

Makovics Gábor (ELTE Illyés Sándor Szakkollégium)

Digitalizált önállóság? – A fiatal felnőttek családtól való függetlenedése és társas kapcsolatai a digitális eszközök korában

Az elmúlt húsz évben az internet- és különösen a közösségi médiahasználat központi jelentőségű lett mindennapi életünkben. Ezáltal rengeteg új mód nyílt az önkifejezésre, a kapcsolatépítésre és a szabadidőnk eltöltésére, viszont az internet problémás használata is gyakoribbá vált: az élet egyre több területére terjed ki az online világ, egyre több időt fed le életünkben, amely főként a tinédzser és a fiatal felnőtt korosztályt érinti (Prievara – Pikó 2016). Ebben az életszakaszban a családtól való függetlenedés is kiemelt jelentőségű, a folyamatot pedig a családi rendszer jellemzői is befolyásolhatják.

A kutatás célja elemezni, hogy a problémás internethasználat és az online térben való énmegjelenítés milyen kapcsolatot mutat a család mint rendszer jellemzőivel, illetve a szelf-differenciáltság mértékével. A vizsgálat során a családi rendszer és az internethasználati szokások közötti kapcsolat kirajzolódását várjuk. A kutatás eredményeit más, témába vágó, kutatási eredményekkel összekapcsolva árnyaltabb képet kaphatunk az internethasználat pszichológiai és családi jellemzőiről.

Hosszú távú célként akár olyan módszerek kialakításáról is beszélhetünk, melyek a különböző szintű prevenciós eszközök számát növelve a családi működésre helyezik a hangsúlyt a problémás internethasználat csökkentésében, és segítenek a hatékonyabb megküzdési módok elsajátításában.

Parák András Sándor (ELTE Illyés Sándor Szakkollégium)

Egy 21. századi addikció – az okostelefonfüggőség és kutatási irányai

„Az okostelefonoknak köszönhetően a németországi barátaimat könnyebben elérem, de a szomszéd szobában ülő páromat nehezebben.” (Yuval Noah Harari)

Az, hogy a túlzott okostelefonhasználat függőséghez vezethet, egyre szembeötlőbb társadalmi probléma (Emanuel 2015). A problémás okostelefonhasználat szakirodalma azonban ellentmondásos, és maga az „okostelefonfüggőség” fogalma sem pontosan definiált. A szakirodalom sokáig a telefonnal eltöltött időmennyiséget tekintette a függőségszintjével egyenértékűnek, de ez a paradigma megrendülni látszik. Egyes kutatások szerint nem is az időmennyiség, hanem a használat módja számít (Tossell et al. 2015). Mások feltárták, hogy a telefonnal eltöltött idő becsült és valós, eszközökkel megmért mennyisége jelentősen eltérhet, így ez a kutatási konstrukció kevésbé megbízható (Ellis et al. 2019). Számos kutatás inkább korrelációs vizsgálatokat végzett, amelyek felfedték, hogy milyen tényezőkkel (pl. depresszió) járhat együtt a megnövekedett okostelefonhasználat, de nem törekedtek a jelenség pontos megértésére (Elhai et al. 2018). Egyesek szerint pedig „okostelefonfüggőség” nem is létezik mivel a függőséget társas igényeink kielégítése okozza, amelyhez a

telefonot csak eszközként használjuk (Emanuel 2015). Előadásomban szeretném bemutatni az okostelefonfüggőség jelenlegi kutatási irányait, az ezekre irányuló kritikákat, valamint az eddigi eredményeket összesítve olyan vizsgálati modelleket ismertetni, amelyek segítségével az okostelefonfüggőség pontosabban definiálható lesz, és mélyebb, intraperszonális faktorai is megérthető válnak.

Horvát Barbara (SZTE Szent Imre Szakkollégium)

Orthorexia nervosa összefüggéseinek vizsgálata

Az orthorexia nervosa, másnéven egészségesétel-függőség, egy újfajta evészavar, amely az utóbbi két évtizedben keltette fel a kutatók érdeklődését. Az orthorexia számos ponton átfedést mutat az anorexiával, például evési és a testi attitűdök terén, ám a motivációs hátterük eltér. Kutatásom célja az orthorexia anorexiával való összefüggéseinek feltárása volt. Az adatgyűjtés online kérdőíves eljárással zajlott, a résztvevőket kényelmi mintavételi eljárással toboroztam kétféle közösségi oldalról. Az adatelemzés során 288 személy válaszait vontam be az elemzésekbe, akiknek átlag életkora 27,79 év (SD = 10,59) volt. A kutatás során a következő kérdőíveket alkalmaztam: Evési Zavar Kérdőív (Túry – Sáfrán – Wildmann 1997), Orto-11-Hu (Varga et al. 2014), Testi Attitűdök Tesztje (Túry – Szabó 2000). Az eredmények alapján a korábbi és a jelenlegi evészavar megléte rizikófaktort jelent az orthorexiára nézve. Az evési és a testi attitűdök tekintetében jelentős átfedés van az anorexia és az orthorexia között; ez utóbbinál is megfigyelhető a nagyobb fokú testtel való elégedetlenség, az interperszonális kapcsolatok gyengesége, valamint a testsúlycsökkentő manipulációk alkalmazása. Az eredmények alapján elmondható, hogy az evészavar korai felismerésénél kulcsfontosságú az életmódváltás, a diéta mögött meghúzódó motiváció feltárása, hiszen a testtel való elégedetlenség hajlamosító tényező lehet úgy az anorexia, mint az orthorexia kialakulására.

Áfra Eszter (Pécsi Tudományegyetem)

Az Orthorexia nervosa és a Cirkumplex – modell

Az orthorexia nervosa napjaink egy újabbnak számító étkezési zavara, ami főleg azon személyek körében gyakori, akik nincsenek megelégedve magukkal, a testképükkel, kinézetükkel, de olyan módon mégsem sanyargatnák magukat, mint a klasszikus étkezési problémákkal küzdők.

A kutatásban az Ortho-15 magyarra fordított változatával, az Ortho-11-Hu kérdőívvel dolgoztam.

Korábbi kutatások már felvetették, hogy a család működése mint befolyásoló tényező szerepet játszhat a kialakulásában. Így került ebben a munkában fókuszba az OCST-4 (Olson-féle Családi Teszt) avagy a FACES-IV, amely a Circumplex-