

## AZ INTERNETHASZNÁLAT ÉS KÖZÖSSÉGI MÉDIA HASZNÁLATI SZOKÁSAI AZ ÁLLAMI GONDOZOTT FIATALOK KÖRÉBEN

Tóth József<sup>1</sup>, & Molnárné Kovács Judit<sup>2</sup>

**Cite:** Tóth József, & Molnárné Kovács Judit (2025). Az internethasználat és közösségi média használati szokásai az állami gondozott fiatalok körében. *Különleges Bánásmód Interdiszciplináris folyóirat [Special Treatment Interdisciplinary Journal]*, 12(1), 39–50.  
**Idézés:** DOI <https://doi.org/10.18458/KB.2026.1.39>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

**EP / EE:** Ethics Permission / Etikai engedély: KB/2026/0003

**Reviewers:** *Public Reviewers / Nyilvános Lektorok:*

- Lektorok:**
1. Hógye-Nagy Ágnes (PhD), Debreceni Egyetem (Magyarország)
  2. Kondé Zoltánné Inántsý Pap Judit (PhD), Debreceni Egyetem (Magyarország)

*Anonymous reviewers / Anonim lektorok:*

3. Anonymous reviewer (PhD) / Anonim lektor (PhD)
4. Anonymous reviewer (PhD) / Anonim lektor (PhD)

### Absztrakt

A tanulmány állami gondozásban élő serdülők és a normál populációba tartozó fiatalok közösségi médiahasználati mintázatait elemzi, különös tekintettel a magányosság és a digitális platformválasztás összefüggéseire a Használat–kielégülés modell (Uses and Gratifications Theory -UGT) elmélet keretében. A téma aktualitását az adja, hogy elsősorban a mobiltelefonok és rajtuk keresztül az internet napjainkra a fiatalok szocializációjának és érzelmi szabályozásának meghatározó eszközévé váltak, különösen azok körében, akik szociális kapcsolataikban hátrányt szenvednek. Kutatásunkban arra keressük a választ, hogy a fiataloknak a különböző közösségi platformok használatában hogyan tükröződik a társas szükségleteik kielégítése, és e mintázatok milyen összefüggést mutatnak a szubjektív jólléttel, a magányérzettel és a családi háttérrel. A 13–20 éves korosztályból származó, összesen 554 főt magában foglaló mintában állami gondozott és kontrollcsoportba tartozó fiatalok vettek részt. A kvantitatív elemzés eredményei szerint az állami gondozott fiatalok a Messengert elsősorban a családi kapcsolatok fenntartására használják, nagyon intenzíven vagy nagyon ritkán, mintegy „virtuális köldökzsinórként”. A kontrollcsoport számára ugyanez a platform a kortárs kapcsolatok megerősítésének eszköze. Az eredmények rámutatnak arra, hogy a

<sup>1</sup> Tóth József, PhD hallgató. Debreceni Egyetem, Bölcsészettudományi Kar, Pszichológiai Intézet Humán-tudományok Doktori Iskola, Pszichológiai Program (Magyarország). E-mail: [tothjo@gmail.com](mailto:tothjo@gmail.com) ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7141-7792>

<sup>2</sup> Molnárné Kovács Judit (Prof. Dr. Habil.), egyetemi tanár. Debreceni Egyetem, Bölcsészettudományi Kar, Pszichológiai Intézet (Magyarország). Email: [kovacs.judit@arts.unideb.hu](mailto:kovacs.judit@arts.unideb.hu) ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2283-8085>

magányos állami gondozottak nagyobb valószínűséggel fordulnak passzív, paraszociális tartalmakat kínáló felületekhez (például YouTube-hoz). Vizsgálatunk eredménye szerint az internetes közösségi média funkcionális szerepe jelentősen más a társadalmi háttér függvényében: az állami gondozott fiatalok számára a digitális kommunikáció mellett, hogy szórakozási forma, bizonyos értelemben a hiányzó kapcsolatok részleges pótléka és pszichológiai megküzdési stratégia is.

**Kulcsszavak:** állami gondozás, közösségimédia-használat, magányosság, használat-kielégülés modell

**Diszciplína:** pszichológia

### Abstract

#### INTERNET AND SOCIAL MEDIA USE PATTERNS AMONG YOUTH IN STATE CARE

This study analyses the social media usage patterns of adolescents in state care and young people within the general population, with a particular focus on the relationship between loneliness and digital platform option within the framework of Uses and Gratifications Theory (UGT). This topic is quite relevant today as mobile devices and the Internet had turned into key venues for the socialization and emotional regulation norm of young people, especially those who are disadvantaged in their social relationships. In our research, we seek to answer how young people's use of various social media platforms reflects the fulfilment of their social needs, and how these patterns are influenced by subjective well-being, feelings of loneliness, and family background. The sample consists of 554 young people aged 13–20, including those in state care and a control group. Based on the results of the quantitative analysis, young people in state care primarily use Messenger to maintain family relationships, very intensely, or seldom, as a kind of 'virtual umbilical cord', while for the control group, the same platform is a way of strengthening peer relationships. The overall impression indicates that lonely young people in state care are more likely to turn to platforms offering passive, parasocial content (such as YouTube). According to the overall results of our study, the functional role of social media varies significantly depending on social background: For young people in state care, digital communication is not only a form of entertainment but also, in a sense, a partial substitute for a lack of relationships and a psychological coping strategy.

**Keywords:** institutional care, social media use, loneliness, uses and gratification model

**Disciplines:** psychology

Az állami gondozásban élő fiatalok számára a származási családdal való kapcsolattartás lehetőségei a digitális kommunikáció térnyerésével alapvetően bővültek. Míg korábban a vér szerinti szülőkkel vagy rokonokkal való kapcsolat többnyire a ritka személyes találkozások vagy telefonos beszélgetést jelentette, ma a közösségi hálózatok és üzenetküldő alkalmazások révén akár napi szintű kommunikáció is lehetséges (Simpson, 2019; MacDonald és tsai, 2023). Emellett a digitális eszközök

a fiatalok szocializációjának és érzelmi megküzdésének meghatározó eszközévé váltak, különösen az elhanyagolt, hátrányos helyzetű gyermekek és fiatalok esetében. Hazai kutatások szerint a gyermekvédelmi szakellátásban élő fiatalok számára a digitális platformok kiemelt szerepet töltenek be a társas kapcsolatok megőrzésében és az identitás alakításában (Jakab és tsai, 2022). Haridakis és Hanson (2009) rámutattak, hogy a fiatalok az online platformokat társas kapcsolatok, szórakozás, informá-

ciószerzés és menekülés céljából használják leginkább. Ugyanakkor a fentiek nem teljesen veszélytelen tevékenységek, ugyanis a bizonytalan kötődés, érzelmi elhanyagolás, rossz szocioökonómiai státusz és a tartós stressz könnyen fokozott médiahasználatához és kockázatos viselkedéshez vezethet (Grant és Compas, 1991; Glozer, 2013).

Noha a digitális médiahasználat széles körben vizsgált téma, a hazai állami gondozásban élő serdülők kutatásai ritkának mondhatóak, mert a többlépcsős engedélyezési eljárás, a gyermekek motiválatlansága, valamint a gyakori olvasási és szövegértési nehézségek rendkívül megnehezítik az adatfelvételeket.

Jelen tanulmányunk hozzá szeretne járulni az ezekre a fiatalokra jellemző médiahasználat jobb megértéséhez, azáltal, hogy rávilágítunk a gyermekvédelmi szakellátásban élők digitális preferenciáira, valamint a megélt magányosságukra, az élettel való elégedettségükre, az eszközpizmusukra. A deviáns viselkedések vizsgálata már régóta szorosan összekapcsolódik a digitális médiahasználat vizsgálatával. A kutatások azt mutatják, hogy a magányosság és a bizonytalan kötődés nemcsak a problémás online jelenlétet erősítik, hanem a kockázatos offline viselkedéseket is – például a dohányzást, a droghasználatot, az alkoholfogyasztást vagy a túl korai szexuális aktivitást – mint nem adaptív megküzdési módokat (Glozer, 2013; Dudok és Pikó, 2024). Az ESPAD 2024 (Európai Iskolai Felmérés Program az Alkohol és Egyéb Drogokról – European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) adatai alapján Magyarországon különösen magasak ezeknek a devianciáknak az előfordulása (Cotichini és tsai, 2025). A gyengébb érzelmszabályozás és az intenzív digitális menekülés gyakran együtt jár a szerhasználattal és más veszélyes viselkedési formákkal (Káló és tsai, 2019). A bevezetőt követően bemutatjuk az elméleti hátteret, ismertetjük a módszertant, majd részletesen elemezzük az eredményeket és azok gyakorlati implikációit.

### **Használat–kielégülés modell (Uses and Gratifications - UGT)**

Sundar és Limperos (2013) áttekintve az 1940-es és 2011-es évek között publikált szakirodalmat azt vizsgálta, hogy fellelhetőek-e a régi és az újabb kielégülési tipológiák között azonosságok. Munkájuk során arra jutottak, hogy a hasonlóság számottevő. Az izgalom, a menekülés, a szokás, az információkeresés, az időtöltés és a szórakozás mind a régi technológiáknál (például a TV), mind az új internetalapú platformokon (például YouTube, Facebook, Twitter) azonosak. Az újabb Használat–kielégülés kutatások szerint az internethasználatot elsősorban interperszonális okok, szórakozás, időtöltés, információkeresés és kényelem vezérlik. A YouTube használóit vizsgálva azt találták, hogy a felhasználók leginkább a kényelmes szórakozás, az interperszonális kapcsolatok, az információszerzés, a menekülés a mindennapi realitás elől, a közös tartalom-fogyasztás és a társas interakció céljából nézik a videókat (Haridakis és Hanson, 2009; Canatan, Toker és Çoşkun, 2025).

Az elmélet a médiafogyasztásra mint aktív és célirányos viselkedésre, döntésre tekint és nem passzív befogadásként látja azt. A médiatartalom kiválasztásában jelentős szerepet játszanak az egyéni szükségletek, amelyeknek a kielégítésére törekednek a felhasználók (Katz, Blumler és Gurevitch, 1973). A digitális jelenlét maga sokféle lehet, a passzív befogadástól, egészen a rendkívül aktív, tudatos médiahasználatig, tartalomkészítéséig terjedhet.

Figyelemre méltó, hogy Grant, Guthrie és Ball-Rokeach (1991) valamint Ruggiero (2000) arra hívtak fel a figyelmet, hogy a megélhetési nehézségek, a szegénységből vagy szűkösségből eredő hátrányos élethelyzetek, illetve a magas fokú tartós, feldolgozatlan stressz egyeseknél fokozott médiafogyasztáshoz vezethetnek. Az állami gondozott fiatalok esetében a fentebb említett tényezők igen relevánsak.

Ezek a fiatalok szinte kivétel nélkül korlátozott társadalmi és anyagi erőforrásokkal rendelkeznek és

folyamatos, nagymértékű stressznek vannak kitéve. Nem meglepő, hogy a kutatások szerint rendkívül aktívan használják a közösségi médiát kapcsolataik fenntartására (Glozer, 2013; Kachingwe és tsai, 2020; Jakab és tsai, 2022). A fentiekből kifolyólag az állami gondozott fiatalok aktív médiafogyasztásának pontos megértése különös jelentőséggel bír.

Tanulmányunkban az Ifinedo (2016) által javasolt modellt használjuk, melyet más kutatók is sikeresen alkalmaztak vizsgáataikban (James és tsai, 2017; Raza és tsai, 2020; Bhatiasavi, 2024). A modell alapján öt kulcsfontosságú gratifikációs területet érdemes figyelembe venni. (1) Az információshasznosság (Purposive value) olyan információszerzést jelent, ami gyakorlati haszonnal jár. (2) Az önismert (Self-discovery) olyan motivációt jelent, amikor valaki önmagáról szeretne többet megtudni azáltal, hogy visszajelzést kap arról, hogy mások milyennek látják. (3) A szórakozás (Entertainment) a kapcsolódásra vonatkozó motivációt ragadja meg. (4) A társas megerősítés (Social enhancement) olyan indíték, amely arra ösztönzi az egyént, hogy aktívan részt vegyen a közösségben, mert hozzájárulásai révén elfogadást, elismerést nyer a többi tagtól. (5) A személyközi kapcsolattartás (Interpersonal connectivity) a meglévő kapcsolatok ápolására irányul (Ifinedo, 2016). Az UGT modell alapján konkrét elvárásokat fogalmaztunk meg az állami gondozott fiatalok médiahasználatával kapcsolatban.

*Magányosság.* A magányosság az egyik legfontosabb előjelző faktora a problémás internethasználatnak (Ceyhan, 2008). Morahan-Martin és Schumacher (2003) eredményei szerint a problémás internethasználat különösen a magányos emberek körében fordul elő. Romero-López és tsai (2021) rámutattak arra, hogy azoknál az egyéneknél, akiknek eleve gyengébbek a társas készségeik, jelentősen magasabb a problémás internethasználat és a fokozott magányosság szintje, hiszen kevésbé képesek olyan szociális kapcsolatokat kialakítani és fenntartani, amelyek biztosítanák számukra az

egészséges társas kapcsolatok élményét, a hovatartozás érzését és a jobb közérzetet.

Kiss és Pikó (2018) szerint a képernyő előtt eltöltött idő arányosan csökkenti a szociális kapcsolatok mértékét, amit később a felhasználók a közösségi hálózatokon való állandó jelenléttel igyekeznek kompenzálni.

Ezek a tendenciák kifejezetten igazak lehetnek azokra a fiatalokra, akik állami gondoskodásba kerülnek, hiszen náluk nemcsak a vér szerinti családdal szűnik meg a mindennapi kapcsolat, de a korábbi baráti kapcsolataik is gyakorlatilag megszűnnek. E körülményeknek az érzelmi biztonságérzetükre, alakuló identitásukra és önértékelésükre való negatív hatása egyértelmű.

*Okostelefon-használat, társas kapcsolatok.* A valahová tartozás igénye - annak érzése, hogy az egyén egy nagyobb közösséghez tartozik - mélyen gyökerezik az emberekben, hiszen az alapvető szükségletek egyike (Baumeister és Leary, 1995). Jakab és tsai (2022) szerint az állami gondozottak a kapcsolatot a külvilággal elsősorban a mobiltelefonon keresztül tartják. Empirikus bizonyítékok nyomán tudjuk, hogy az okostelefonok kényes használatát szoros kapcsolatban áll a szociális szorongással (Lee és tsai, 2014), hiszen sokan éppen a szorongás ellensúlyozására használják intenzíven a telefonjukat (Hong, Chiu és Lin, 2012). A közösségi médiának, a csetalkalmazásoknak, filmeknek, a könnyen elérhető impulzusokban gazdag világa a valóságtól való menekülés útvárá tud válni, különösen a kötődési zavarral küzdők számára (Király, 2015 idézi Jakab és tsai, 2022).

*Eszképiizmus.* Az online és digitális élményekbe való menekülés - az eszképiizmus - a kezelhetetlennek érzett problémák elől segít elmenekülni (Young, 2009; Kardefelt-Winther és tsai, 2022). Egy hazai kutatásban az állami gondozott növendékek számára a mobiltelefon, azon túl, hogy a szociális kapcsolatok központi terepeként a biztonságérzetük meghatározó eleme és a külvilággal tartott

kapcsolat legfontosabb eszköze, a valóság előli menekülés eszköze is (Jakab és tsai, 2022).

*Dohányzás.* Az ESPAD kutatások szerint (Cotichini és tsai, 2025) Magyarországon a fiatalok több mint fele (51%) próbálta már ki a dohányzást, ami messze meghaladja más országok arányait. A legfrissebb 2024-es eredmények szerint a magyar fiúk 5%-a dohányzott 13 éves kor előtt, a lányoknak pedig a 6,2%-a. A serdülőkorú fiatalok igen nagy hányada kipróbálja a dohányzást. Akiknek emocionális problémáik és magatartási problémáik vannak, nagyobb valószínűséggel teszik, akik a jövőt optimistán szemlélik, és adekvát szociális kapcsolatokat ápolnak, kisebb valószínűséggel (Dudok és Pikó, 2024).

*Droghasználat.* A Cotichini és tsai (2025) által publikált ESPAD 2024-es adatai szerint Magyarországon a legmagasabb az amfetaminhasználat: míg más országokban 0,7%, addig hazánkban ez az arány eléri a 4,3%-ot. Kaló és tsai (2019) utógondozottakkal végzett interjúi tanúsága szerint a droghasználat jellemzően maladaptív stresszfeldolgozási stratégiaként jelenik meg, válaszul gyermekkori, emocionálisan nem feldolgozott traumákra és a mindennapokban megjelenő krízishelyzetekre, amelyeket nem képesek kezelni. Szoboszlai, Hüse és Fábián (2021) eredményei megmutatták, hogy a szorosabb érzelmi kapcsolat az állami gondozottak között igen erős protektív faktor a drogfogyasztással szemben, míg a halmozódó és kezelhetetlen életesemények, a reziliencia hiányával együtt, akár háromszorosára növelhetik a drogfogyasztást.

*Alkoholhasználat.* Az ESPAD országok serdülői körében az alkoholfogyasztás rendkívül elterjedt: a fiatalok 73%-a fogyasztott már alkoholt. Magyarországon különösen magas ez az arány, a diákok 91%-a már fogyasztott alkoholt, ami az egyik legmagasabb a vizsgált országok között (Cotichini és tsai, 2025). Több kutatás is rámutatott, hogy az állami gondozottak között kiemelkedően gyakori az alkoholabúzus, elsősorban a szülőktől átvett problémás fogyasztási minta, illetve a hasonló rossz

szocializációval rendelkező kortárs csoportok hatása miatt. Ennek következtében a nevelésbe vett serdülőknél nem ritka a nagy mennyiségű alkohol fogyasztása (gyakran tömény szesz) és a lerészegedés, ami a gyenge problémamegoldási és megküzdési stratégiaíáknak köszönhető (Elekes és Paksi, 2005; Rácz, 2006; Kovács és Szigeti, 2017; Szoboszlai, Hüse és Fábián, 2021).

*Korai szexuális aktivitás.* A hazai adatok szerint az állami gondozásban élő fiatalok körében a korai szexuális aktivitás előfordulása kiemelkedően magas: a 2004-es országos vizsgálat alapján sokan már 14–15 éves kor előtt megkezdik szexuális életüket, gyakran instabil kapcsolati háttér mellett (Örkényi és tsai, 2004). A nemzetközi kutatások ezt a mintázatot megerősítik, például Gonzalez-Blanks és Yates (2015) kimutatták, hogy a gyermekkorban átélt traumák és a kapcsolati bizonytalanság jelentősen növelik a korai szexuális debüt kockázatát, míg Finigan-Carr és munkatársai (2018) szerint az állami gondozásban élő fiatalok körében az elhanyagolás, a mentális problémák és az inadekvát családi kapcsolatok járulnak hozzá a korai szexuális viselkedéshez.

### Hipotézisek

Vizsgálatunk elsődleges célkitűzése annak megválaszolása, hogy az állami gondozott és családi környezetben nevelkedő serdülők között van-e számottevő különbség a digitális platformok szelektív használatában és a médiafogyasztásuk intenzitásában, amit az UGT feltételez. Továbbá azt vizsgáltuk, hogy a közösségi platformok (Messenger, Facebook, YouTube, TikTok) preferálása összefüggésbe hozható-e a serdülők magányosságával és az étellel való megelégedettségével. A fentiek alapján az alábbi hipotéziseket fogalmaztuk meg:

H<sub>1</sub>: Az állami gondozott fiatalok mentális jóléte rosszabb, mint a kontrollcsoport fiataloké.

H<sub>2</sub>: Az állami gondozott fiatalok esetében az

internethasználatba és okostelefon-használatba menekülő eszközizmus jellemzőbb.

H<sub>3</sub>: Az állami gondozásban nevelkedő fiatalok okostelefon- és közösségimédia-használatára más funkciókat tölt be, mint a kontrollcsoporté (például a kapcsolattartás terén).

H<sub>4</sub>: Az állami gondozottak körében az intenzív okostelefon-használat része az inadekvát figyelemelterelésként leírható megküzdési kísérletek, rizikó-magatartások mintázatának (dohányzás, droghasználat, alkoholfogyasztás és korai szexualitás).

### Módszer

A kutatásunk kvantitatív, keresztmetszeti vizsgálaton alapul. Vizsgálatunk során sztenderdizált önkitöltős kérdőívekkel gyűjtöttünk adatokat 2023 és 2025 között. A vizsgálat primer célja az volt, hogy feltárja az állami gondozott és a kontrollcsoportba tartozó, családi körülmények között nevelkedő középiskolás fiatalok közötti különbségeket az internethasználat, a közösségi médiahasználat, az azonnali üzenetküldő szolgáltatások használatának, valamint a magányosságnak, az étellel való elégedettségnek, az eszközizmusnak és a kockázatos viselkedéseknek a vonatkozásában.

### Minta

Adatgyűjtésünket a gyermekvédelmi szakellátásban, lakás- és gyermekotthonban élő 14-20 éves fiatalokkal a fővárosban és 5 különböző vármegyében (Budapest, Győr-Moson-Sopron, Hajdú-Bihar, Pest, Somogy és Szabolcs-Szatmár-Bereg), valamint váci, budapesti, dunakeszi azonos korosztályú középiskolás tanulókkal végeztük. Az állami gondozott csoport létszáma  $n=282$  fő (fiú=167; lány=115). Kontrollcsoport középiskolásai:  $n=272$  fő (fiú=104; lány=168). Teljes minta:  $n=554$  fő, átlagéletkoruk 15.8 év ( $SD = 1.86$ ). A minta nem tekinthető reprezentatívnak.

### Eszközök

*Demográfiai adatok:* A fiataloknak olyan kérdésekre kellett választ adniuk, mint a nem és a kor, Facebook-használattal kapcsolatos kérdések: használat gyakorisága, kivel tartják leginkább online a kapcsolatot, milyen gyakran használják, a legismertebb közösségi platformok közül melyeket és milyen gyakran látogatják.

*Reménytelenség-skála rövidített változat:* Perczel-Forintos, Rózsa és Kopp (2007) azt találták, hogy a 3 tételes skála nagyon jó belső konzisztenciával rendelkezik (Cronbach- $\alpha$  értéke: 0.85) és alkalmas a reménytelenség mérésére. Tétélei: RS1: "Sötétben látom a jövőmet"; RS2: "Sosem fognak úgy alakulni a dolgok, ahogy én akarom."; RS3: "Főlősleges igazán törni magamat valamiért, amit akarok, mert valószínűleg úgysem érem el." A válaszadási lehetőségek: "Igaz rám" vagy "Nem igaz rám".

*Egytétéles Elégedettségskála:* A mérőeszközt Ittész, Lukács és Tóth, (2014) validálták magyar mintán. A skála a következő kérdést tartalmazza: "Egészében véve mostanában mennyire elégedett az életével?" A válaszadók egy tízfokú skálán értékelik elégedettségüket, ahol az 1-es a teljes elégedetlenséget, a 10-es pedig a teljes elégedettséget jelentette.

*De Jong Gierveld Magányosság Skála-H (DJGLS-H):* Kutatásunkban Szabó és Szili (2022) De Jong Gierveld Magányosság Skáláját (DJGLS-H) is használtuk. A skála 11 tételből áll, például: "Ürösséget érzek magam körül." vagy "Sok olyan ember van, akire támaszkodhatok, ha problémáim vannak". A válaszadás háromfokú skálán lehetséges: "Nem értek egyet", "Többé-kevésbé egyetértek", "Egyetértek".

*Eszközépizmus:* A kérdőívet eredetileg az Instagram-használat motivációjának mérésére fejlesztette ki Lee és tsai (2015). Összesen 28 állítást tartalmaz és öt alszálából áll: társas interakció, képek/élmények

archiválása, önkifejezés, leskelődés és eszképzimus. Kutatásunkban az utóbbi alskálát használtuk, amely öt állításból áll pl. „Arra használom az internetet, hogy elmeneküljek a valóság elől” „Arra használom az internetet, hogy elfelejtsem a gondokat” (A teszt reliabilitása:  $\alpha=.81$ ). A válaszokat egy 7 fokú Likert-skálán kell jelezni 1=„Egyáltalán nem értek egyet” 7 = „Teljes mértékben egyetértek”.

*Rizikó-magatartások:* Kutatásunk során a dohányzásra, droghasználatra, alkoholfogyasztásra és a korai szexuális aktivitásra vonatkozó mérőelemek kialakításakor az ESPAD Group (2021) módszertanában leírtakat adaptáltuk. Ennek megfelelően olyan standardizált kérdéseket vettünk át, amelyek a szerhasználati és rizikó-magatartási tapasztalatok feltárását célozták, például: „Használtál-e már kábítószert életed során vagy az elmúlt 12 hónapban?”, „Elszívtál-e már cigarettát?”, „Ittál-e már annyi alkoholt, hogy berúgtál?”, illetve „Volt-e már szexuális kapcsolatod?”.

### Eljárás

A kérdőíveket papírlapon és online formában is kitölthették a résztvevők. Az adatfelvétel önkéntes és anonim alapon történt. A kitöltés átlagosan 20-25 percet vett igénybe. A matematikai-statisztikai elemzéshez az SPSS 25.0 szoftvert alkalmaztuk.

### Eredmények

A kutatás kezdetén a vizsgálati eszközök adateloszlásának normalitását ellenőriztük minden esetben annak érdekében, hogy meg tudjuk határozni a legmegfelelőbb statisztikai eljárást.

#### *Mentális jóllét ( $H_1$ )*

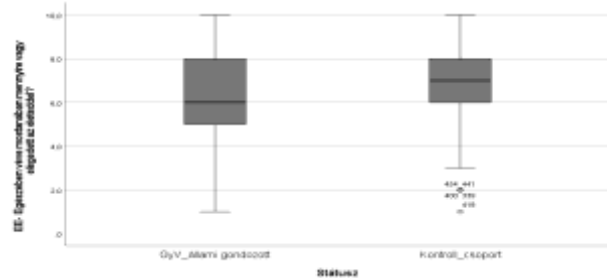
A tartós, illetve aktuális hangulati állapotokat vizsgálva a Reménytelenség-skála rövidített változatával (Perczel-Forintos, Rózsa és Kopp, 2007) azt

találtuk, hogy a tartós és az aktuális hangulati állapotok között eltérő mértékű különbségek figyelhetők meg. A három tétel közül az RS1 („Sötétben látom a jövőmet”) esetében a khi-négyzet próba nem jelzett szignifikáns eltérést a két csoport között ( $\chi^2=3.279$ ;  $p=.07$ ), bár a  $p$ -érték közelít a szokásos .05-ös határhoz.

A cselekvőképtelenség és a végzettségérzés (RS2, RS3) kapcsán azonban a khi-négyzet próba magasan szignifikáns eltéréseket mutatott. Az RS2 esetében  $\chi^2=36.21$ ;  $p<.001$ , az RS3 esetében pedig  $\chi^2=18.13$ ;  $p<.001$ . A fentiek alapján az állami gondozottak erősebben élik meg a kontrollvesztést és a jövőbeli célokért tett erőfeszítések hiábavalóságának az érzését. Ez egyfajta tanult tehetetlenségi állapotként írható le.

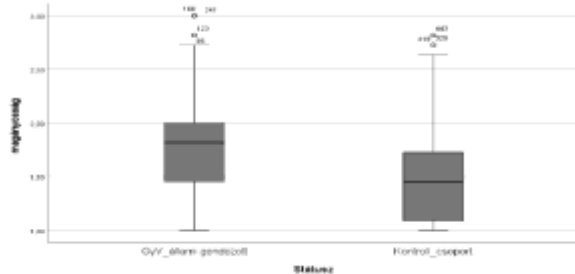
Az Élettel való elégedettség-skála eredményei azt mutatták, hogy az állami gondozott fiatalok elégedetlenebbek a Mann-Whitney U-próba szerint ( $Z=-5.023$ ;  $p<.001$ ). Az életelelégedettség tekintetében egyben érdemes észrevenni, hogy a kontrollcsoportban is előfordul néhány, a saját életével kiemelten elégedetlen fiatal. (lásd: 1. ábra)

1. ábra. Egytétéles Elégedettség-skála értékeinek összehasonlítása a két mintában (saját szerkesztés)



Az állami gondozásban nevelkedett fiatalok és a kontrollcsoport között szignifikáns különbségek mutatkoztak a De Jong Gierveld Magányosság Skálájának (DJGLS-H) összehasonlítása során is ( $Z=-6,388$ ;  $p<.001$ ), az állami gondozott státusz erős összefüggésben áll a fokozott magányosság szubjektív megélésével (2. ábra).

2. ábra. De Jong Gierveld Magányosság Skála (DJGLS-H) értékeinek összehasonlítása a két mintában (saját szerkesztés)



#### *Eszképiizmus (H<sub>2</sub>).*

Az Eszképiizmus-kérdőíven kapott eredményeket Mann-Whitney-próbával vetettük össze a két csoport között ( $Z=-.919$ ;  $p=.358$ ). Az eredmények szerint az állami gondozott és a kontrollcsoport eszképiizmus tekintetében nem találtunk számottevő különbséget.

#### *Közösségimédia-használatot illető különbségek a két csoport között (H<sub>3</sub>).*

A magányosság és a közösségimédia-használat összefüggéseit vizsgálva a magányos fiatalok nagyobb intenzitással használnak bizonyos platformokat. Az állami gondozott magányos fiatalok gyakrabban YouTube-oznak ( $r_{ho}=.132$ ;  $p=.027$ ).

A kapcsolattartás jellegének terén is lényegi különbségek mutatkoztak ( $\chi^2 = 109.47$ ;  $p < .001$ ). Az állami gondozott fiatalok a Messengert leginkább a családtagokkal való kapcsolattartásra (79.1%), majd ezt követően a közeli barátokkal való üzenetváltásokra (13.1%) használják, míg a kontrollcsoportnál éppen fordított tendenciát találtunk, ők ugyanis elsősorban a közeli barátokkal való kapcsolattartásra használják a platformot (56.9%) majd csak ezt követően a családtagokkal való kommunikációra (38.5%).

Kutatásunk során vizsgáltuk a család tagjaival való Facebookon keresztüli interakció gyakoriságát

az állami gondozásban nevelkedő és a kontrollcsoportba tartozó résztvevők között. Az eredmények szerint szignifikáns különbség mutatkozott ( $\chi^2=18.32$ ;  $p < .001$ ). A részletes elemzés nemcsak eltérő digitális családi kommunikációs stratégiák mintázatát mutatta, hanem egyfajta bimodális mintázat rajzolódott ki az állami gondozott fiatalok Messenger-használatában. Ők ugyanis számottevően magasabb arányt mutatnak a "Naponta nagyon sokszor" kategóriában (12.4% vs 7.7%), és szignifikánsan magasabb arány "Hetente" kategóriában (19.9% vs 9.9%). Ezzel szemben a kontrollcsoport kiegyensúlyozottabb mintázatot mutatott, dominánsan "Naponta többször" (32.7%) és "Pár naponta" (26.1%) voltak a leggyakoribb kategóriák. Az állami gondozott fiatalok számára úgy tűnik, van egyfajta napi/heti polarizáció, míg a kontrollcsoportnál a rendszeres napi használat a jellemző.

#### *Rizikó-magatartások (H<sub>4</sub>).*

A rizikós és káros magatartások terén végzett khipnégyzet próba szinte mindenhol szignifikáns különbséget mutatott: droghasználat ( $\chi^2=47.79$ ;  $p < .001$ ), dohányzás ( $\chi^2=86.58$ ;  $p < .001$ ), korai szexuális aktivitás ( $\chi^2=30.61$ ;  $p < .001$ ), kivéve az alkoholfogyasztást, ahol az állami gondozottak és a kontrollcsoport között nem jelentkezett számottevő különbség ( $\chi^2=.13$ ;  $p=.714$ ).

#### **Megvitatás**

Az eredmények áttekintése azt mutatja, hogy az állami gondozott fiatalok digitális szokásai, pszichés állapota és kockázati viselkedése több ponton is sokkal kedvezőtlenebb képet mutat a kontrollcsoporthoz képest. Ezek az eredmények illeszkednek azokhoz a korábbi kutatásokhoz, amelyek hosszabb ideje jelzik a szakellátásban élő fiatalok sérülékenységét (Elekes és Paksi, 2005; Kaló és tsai, 2019; Larsen és tsai, 2020; Szabó és Szili, 2022; Szoboszlai, Hüse és Fábián, 2021). és azokhoz a

modellekhez, amelyek a pszichés distresszt a kockázatos viselkedések egyik fő előjelzőjeként azonosítják (Dudok és Pikó, 2024; Kardefelt-Winther és tsai, 2022).

A digitális platformok – különösen a Messenger és a YouTube – számukra nem csupán szórakozási felületet jelentenek, hanem sokszor a hiányzó kapcsolatok pótlékait is. Bár ezek az online terek átmenetileg enyhíthetik a feszültséget, úgy tűnik, nem képesek valódi megoldást nyújtani a magány érzésére vagy a jövővel kapcsolatos bizonytalanságra (De Bérail, Guillon és Bungener, 2019; Verduyn és tsai, 2015).

Eredményeinket a következőkben a Használatkielégülés modell (UGT) funkcionális nézőpontját felvéve vitatjuk meg. Az információs hasznosság – például annak igénye, hogy a fiatal tudja, mi történik otthon – erősen meghatározhatja a család felé irányuló digitális kommunikációt. Az eredmények ezt egyértelműen visszaigazolják: az állami gondozott fiatalok többsége a Messengert elsősorban a családdal való kapcsolattartásra használja, míg a kontrollcsoportban inkább a kortársakkal folytatott kommunikáció dominál. Ez a különbség jól tükrözi a serdülőkori szocializáció eltérő mintázatait (Simpson, 2019; MacDonald és tsai, 2023). Ugyanakkor az is látszik, hogy az intenzív online családi jelenlét önmagában nem csökkenti a magányosságot: az állami gondozott fiatalok életelégedettsége és magányossága továbbra is kedvezőtlenebb (Larsen és tsai, 2020; Szabó és Szili, 2022).

A Messenger-használat bimodális mintázata – a „naponta nagyon sokszor” és a „hetente” kategóriák kiugró aránya – azt sugallja, hogy a fiatalok egy része intenzív interakciókkal próbálja fenntartani a családdal a kapcsolatot, míg egy másik része szórványos, rezignáltabb kommunikációt folytat. E kettősségre a kötődési zavarok koncepciója kínálhat magyarázatot. A „naponta nagyon sokszor” kategória a folyamatos megerősítéskeresést jelezheti, ami szorongó kötődésre specifikus, míg a ritkább használat az elkerülő kötődésre, illetve a fiatal a

szülőkkal és közeli rokonokkal való kapcsolat érzelmi közelségét veszítő, és ebbe lassan rezignáltan belenyugvó attitűdjét jelentheti, ami összhangban van Oldmeadow és munkatársai (2013) eredményeivel.

Az UGT felfogás második szükséglettípusa az önismeret, de ezen a ponton önkritikusan el kell ismernünk, hogy a kutatásunk nem tudott szolgáltatni bizonyító adatokat arról, hogy a fiatalok mennyire keresik az önismereti jellegű tartalmakat, és e viselkedés milyen összefüggést mutathat a mentális jóllétükkel.

Ami a szórakozás szükségletét illeti, a magányosabb fiatalok gyakrabban használják a YouTube-ot, ami összhangban áll az UGT elmélettel: a médiafogyasztás sokszor feszültségcsökkentő, eszképpista funkciót tölt be (Katz, Blumler és Gurevitch, 1973; Sundar és Limperos, 2013). Más platformok esetében azonban nem jelentkeztek hasonló összefüggések (Instagram, Facebook, TikTok), és az eszképpizmus-skála eredményei sem mutatnak szignifikáns különbséget a két csoport között, ami arra utal, hogy az eszképpista használat itt szűkebb, platformspecifikus.

A passzív tartalomfogyasztás hosszabb távon nem csökkenti a magányt – erre korábbi kutatások is felhívták a figyelmet (De Bérail, Guillon és Bungener, 2019; Verduyn és tsai, 2015) – és ez a mi adatainkban is visszaköszön. A szórakozás vezérelt passzív tartalomfogyasztás rövid távú feszültségcsökkentést kínálhat, és átmenetileg enyhítheti a feszültséget, de nem helyettesíti a valódi társas kapcsolatokat.

A társas megerősítés keresésének és a kapcsolattartásnak a vonatkozásában a Messenger intenzív jelenléte arra utal, hogy az online tér fontos szerepet játszik a megerősítéskeresésben (Oldmeadow és tsai, 2013; Bian és Leung, 2015). A reménytelenség magasabb szintje azonban azt is jelzi, hogy a külső megerősítésbe vetett hit gyakran ambivalens.

Végül, a személyes kapcsolattartás motivációját egyértelműen erősebbnek találtuk az állami

gondozott fiataloknál. A Messenger használata sok esetben a családi kötelék fenntartásának eszköze, egyfajta „virtuális köldökzsinór”, amely jól illeszkedik a korábbi kutatási eredményekhez (Simpson, 2019; MacDonald és tsai, 2023; Jakab és tsai, 2022).

### Korlátozások

A tanulmány több korláttal is rendelkezik. Előszörként említendő a keresztmetszeti kutatási elrendezés, amely nem teszi lehetővé az ok-okozati következtetések levonását. További korlátozást jelent, hogy a minta nem reprezentatív az összes állami gondozott populációra nézve, sem a kontrollcsoportra nézve, így az eredmények óvatosan általánosíthatók. Végül a kutatás nem térhetett ki minden lehetséges közvetítő vagy moderáló változóra (például traumatípusok, terápiás beavatkozások), amelyek befolyásolhatják a vizsgált összefüggéseket.

### Konklúziók

A hipotézisvizsgálat eredményeképpen kirajzolódó összkép szerint az állami gondozott fiatalok sérülékenysége a digitális térben is jól látszik. Bár sokan használják az online felületeket arra, hogy kapcsolatban maradjanak a családjukkal, ez a típusú kommunikáció önmagában nem tudja enyhíteni a magányt vagy a jövővel kapcsolatos bizonytalanságot, mint ahogyan a szórakozásra és eszéképizmusra épülő, többnyire passzív tartalomfogyasztás sem. A kockázatos viselkedések arról árulkodnak, hogy a fiatalok nehezen találnak egészséges módot a feszültség és a nehéz érzések kezelésére.

Elméleti szempontból az eredmények azt mutatják, hogy a Használat–kielégülés modell megközelítés jó kiindulópont a szakellátásban élő fiatalok médiahasználatának megközelítésére, de a gratifikációs mintázatok megértését kötődéseméleti, trauma- és megküzdésközpontú nézőpontok beemlése segíthetné.

Gyakorlati szinten vizsgálatunk arra hívja fel a figyelmet, hogy nagy szükség van olyan, több szinten működő programokra, amelyek támogatják az érzelmszabályozást, a rezilienciát, a tudatos, kritikus digitális jelenlétet. Ezek különösen fontosak lehetnek a kockázatos online és offline viselkedések megelőzésében az állami gondozott fiatalok körében (Jakab és tsai, 2022; Kachingwe és tsai, 2020; Dudok és Pikó, 2024).

### Irodalom

- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental of human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497–529. DOI <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bhatiasevi, V. (2024). The uses and gratifications of social media and their impact on social relationships and psychological well-being. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1260565. DOI <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1260565>
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–79. DOI <https://doi.org/10.1177/0894439314528779>
- Canatan, E. Ç., Toker, A., & Çoşkun, A. (2025). Measuring motives for YouTube video consumption: An updated uses and gratifications scale and the impact of past view counts on users' viewing decisions. *Business & Management Studies: An International Journal*, 13(2), 651–674. DOI <https://doi.org/10.15295/bmij.v13i2.2480>
- Ceyhan, E. (2008). A risk factor for adolescent mental health: Internet addiction. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 15, 109–116.
- De Bérail, P., Guillon, M., & Bungener, C. (2019). The relations between YouTube addiction, social anxiety and parasocial relationships with YouTubers: A moderated-mediation model based on a cognitive-behavioral framework. *Computers in Human Behavior*, 99, 190–204. DOI <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.05.026>
- Dudok R., Pikó B. (2024). Serdülők rizikómagatartása a pszichológiai jóllét, valamint a képességek és nehézségek tükrében. *Magyar Pedagógia*, 124(2), 89–110. DOI <https://doi.org/10.14232/mped.2024.2.89>
- Elekes Zs., Paksi B. (2005): A gyermekvédelmi gondoskodásban részesülő fiatalok alkohol-és egyéb drogfogyasztása. *Kapocs* 4(5), 2–22
- ESPAD Group (2021), *ESPAD 2019 Methodology: Methodology of the 2019 European School Survey Project on Alcohol and other*

- Drugs*, EMCDDA Joint Publications, Publications Office of the European Union, Luxembourg.
- Cotichini, R., Anastasi, G., Benedetti, E., Cerrai, S., Pieroni, S., Scalse, M., & Molinaro, S. (2024). *European School Survey Project on Alcohol and other Drugs: Codebook*. ESPAD.
- Finigan-Carr, N., Stewart, R., & Watson, C. (2018). Foster youth need sex ed, too! Addressing the sexual risk behaviors of system-involved youth. *American Journal of Sexuality Education*, 13(3), 285–301. DOI <https://doi.org/10.1080/15546128.2018.1456385>
- Glozer, R. (2013). Hátrányos helyzetű fiatalok kommunikációjának és médiahasználatának vizsgálata. Pécs: Pécsi Tudományegyetem.
- Gonzalez-Blanks, A., & Yates, T. M. (2015). Sexual risk taking among recently emancipated female foster youth. *Journal of Research on Adolescence*, 25(4), 1036–104. DOI <https://doi.org/10.1016/10.1111/jora.12232>
- Grant, K. E., & Compas, B. E. (1991). Stress and child and adolescent psychopathology: An integrative perspective. *Psychological Bulletin*, 110(3), 406–424.
- Grant, A. E., Guthrie, K. K., & Ball-Rokeach, S. J. (1991). *Telecommunications policy and the communication infrastructure*. Ablex Publishing.
- Haridakis, P., & Hanson, G. (2009). Social interaction and co-viewing with YouTube: Blending mass communication reception and social connection. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 53(2), 317–335. DOI <https://doi.org/10.1080/08838150902908270>
- Hong, F.-Y., Chiu, S.-I., & Lin, D.-H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and social isolation of Taiwanese university male students. *Computers in Human Behavior*, 28(5), 1852–1859. DOI <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.05.002>
- Ifinedo, P. (2016). Applying uses and gratifications theory and social influence processes to understand students' pervasive adoption of social networking sites: Perspectives from the Americas. *International Journal of Information Management*, 36(2), 192–206. DOI <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2015.11.007>
- Ittész, A., Lukács, T., & Tóth, G. (2014). Az Egytétéles Elégedettségskála (ESWLS) hazai validálása. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(3), 245–258. DOI <https://doi.org/10.1556/Mental.15.2014.3.4>
- James, T. L., Lowry, P. B., Wallace, L., & Warkentin, M. (2017). The effect of belongingness on obsessive-compulsive disorder in the use of online social networks. *Journal of Management Information Systems*, 34(3), 560–596. DOI <https://doi.org/10.1080/07421222.2017.1334496>
- Jakab, G., Németh, S., Patai, R., Timár, B., & Bethlenfalvy, Á. (2022). A gyermekvédelmi szakellátásban élő fiatalok online kockázati kitettsége és digitális médiahasználatának jellemzői. *Iskolakultúra*, 32(3), 13–29. DOI <https://doi.org/10.14232/ISKKULT.2022.3.13>
- Kachingwe, O. N., Salerno, J. P., Boekeloo, B. O., Fish, J. N., Geddings-Hayes, M., Aden, F., & Aparício, E. M. (2020). "The internet is not private": The role of social media in sexual health among youth in foster care. *Journal of Adolescence*, 82, 50–57. DOI <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.06.005>
- Kaló, Z., Hegedűs, J., Bihari, Z., & Szécsi, J. (2019). A gyermekvédelmi szakellátásba kerülő lányok szerhasználati tapasztalatai és kezelésbe kerülésük jellemzői egy kvalitatív kutatás tükrében. *Addiktológia*, 19(1), 7–34.
- Kardefelt-Winther, D., Twenge, J., Orben, A., & Przybylski, A. K. (2022). Smartphone use and mental health: A review of the evidence. *Nature Human Behaviour*, 6, 1345–1357. DOI <https://doi.org/10.1038/s41562-022-01400-3>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The Public Opinion Quarterly*, 37(4), 509–523. DOI <https://doi.org/10.1086/268109>
- Kiss, H., & Pikó, B. (2018). Problémás okostelefon-és internet-használat középiskolás és egyetemista fiatalok körében – a veszélyeztetettség meghatározása klaszteranalízis alapján. *Új Pedagógiai Szemle*, 68(5–6), 22–43.
- Kovács K. és Szigeti F. (2017). A serdülők egészségmagatartásában szerepet játszó rizikó- és protektív faktorok áttekintése. In Fábíán G, Szoboszlai K. és Hüse L. (Szerk.), *A társadalmi periferián élő gyermekek és fiatalok rizikómagatartásának bázisa* (pp. 17–46). Nyíregyháza, Magyarország: Periféria Egyesület.
- Larsen, M., Goemans, A., Baste, V., Wilderjans, T. F., & Lehmann, S. (2020). Predictors of quality of life among youths in foster care: a 5-year prospective follow-up study. *Quality of Life Research*, 30, 543–554. DOI <https://doi.org/10.1007/s11136-020-02641-z>
- Lee, E., Lee, J. A., Moon, J. H., & Sung, Y. (2015). Pictures speak louder than words: Motivations for using Instagram. *Cyber-psychology, Behavior, and Social Networking*, 18(9), 552–556. DOI <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0157>
- Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., & Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373–383. DOI <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.047>
- MacDonald, M., Wright, A. C., Taylor-Beswick, A., Gillespie, K., & Collings, S. (2023). Digital relationality, rights, resilience: Conceptualising a digital social ecology for children's birth family relationships when in care or adopted. *The British Journal of Social Work*, 53(1), 216–235. DOI <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcac140>
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659–671. DOI [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(03\)00040-2](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(03)00040-2)

- Oldmeadow, J. A., Quinn, S., & Kowert, R. (2013). Attachment style, social skills, and Facebook use amongst adults. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1142–1149. DOI <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.10.006>
- Örkényi, Á., Aszmann, A., Balogh, Á., Koszonits, R., Kokó-nyei, Gy., Németh, Á., Páll, G., & Várnai, D. (2004). *Drogfogyasztás állami gondozott fiatalok körében* (Kutatási jelentés). Drogprevenációs Munkacsoport. ([Link](#)) [2026.01.11.]
- Perczel Forintos, D., Rózsa, S., & Kopp, M. (2007). A Beck-féle Reménytelenség Skála rövidített változatának vizsgálata Ma-gyarországon egy országos reprezentatív felmérés tükrében. *Psychiatria Hungarica*, 22(5), 379–389.
- Rácz, A. (2006). A gyermekotthoni nevelés kihívásai, a nagykorúságuk előtt álló fiatalok jövőképe. *Kapocs*, 5(4), 14–31.
- Raza, S. A., Qazi, W., Umer, B., & Khan, K. A. (2020). Influence of social networking sites on life satisfaction among university students: a mediating role of social benefit and social overload. *Health Education*, 120(2), 141–164. DOI <https://doi.org/10.1108/HE-07-2019-0034>
- Romero-López, M., Pichardo, C., De Hocés, I., & García-Berbén, T. (2021). Problematic internet use among university students and its relationship with social skills. *Brain Sciences*, 11(10), Article 1301. DOI <https://doi.org/10.3390/brainsci11101301>
- Ruggiero, T. E. (2000). Uses and gratifications theory in the 21st century. *Mass Communication & Society*, 3(1), 3–37. DOI [https://doi.org/10.1207/S15327825MCS0301\\_02](https://doi.org/10.1207/S15327825MCS0301_02)
- Simpson, J. E. (2019). *Twenty first century contact: Young people in care and their use of mobile communication devices and the Internet for contact*. Doctoral dissertation, Lancaster University.
- Szoboszlai K., Hüse L., Fábán G. (2021). A rizikómagatartás mintázatai a Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei gyermekvédelmi szakellátásban élő fiatalok körében. *Párbeszéd*, 8(2).
- Sundar, S. S., & Limperos, A. M. (2013). Uses and Grats 2.0: New gratifications for new media. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 57(4), 504–525. DOI <https://doi.org/10.1080/08838151.2013.845827>
- Szabó, D., & Szili, I. (2022). A De Jong Gierveld Magányosság Skála magyar változatának pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 23(1), 65–94. DOI <https://doi.org/10.1556/0406.23.2022.002>
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2015). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 9(1), 274–302. DOI <https://doi.org/10.1111/sipr.12031>
- Young, K. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241–246. DOI <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9120-x>