

# A MAGYAR KÖZSZOLGÁLATI MÉDIA AZ INTERNETFÜGGŐSÉGRŐL

■ Az internet olyan hálózatot hoz létre, amely teljesen megszabadítja a kommunikációt a különböző körülmények – tér- és időbeli korlátok – hatásaitól. Általa lehetővé válik a legkülönbözőbb tartalmak egyidejű produkciója és fogyasztása, amelyek bárhol, bármikor azonnal elérhetővé válnak. Az internet így számos szintér jelentős részévé válik: politika, üzleti tér, kultúra, az egymásra ható emberi kapcsolatok és személyiség terében. Az ember élete egyfajta értelemben az internettől függ, hiszen lehetőséget nyújt az információkhoz való könnyű és gyors hozzáféréshez; általa olyan virtuális közösségek alakulhatnak ki, ahol áthidalhatók a térbeli, időbeli, kulturális és nyelvi különbségek.

Az internetfüggőség viszonylag friss kutatási terület, ezért még vitatott a definíciója. Nicola F. Johnson *Az internetfüggőség sokfélesége – félreértelmezett szabadidő és tanulás* című tanulmányában<sup>1</sup> kifejtette, hogy a rendellenesség e pillanatban még nem szerepel a mentális zavarok nemzetközi osztályozási rendszerében, és nincs konszenzus a tekintetben sem, hogy érdemes-e külön betegségként tekinteni az internet használatával kapcsolatos problémákra. Továbbá az internetfüggőséget kezelő központ (Center for Internet Addiction Recovery) alapítóját, a pittsburghi Young K. Sohn professzort említi, aki először fogalmazta meg a problémás internethasználatot mint addiktív zavart. Young szerint a problémás használók elveszítik a kontrollt az internethasználat felett, fokozottan belemerülnek az internetezésbe, ekképp képtelenné válnak arra, hogy csökkenték az internet előtt töltött időt, mindazok ellenére, hogy az számukra problémát okoz. Bár Young addikciós problémaként beszél az internetfüggőségről, az általa kidolgozott Diagnosztikus Kérdőívet (Diagnostic Questionnaire) mégis inkább a kóros játékszenvedély kritériumai alapján alakította ki.

A magyar közszolgálati médiában számos video-, illetve hanganyagot talál-

tam, amelyeket az „internetfüggőség”, „internetfüggő”, „függőség” és „internet” címszavakkal lehetne jellemezni. A *Napközben* (Kossuth Rádió), *Én vagyok itt* (Petőfi Rádió), *Ridikül* (Duna Televízió) stb. műsorokban gyakorta arról tárgyalnak a meghívottak, hogy miként előzhető meg a függőségek. Az internettel kapcsolatban 185 találatból kb. 15 anyag a cybervilág veszélyeire hívja fel a figyelmet; egyszerűsmind a tudatos internetfogyasztásra, a kóklerek kerülésére buzdítják a fogyasztókat. Az internet elsősorban a gyerekekre és az idősekre jelent nagy veszélyt, de leginkább a gyermekekre. Ezért nagyon fontos – és majdnem minden internettel kapcsolatos anyagban elhangzik –, hogy a szülőnek kötelessége a „gyermek kontroll alatt tartása”, hiszen olyan tartalmakkal találkozhat, ami nem az ő korosztályának megfelelő.

A konkrétan internetfüggőségről szóló anyagok száma meglepően kevés: összesen három olyan anyaggal találkoztam, ami kimondottan ezt a témát taglalja. Az első találat az M1-es tévécsatorna 2016. július 31-i reggeli műsorának része volt *Egyre több az internetfüggő* címmel. Az internetfüggőség fokozatosan alakul ki, ezért fontos, hogy a gyermekek a szülővel együtt tanulják meg a világháló használatát, közös élményvilágot teremtsenek – tanácsolta a műsorban Kalamár Hajnalka pszichológus. A leghasznosabb hozzáállás azonban a köztes magatartás – hangsúlyozta. A szakértő szerint nem az a kérdés, mennyi időt tölt a gyermek a számítógép előtt, hanem az, hogy mi történik ezalatt. A szülő részt tud venni ebben az időben úgy, hogy megbeszéli a gyermekkel, mit néz, mivel játszik. Ehhez viszont a szülőnek alkalmazkodnia kell az új technológiákhoz, és nem elhatárolódni azoktól. A második szintén egy M1-es reggeli műsor része volt, 2015 februárjában. Király Orsolya, az ELTE Pszichológiai Intézetének munkatársa azt mondta, hogy ha valaki túl sokat netezik, önmagában még nem jelent függőséget, a kulcs-



kérdés az, okoz-e ez fennakadásokat az életvitelében, a munkájában, családjában. Ha igen, akkor lehet „problémás használatról” beszélni – hangsúlyozta a szakember. Ha valaki megteheti, hogy órákat ülhessen a gép előtt, mert sok szabadideje van, még nem függő, de ha családapa, családjában tölt úgy 3-4 órát a masinánál, hogy közben elhanyagolja a gyerekeket, a családját, ott már gond lehet. Gyerekek esetében mindenképp érdemes ésszerűen korlátozni az „internetidőt”, de soha nem büntetésként, hanem úgy, hogy a gyerek mindig kapjon valamilyen alternatívát. A gyerek a legtöbbször ugyanis azért ül le a gép elé, mert unatkozik, ehelyett kell a szülőnek – még ha sokszor nehezebbre esik is – valamit kitalálni. Egy másik *Ridikül*-műsorban Horváth Lili, Hámori Eszter és

Gyurkó Szilvia közszereplők számolnak be a saját gyerekeikkel kapcsolatos tapasztalataikról.

A közmédiában az internetfüggőséget leginkább a gyermekekkel hozzák kapcsolatba, így elsősorban az ő védelmüket tárgyalják. Ugyanakkor meglepően kevés anyag foglalkozik a kérdéses problémakörrel, ráadásul a meglévő sablonszerűen fogalmazzák újra ugyanazt a mondanivalót, különböző „amerikai kutatókra” hivatkozva. Az a meglátásom, hogy az internet veszélyes oldala kerül reflektorfénybe, amitől mindig is óvakodni kell. A világháló célszerű (érdemi) használatára való útbaigazítás mellékes szerepet kap a szakértők kiértékelése mellett.

**Kádár Kata**

#### ■ JEGYZET

1. ([http://www.infonia.hu/digitalis\\_folyoirat/2014/2014\\_2/i\\_tarsadalom\\_2014\\_2\\_podhradka.pdf](http://www.infonia.hu/digitalis_folyoirat/2014/2014_2/i_tarsadalom_2014_2_podhradka.pdf) Letöltés ideje: 2016.10.03.)