of the initation and persistence of internet addiction among adolescents in Taiwan. *Addictive Behaviors*, **39**. 10. sz. 1434–1440. DOI: 10.1016/j.addbeh.2014.05.010

Chen, H. (2006): Flow on the net – detecting web users' positive affects and their flow states. *Computers in Human Behavior*, **22**. 2. sz. 221–233. DOI: 10.1016/j.chb.2004.07.001

Cohen, S., Kamarack, T. és Mermelstein, R. (1983): A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, **24**. 385–396. DOI: 10.2307/2136404

Csóka Szilvia, Szabó Gábor, Sáfrány Eszter, Rochlitz Réka és Bódizs Róbert (2007): Kísérlet a felnőttkori kötődés mérésére – a kapcsolati kérdőív (Relationship Scale Questionnaire) magyar változata. *Pszichológia*, **27**. 4. sz. 333–355.

Demetrovics Zsolt, Szeredi Beatrix és Nyikos Emese (2004): A Problémás Internethasználat Kérdőív bemutatása. *Psychiatria Hungarica*, **19**. 2. sz. 141–160.

Dhir, A., Chen, S. és Nieminen, M. (2015): Predicting adolescent Internet addiction: The roles of demographics, technology accessibility, unwillingness to communicate and sought Internet gratifications. *Computers in Human Behavior*, **51**. Part A. 24–33. DOI: 10.1016/j.chb.2015.04.056

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. és Griffin, S. (1985): The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, **49**. 71–75. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901_13

Esen, B. K., Aktas, E. és Tuncer, I. (2013): An analysis of university students' internet use in relation to loneliness and social self-efficacy. *Procedia − Social and Behavioral Sciences*, **84**. 9. sz. 1504–1508. DOI: 10.1016/j.sbspro.2013.06.780

Garcia, D. és Sikström, S. (2013): The dark side of Facebook: Semantic representations of status updates predict the Dark Triad personality. *Personality and Individual Differences*, **67**. 92–96. DOI: 10.1016/j.paid.2013.10.001

Gunuc, S. és Dogan, A. (2013): The relationship between Turkish adolescents' internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Behavior*, **29**. 6. sz. 2197–2207. DOI: 10.1016/j.chb.2013.04.011

Holtz, P. és Appel, M. (2011): Internet use and video gaming predict problem behavior in early adolescence. *Journal of Adolescence*, **34**. 1. sz. 49–58. DOI: 10.1016/j.adolescence.2010.02.004

Kitta Gergely (2013): Médiafogyasztás: Médiahasználat a magyar ifjúság körében. In: Székely Levente (szerk.): *Magyar Ifjúság 2012 – tanulmánykötet.* Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó, Budapest. 250–283.

Ko, C.-H., Yen, J.-Y., Yen, C.-F., Chen, C.-S. és Chen, C.-C. (2012): The association between internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. *European Psychiatry*, **27**. 1. sz. 1–8. DOI: 10.1016/j.eurpsy.2010.04.011

Korkeila, J., Kaarlas, S., Jääskeläinen, M., Vahlberg, T. és Taiminen, T. (2010): Attached to the web – harmful use of the internet and its correlates. *European Psychiatry*, **25**. 4. sz. 236–241. DOI: 10.1016/j.eurpsy.2009.02.008

Leary, M. R., Kelly, K. M., Cottrell, C. A. és Schreindorfer, L. S. (2013): Construct validity of the need to belong scale: Mapping the nomological network. *Journal of Personality Assessment*, **95**. 6. sz. 610–624. DOI: 10.1080/00223891.2013.819511

Lee, Y. S., Han, D. H., Kim, S. M. és Renshaw, P. F. (2013): Substance abuse precedes internet addiction. *Addictive Behavior*, **38**. 4. sz. 2022–2025. DOI: 10.1016/j.addbeh.2012.12.024

Li, W., Garland, E. L. és Howard, M. O. (2014): Family factors in internet addiction among Chinese youth: A review of English- and Chinese-language studies. *Computers in Human Behavior*, **31**. 393–411. DOI: 10.1016/j.chb.2013.11.004

Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. és Ólafsson, K. (2011): *Risks and safety on the internet: the perspective of European children: full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9−16 year olds and their parents in 25 countries.* EU Kids Online, Deliverable D4. EU Kids Online Network, London.

Lu, H. Y. (2008): Sensation-seeking, internet dependency, and online interpersonal deception. *CyberPsychology & Behavior*, **11**. 2. sz. 227–231. DOI: 10.1089/cpb.2007.0053

Mayer Krisztina, Lukács Andrea és Barkai László (2013): Drog vagy sport? Szenzoros élménykeresés drogfogyasztóknál és sportolóknál. *Egészségtudományi Közlemények*, **3**. 1. sz. 59–64.

Melotti, R., Heron, J., Hickman, M., Macleod, J., Araya, R. és Lewis, G. (2011): Adolescent alcohol and tobacco use and early socioeconomic position: The ALSPAC Birth Cohort. *Pediatrics*, **127**. e948-955. 2014. 11. 22-i megtekintés, http://pediatrics.aappublications.org/content/127/4/e948.long DOI: 10.1542/peds.2009-3450

Mihalik Árpád, Szabó Éva és Kovács Péter (2014): A gyermek számítógép- és internethasználatának szülői kontrollja. *Alkalmazott Pszichológia*, **14**. 1. sz. 47–58.

Mitchell, M. E., Lebow, J. R., Uribe, R., Grathouse, H. és Shoger W. (2011): Internet use, happiness, social support and introversion: A more fine grained analysis of person variables and internet activity. *Computers in Human Behavior*, **27**. 5. sz. 1857–1861. DOI: 10.1016/j.chb.2011.04.008

Moreno, M. A. (2015): *Szex, drogok, Facebook – Internethasználati kalauz szülőknek.* Móra Könyvkiadó, Budapest.

Musick, K., Seltzer, J. A. és Schwartz, C. R. (2008): Neighborhood norms and substance use among teens. *Social Science Research*, **37**. 1. sz. 138–155. DOI: 10.1016/j.ssresearch.2007.02.003

Pikó Bettina és Balázs Máté Ádám (2012): Authoritative parenting style and adolescent smoking and drinking. *Addictive Behaviors*, **37**. 353–358. DOI: 10.1016/j.addbeh.2011.11.022

Rahmani, S. és Lavasani, M. G. (2011): The relationship between internet dependency with sensation seeking and personality. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, **30**. 1. sz. 272–277. DOI: 10.1016/j.sbspro.2011.10.054

Rai, R. (2011): Shyness and sociability re-examined: Psychometrics, interactions, and correlates. *Open Access Dissertations and Theses*, 5723. 2013. 10. 12-i megtekintés, http://digitalcommons.mcmaster.ca/opendissertations/5723

Rajmil, L., Robles, N., Murillo, M., Rodríguez-Arjona, D., Azuara, M., Ballester, A. és Codina, F. (2015): Preferences in the format of questionnaires and use of the Internet by schoolchildren. *Anales de Pediatría (English Edition)*, **83**. 1. sz. 26–32. DOI: 10.1016/j.anpede.2015.06.008

Russell, D., Peplau, L. A. és Cutrona, C. E. (1980): The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, **39**. 3. sz. 472–480. DOI: 10.1037//0022-3514.39.3.472

Swindle, T. M., Ward, W. L., Whiteside-Mansell, L., Bokony, P. és Pettit, D. (2014): Technology use and interest among low-income parents of young children: Differences by age group and ethnicity. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, **46**. 6. sz. 484–490. DOI: 10.1016/j.jneb.2014.06.004

Teppers, E., Luyckx, K., Klimstra, T. A. és Goossens, L. (2014): Loneliness and Facebook motives in adolescence: A longitudinal inquiry into directionality of effect. *Journal of Adolescence*, **37**. 5. sz. 691–699. DOI: 10.1016/j.adolescence.2013.11.003

Tóth József és Mirnics Zsuzsanna (2014): Önértékelési kontingenciák, kötődés és Facebook-használat. *Alkalmazott Pszichológia*, **14**. 1. sz. 133–148.

Tsitsika, A., Critselis, E., Louizou, A., Janikian, M., Freskou, A., Marangou, E., Kormas, G. és Kafetzis, D. A. (2011): Determinants of internet addiction among adolescents: A case-control study. *The Scientific World Journal*, **19**. 11. sz. 866–874. DOI: 10.1100/tsw.2011.85

Treuer, T., Fábián, Zs. és Füredi, J. (2001): Internet addiction associated with features of impulsive control disorder: Is it a real psychiatric disorder? *Journal of Affective Disorders*, **66**. 2–3. sz. 266–283. DOI: 10.1016/s0165-0327(00)00261-5

Turner, R. J. és Marino, F. (1994): Social support and social structure. *Journal of Health and Social Behavior*, **35**. 3. sz. 193–212. DOI: 10.2307/2137276

Velezmoro, R., Lacefield, K. és Roberti, J. W. (2010): Perceived stress, sensation seeking, and college students' abuse of the internet. *Computers in Human Behavior*, **26**. 6. sz. 1526–1530. DOI: 10.1016/j.chb.2010.05.020

Wu, L. és Delva, G. (2012): The effect of computer usage in internet café on cigarette smoking and alcohol use among Chinese adolescents and youth: A longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **9**. 2. sz. 496–510. DOI: 10.3390/ijerph9020496

Zhao, S. (2009): Parental education and children's online health information seeking: Beyond the digital divide debate. *Social Science and Medicine*, **69**. 10. sz. 1051–1055.
DOI: 10.1016/j.socscimed.2009.08.039

Žumárová, M. (2015): Computers and children's leisure time. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, **176**. 779–786. DOI: 10.1016/j.sbspro.2015.01.540

Zych, I., Ortega-Ruiz, R. és Del Rey, R. (2015). Scientific research on bullying and cyberbullying: Where have we been and where are we going. *Aggression and Violent Behavior*, **24**. 188–198. DOI: 10.1016/j.avb.2015.05.015