

AZ INTERNETES KAPCSOLATOKBAN VALÓ NYITOTTSÁG ÖSSZEFÜGGÉSE AZ ÉSZLELT TÁRSAS TÁMASSZAL ÉS AZ ÉNHATÉKONYSÁGGAL



JÁMBORI Szilvia

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet
e-mail: szilvia.jambori@psy.u-szeged.hu

HORVÁTH M. Tünde

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet
e-mail: hmtunde@sol.cc.u-szeged.hu

HARSÁNYI Szabolcs Gergő

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet
e-mail: tudommar@gmail.com

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: A tanulmány középpontjában a szakirodalomban Z generációként, azaz netgenerációként emlegetett korosztály internetes kapcsolatteremtési jellegzetességei állnak. Munkánkban szakirodalmi adatokra támaszkodva a nyitottság két pszichés funkcióval: az énhatékonysággal és az észlelt társas támasszal való összefüggését vesszük górcső alá. Az énhatékonyság az önszabályozás folyamatában betöltött jelentősége folytán került vizsgálatunk középpontjába, a mások által nyújtott modellhatások, a meggyőződés és a bátorítás (vö. Bandura, 1994) vonatkozásában. Az online kapcsolatok jelentőségének megragadásához használt másik változónk a társas támasz jelensége (Kaplan et al., 1977). *Módszer:* Kutatásunkban egy Szegedre reprezentatív középiskolás mintán (N = 1034, átlagéletkor: 16,45 év) vizsgáltuk az észlelt társas támogatás és az énhatékonyság internetes kapcsolatokban való feltárulkozás mélységével való összefüggéseit. A válaszadók kitöltötték az Általános énhatékonyság-mérő skálát (Kopp, Schwarzer és Jerusalem, 1993), az Internetes énfeltárás skálát (Lai-yee Ma, Leung, 2006), a Multidimenzionális észlelt társas támogatás skálát (Cheng és Chan, 2004) és az Internethasználati szokások kérdőívet (Kwon és Wen, 2010). *Eredmények:* Eredményeink azt mutatják, hogy az énhatékonyság érzés és az énfeltárás mértékében szignifikáns nemi és életkori különbségek azonosíthatók, továbbá az internethasználati szokások jelentősen különböznek a két nem esetében. A lányok számára meghatározóbb a támogatáskeresés és

támogatásnyújtás is online környezetben, mint fiú társaik esetében. *Következtetések:* Az elemzések alapján megállapítható, hogy az énhatékonyság közvetlenül és közvetetten is – a családból és a közvetlen környezetből észlelt társas támogatáson keresztül – befolyásolja az online kapcsolatokban való őszinte feltárulkozást.

Kulcsszavak: Z generáció, énfeltárás, online kommunikáció, észlelt társas támogatás, énhatékonyság

BEVEZETÉS

Napjainkban az internetes kommunikáció a virágkorát éli. Tapasztalati tény, hogy a serdülők többsége tagja valamely internetes csoportnak, ahol információkat közölhet magáról vagy másokról. Ha csak a legjellemzőbb online tevékenységeket említjük, megállapíthatjuk, hogy hosszú órákat tudnak eltölteni azzal, hogy a barátaikkal/iskolátársaikkal online beszélgetnek. Az információs technológia alapvetően átalakította és befolyásolja a mindennapi élet számos területét, hatást gyakorolhat az interperszonális és társadalmi kapcsolatokra is (Hullám és Muha, 2010). A mai serdülők ebben a megváltozott szocializációs közegben nőnek fel. Az információs technológia fejlődésének következményeként megfigyelhetjük, hogy kitér az intim tér határa. Ezáltal a serdülők olyan privát információkat is megosztanak vadidegen emberekkel, amelyeket face-to-face szituációkban nem adnának ki. A virtuális kapcsolati minőségek világában lépkedve hozzászoknak az azonnalisághoz, az állandó hozzáféréshez (Ujhelyi, 2013). Az internetes közösségi oldalak használatának feltérképezését célul kitűző empirikus vizsgálatukban Kwon és Wen (2010) rámutattak arra, hogy az észlelt társas támasz szignifikáns hatást gyakorol a közösségi oldalak használatának jellegzetességeire.

Tanulmányunkban górcső alá vesszük, hogyan befolyásolja az internetes kapcsolatokban való énfeltárás mértékét az énhatékonyság és az észlelt társas támogatás.

Digitális generáció

A Z generáció (más néven netgeneráció) tagjai 1995 után születtek. A digitális technológiák eredményeinek használata folytán a korábbtól markánsan különböző új világképpel rendelkeznek, amely az élet minden területére hatást gyakorol (Prensky, 2001a; Tapscott, 1998). A kutatások alapján megállapították (Jukes és Dosaj, 2006; Prensky, 2001b), hogy szimultán többféle médium felhasználói, virtuális közösségek tagjai, akik kiváló technikai érzékkel, fejlett problémamegoldó képességgel rendelkeznek, gyakorlatiasak, jó az absztrakciós képességük. Sokszor felnőttesen kommunikálnak, a szüleiket is zavarba ejtő kérdéseket tesznek fel, biológiai életkorukat meghaladóan képesek magukat kifejezni, azonban ez a koraérettség nem jelent érzelmi érettséget is (Tari, 2011). Tari Annamária szerint ez inkább látszatérettség, mely érzelmileg megterhelő helyzetekben, súlyosabb konfliktusok esetében látványosan széteshet. A koraérettség egyik megnyilvánulásaként bemutatott látszatérettség kialakulásában Tari (2011) szerint szerepet játszhat az információs technológia térhódítása. Míg néhány évtizeddel korábban a gyerekevelés viszonylag zárt térben zajlott, tehát a szülők csak olyan információkat osztottak meg a serdülő gyermekükkel, melyekről úgy ítélték meg, hogy érzelmileg képesek feldolgozni, addig az internet elterjedésével lehetővé vált számukra, hogy bármilyen információhoz hozzáférjenek, attól függetlenül,

hogyan annak tartalmára fel vannak-e készülve. Ezzel együtt a Z generáció tagjaira jellemző még a lemaradás félelme, miszerint mindig mindenhol szeretnének jelen lenni, mindig mindenről tudni, és mindig mindent tudatni másokkal (Tari, 2011).

Az online kommunikáció sajátosságai

Az online kommunikációt sokkal egyszerűbb használni szemben a face-to-face kommunikációval. Három legfontosabb jellemzője az anonimitás, az aszinkronicitás (van idő át-gondolni a kommunikáció folyamatában a választ) és az elérhetőség (vö. Seepersad, 2009). Ezek a jellemzők abban az esetben jelentősek, amikor az online kommunikáció énbemutatásra és énfeltárássra gyakorolt hatását elemezzük. Seepersad szerint az anonimitás egyik pozitív hatása, hogy kevésbé gátolt kommunikációt eredményez. A szerző kutatásaiban azt találta, hogy az emberek online közegben hajlamosabbak személyes információkat megosztani, mindeközben azonban arra törekszenek, hogy kevésbé tetszetős tulajdonságaik rejtve maradjanak. Vizsgálatai alapján megállapította, hogy azok a személyek, akiknek kevés tapasztalatuk van a társas kapcsolatokról, nehezen nyitnak mások felé, azok a kapcsolatteremtés kezdeti szakaszában akár hasznot is kovácsolhatnak ebből az anonimitásból. Ezzel szemben az anonimitás negatív hatásaként pedig a túlzott mértékű énfeltárást, a kitörő, gátolatlan kommunikációt jelöli meg. Az online kommunikáció aszinkronicitása pedig lehetővé teszi, hogy a gyengébb társas készséggel rendelkezők az aszinkronicitást reflexióra, tervezésre használhatják, aminek eredményeként képessé válhatnak arra, hogy sokkal effektívebben mutassák be magukat (Seepersad, 2009).

Az online kommunikáció mind individuális, mind interperszonális szinten hatást gya-

korol a fiatalok életére (Ujhelyi, 2013). A különböző identitásokkal való kísérletezgetés lehetőséget biztosít a kamaszok számára, hogy felfedezzék önmagukat, gyakorolják az énfeltárást és az énbemutatást, különböző szerepeket próbáljanak ki, amelyek rendkívül jelentősek fejlődéslelektani szempontból a koherens identitás megalkotásához. Az online kommunikáció előbb bemutatott sajátosságai (ld. anonimitás, aszinkronicitás) pedig kontrollt adnak a kamaszok kezébe, megteremtve ezáltal a biztonság érzetét a kapcsolatalakítás és -fenntartás folyamatában (Buote, Wood és Pratt, 2009).

Az internet identitás-laboratóriumában a fiatal megjelenítheti saját ideális szelfjét is. Kutatások alapján (vö. Pew Internet and American Life Project adatai, Horrigan, Rainie és Fox, 2001) a tizenévesek negyede vallotta be, hogy másnak adja ki magát az interneten, és egyezéseket találtak az ideális én és a választott kedvenc karakter között is. Individuális szinten negatív hatásként emeli ki Ujhelyi (2013) az identításalakítás feletti kontroll csökkenését. Eszerint az interneten kialakított képünket nem csak mi alakíthatjuk, hanem ezt mások is befolyásolhatják. A különböző felvett identitások hátterében Buote és mtsai (2009) szerint a következő motivációk húzódnak meg: (1) szelfexploráció (megfigyelni, mások miképp reagálnak), (2) szociális kompenzáció (szégyenlősség, féltékenység kompenzációja), (3) társas facilitátor (társas kapcsolatok kialakítását segíti). Azt a folyamatot, amikor a fiatalok személyes életük belső titkait megosztják a világhálón másokkal, azért, hogy érvényességüket leellenőrizzék, Tisseron (2010) „extimitásnak” nevezi. Kétségteljes tény, hogy a felvett különböző identitások hátterében rendszerint meghúzódik a másoknak megfelelés vágya is.

Az internet interperszonális kapcsolatokra gyakorolt hatásával foglalkozó kutatások alapvetően kétféle irányvonalat képviselnek (áttekinti Ujhelyi, 2013). Az első álláspont azt hangsúlyozza, hogy az internethasználat növelheti a magányosság érzését, mivel időt és energiát vesz el a valódi kapcsolatoktól. A másik megközelítés pedig az internetes kommunikáció pozitívumait emeli ki. Rávilágítva arra, hogy egy olyan szociális színteret teremt a fiatalok számára, ahol barátságok köttethetnek, releváns témákról lehet nyíltan beszélni, fokozhatja a szociális belevonódást, és anonim volta miatt sokkal nyíltabb és őszintébb énfeltárást tesz lehetővé. A kutatások alapján négy modell körvonalazódott az internet társas kapcsolatokra gyakorolt hatásával kapcsolatban (áttekintik Buote és mtsai, 2009). A *helyettesítő modell* szerint az offline kapcsolatok helyettesítői az online kapcsolatok, aminek következtében kevesebb idő jut a családra, nő a depresszió és a magány kialakulásának valószínűsége. A „*gyarapító*” modell szerint az internethasználat a szociális kapcsolatokat és a szociális háló méretét növeli. Erősíti a társas készségeket és a közeli kapcsolatokat, emellett új kapcsolatok kialakítását is elősegíti. A „*gazdag gazdagít*” hipotézis szerint az internethasználat az extrovertáltaknak kedvez jobban. Tehát akinek már eleve gazdag társas hálója van és megfelelő szociális készségekkel rendelkezik, az internet pozitív hatást gyakorolhat a társas kapcsolatai alakulására, mivel erősíti a pszichés jóllétet, az önbecsülést, emellett csökkenti a magány és a negatív érzések megjelenését. A *szociális kompenzációs* hipotézis pedig azt hangsúlyozza, hogy az internet használata a szociális szorongásra hajlamos, elszigetelt felhasználóknak segítséget jelenthet, mivel a megbélyegzett identitás, a szociális szo-

rongás és a magány következtében ezek a személyek jobban motiváltak az online interakciók létesítésében és fenntartásában. A kutatási eredmények által kirajzolódott, hogy az internet használata – azáltal, hogy kapcsolatokat tudtak kialakítani, és gazdagíthatták szegényes kapcsolati rendszerüket – csökkentette a félénk emberek depresszív érzéseit. Ennek alapján Valkenburg és Schouten (2005) hangsúlyozzák, hogy védőfaktoroként is szerepelhet az online kommunikáció szociálisan szorongó emberek körében. Más szerzők (pl. Buote és mtsai, 2009) arra a megállapításra jutottak, hogy a gazdag kapcsolati hálóval rendelkező fiatalok meglévő kapcsolataik erősítésére, mélyítésére használják az online kommunikációt, ezzel is tovább erősítve a csoport, az összetartozás élményét. Azok a kamaszok azonban, akikre jellemzőbb volt a szociális szorongás és a magány, inkább idegenekkel próbáltak meg kapcsolatot kialakítani.

Az internet szerepe a társas támogatás keresésében

A kapcsolatok kialakításának és fenntartásának képessége fontos erőforrásunk. Azok a személyek, akik képesek pozitív, kölcsönösen kielégítő kapcsolatokat fenntartani, sokkal boldogabbak és kiegyensúlyozottabbak, mint akik képtelenek erre (Pikó, 1996). A csoporthoz tartozás élménye bizonyítottan stresszcsökkentő hatású, általános biztonságérzettel jár, míg ennek hiánya az emberi kapcsolatok iránti bizalmatlansággal és biológiai sérülékenységgel járhat együtt (Fonagy, 1996). A társas támasz hagyományos definíciója a „jelentős mások” által szolgáltatott pszichoszociális erőforrásokat egyesíti (Kaplan et al., 1977). A társas támasz szerepe hangsúlyozottan van jelen életünk változásokkal teli időszakában, adott eset-

ben a serdülőkorban lejátszódó normatív és váratlan krízishelyzetek idején (vö. Vikár, 1980). Ezzel szemben a változásokkal és kihívásokkal teli időszakokban a magányosság, a társas támogatás hiánya valóságos, a fizikai egészséget veszélyeztető rizikófaktor (Pikó, 1996).

A társas támasz egészségmegőrző szerepének fényében fontos kiemelnünk, hogy az internet jelentős szerepet tölthet be a társas támogatás-keresésben, és ezáltal segíthet megbirkózni a stresszteli életeseményekkel. Az internetezés potenciális stresszcsökkentő hatásait támasztják alá Leung (2007) kutatási eredményei, miszerint az internethasználat explicit motivációi között megtaláljuk egyszerre a társas hiány kitöltését, a szórakozás élményét, az információk keresését, valamint az időtöltést, szokást, relaxációt is (Leung, 2007). Az internet csatornáin is megnyilvánuló társas támogatás áttekintése során Leung a társas támogatás több egymástól jól elkülönülő formáját azonosította. Ilyen lehet például az *érzelmi* támogatás, az *instrumentális* támogatás (materiális, kézzelfogható segítség, viselkedéses segítség), az *információs* támogatás (tanács, útmutatás, visszacsatolás, ami lehetőséget kínál a probléma megoldására), *affektív* támogatás (szeretet kifejezése), és társas kapcsolati támasz (pozitív társas kapcsolat, rekreáció, szabadidős elfoglaltság). A kutatási eredmények azt bizonyítják, hogy a serdülők három jelentős területen felmerült probléma esetén kérnek támogatást az interneten: (1) *szülőkkal való problémák* kapcsán, ez esetben szórakozást keresnek, és a kapcsolataik fenntartására használják a netet; (2) *betegség, halál, szeparáció, válás a családban*, ilyenkor a szórakozás, kapcsolatépítés, információkeresés a cél; (3) *iskolai problémák* miatt akarják a hangulatukat javítani, vigasztalást, nyugalmat, szórakozást,

bátorítást, gondoskodást keresnek, vagy igyekeznek nyújtani (áttekinti Leung, 2007).

Énhatékonyság

Az énhatékonyság fogalma azt a hitet, meggyőződést jelenti, hogy a személy képes megbirkózni a felbukkanó akadályokkal, mert rendelkezik az ahhoz szükséges erőforrásokkal, készségekkel (Bandura, 1994). Az énhatékonyság érzése elsősorban az ember önszabályozásában tölt be fontos szerepet. Az a hitünk, hogy kitűzött céljainkat képesek vagyunk cselekvéseinkkel, tetteinkkel elérni, erőteljesen befolyásolja a döntéseinket, erőfeszítéseinket, törekvéseinket az élet számos területén. Az énhatékonyság érzése jelentős hatást gyakorol egy kihívással való megküzdés sikerességére is. A szakirodalomban az énhatékonyság érzésének két egymástól elkülönülő típusa körvonalazódik. Az egyik típus az *általános énhatékonyság*, amely az élet különféle területein megjelenő nehézségek leküzdésébe vetett bizalmat jelenti; a másik pedig a *specifikus énhatékonyság*, ami egy bizonyos feladat megoldására vonatkozik (áttekintik Luszczynska, Gutiérrez-Dona és Schwarzer, 2005).

A *magas énhatékonysággal* jellemezhető emberek úgy érzik, hogy kontroll alatt tudják tartani a helyzetet, a feladataikra inkább kihívásként tekintenek, mint potenciális szorongásforrásra. Ezzel az attitűddel képesek erőfeszítéseket tenni a sikeres megoldás érdekében. Bele tudnak mélyülni egy feladatba, tevékenységbe, valódi érdeklődést tanúsítva iránta. Képesek elköteleződni az általuk kitűzött célok mellett, magas az önbizalmuk, nagyobb teljesítményre képesek, kevésbé hajlamosak a stresszre és a depresszióra. Ezzel szemben az *alacsony énhatékonysággal* jellemezhető személyek kevésbé elkötelezettek a célok iránt, a tevékenységekbe is

kevésbé képesek belefeledkezni, ha nehéz feladattal találkoznak, azt gyakran fenyegettségnek élik meg, így hamar elriadnak a megoldásától. Alacsonyabb önértékeléssel rendelkeznek, hajlamosabbak a stresszre és a depresszióra (Bandura, 1994).

Az általános énhatékonyság egyfajta egyetemes konstruktumként jelenik meg, amely jelentőségteljes viszonyban áll más pszichológiai fogalmakkal (Luszczynska és mtsai, 2010). Vizsgálatok alapján összefüggés figyelhető meg az énhatékonyság és a szociális-kognitív változók, így például szándék, a végrehajtás melletti elköteleződés, az eredménnyel kapcsolatos elvárások és az önfegyelem között. Emellett a kutatások viselkedésspecifikus énhatékonysággal, az egészségért tett erőfeszítésekkel, a jólléttel és a megküzdési stratégiákkal is mutattak ki párhuzamot (Luszczynska és mtsai, 2010).

A szülők nevelési stílusa, a családi környezet támogatása is jelentős hatást gyakorol az énhatékonyság alakulására. Smith (2007) vizsgálatában a szülői nevelési stílusok és az énhatékonyság kapcsolatát kutatta. Eredményei azt bizonyították, hogy az autoritativ nevelési stílus pozitív kapcsolatba hozható a magas énhatékonysággal, az autoriter nevelési stílus viszont alacsonyabb énhatékonysággal járt együtt. Frank, Plunkett és Otten (2010) kutatásukban rámutattak, hogy a szülői támogató attitűd pozitívan befolyásolja a magas énhatékonyság megjelenését, a szülők gondoskodása, odafigyelése szintén jelentős prediktora a magas énhatékonyságnak. Ezzel szemben viszont a korlátozó, manipulativ attitűd alacsonyabb énhatékonysághoz vezet.

Egyes vizsgálatokban nemi különbségekre is rámutattak. Barton és Kirtley (2012) vizsgálata szerint a lányok fejlődésére nagyobb hatással van az anya nevelési stílusa,

a fiúkra pedig nagyobb befolyást gyakorol az apa nevelési stílusa. Ezzel párhuzamba állítható Keshavarz és Baharudin (2012) kutatása, melyben arra jutottak, hogy a fiúk énhatékonyságát jobban befolyásolja az apa autoritativ nevelési stílusa, mint a lányokét.

A családban megvalósuló nevelési sajátosságok hatására körvonalazódó énhatékonyság érzése az iskolai nevelésre is markáns hatást gyakorol. Az énhatékonyság iskolai teljesítményre gyakorolt hatását vizsgálva Jerusalem és Schwarzer (1986) megállapították, hogy azok a diákok, akik bíznak a képességeikben, sokkal kevésbé ijednek meg a követelményektől, mint azok, akik negatívan vélekednek magukról ebben a kérdésben.

VIZSGÁLAT

Vizsgálatunk során a szakirodalmi áttekintés során részletesen bemutatott *internetes kapcsolatokban való nyitottság* két pszichés funkcióval: *az énhatékonysággal és az észlelt társas támasszal* való összefüggését vesszük górcső alá.

Hipotézisek

Hipotéziseinket nemi és életkori bontásban határoztuk meg:

1. Feltételezzük, hogy az internethasználati szokásokban azonosíthatók nemi különbségek. A lányok esetében gyakrabban figyelhetünk meg támogatáskeresést, bátorítást, mások segítségét, másoktól tanácskérést, mint a fiúk esetében, mivel a lányokra inkább jellemző, hogy megerősítést várnak és megerősítést is szívesebben adnak társas kapcsolataikban, mint a fiúk (Leung, 2007).
2. Az internethasználati szokásokban életkori eltéréseket is feltételezünk, miszerint

minél fiatalabb a serdülő, annál hasznosabbnak véli az internetet, annál gyakrabban használja, annál inkább a csoporthoz való tartozása miatt is nélkülözhetetlennek gondolja az online életet. Ezt a feltételezésünket korábbi szakirodalmak is alátámasztották már (Leung, 2007).

3. Az énfeltárás mértéke esetében nagyobb fokú nyitottságot feltételezünk a lányokkal kapcsolatban, összefüggésben korábbi kutatási eredményekkel (Morahan-Martin és Schumacher, 2003). Ennek alapján azt feltételezzük, hogy a lányok könnyebben és szívesebben osztanak meg másokkal személyes, intim információkat online, mint a fiúk.

4. Fiatalabb serdülők (14–16 évesek) esetében szintén nagyobb fokú feltárulkozást feltételezünk az online kapcsolataikban, mint az idősebb fiatalok (17–20 évesek) esetén, mivel kutatások bizonyítják (Boute, Wood és Pratt, 2009), hogy ők gyakrabban használják az internetet arra a célra, hogy másokkal ismerkedjenek, valamint az identitásalakítás kísérletezési szakaszában vannak és önmaguk megítélésében nagyon jelentősek mások online visszajelzései (Tisseron, 2010).

A változók közötti összefüggések vizsgálata alapján a következőket feltételezzük:

5. Az észlelt támogatás mértéke pozitív kapcsolatban áll az énhatékonysággal, miszerint minél nagyobb támogatást észlelnek a serdülők a közvetlen szociális környezetükből, annál nagyobb mértékű énhatékonyságot figyelhetünk meg náluk (Smith, 2007; Frank, Plunkett és Otten, 2010).

6. Az észlelt társas támogatás és az énfeltárás mértéke között szintén pozitív összefüggést feltételezünk. Miszerint minél nagyobb társas támogatást észlelnek a fiatalok, annál

őszintébb az énfeltárásuk online kapcsolatokban. Ez a hipotézisünk összhangban van Seepersad (2009) kutatási eredményeivel, miszerint az online kommunikáció inkább a nyitottabb, extrovertáltabb személyeknek kedvez, akik szélesebb társas hálóval rendelkeznek. Könnyebben nyílnak meg online helyzetben, és hajlamosabbak őszintébben is bemutatni önmagukat, mint introvertált társaik, akik online kommunikációban is gyengébbek, kevésbé nyílnak meg, és hajlamosabbak másnak mutatni magukat, mint amilyenek valójában.

7. Az énhatékonyság és az énfeltárás mértéke között szintén pozitív összefüggést feltételezünk, miszerint minél magasabb énhatékonysággal rendelkezik a fiatal, minél biztosabb a kitűzött céljai elérésében, annál őszintébben megnyílik az online kapcsolataiban is. Tehát a magasabb énhatékonyság (és az ezzel együttjáró magasabb önbizalom, célorientáltság) mint pozitív személyiségvonások prediktorai is lehetnek az egészséges mértékű nyitottságnak az internetes kapcsolatokban (Kim, LaRose és Peng, 2009).

MÓDSZER

Résztvevők

Kutatásunkban egy Szegedre reprezentatív középiskolás (N = 1034, átlagéletkor: 16,45 év) mintán vizsgáltuk a hipotézisekben megfogalmazott összefüggéseket. Az adatfelvétel 2012-ben történt. A kutatásban 534 fiú és 480 lány vett részt, a résztvevők nemi arányait iskolatípusonként az 1. táblázat tartalmazza (20-an nem válaszoltak erre a kérdésre):

1. táblázat. A vizsgálati minta megoszlása iskolatípusonként

	Normál tantervű	Két tannyelvű	Tagozatos/ emelt szintű	Nemzetiségi	Összesen
Fiú	346	14	119	1	480
Lány	353	19	161	1	534
Összesen	699	33	280	2	1014

A mintánkban 402 diák gimnáziumba járt, 517 diák szakközépiskolába, és 114 diák szakiskolai tanulmányokat folytatott.

Eszközök

A komplex vizsgálatban (SZTE BTK Szociológia Tanszékkal közösen végzett kutatás) többféle kérdőívet töltöttek ki a válaszadók. Az egész kérdőív-battériából mi a következő mérőeszközöket használtuk:

Általános énhatékonyságot mérő skála (Kopp, Schwarzer és Jerusalem, 1993)

A skála 10 kérdésből áll és a személy énhatékonyságát méri. Négyfokú Likert-típusú válaszokat adhat a személy arra vonatkozóan, hogy mennyire igaz rá az adott kijelentés, fordított itemmel nem rendelkezik. Olyan állítások tartoznak ide, mint például: „Ha nagyon akarom, mindig sikerül megoldanom a nehéz problémákat.”

Multidimenzionális észlelt társas támogatás skála (Multidimensional Scale of Perceived Support, Cheng és Chan, 2004)

A skála 12 állítást tartalmaz, melyet a vizsgálati személyeknek egy ötfokú skálán kell értékelni. A kérdőív fordított tételt nem tartalmaz és azt méri, mennyire támaszkodhat az egyén a közvetlen környezetében élő személyekre. Három alskáláját különböztethetjük meg:

1. Család alskála: 4 állítás, pl.: „A családom igazán próbál nekem segíteni.”

2. Barátok alskála: 4 állítás, pl.: „Vannak barátaim, akikkel megoszthatom az örömet és a bánatomat.”

3. Szignifikáns mások alskála: 4 állítás, pl.: „Van legalább egy fontos személy a környezetemben, akire számíthatok, ha szükségem van rá.”

Internetes énfeltárás skála (Revised Self-Disclosure Scale – RSDS, Lai-ye Ma és Leung, 2006)

A kérdőívet Wheelles és Grotz fejlesztette ki 1976-ban, segítségével az önbevalláson alapuló énfeltárást vizsgálták. Az eredeti változatban 5 különböző dimenziót alakítottak ki (Wheelles és Grotz, 1976, idézi: Lai-ye Ma és Leung, 2006), melyet Lai-ye Ma és Leung az internetes kommunikáció vizsgálatára alakították át. Az általuk kifejlesztett eszköz 4 különböző faktort mér (feltárulkozás, őszinteség és pontosság, pozitív és negatív természetű közlések, önfeltárás gyakorisága és mennyisége). Vizsgálatunkban az átdolgozott kérdőív két faktorát használtuk (összesen 13 állítás, ebből 5 fordított állítás), mely leginkább meghatározója az énfeltárásnak, és leginkább illeszkedett a kutatási kérdésünkhöz.

1. Feltárulkozás mélysége alskála (Control of depth): mely azt méri, hogy mennyire intimek, személyesek az egyén megnyilvánulásai az online kommunikáció során. 5 állítás tartozik ide, közülük két példa: „Bensőségesen – nyíltan és teljesen – feltárom magam az interneten folytatott beszélgetéseimben.”, „Ha egyszer felvállalom magam az interneten, akkor ezen az állapoton nem szoktam változtatni.”

2. Őszinteség és pontosság alskála: az egyén őszinteségét méri, amit az online viselkedése tükröz, illetve mennyire torzul önmaga bemutatása az internetes kommunikációban. 8 állítás tartozik ehhez a faktorhoz, így például: „Nem tudom feltárni magam az interneten, mert nem ismerem elég alaposan önmagam.” (fordított állítás), vagy: „Teljesen őszinte vagyok, amikor az érzéseimet és a tapasztalataimat megosztom az interneten.”

Internethasználati szokások kérdőív (Usage of Social Network Service, Kwon és Wen, 2010)

A kérdőív 25 állítást tartalmaz, melyben a kitöltő egy 7 fokú Likert-típusú skálán jelezheti, hogy mennyire ért egyet az állításokkal. Az állítások hét faktorba rendezhetők, ezek a következők:

Érzékelt hasznosság: 4 állítás tartozik ide, például: „A közösségi oldalak használata képessé tett arra, hogy több információt tudjak szerezni.”

Érzékelt könnyű használat: egy példa a három állítás közül: „Könnyű volt megtanulnom a közösségi portálok használatát.”

Érzékelt támogatás, bátorítás: A faktorhoz tartozó négy állítás egyike: „Azok az emberek, akikkel a közösségi oldalakon találkozom, sok támogatást és bátorítást adnak nekem, ha megtudják, hogy nehéz (krízis) helyzetben vagyok.”

Aktuális használat: a három item közül egy: „Rendszeresen használom a közösségi oldalakat.”

Társas identitás: három állítás tartozik ide, például: „Nagyon fontos számomra, hogy abban az internetes közösségben, melynek tagja vagyok, milyen szerepet töltek be.”

Altruizmus: a három állítás egyike: „Ha a közösségi oldalon megtudom valakiről, hogy krízishelyzetben van, igyekszem bátorítani, támogatni.”

Telepresence (új világ, új lehetőség): a négy közül két példamondat: „Amíg a közösségi portálon tevékenykedek, úgy érzem, mintha egy másik világban lennék.”, „Úgy érzem, hogy a közösségi oldal egy új világot teremt számomra.”

A vizsgálatban használt kérdőívek belső megbízhatóságát a 2. táblázat mutatja.

2. táblázat. A vizsgálatban használt kérdőívek belső megbízhatósága

Kérdőívek	Belső megbízhatóság (Cronbach- α)
Énfeltárás	
• Feltárulkozás mélysége	0,67
• Őszinteség és pontosság	0,65
Énhatékonyság	0,89
Észlelt társas támogatás	0,91
• Család	0,90
• Barátok	0,92
• Szignifikáns mások	0,87
Internethasználati szokások	0,90

EREDMÉNYEK

Internet használatában megmutatózó különbségek*Nemi különbségek*

Varianciaanalízis segítségével megvizsgáltuk, hogy milyen szignifikáns különbségek mutathatók ki a fiúk és lányok között az internethasználati szokásokban. A statisztikai eredmények azt mutatták, hogy három területen mutatható ki szignifikáns ($p = 0,05$) nemi különbség:

Érzékelt támogatás, bátorítás mértéke: az eredmények alapján a lányok ($M = 18,25$, $SD = 4,15$) szignifikánsan ($F_{(1, 1009)} = 7,72$; $p = 0,006$) nagyobb támogatásról számolnak be, mint a fiúk ($M = 17,44$; $SD = 4,26$).

Aktuális használat: a lányok ($M = 14,20$; $SD = 3,80$) szignifikánsabban ($F_{(1, 1010)} = 11,95$; $p = 0,001$) gyakrabban használják az internetet, mint a fiúk ($M = 13,35$; $SD = 3,94$).

Altruizmus: a lányok ($M = 15,73$; $SD = 3,26$) szignifikánsan ($F_{(1, 1010)} = 22,94$; $p = 0,00$) gyakrabban számolnak be arról, hogy szívesen segítenek krízishelyzetben levő társaiknak az interneten, mint a fiúk ($M = 14,59$; $SD = 3,61$).

Életkori különbségek

Középiszkolás mintánkon kétféle életkori csoportot képeztünk, mivel feltételeztük, hogy különbség mutatkozik az internethasználati szokásokban a 14–16 évesek és a 17–20 évesek között. Varianciaanalízis segítségével megvizsgáltuk, hogy milyen szignifikáns különbségek mutathatók ki a két életkori csoport között az internethasználati szokásokban. A statisztikai eredmények szinte minden területen szignifikáns különbséget mutattak ki az életkor alapján. A statisztikai elemzések eredményét mutatja a 3. táblázat.

Átlagos különbségek az énfeltárás mértékében*Nemi különbségek*

A varianciaanalízis eredményei alapján szignifikáns nemi különbséget találtunk mind a feltárolkozás mélysége ($F_{(1, 1003)} = 9,33$; $p = 0,002$), mind az őszinteség és pontosság ($F_{(1, 1003)} = 4,008$; $p = 0,046$) alfaktorokban. Az eredmények azt mutatták, hogy a lányok szignifikánsabban magasabb ($M = 3,87$; $SD = 0,65$) őszinteségről számoltak be az online kommunikációjuk során, mint a fiúk ($M = 3,78$; $SD = 0,68$). Míg a feltárolkozás mélysége alapján szignifikánsan a fiúk mutattak magasabb eredményt ($M_{fiú} = 2,23$;

3. táblázat. Szignifikáns életkori különbségek az internethasználati szokásokban

Változók	F	p	M		SD	
			F*	**	F*	**
Érzékelt hasznosság	7,12	< 0,05	21,26	20,57	3,88	4,34
Érzékelt könnyű használat	18,97	< 0,05	17,31	16,54	2,55	3,01
Érzékelt támogatás, bátorítás	44,89	< 0,05	18,61	16,62	3,97	4,43
Aktuális használat	7,96	< 0,05	14,10	13,40	3,89	3,91
Társas identitás	31,52	< 0,05	11,28	9,90	3,81	3,93
Altruizmus	38,93	< 0,05	15,84	14,48	3,13	3,78
Telepresence	20,76	< 0,05	9,15	7,88	4,84	4,04

* : F- 14–16 évesek; **: I- 17–20 évesek

$SD_{\text{fiú}} = 0,66$; $M_{\text{lány}} = 2,11$; $SD_{\text{lány}} = 0,62$). Tehát a fiúk hajlamosabbak gyakrabban olyan személyes, intim információkat is megosztani magukról online kommunikációban, melyeket a személyes interakcióik során esetlegesen nem osztanának meg.

Életkori különbségek

A statisztikai elemzések szignifikáns életkori különbséget ($F_{(1, 988)} = 13,45$; $p < 0,005$), is kimutattak a feltárulkozás mélysége alfaktorban a fiatalabb (14–16 évesek) és idősebb (17–20 évesek) serdülők között. Az eredmények alapján a fiatalabb korosztály hajlamosabb személyes, intim információkat gyakrabban ($M_{\text{fiatal}} = 2,23$; $SD_{\text{fiatal}} = 0,64$) megosztani másokkal online interakciójuk során, mint az idősebb csoport ($M_{\text{idős}} = 2,08$; $SD_{\text{idős}} = 0,65$).

Iskolatípus szerinti eltérések

A varianciaanalízis eredményei szerint szintén szignifikáns különbség mutatkozott ($F_{(2, 1010)} = 6,75$; $p < 0,005$), a szakiskolás, szakközépiskolás és gimnazista serdülők énfeltárásában. Az eredmények azt mutatták, hogy a szakiskolás diákok szignifikánsan gyakrabban ($M = 2,27$; $SD = 0,80$) mutatnak mélyebb énfeltárást az internetes kapcsolataikban, mint a szakközépiskolás ($M = 2,22$; $SD = 0,67$) és gimnazista társaik ($M = 2,07$; $SD = 0,57$).

Nemi különbségek az énhatékonyságban

A varianciaanalízis eredményei szerint szignifikáns nemi különbséget ($F_{(1, 979)} = 12,61$;

$p < 0,005$) lehet kimutatni a fiúk és lányok között az énhatékonyságban. Az elemzések azt mutatják, hogy a fiúk szignifikánsabban magasabb ($M_{\text{fiú}} = 30,77$; $SD_{\text{fiú}} = 4,9$) énhatékonyságról számoltak be, mint a lányok ($M_{\text{lány}} = 29,66$; $SD_{\text{lány}} = 4,8$).

Nemi különbségek az észlelt társas támogatás mértékében

Szintén szignifikáns nemi különbséget mutattak a statisztikai elemzések az észlelt társas támogatás kérdőív két alfaktorában. Az eredmények alapján elmondhatjuk, hogy mind a barátoktól ($F_{(1, 1017)} = 11,34$; $p < 0,005$), mind a szignifikáns másoktól ($F_{(1, 1018)} = 55,85$; $p < 0,005$) a lányok nagyobb társas támogatás észlelnek, összehasonlítva a fiúk eredményével (lásd 4. táblázatot).

Összefüggések feltárása

Hierarchikus regresszióelemzést végeztünk, hogy az énfeltárás, az énhatékonyság és az észlelt társas támogatás kapcsolatát megvizsgáljuk.

Az énhatékonyság kialakulásában a családból és szignifikáns másoktól észlelt támogatás, az internetes kapcsolatokban való őszinteség, valamint a nemek játszanak szerepet 12%-kal magyarázva a varianciát (lásd 5. táblázatot). Tehát minél több támogatást észlelnek a fiatalok családi környezetükből és a szignifikáns személyektől, annál magasabb énhatékonyságot mutatnak. A nem is jelentős prediktora az énhatékonyságnak, ahogyan azt korábban a varianciaanalízis eredményei

4. táblázat. A barátoktól és a szignifikáns másoktól észlelt társas támogatás mértéke nemi bontásban

	Fiúk		Lányok	
	M	SD	M	SD
Barátok	17,59	3,19	18,21	2,65
Szignifikáns mások	18,00	3,22	19,20	1,70

5. táblázat. Énhatékonyt befolyásoló tényezők

Változók	R	R²- változás	b	Béta	I	p
<i>Énhatékonyt $F_{(4, 936)} = 30,14; p < 0,001$</i>						
Észlelt társas támogatás – család	0,245	0,06	0,24	0,145	3,54	< 0,01
Énfeltárás-őszinteség	0,300	0,09	1,26	0,172	5,36	< 0,01
Nem	0,328	0,11	-1,51	-0,152	-4,81	< 0,01
Észlelt társas támogatás – szign.m.	0,338	0,12	0,21	0,111	2,64	< 0,01
(Konstans)			19,36			

6. táblázat. Internetes kapcsolatban való őszinteséget befolyásoló tényezők

Változók	R	R²- változás	b	Béta	I	p
<i>Őszinteség $F_{(3, 913)} = 36,74; p < 0,001$</i>						
Észlelt társas támogatás – szign.m.	0,264	0,07	0,049	0,188	5,34	< 0,01
Énhatékonyt	0,319	0,10	0,024	0,174	5,41	< 0,01
Észlelt társas támogatás – család	0,329	0,12	0,018	0,090	2,57	< 0,01
(Konstans)			1,890			

is mutatták, a fiúk esetében figyelhetünk meg magasabb énhatékonyt. Az elemzés azt is bebizonyította, hogy az őszinteség és pontosság az énfeltárásban szintén hozzájárulhat az énhatékonyt megjelenéséhez.

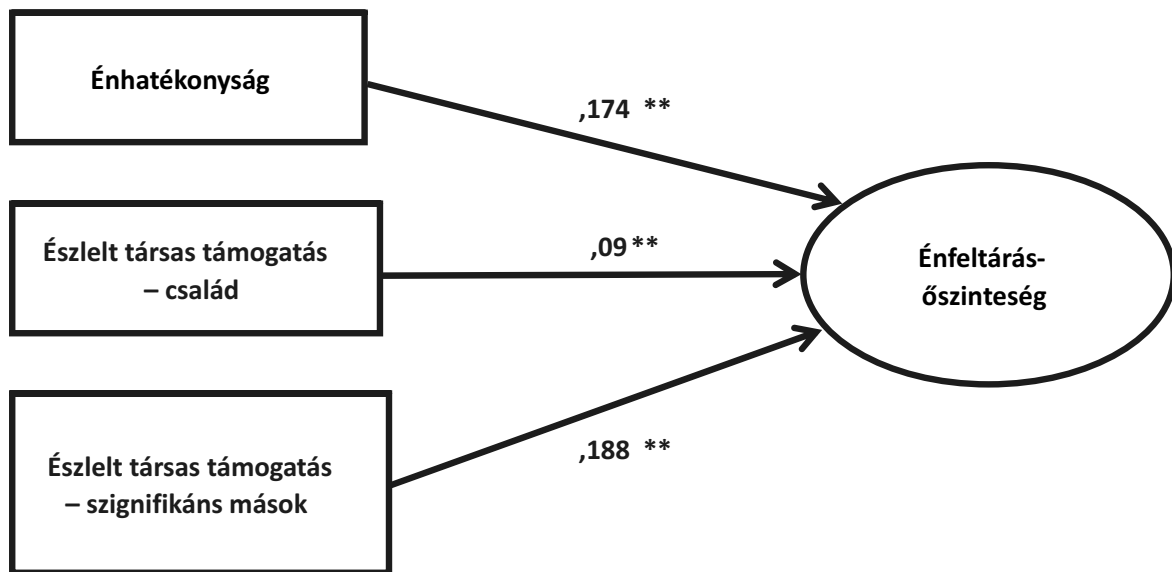
A regresszióelemzésekből kiderült, hogy az énfeltárást vizsgáló kérdőív esetében csak az internetes kapcsolatban való őszinteség faktornak tudtuk meghatározni a prediktorait. Az elemzés azt mutatta, hogy az őszinte és pontos feltárulkozásnak a családi környezetből és a szignifikáns másoktól észlelt támogatás, és az énhatékonyt a bejósoló tényezői, 12%-kal magyarázva a variációt. Az eredmények azt tükrözték, hogy minél nagyobb támogatást észlelnek a fiatalok a családi környezetükből és a közvetlen környezetükben jelentős személyektől, annál őszintebben tárják fel magukat az online kapcsolataikban. Ehhez az őszinteséghez még az énhatékonyt is hozzájárul. Tehát minél magasabb az énhatékonyt mértéke, annál őszintebben és nyíltabban tárják fel

a fiatalok önmagukat az internetes kommunikációban (lásd 1. ábra).

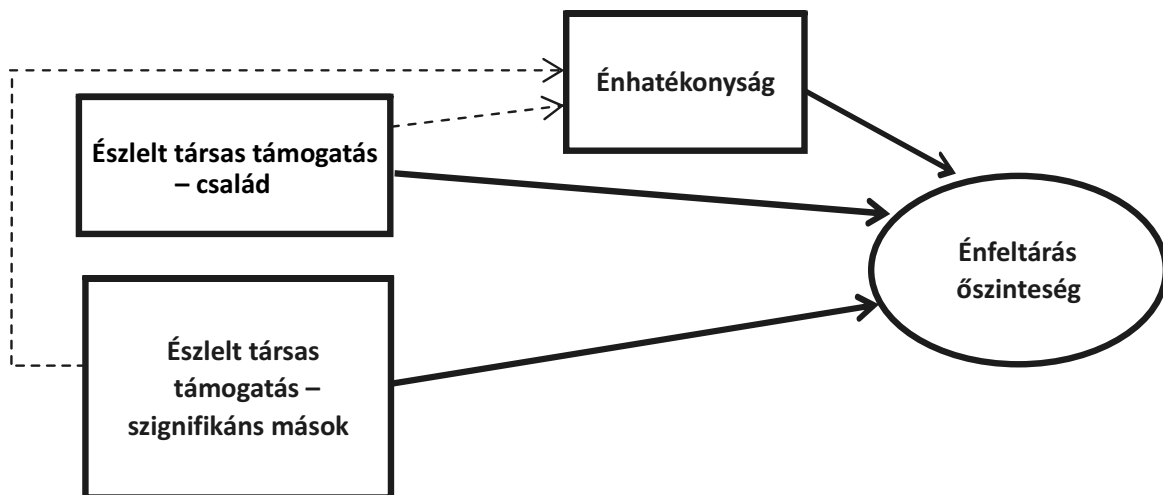
A következő, 2. ábra a regresszióelemzések eredményeit egy komplex modellben mutatja be. A modell jól szemlélteti, hogy az énhatékonyt közvetlenül is befolyásolja az online kapcsolatban való őszinteség mértékét, valamint közvetetten, a családi környezetből és a szignifikáns személyektől észlelt támogatáson keresztül is hatást gyakorol a serdülők énfeltárására az online kapcsolatokban. Az elemzések megerősítették még a társas támogatás szerepét az internetes kapcsolatban való őszinte feltárulkozásban is.

ÖSSZEFOGLALÁS

Kutatásunkban arra a kérdésre kerestük a választ, hogyan befolyásolja az internetes kapcsolatban való énfeltárás mértékét az énhatékonyt és az észlelt társas támogatás. Egy Szegedre reprezentatív középiskolás mintán



1. ábra. Az énfeltárás összintéség faktorát befolyásoló tényezők
(**: $p < 0,05$, A számok a Béta értékeket jelölik)



2. ábra. Komplex modell az énfeltárás összintéség faktorát befolyásoló tényezőkről

végzett vizsgálatunk során az alábbi kérdésekre kerestük a választ: 1. Milyen nemi és életkori különbségek mutathatók ki az online kapcsolatokra való nyitottságban? 2. Van-e különbség az internethasználati szokásokban? 3. Milyen szerepe lehet az énhatékonyság érzésének mint az önszabályozás folyamatának meghatározó tényezőjének abban, ahogyan észlelik a fiatalok a társas kapcsolataikat? 4. Hogyan élnek meg személyes, intim életüket egy anonim, online helyzetben?

Vizsgálati eredményeink alátámasztották első hipotézisünket, amelyben feltételezzük, hogy az internethasználati szokásokban nemi különbségek azonosíthatók. Eredményeink szerint a lányok gyakrabban használják az internetet, valamint több támogatást és bátorítást érzékelnek online helyzetben, mint a fiúk. Kimutatható volt még, hogy a lányok szívesebben is segítenek krízishelyzetben levő társaiknak, és szívesebben hallgatják meg mások problémáit. Ezek az eredmények alátámasztják

Sebő (2012) kutatási megállapításait, miszerint a nők gyakrabban használják az internetet, hasznosabbnak érzik, nagyobb jelentőséget tulajdonítanak az interneten keresztül megnyilvánuló társas támogatottságnak, és őszintébbek internetes kapcsolataikban, mint a hasonló korú férfi társaik. Adataink tehát alátámasztják azokat a korábbi megállapításokat, amelyek hangsúlyozzák, hogy az online támogatás keresésében a női nem kitüntetett szerepben van (vö. Szenes és Sebő, 2012).

Kutatásunk második hipotézisében Leung (2007) korábbi megállapításaira támaszkodva feltételeztük, hogy életkori eltéréseket találunk az internethasználati szokásokban. Valószínűsítettük, hogy minél fiatalabb a serdülő, annál hasznosabbnak véli az internetet, illetve annál gyakrabban használja, annál nélkülözhetetlenebbnek gondolja az online életet. Hipotézisünk bebizonyosodott, mivel kutatásunk arra is rávilágított, hogy a 14–16 éves fiatalok életében az internet sokkal jelentősebb szerepet tölt be, mint egy-két évvel idősebb társaik esetében. Ők szignifikánsan gyakrabban és könnyebben is használják az internetet, több támogatást érzékelnek. Elengedhetetlenek bizonyul számukra, mivel társas identitásuk, csoporthoz tartozás érzésük megélése valósul meg az internetes kapcsolattartási formák útján. Ezen túlmenően kutatási eredményeink azt is körvonalazzák, hogy az internet világa a serdülők számára egy új lehetőséget, egy új világot jelent, amely teljesen elszigetelten létezik a hétköznapi valóságtól. Az internet világa egy valós élettér (vö. Tari, 2011), egy találkozási színtér, amely nélkül nehezen tudnak megenni. (2. hipotézis)

A virtuális térben kibontakozó kapcsolatok jelentőségét megragadó adataink alátámasztják Furman és Buhrmester (1985) ko-

rábbi kutatási adatait és következtetéseit, amelyekben kapcsolatot találtak a baráti kapcsolatok minősége és a pszichés problémák megjelenése között. Azon fiatalok esetében, akik szegényesebb baráti kapcsolatrendszerrel rendelkeznek, és az internetet kommunikációra használták, kisebb mértékű depressziót azonosítottak. Esetükben az interneten keresztüli kommunikáció egy védőfaktort jelenthet a pszichés problémák megjelenésében. Ezzel szemben azok a fiatalok, akik kevés és nem mély baráti kapcsolattal rendelkeztek és az internetet nem kommunikációra használták, a depresszió és a szorongás kialakulásában rizikócsoporthként jelentek meg. Ezek az eredmények az online kommunikáció *társas kompenzációs modell* hatását támogatják. Minél több társas támogatásban részesülnek a serdülők akár online, akár offline, annál kevésbé érzik elkeserítőnek a stresszes életeseményeket, melyekkel serdülőkorban találkozhatnak. Ezzel párhuzamosan azonban azt is fontos megemlíteni, minél több társas támogatást kapnak online, vagy minél hatékonyabban tudnak megküzdenni az őket érő stresszel az internet használatának segítségével, annál inkább motiváltak lesznek arra, hogy az internethasználatot összekössék a társas kompenzációval és azt a hangulatuk kezelésére, javítására használják, ami pedig a problémahelyzettel való aktív megküzdést nem segíti elő (Li, Wang és Wang 2009).

Összességében elmondható, hogy a gátlottság hiánya, az anonimitás, és az arra való képesség, hogy valaki másnak a benyomását, a róla alkotott képét befolyásolja, személyes kapcsolati kényszer nélkül, azzal a képességgel társulva, hogy kiválassza a célközönséget, akinek prezentálhatja ezt az ideális szelfet, magyarázatot jelenthet arra, hogy néhány használó jobban érzi magát online, mint off-

line környezetben. Ugyanakkor fontos látnunk, hogy ez a jelenség egy ördögi kör kialakulásához vezet, amelyben a magányos serdülők online próbálják meg a kapcsolati hiányukat, társas készségeiket pótolni és megszerezni, de mindeközben éppen ez az online idő az, ami a nem online töltött társas életükben hiányokat okoz, és más való életbeli problémákhoz vezet.

KITEKINTÉS

A társas támogatás keresése manapság egyre gyakrabban nemcsak face-to-face kommunikációban történik, hanem egyre nagyobb jelentőséget kapnak az online tanácsadás különböző formái. Alapvetően a 70-es években terjedtek el a különböző online önszolgáltató csoportok, melyek anonim volta hozzájárult a népszerűségükhöz és az elterjedésükhöz. Ezek után a 80-as évektől kezdtek el megje-

lenni a hírcsoportok, elektronikus levelezőlisták, online támogató csoportok, melyek alkalmasak bizonyos témák megbeszélésére, tanácsadásra. Az internetes támogató csoportok alapvetően népszerűek a serdülők körében, főként azért, mert az információ gyorsan, könnyen, ingyen elérhető számukra, és nagyon széles a felkínált információ tárháza. Kutatások bizonyítják (Seepersad, 2009), hogy az online támogatás előnyei között szerepel az őszinteség és nyíltság (kevésbé szigorú, becsmérlő válaszok helyett több egyenes választ kaphatnak), a kevesebb negatív ítélet, a kisebb kötelezettség a viszontsegítésre, támogatásra, a kevesebb kapcsolati függőség. Megfigyelhető, hogy online támogatás esetén sokkal gyorsabb támogatáskeresési képesség jelenik meg, jobban kezelhető a stigmatizálódás a szociális távolságtartás révén, és természetesen sokkal intimebb önfeltárukozást tesz lehetővé az anonimitás által.

SUMMARY

SELF-DISCLOSURE IN ONLINE COMMUNICATION

– IN RELATION TO PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND SELF-EFFICACY

Background and aims. The aim of our study is to determine the effects of Computer-Mediated Communication (CMC) on adolescents' contact making habits. In the focus of our study, we try to clarify the relationships between openness in internet communication with self-efficacy and perceived social support. Self-efficacy is really important in the self-regulation process. In Bandura's social cognitive theory (1994), the role of observational learning and social experience in the development of personality could play an important role in the self-regulation process. The other factor which could influence the relevance of online communication is social support (Kaplan, et. al., 1977). *Methods.* We carried out a representative research in Szeged, Hungary. 1034 high school students (Mean age: 16.45 years) took part in the study. They had to fill in the Hungarian versions of the General Self-Efficacy Scale (Kopp, Schwarzer & Jerusalem, 1993), the Revised Self-Disclosure Scale (Lai-yee Ma, Leung, 2006), the Multidimensional Social Support Scale (Cheng & Chan, 2004) and the Usage of Social Network Service Scale (Kwon & Wen, 2010). *Results.* Results have shown that there are

significant gender differences in self-efficacy, self-disclosure and internet usage habits. Giving and asking for support in online environment is much more relevant for girls compared to boys. *Conclusions.* Our results demonstrated that self-efficacy could influence directly and indirectly, via social support from the family, the level of self-disclosure in online communication.

Keywords: Generation Z, self-disclosure, online communication, perceived social support, self-efficacy

IRODALOM

- BANDURA, A. (1994): Self-efficacy. In: RAMACHAUDRAN, V. S. (ed.): *Encyclopedia of human behavior*. 4. Academic Press, New York. 71–81.
- BARTON, A. L., KIRTLEY, M. S. (2012): Gender differences in the relationships among parenting styles and college student mental health. *Journal of American College Health*, 60(1), 21–26.
- BUOTE, V. M., WOOD, E., PRATT, M. (2009): Exploring similarities and differences between online and offline friendships: The role of attachment style. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 560–567.
- CHENG, S-T., CHAN, A. C. M. (2004): The multidimensional scale of perceived social support: dimensionality and age and gender differences in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1359–1369.
- FONAGY, P. (1996): Patterns of attachmentinterpersonal relationships and health. In: BLANE, D., BRUNNER, E., WILKINSON, R. (ed.): *Health and Social Organization*. Routledge, New York, NY. 125–151.
- FRANK, G., PLUNKETT, S. W., OTTEN, M. P. (2010): Perceived Parenting, Self-Esteem and General Self-Efficacy of Iranian American Adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 738–746.
- FURMAN, W., BUHRMESTER, D. (1985): Children's perceptions of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology*, 21(6), 1016–1024.
- HORRIGAN, J., LEE RAINIE-FOX, S. (2001): *Online Communities: Networks that nurture long distance relationships and local ties*. Pew Internet & American Life Project.
- HULLÁM I., MUHAI L. (2010): Új típusú függőségek az információs társadalomban és azok hatása az informatikai biztonságra. *Hadtudományi Szemle*, 3(2), 70–76.
- JERUSALEM, M. SCHWARZER, R. (1986): Selbstwirksamkeit. In: SCHWARZER, R. (ed.): *Skalen zur Befindlichkeit und Persönlichkeit*. Berlin: Institut für Psychologie, Freie Universität Berlin. 15–28.
- JUKES, I., DOSAJ A., (2006): Understanding Digital Children, Teaching & Learning in the New Digital Landscape. *The InfoSavvy Group, Singapore MOE Mass Lecture*.
- KAPLAN, B. H., CASSEL, J. C., GORE, S. (1977): Social support and health. *Medical Care*, 15(5), 47–58.

- KESHAVARZ, S., BAHARUDIN, R. (2012): The moderating role of gender on the relationships between perceived paternal parenting style, locus of control and self-efficacy. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 32, 63–68.
- KIM, J., LAROSE, R., PENG, W. (2009): Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 451–455.
- KOPP, M. S., SCHWARZER, R., JERUSALEM, M. (1993): *Hungarian Questionnaire in Psychometric Scales for Cross-Cultural Self-Efficacy Research*. Zentrale Universitäts Druckerei der FU Berlin.
- KWON, O., WEN, Y. (2010): An empirical study of the factors affecting social network service use. *Computers in Human Behavior*, 26(2), 254–263.
- LAI-YEE MA, M., LEUNG, L. (2006): Unwillingness-to-communicate, perceptions of the internet and self-disclosure in ICQ. *Telematics and Informatics*, 23(1), 22–37.
- LI, H., WANG, J., WANG, L. (2009): A Survey on the Generalized Problematic Internet Use in Chinese College Students and its Relations to Stressful Life Events and Coping Style. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7(2), 333–346.
- LEUNG, L. (2007): Stressful Life Events, Motives for Internet Use, and Social Support Among Digital Kids. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 204–214.
- LUSZCZYNSKA, A., GUTIÉRREZ-DONA, B., SCHWARZER, R. (2005): General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International Journal of Psychology*, 40(2), 80–89.
- LUSZCZYNSKA, A., MALLACH, N., PIETRON, K., MAZURKIEWICZ, M., SCHWARZER, R. (2010): Intentions, planning, and self-efficacy predict physical activity in Chinese and Polish adolescents: Two moderated mediation analyses. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10(2), 265–278.
- MORAHAN-MARTIN, J., SCHUMACHER, P. (2003): Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659–671.
- PIKÓ B. (1996): Az egészségi állapot szociális dimenziója: a társas támogatás. Kutatási modell. *Végeken*, 7(1), 20–24.
- PRENSKY, M., (2001a): Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), MCB University Press.
- PRENSKY, M., (2001b): Do they really think differently? *On the Horizon*, 9(6), MCB University Press.
- SEBŐ T. (2012): A férfiak segítségkérő viselkedése és az internet világa. In: KÖRÖSSY J., KÖVÁRY Z. (szerk.): *Fiatalok biztonságkeresési stratégiái az információs társadalomban*. Primaware, Szeged.
- SEEPERSAD, S. (2009): Coping with Loneliness: Adolescent Online and Offline Behavior. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(1), 35–39.
- SMITH, G. J. (2007): Parenting Effects on Self-Efficacy and Self-Esteem in Late Adolescence and How Those Factors Impact Adjustment to College. *Online Submission*.
- SZENES M., SEBŐ T. (2012): Valódi segítség a virtuális térben. Az „*elvezetesonline.hu*” szolgáltatásainak kezdeti tapasztalatai a Szegedi Tudományegyetemen. In: KÖRÖSSY J.,

- KÖVÁRY Z. (szerk.): *Fiatalok biztonságkeresési stratégiái az információs társadalomban*. Primaware, Szeged.
- TAPSCOTT, D. (1998): *Growing up digital: the rise of the Net generation*. McGraw Hill, New York.
- TARI A. (2011): *Z generáció*. Tercium Kiadó, Budapest.
- TISSERON, S. (2010): A képek új kultúrája. In: LE BRETON, D. (ed.): *Serdülők világa. Kétségek és önmegvalósítás*. Pont Kiadó, Budapest.
- UJHELYI A. (2013): Digitális nemzedék – Szociálpszichológiai szempontból. Tanulmány. In: LÉVAI D. (szerk.): *Digitális Nemzedék Konferencia. Konferenciakötet*.
- VALKENBURG, P. J., SCHOUTEN, A. P. (2005): Developing a model of adolescent friendship formation on the internet. *Cyberpsychology & Behavior*, 8. 423–430.