

# Újszerű szerhasználati kockázatok a mai fiatalok körében: Generációs Addikciós Kockázatok (GAK) – összefoglaló tanulmány

ERDŐS ÁKOS

## Absztrakt

**Bevezetés:** A különféle társadalmi változások érdemben és általánosan hatnak az adott történelmi valóságban élő egyénekre, generációkat alakítva ki. A generáció olyan személyek csoportja, akik ugyanabban a korszakban születtek, akiket sajátos események, trendek és folyamatok alakítottak és kötnek össze.

**Célkitűzés:** Tanulmányunkban feltételezzük, hogy a mai fiatal generáció tagjai olyan tulajdonságokkal bírnak és olyan sajátos pszichoszociális környezetben élnek, amelyek kiemelt kockázatot jelenthetnek a problémás vagy kényszeres szerhasználat kialakulását illetően. E generációs sajátosságokból fakadó, a szerhasználat problémássá válásában kockázatokat jelentő pszicho-szociális tényezőket nevezzük együttesen Generációs Addikciós Kockázatoknak (GAK).

**Eredmények:** Vizsgálatunkban arra jutottunk, hogy a Z generáció tagjai számos olyan egyéni és társas szinten megjelenő tulajdonságokkal bírnak, amelyek a droghasználat, illetve a különféle addikciók kialakulása szempontjából is fontos prediktorok lehetnek. Ilyenek különösen az individualizáció megerősödése, a szorongásos és depressziós tünetek prevalenciájának növekedése, a stimulációigény fokozódása, az újdonságkereső temperamentum vagy a szenzoros élménykeresés gyakoribb előfordulása a fiatalok körében. Társas szinten pedig kiemelendő az idősebb generáció tagjaival kapcsolatos nehézkes kommunikáció, valamint a fiatalok sajátos kapcsolati működése. A GAK-on keresztül továbbá megvilágításba kerülhetnek azok a sajátos igények, amelyekre a szülőknek (nevelésük során), az addiktológiai ellátásnak, nem különben az egészségfejlesztéssel és prevenciók beavatkozásokkal foglalkozó szakembereknek, szervezeteknek kiemelt figyelemmel kell lennie.

**Kulcsszavak:** kábítószer-fogyasztás, addikció, Z generáció

## Bevezetés

Szakmai és tudományos értelemben – ha a laikus közösség körében nem is – mára egyértelműen meghaladottnak számít az a korábban tényként elfogadott meggyőződés, miszerint a különféle addikciók – mint a mértékletesség hiányának kifejeződései – a rossz nevelés, a vallásosság és az erkölcsösség deficitjének eredményeként jönnek létre (Rezi, 1989). Miként önmagában az egyén testi-lelki tulajdonságai, úgy az általa használt pszichoaktív anyag sem okolható kizárólagosan a függőség kialakulásáért. Bruce Alexander és munkatársainak 20. század második felében végzett kísérletei egyértelműen igazolták, hogy a kísérleti állatok (patkányok) jellemzően megterhelő, izolált környezetben fogyasztanak pszichoaktív szereket (morfin-hidroklorid oldatot). Ezek az empirikus kutatási eredmények egyértelműen azt tükrözték, hogy a drogok önmagukban senkit nem tesznek függővé (Alexander et al., 1981; Hadaway et al., 1979).

A Kielholz-féle klasszikus addikciós háromszög elmélet szerint a függőségek kialakulásához legalább három tényező egymást erősítő hatására van szükség: pszichoaktív szer, az egyedi pszichés jellemzővel bíró szerhasználó személy és a sajátos szociokulturális környezet (Möbe & Rehbein, 2013). Ezzel összhangban határozzák meg a függőségek természetét az Országos Addiktológiai Intézet által kiadott szakmai protokollok is. Eszerint a függőség multifaktoriális eredetű betegség, amelynek kialakulásában genetikai, biológiai (neuroanatómiai és neurokémiai), pszichológiai (személyiségi) és szociokulturális tényezők egyaránt szerepet játszanak (Országos Addiktológiai Intézet, 2008a; 2008b; 2008c).

Az addikciók fent említett háttértényezőit illetően ugyanakkor szembetűnő különbség, hogy amíg az ember főbb testi jellemzői, valamint reá ható egyes pszichoaktív szerek kémiai tulajdonságai, hatásmechanizmusa az elmúlt évezredek során viszonylagos állandóságot mutatnak, addig az egyént körülvevő szociokulturális környezet meglehetősen gyakran és jelentős mértékben változik.

Az említett társadalmi változások érdemben és általánosan hatnak az adott történelmi valóságban élő egyénekre. Bizonyos szempontból e hatások – kis túlzással – homogenizálják az adott korszak embereit, s ezzel együtt tulajdonképp el is határolják őket egy korábbi és a jövőbeni társadalom tagjaitól. Lényegében az effajta „pszeudo közösségek” (Pankász, 2016) szerveződésének elméleti koncepciója szolgál az ún. generáció kutatások alapjául.

Tanulmányunkban feltételezzük, hogy a mai fiatal generáció tagjai olyan tulajdonságokkal bírnak és olyan sajátos pszichoszociális környezetben élnek, amelyek kiemelt kockázatot jelenthetnek a problémás vagy kényszeres szerhasználat kialakulását illetően. Dolgozatunkban e generációs sajátosságokból fakadó, a szerhasználat problémássá válásában kockázatot jelentő pszicho-szociális tényezőket nevezzük együttesen Generációs Addikciós Kockázatoknak (GAK). A Generációs Addikciós Kockázatok létezése tehát azon az elméleti megközelítésen alapszik, miszerint a fiatal generáció tagjait általában olyan személyiségjegyek, pszichés tulajdonságok jellemzik, amelyek – mintegy generációs szinten – sérülékennyé teszik őket a pszichoaktív szerhasználat zavarainak kialakulása kapcsán.

## Módszer

A tanulmány elkészítését megelőzendő, a tudomány módszertani elvárásoknak megfelelően (Hüse, 2016) részletes forráskutatásra került sor a releváns szakirodalomban. A fiatal generáció sajátos tulajdonságainak feltárására nem szisztematikus, narratív szakirodalmi áttekintést végeztünk a témában született tudományos publikációk körében. Tekintettel a megválasztott módszertanra, a tanulmány esetleges korlátait elsősorban a klasszikus összefoglaló tanulmányok kapcsán felmerülő módszertani hiányosságok adják. A szisztematikus irodalmi áttekintésektől eltérően ugyanis ehelyütt nem egy előre meghatározott szigorú protokoll mentén történik a források feltárása, így meglehet, hogy az eredmények később nem, vagy nem teljesen reprodukálhatók (Kamarási & Mogyorósi, 2015).

## Generációkutatások: Z generáció tagjaira jellemző főbb tulajdonságok

A generációkat érintő empirikus kutatásokat megalapozó Mannheim úgy vélte, hogy egy korosztály abban az esetben tekinthető önálló generációnak, ha annak tagjait valamiféle közös belső nemzedéki tulajdonság köti össze (Mannheim, 1969). Straus és Howe (1991) elmélete szerint a társadalmi generációk váltása nagyjából húsz évente szükségszerűen megtörténik, vagyis a generációváltást egyfajta ciklikusság jellemzi.

Mindenekelőtt megkívánjuk jegyezni, hogy a generáció fogalmára egy már eleve nem redukálható sokszínűség nyomja rá a bélyegét, ezáltal annak tudományos igényű meghatározása is rendkívül komplex (Hornyák, 2013; Szabó & Kiss, 2013). A generáció fogalma mögött szükségszerűen megjelenik az életkor. Az azonos élet éveket jegyző emberek csoportja ugyanakkor kizárólag biológiai értelemben alkot közösséget és így ők fogalmilag korosztályt, nem pedig generációt képeznek (Buda, 2019). A generációkutatások tehát alapvetően szociológiai értelemben és nem pedig biológiai tükörből tekintenek a generációs csoportokra (Kurai & Suhajda, 2015; Szabó & Kiss, 2013). A generációfogalom kapcsán tehát jelentősége annak van, hogy az azonos generációhoz tartozó emberek nem pusztán azonos időben születnek, hanem térben és időben hasonló módon, hasonló meghatározottságok között nőnek fel, s valami olyan közössel rendelkeznek, ami biológiai meghatározottságaikból levezethetetlen (Hornyák, 2013). Komár (2017) meghatározása szerint: „Szociológiai értelemben a generáció olyan személyek csoportja, akik ugyanabban a korszakban születtek, akiket sajátos események, trendek és folyamatok alakítottak és kötnek össze. A generációhoz tartozás tehát azt jelenti, hogy a kortársak történelmileg azonos korszakban és földrajzilag azonos helyen élnek, valamint hasonló értékeket képviselnek. A legújabb generációk azonban már átlépik a földrajzi és kulturális határokat (az első ›globális generáció‹), ezáltal jellemzően inkább élményeikben és tapasztalataikban, semmint irányítószámukban osztoznak egykorú társaikkal szerte a világon” (Komár, 2017, 14).

A témával foglalkozó szakirodalomban a generációs korszakolások bár nem teljesen egységesek, többnyire jelentős az átfedés közöttük (ld.: Strauss & Howe, 1991; Oblinger & Oblinger, 2005; McCrindle, 2014; Seemiller & Grace, 2016). A napjainkban leggyakrabban

idézett generációs korszakolás szerint a 20. századot követően veteránokról (1925-1945), bébi-bumm nemzedékről (1946-1964), X generációról (1965-1979), Y generációról (1980-1995) és Z generációról (1996-2010?) beszélhetünk (Bokor, 2007; Levickaté, 2010; McCrindle, 2014). Az őket követő ún. alfa generáció (2010-) létjogosultsága ugyanakkor már sokkal inkább vitatott (Buda, 2019; Nagy, 2017). Nagy és Kölcsey (2017) szerint az Alfa generáció létezése tudományos szempontból több szinten is megkérdőjelezhető. Kiemelik, hogy a 2010 óta születettek kapcsán még valójában nem tudható, hogy azok mutatnak-e mannheim-i generációs jellemzőket. Az elmúlt években nem is sikerült olyan narratívát találni, amely az X, Y és Z generációk értelmezésén túlmutatott volna. „Összességében tehát elmondható, hogy az új generáció elnevezése és karakterisztikájának bemutatása legfeljebb marketingszempontból fontos, amelynek csak évek múlva lehet relevanciája, amikor már több mindent tudunk a jelenleg még szó szoros értelmében gyerekcipőben járó Alfákról. Hovatovább mai ismereteink alapján az Alfa generáció tulajdonképpen csak egy ›Z 2.0‹, amely nem sokban tér el elődjétől, csak továbbviszi ›örökségét‹” – összegeznek a szerzők (Nagy & Kölcsey, 2017, 28).

Mindezek figyelembevételével tanulmányunkban a fiatal generáció elnevezés mögött az ún. Z generáció tagjait értjük, azokat, akik 1995-1996 után születtek, vagyis a húszas éveik elején járó és attól fiatalabb korosztály tagjait.

A Z generáció tagjainak önmagáról alkotott képe meglehetősen impozánsnak tűnik. Seemiller és Grace (2016) vizsgálata során megállapította, hogy a fiatalok túlnyomórészt lojálisnak, megfontoltnak, nyitottnak, empatikusnak és felelősségteljesnek érzik önmagukat. Azok a kutatások ugyanakkor, amelyek elsősorban nem az önmagukról alkotott vélemény alapján vizsgálták a Z generáció tagjait egyértelműen azt mutatják, hogy a mostani fiatalokra az éncentrikusság, erős individualizáció és a függetlenség jellemző (Nógrádi-Szabó & Neulinger, 2017; Twenge et al., 2008.; Sabaityté & Davidovičius, 2017). Mindehhez meglehetősen magas önbizalmi szint, megnövekedett önbecsülés és csökkent alázatosság kapcsolódik (Bittner et al., 2013; Twenge et al., 2008). A személyközi viszonyaikban a fiatalok számára sokkal inkább meghatározó a saját kortárscsoport tagjainak véleménye (Tari, 2011; Törőcsik et al., 2014). Sajátos preferenciáik, tulajdonságaik, nyelvezetük miatt nehezebben kommunikálnak az idősebb generáció tagjaival (Nógrádi-Szabó & Neulinger, 2017; Sabaityté & Davidovičius, 2017; Tari, 2011). Mindemellett nehezen viselik, elutasítják a tekintélyelvű kapcsolatokat (Balázs, 2020) és nagyon kevés felnőtt példaképet fogadnak el (Törőcsik et al., 2014). Több tanulmányban említést nyer a Z generáció tagjaira vonatkozó jellemzők között az impulzivitás, illetve a csökkent türelmi képesség is (Balázs, 2020; Sabaityté & Davidovičius, 2017).

Twenge és munkatársai (2008) által készített, 85 kutatás eredményeit tartalmazó meta-analízis szerint a Z generáció tagjainak személyiségében olyan személyiség jellemzők is megfigyelhetők, mint a nárcizmus, extraverzió, aszertivitás és materializmus. Cotet és munkatársai (2020) ezen kívül rámutatnak a multitasking jelenségre, a csökkent koncentrációképeségekre, valamint arra, hogy a Z generáció tagjai alapvetően innovatívak, kiváló technikai képességekkel rendelkeznek, célorientáltak és részesei kívánnak lenni az őket körülvevő folyamatoknak. Sabaityté és Davidovičius (2017) az eddigieken túlmenően kiemeli továbbá a belső szorongást, a társadalmi elvárásoknak való megfelelés kényszerének hiányát,

a gyakran előforduló irreális elvárásokat, az elégtelen jövőtervezést és időgazdálkodást is (time management). Talán kevésbé igényli a szakirodalmi megalapozást az az állítás, miszerint a Z generáció tagjai már szinte kivétel nélkül online fogyasztói társadalomban nőnek fel. Ez jelentősen kihat társas kapcsolataikra is. A fiatalok interperszonális kapcsolatait alapvetően – de nem kizárólagosan – szintén a digitalizáltság jellemzi (Bittner et al., 2013). Felmérések szerint például a 13-17 év közötti amerikai fiatalok 95%-a rendelkezik saját okostelefonnal, vagy hozzáfér ahhoz. 71%-uk pedig legalább egy social media platformon regisztrálva van (Anderson & Jiang, 2018; Barry et al., 2017). Hasonlóképp alakul a helyzet Magyarországon is. Egy 2016-os vizsgálat szerint a magyar fiatalok (15-29 éves) 85%-a rendelkezett okostelefonnal, míg 2012-ben ez az arány mindössze 31% volt (Bauer et al., 2017).

Az online kommunikáció úgy individuális, mint interperszonális szinten hatást gyakorol a fiatalokra (Ujhelyi, 2013). Kárpáti (2019) szerint a kizárólagosan vagy jelentős részben online térre korlátozódó kommunikáció rontja az egyén empátiáját, továbbá a másik fél által közvetített verbális és nonverbális üzenetek értelmezésének képességét. Ezzel együtt ugyanakkor meg kell jegyezni, hogy az internetes kapcsolattartás – megfelelő feltételek mellett – minőségileg pozitív változásokat is eredményezhet az egyén szintjén (Ujhelyi, 2013). Az énfeltárás elmélyülése mellett kutatások igazolják, hogy azok a fiatalok, akik szegényesebb baráti kapcsolattal rendelkeznek, de az internetet kommunikációra használják, kisebb mértékű depresszióval jellemezhetők (Jámbori et al., 2016).

Márpedig a mentális állapot kérdése korán sem mellékes. A serdülőkorral együtt járó hormonális változások, pszichoszociális kihívások miatt általában igaz, hogy ebben a korban a fiatalok körében gyakori a pszichoszomatikus és depressziós tünetképzés (Haugland et al., 2001). A vizsgálatok szerint ugyanakkor az előző generációkhoz képest a jelenlegi fiatalok körében jelentősen megnőtt azok aránya, akik mentális állapotukat kevésbé jónak ítélik meg. Az Amerikai Pszichológiai Társaság által 2018-ban végzett reprezentatív felmérés szerint a Z generáció tagjainak mindössze 45%-a értékelte kiválóra pszichés állaptát, míg az idősebb generációk körében ez minden esetben meghaladta az 50%-ot (American Psychological Association, 2018). A nemzetközi adatok arra engednek következtetni, hogy a fiatal generáció tagjai között – az idősebbekhez képest – jelentősen növekedett a klasszikus depressziós tüneteket mutatók aránya is (Horovitz & Graf, 2019; Twenge & Campbell, 2019; Twenge et al., 2010). Mindemellett számolni kell az olyan mentális egészségi problémák fokozottabb jelenlétével is, mint a figyelemzavar (ADD = Attention Deficit Disorder), szorongás, autizmus és bipoláris zavar (Schenarts, 2019).

A kutatók szerint a szorongásos és depressziós tünetek arányának pozitívítása az érintett generáció tagjai között részben a technikai eszközök túlzott használatával, illetve az ehhez kapcsolódó alvási problémákkal magyarázható (Tari, 2011; Twenge et al., 2018). Egyes kutatások meghatározó jelentőséget tulajdonítanak a tünetek keletkezése kapcsán a közösségi oldalaknak is. A társas támogatás, a kommunikáció lehetősége és az önértékelés növekedése (Ellison et al., 2007; Bruke & Kraut, 2014) mellett ugyanis az internetes közösségi felületeken, másokkal történő folytonos összehasonlítás szorongást és depressziót is kiválthat az egyénben (Alonzo et al., 2019; Woods & Scott, 2016). A fiatalok rossz mentális állapotának okságát vizsgálva mindenképp kiemelendő a social média felületein zajló kapcsolattartás

másik – napjaink fiataljait jelentősen érintő – árnyoldalát jelentő ún. internetes zaklatás (cyberbullying). Az internetes zaklatás hatására ugyanis az áldozatban felerősödik a szorongás (Dehue et al., 2008; Schneider et al., 2012), és a frusztráció (Pelfrey & Weber, 2013), valamint jellemzően megjelennek a depresszió tünetei (Dehue, 2013; Ybarra & Mitchell, 2004). Az online tér ezzel együtt nem csak a kapcsolattartás, de az információ szerzés és átadás területén is kiemeltebb jelentőséghez jut a Z generáció tagjainál, mint az idősebb korosztály képviselőinél. Egy hazai kutatás során magyar fiatalok körében mérték a FoMO jelenséget, amely egyfajta szorongást, félelmet jelent attól, hogy az érintett kimarad valamiből. A szerzők megállapításai szerint a Z generációs fiatalok közel fele (40%) mindennapi életében jelen van a FoMO érzése, 5.5%-uk esetében pedig ez kifejezetten magas szintű, vagyis náluk komoly aggodalmat okoz, ha nem férnek hozzá okostelefonjukhoz. A vizsgálat szignifikáns kapcsolatot igazolt a MoFO és a társas megerősítés iránti igény között is. Vagyis minél inkább vágyik valaki mások elismerésére, annál inkább aggasztja, ha nem érheti el a közösségi felületeket (Pásztor – Bak, 2020). De szerepe lehet a mentális jólét alakulásában a materialista életvitel megerősödésének is, amely igazoltan gyakran együtt jár a magánéleti elégedetlenséggel, alacsony boldogságszinttel, magas szintű depresszióval és szorongással (Twenge & Kasser, 2013).

Az eddig említett problémák oldását nehezítheti, hogy ezekhez sok esetben a fiatalok elégtelen stresszkezelési stratégiái kapcsolódnak (Faragó, 2017a; Kaló et al., 2019). A Z generációhoz tartozó egyetemista fiatalok körében végzett hazai kutatás eredménye szerint a vizsgált populáció 5-10%-ának komoly gondjai vannak a stresszkezeléssel. A fiatalok közel harmada (31%) olyan elkerülő mechanizmusokat alkalmaz a stresszel való megküzdésre, mint a tagadás, háritás, terelés vagy elfojtás (Faragó, 2017b).

Az internetes kommunikáció kapcsán Pais (2013) tanulmányában rámutat továbbá arra, hogy az online térben töltött idő növekedésével a Z generáció tagjai az offline világban gyengébb konfliktuskezelési készségekkel, indulatkezelési nehézségekkel rendelkeznek, jobban veszélyeztetettek a magány, szorongás és agresszív magatartások kapcsán is. A fiatal generáció tagjai a technikai eszközök sejt szintű ismeretének köszönhetően könnyen elérik egymást, ami kihat a kapcsolati hálózatukra (több gyenge kapcsolat), valamint az érzelmek azonnali megosztására, kezelésére, ami miatt körükben alacsonyabb frusztrációtűrés figyelhető meg (Ollé et al. 2013).

A Z generációt illetően számos egyéb jelzővel is lehet találkozni a szakirodalomban, így például: érdekérvényesítő, toleránsak, azonnali visszajelzésre, jutalomra vágyanak (Ollé et al., 2013), kezdeményezőkések és bátrak (Pais, 2013), gyakorlatiasak, kritikusak, szerteágazó érdeklődéssel rendelkeznek, de kevésbé mélyülnek el egy-egy témában, esetükben hangsúlyosabb a munka és magánélet egyensúlyára való törekvés (Magasvári-Szabó, 2020; Magasvári-Szilágyi, 2019), fontosnak tartják a jó közösséget (Tegyey, 2019), intelligensek (Bencsik et al., 2016), kreatívak, innovatívak (Priporas et al. 2017), rugalmasak, ambíciózusak és élménykeresők (Erdős et al., 2020; Pásztor & Bak, 2020). Ez utóbbival kapcsolatban Brailovskaia és Bierhoff (2020) regressziós diszkontinuitás figyelembe vevő empirikus elemzése igazolta, hogy az 1991 és 2000 között született Z generációs fiatalok szignifikánsan magasabb pontszámot értek el a narcizmus, a szenzoros élménykeresés, az önmegjelenítés és

a Facebook-on történő társadalmi interakciókat mérő skálákon, mint az 1977 és 1990 között született Y generációs személyek. Nógrádi-Szabó és Neulinger (2017) nemzetközi kutatásokra hivatkozva megjegyzi: „a párhuzamosan végzett tevékenységek elterjedésének következtében a fiatalok igénylik az állandó stimulációt, az ingergazdag környezetet és nem tudnak mit kezdeni a csenddel” (Nógrádi-Szabó & Neulinger, 2017, 117).

Konczosné (2017) hazai és nemzetközi összehasonlító generációvizsgálatok eredményei alapján a Z generáció három jellegzetes vonását emeli ki: (1) a társadalmi kapcsolatok, a struktúra, a rend és a kiszámíthatóság felértékelődése szempontjából a Z generáció kevesebb tagja él elvált szülők gyermekeként; (2) a Z generációt nagyon erős multitasking készségek jellemzik, amelyek kapcsolatban vannak a közösségi média használatával. A Z generáció tagjai képesek sokféle figyelné egy időben, ugyanakkor nehezen tudnak egy dologra koncentrálni hosszabb ideig; (3) a Z generációt a széles körű online játéktapasztalat jellemzi (Konczosné, 2017, 95).

**Táblázat címe: A Z generáció jellemzői egyéni és társas szinten (szakirodalom alapján)**

*Jellemzők értékelési szintje    Z generációra jellemzői*

<i>Egyéni szint</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ éncentrikusság</li> <li>▪ individualizáció</li> <li>▪ függetlenség</li> <li>▪ magas önbizalom</li> <li>▪ magas önbecsülés</li> <li>▪ csökkent alázatosság</li> <li>▪ nárcizmus</li> <li>▪ extravertió</li> <li>▪ célorientáltság</li> <li>▪ sikervágy</li> <li>▪ materializmus</li> <li>▪ aszertivitas</li> <li>▪ kiváló technikai érzék</li> <li>▪ fejlett problémamegoldó képesség</li> <li>▪ gyakorlatiasság</li> <li>▪ multitasking készség</li> <li>▪ emocionális inkontinencia</li> <li>▪ alacsony frusztrációtűrés</li> <li>▪ csökkent koncentráció („rövid figyelem”)</li> <li>▪ elégtelen mentális állapot</li> <li>▪ rugalmasság</li> <li>▪ innovativitas</li> <li>▪ kreativitás</li> <li>▪ ambicionizmus</li> <li>▪ szenzoros élménykeresés</li> <li>▪ indulatkezelési nehézségek</li> <li>▪ konfliktuskezelési nehézségek (offline)</li> </ul>
---------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ stimulációigény</li> <li>▪ kiszámíthatóság, struktúra igénye</li> <li>▪ intelligensek</li> <li>▪ kezdeményezőkézség, bátorság</li> <li>▪ fokozott érdekérvényesítő készség</li> <li>▪ tolerancia</li> </ul>
<p><i>Társas szint</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kortárs csoport véleményének jelentősége</li> <li>• kommunikációs nehézségek az idősebb generáció tagjaival</li> <li>• tekintélyen alapuló kapcsolatok elutasítása</li> <li>• online kapcsolatok és kommunikáció preferálása</li> <li>• társadalmi kapcsolatok felértékelődése</li> <li>• „globalizált kapcsolatok”</li> <li>• példaképek hiánya/alacsony száma az idősebb korosztályban</li> <li>• munka és magánélet egyensúlyára való törekvés</li> <li>• közösségi igény</li> <li>• kevésbé jellemző, hogy csonka családban nőnek fel</li> </ul>

*Forrás: A szerző saját szerkesztése (a hivatkozott források alapján)*

A fent bemutatott karakterrajz alapvetően a magyar Z generációs fiatalok esetében is helytállóan tűnik, különösen ami a kommunikációt, az online térhez való viszonyulást, az interperszonális kapcsolatokat és a multimédiás eszközök használatát illeti (Ruzsa, 2018). A Z generáció tagjai sok tekintetben bizonyosan különböznek a korábbi generációk gyermekeitől. Amennyiben ezt nem feltételeznénk, úgy azzal a generációs elméletek megalapozottságát vonnánk kétségbe. Fontos azonban kihangsúlyozni, hogy ezek a különbségek összességében nem adnak lehetőséget a generációk minőségi szintű összehasonlítására. Pusztán egyes tulajdonságaik alapján a különböző generációk tagjai nem lesznek jobbak vagy rosszabbak a másikonál. Sok esetben ugyanis megítélés kérdése, hogy egyazon tulajdonságot miként értékelünk. Kiválóan mutatja ezt be Ollé és munkatársainak (2013) kutatásokon alapuló összefoglaló táblázata, amely a Z generáció egyes tulajdonságait egyszerre értékeli optimista és pesszimista látásmódban. Tegye (2018) tanulmányában pedig SWOT elemzés alkalmazásával mutatja be, hogy a Z generáció viszonylatában nem csak gyengeségek és fenyegetések, hanem sajátos tulajdonságaik révén erősségek és lehetőségek is épp úgy azonosíthatók.



## A Z generáció tagjait érintő Generációs Addikciós Kockázatok

E tanulmány célja szintén nem a minősítés. Mindössze azt feltételezzük, hogy a Z generáció tagjai, a bemutatott pszichoszociális tulajdonságaik okán sérülékenyebbek, vagy legalább olyan sérülékenyek lehetnek a pszichoaktív szerhasználat zavarainak kialakulása kapcsán, mint az idősebb generációk tagjai.

Canning és munkatársai (2004) meta-analízisen alapuló kutatásában összefoglalta a droghasználat szempontjából jelentőséggel bíró hajlamosító tényezőket, rizikó- és protektív faktorokat különböző dimenziók mentén. A tanulmány megállapításai szerint a fiatalokat érintő szerhasználati problémák kialakulása mögött számos dimenzióban, számos kockázati tényezőt és védőfaktort lehet azonosítani.

### Táblázat címe: *Potenciális rizikó- és protektív tényezők*

Dimenzió	Rizikófaktor	Protektív faktor
<b>Környezeti/ Kontextuális dimenzió</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× drogokhoz való hozzáférhetőség</li> <li>× alacsony fogyasztói szocio-ökönómiai státusz</li> <li>× droghasználó kortársak jelenléte</li> <li>× bűnelkövető kortársak jelenléte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ proszociális felnőttek jelenléte</li> <li>✓ proszociális kortársak jelenléte</li> <li>✓ magas szocio-ökönómiai fogyasztói státusz</li> </ul>
<b>Családi dimenzió</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× szülői szerhasználat és deviancia</li> <li>× szülői felügyelet alacsony szintje</li> <li>× szülői elutasítás</li> <li>× elégtelen fegyelmezési rendszer</li> <li>× családi konfliktusok/válás</li> <li>× öröklött hajlam/szülői addikciók</li> <li>× alacsony szülői elvárások</li> <li>× családi zavarok beleértve a munkanélküliséget</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ korai családi veszteségek vagy szeparáció elmaradása</li> <li>✓ összetartó családi egység</li> <li>✓ megfelelő szülő-gyermek kötődés</li> <li>✓ magas fokú szülői felügyelet</li> </ul>
<b>Egyéni életút dimenzió</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× deviáns viselkedések, dohányzás, alkoholfogyasztás korai megjelenése</li> <li>× korai szexuális kapcsolatok</li> <li>× korai kábítószerhasználat</li> <li>× szerhasználat hirtelen fokozódása</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ deviáns magatartásformák, szerhasználó magatartás kitolódása</li> <li>✓ szerhasználattal összefüggő negatív elvárások, ismeretek</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>× szerhasználattal kapcsolatos pozitív elvárások és ismeretek</li> <li>× viselkedésproblémák története</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ vallásos közösségbe való bevonódás</li> </ul>
<b>Személyiségi dimenzió</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× feszültség/stressz</li> <li>× depresszió</li> <li>× agresszió</li> <li>× impulzivitás/hiperaktivitás</li> <li>× antiszociális személyiség</li> <li>× szenzoros élménykeresés</li> <li>× mentális egészségügyi problémák</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ magas önértékelés</li> <li>✓ alacsony impulzivitás</li> <li>✓ visszafogott temperamentum</li> </ul>
<b>Iskolai dimenzió</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× gyenge iskolai teljesítmény</li> <li>× alacsony iskolai aspirációk</li> <li>× gyenge iskolai elköteleződés</li> <li>× hiányzások, csavargás, lemorzsolódás</li> <li>× alacsony mértékű formális támogatás</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ jó tanári kapcsolat</li> <li>✓ magas tanulmányi aspirációk</li> <li>✓ szülők magas tanulmányi elvárása</li> <li>✓ magas iskolázottság</li> <li>✓ megfelelő formális támogatás az oktatásban</li> </ul>

*Forrás: A szerző saját szerkesztése (Canning et al., 2004, 59.)*

Canning és munkatársainak (2004) összefoglalóját összevetve a korábban bemutatott generációkutatások eredményeivel azt látjuk, hogy a Z generáció tagjai – különösen a személyiségi és a környezeti/kontextuális dimenzióban – számos olyan sajátossággal rendelkeznek, amelyek a szerhasználati problémák kialakulása szempontjából kockázati tényezőnek minősülnek. A személyiségi dimenzióban különös jelentősége van az *individualizációnak*, a *szorongásos* és *depressziós* tünetek prevalenciájának, a *stimulációigény* fokozódásnak, az *újdomságkereső* temperamentumnak, a *szenzoros élménykeresésnek*. Kontextuális és interpszonális dimenzióban pedig a fiatalok más generációkkal kapcsolatos nehéz *kommunikációját*, *sajátos kapcsolati működésüket* kell kiemelnünk.

### **Individualizáció**

Beck (2003) szerint egyes szociokulturális változások hozzájárulnak az ember környezet- és önpusztító magatartásához, így például hagyományos csalárendszer felbomlása, az individualizáció erősödése támogathatja ezeket. Az individualizáció és a pszichoaktív szerek összefüggéseivel ezidáig számos kutatás foglalkozott már. Ezek alapján általában megállapítható, hogy azokban a közösségekben, ahol kevésbé az individualizáció, mint inkább az emberek egymáshoz való érzelmi kapcsolódása a jellemző, alacsonyabb az öngyilkosságok, a droghasználat, a válások és az emberölések előfordulási aránya (Triandis, 2018).

Hsu (1983) kultúrákat összehasonlító antropológiai vizsgálatában rávilágított arra, hogy azokban az individualista közösségekben, mint amilyen az USA magasabb a bűncselekmények előfordulási aránya, magasabbak a kórházi ellátásra fordított költségek és magasabb a droghasználat aránya, mint a kollektivisták társadalmakban. Naroll (1983) adatelemzése során

szintén arra jutott, hogy a kollektívizmus, a közösség tagjainak szoros összekapcsolódása pozitív korrelációt mutat az öngyilkosságok, emberölések, más bűncselekmények alacsonyabb számával, a fiatalkori bűnözés, a válások, gyermekabúzus, családon belüli erőszak, valamint a kábítószer- és alkoholfogyasztás alacsonyabb előfordulási arányával, valamint a mentális jóléttel.

### **Szorongás és depresszió**

Seligman (1989) szerint az embereknek egymástól való elszakadása, az individualizáció megerősödése az addikciós problémák mellett hozzájárul a depresszióval küzdők arányának növekedéséhez is. Miként arra számos, korábban hivatkozott generációkutatás is utal, a mai fiatalok körében meglehetősen magas a szorongásos, illetve depressziós tünetekkel küzdők aránya. Addiktológiai szempontból ennek azért lehet kiemelt jelentősége, mert a szorongás és a depressziós tünetek egyértelmű korrelációt mutatnak a különböző viselkedési addikciók (Resch, 2018) és szerhasználati zavarok kialakulásával (Boys et al., 2003; Maughan et al., 2013; Torzsa et al., 2017). A komorbiditás vizsgálatok, az érzelmi reguláció megbomlásával jellemezhető hangulatzavarok közül elsősorban a major depresszió előfordulását azonosítják az addikciókhoz leggyakrabban társuló problémaként (Kun & Demetrovics, 2010). Epidemiológiai kutatások szerint az átlag populáció 8-13%-a szenved élete során depressziós tünetekkel. Az affektív zavarokkal küzdő személyek körében ugyanakkor 2,6-szor nagyobb a valószínűsége a pszichoaktív szerhasználati zavarok előfordulásának, mint másoknál. A depresszió előfordulási aránya a kokainhasználók 32%-ánál nyert igazolást, szemben a kokaint nem fogyasztó személyekkel, ahol a komorbiditás mindössze 8-13%-nál állt fenn (Reiger et al., 1990). A kokain jelentősége e kérdésben azért számottevő, mert a depresszív hajlamú, érzelmkifejezési és önértékelési problémákkal küzdő személyek stimuláns szereket preferálnak (Khantzian, 1985). Magyar populáción végzett, pszicho-dinamikus személyiségjellemzőkre fókuszáló vizsgálatok alkalmával a kutatók szintén azt igazolták, hogy az olyan pszicho-szociális állapotjellemzők, mint a depresszió, szorongás vagy alacsony önértékelés kapcsolatban állnak a szerhasználati zavarokkal (Elekes, 2009; Pikó, 2006).

### **Stimulációigény**

A Z generáció tagjaival foglalkozó tanulmányokban számtalanszor találkozunk a multitasking készségekkel is. A multitasking a figyelem fókuszának gyors és folyamatos áthelyezését, váltogatását, több feladat egyazon időben történő végzését jelenti. Ez látszólag kritikát nélkülöző, a produktivitás szempontjából kivételes tulajdonságnak minősül. A multimédiás eszközök térnyerésével megjelenő multitasking készségek árnyoldala ugyanakkor, hogy eredményeként a fiatalok kevésbé tudnak tartósan koncentrálni egyetlen dologra, állandó stimulációra, ingergazdag környezetre van szükségük (Konczosné, 2017; Nógrádi-Szabó & Neulinger, 2017). Úgy tűnik tehát, hogy a Z generáció tagjainak multitasking tulajdonsága, az állandó stimulációra való igénye és a multimédiás eszközök (televízió, okostelefon) használata között szoros kapcsolat van.

A nemzetközi vizsgálatok eredményei arról árulkodnak, hogy az elmúlt évtizedekben jelentősen csökkent a gyerekek multimédiás eszközhasználatának átlagéletkora (4 évesről 5

hónaposra). A csecsemők, illetve kisgyerekek ébren töltött idejüknek csaknem felét (30-40%) töltik képernyő előtt. (Christakis et al., 2004; Tandon et al., 2011; Vandewater et al., 2007). Barr és munkatársainak (2018) összefoglaló tanulmánya szerint az USA-ban a két évnél fiatalabb gyerekek átlagosan 42 percet, a 2 és 4 év közöttiek pedig átlagosan 159 percet töltenek képernyő előtt, amely túlnyomórészt (72%) tévénezést jelent (Barr et al., 2018). A magyar fiatalok körében, 2016-ban végzett reprezentatív országos felmérés (N=8000) adataiból az derül ki, hogy a 15-29 évesek között a napi tévénezők aránya 66%, a napi internethasználók aránya pedig 88% (Bauer et al., 2017). Habár a magyarországi Z generáció tagjai körében a tévénezésre fordított idő 2008 és 2016 között nem mutat permanens emelkedést<sup>1</sup> (Nielsen, 2017), hazánkban is nagyon fiatalon elkezdik bámulni a képernyőt a gyerekek. Egy 2013-ban készített itthoni felmérés szerint (N=937) az 1-3 évesek 22%-a naponta 1-3 órát is tévézhetnek, de 81%-uk meglehetősen gyakran (naponta, hetente többször) tévézik, s mindössze 20%-uk nem találkozik képernyővel. A bölcsődések több, mint 26%-a egy évesen, illetve 30%-uk kettő évesen vált rendszeres tévézővé (László & Puhl, 2013).

Témánk szempontjából ennek azért lehet jelentősége, mert a képernyő bámulása igazoltan rontja bizonyos agyterületek közötti funkcionális konnektivitást (Hong et al. 2013; Horovitz-Kraus & Hutton, 2018), vagyis a hasonló agyi régiók egymáshoz való kapcsolódását, amely a kapcsolt agyterületek kölcsönös aktivitásával összességében hatékonyabb működést eredményez. A funkcionális konnektivitás hatékonysága pedig összefüggésben áll többek között a tanulmányi teljesítmény alakulásával (Mócz & Ujma, 2010) és az érzelemszabályozással (Admon et al., 2009; Raz et al., 2014). A fiatalok iskolai teljesítménye és érzelemszabályozási működése – amelyre tehát közvetve, közvetlenül a multimédiás eszközök is hatást gyakorolhatnak – a pszichoaktív szerek fogyasztása szempontjából sem irreleváns. Az alacsony iskolai teljesítmény, iskolai kudarc, tanulási nehézségek ugyanis hozzásegíthetnek a pszichoaktív szerek kipróbálásához (Swaim, 1991). A kutatások a gyenge tanulmányi teljesítmény, valamint a droghasználat között kölcsönös összefüggést mutatnak (Paulson et al., 1990; Rukundo et al., 2014). A problémás szerhasználat kialakulásában az előzőekhez hasonló jelentősége lehet az affektív szabályozás zavarainak is. Edward J. Khantzian önmedikalizáló modell hipotézise (self-meditation hypothesis) szerint a szerhasználat egy eszköz arra, hogy a személy, a számára megoldhatatlannak tűnő konfliktusait, pszichopatológias problémáit (pl. depresszió, szorongás) kezelje (Khantzian, 1985). Eszerint a drogfogyasztás egy maladaptív megküzdési mechanizmusként értelmezhető. Az olyan személyeknél, akik (1) képtelenek az érzelmek megélésére, a szorongás anticipálására, a hatékony védekező működés beindítására, (2) alacsony önbecsülés, narcisztikus védelemi működés, valamint (3) éretlen, rigid és szegényes adaptív megküzdés a jellemző (Treece & Khantzian, 1986), a hiányos vagy nem megfelelően funkcionáló mechanizmusok javítására, támogatására, kompenzálására szolgál a rendszeres szerhasználat. Limonero, Tomás-Sábado és Fernández-Castro (2006) egyetemisták körében végzett kutatása igazolta, hogy a hangulatszabályozás területén elért alacsony pontszám a rendszeres kannabiszhasználatot jelez elő. Az affektív zavarok emellett korrelációt mutatnak a fiatalabb

---

<sup>1</sup> 2008-ban az akkori 7-13 éves gyerekek még napi 197 percet töltöttek tévénezéssel, amely 2012-ben már 18 perccel csökkent az akkori 11-17 évesek körében, 2016-ban a 15-21 évesek, akik már félig meddig függetlenek, aktívan élik életüket, sok házon kívüli programjuk van (pl. iskola, szórakozás, stb.), már csak napi 129 percet szántak tévéműsorokra (Nielsen, 2017).

életkorban történő kipróbálással is és a vizsgált személyek által addig elfogyasztott kannabisz mennyiség varianciájának 29%-át magyarázzák. Elbert (2015) magyar populáción végzett vizsgálata szerint a drogfüggők több változó tekintetében is jelentős különbséget mutattak az alkalmi használók és a kontrollcsoport tagjaival szemben, amelyek a kényszeres szerhasználat kockázati tényezőinek minősülnek. Ezek a faktorok: az érzelmek azonosításának a nehézsége, a személyes distressz átélése érzelmileg terhelt helyzetekben, érzelmek irányításának problémái, illetve a családi történetek ismeretének hiányosságai.

### ***Újdonságkereső és szenzoros élménykeresés***

Tovább haladva a Z generációt érintő GAK vizsgálatában, mindenképp kiemelendő az újdonságkeresés, valamint a szenzoros élménykeresés jellemzőinek megerősödése, amelyre a korábban említett generáció kutatások utalnak. Az újdonságkeresés fogalma Cloninger nevéhez fűződik, aki pszichológiai modelljében négy temperamentum és három karakterdimenziót különít el. A temperamentum közül az újdonságkeresés genetikailag meghatározott tendencia az intenzív izgalom keresésére, az új ingerekre, a potenciális jutalomra, s amelynek alkálói: a felfedezés izgalma, az impulzivitás, az extravagancia és a rendezetlenség (Holecz, 2010). Talán nem meglepő, hogy az intenzívebb újdonságkeresés és a szerhasználat között szoros összefüggés mutatkozik. Egy longitudinális, nagy mintás (n=1011 – 962) nemzetközi kutatás szerint az intenzívebb újdonságkereséssel jellemezhető személyek kétszer nagyobb eséllyel válnak rendszeres alkoholfogyasztóvá, illetve dohányzóvá, négyszeres eséllyel kannabiszhasználóvá és nagyjából ötszörös arányban más illegális pszichoaktív szerhasználóvá, azokhoz képeset, akiket e temperamentum jegy kevésbé jellemez (Foulds et al. 2017). Hasonló jelentőséget tulajdonítanak az eddigi vizsgálatok a szenzoros élménykeresésnek is. A pszichológiában azokat a személyeket, akik folytonosan új élményekre vágyanak és izgalmas helyzeteket, veszélyeket keresnek szenzoros élménykeresőknek nevezzük. Zuckerman (1994) definíciója szerint: „A változatos, újszerű, összetett és intenzív élmények keresésében megnyilvánuló vonás, amelynek jellegzetessége a fizikai, valamint a szociális, jogi és pénzügyi kockázatok vállalása” (Zuckerman, 1994, 27). Kutatások szerint a szenzoros élménykeresés az egyik legfontosabb rizikófaktor, ami részben a függőségek és a jutalmazási központ működésének összefüggéseiből vezethető vissza (Shi et al., 2011). A szenzoros élménykeresés igazolt módon mind a kémiai (pl. kábítószer-, alkoholfüggőség), mind pedig a viselkedési addikciók (pl. okostelefon) esetében kockázati tényezőnek minősül (Wang et al., 2018).

### ***Nehézkes kommunikáció, sajátos kapcsolati működésüket***

A kontextuális és interperszonális dimenzió egyes elemeit vizsgálva szintén találkozhatunk olyan generációs sajátosságokkal, amelyek a problémás szerhasználat tekintetében kockázati tényezőnek minősülhetnek: nehézkes kommunikáció, sajátos kapcsolati működés.

A prevenció programok kapcsán tett korábbi megállapításaink részben megerősítik annak a biopolitikai tézisnek a helytállóságát is, miszerint a drogprevenció 0 éves korban kezdődik. A prevenció időzítésével és megválasztott módszertanával kapcsolatos szakmai kérdések a Z generáció tagjainak egyes tulajdonságait tekintve azonban szintén kiemelt figyelmet

érdemelnének. Az elmúlt évek hazai gyakorlata általánosságban azt a képet mutatja, hogy a magyar fiatalokhoz eljutó drogprevenációs programok jelentősrészt közvetlen információ átadáson, a drogokkal kapcsolatos ártalmak, következmények formális módon történő tájékoztatásán alapulnak (Paksi et al., 2006; Paksi & Magi 2013). A szakirodalomban ugyanakkor ezeknek az ismeretátadásra fókuszáló beavatkozásoknak a hatékonyságát már korábban is kétségbe vonták (White & Pitts, 1998; Werch & Owen, 2002). A Z generáció tagjainak elérésében, megszólításában további akadályokat jelenthet, hogy a mostani fiatalok nehezebben kommunikálnak az idősebb generáció tagjaival, kevésbé fogadják el az alá-fölérendeltségi viszonyban zajló interperszonális kapcsolatokat, mint elődeik (Nógrádi-Szabó & Neulinger, 2017). Vagyis ebben a körben a felnőttek által vezetett, frontális előadások, drogprevenációs prezentációk esetén még kisebb hatékonyságot feltételezhetünk (Sivadó, 2017., Sivadó, 2016.) Az említett generációs tulajdonságok tehát szintén addikciós kockázatokat jelenthetnek. Mindez persze sokkal inkább a programok szervezőit, lebonyolítóit, mintsem a fiatalokat kényszeríti változásra.

Az Generációs Addikciós Kockázati tényezők körét vizsgálva óhatatlanul szembe ütközik a fiatalokat jellemző sajátos érzelmi működés, amely – a korábban említett agyi konnektivitás mellett – kapcsolatban áll a kommunikációs szokások megváltozásával. Ollé és munkatársai (2013) könyvükben a következőképp fogalmazzak erről: „A modern telekommunikációs eszközök elterjedésével a nap bármely szakában elérhetőkké váltak ismerőseink, barátaink és családtagjaink – a legifjabbak is (gyakran az általános iskola első osztályától) –, ami magával hozta a kommunikációs szokások változását. Gondoljunk csak a 24 órán át bekapcsolt mobiltelefonokra vagy ismerőseinkre, akik egész nap internetközelben, azaz online vannak. A netgeneráció tagjai bármikor rövid időn belül elérik egymást, ami kihat a kapcsolattartásra és az érzelmek kezelésére is. Az ifjabb nemzedéket egy alacsonyabb mértékű frusztrációtűrés jellemzi, ami gyakran érzelmi inkontinenciával, azaz az érzelmek megélésének és kifejezésének gátolatlanságával párosul” (Ollé et al., 2013, 36). A frusztrációtűrés alacsony szintje addiktológiai értelemben is fontos kockázati tényezőnek minősül (Ramirez-Castillo et al. 2019). Az alacsony frusztrációtűrés és a drogabúzus előfordulása között pozitív és szignifikáns kapcsolat mutatható ki (Adroom et al. 2016). Hartmann (1969) kvalitatív vizsgálata során arra jutott, hogy az alacsony frusztrációtűrés olyan karakterjegy, amely a fiatalok szerhasználatában is kiemelt szerepet játszik.

## Összefoglaló

Tanulmányunkban feltételezzük, hogy a fiatal generáció tagjai (Z generáció) egyéni és társas szinten olyan sajátos tulajdonságokkal rendelkeznek, amelyek a pszichoaktív szerek használati zavarának kialakulásában is meghatározó szerepet játszhatnak. Ezeket a Z generációra általában jellemző tulajdonságokat, a drogfogyasztás, illetve problémás szerhasználat kialakulásában kockázatokat jelentő pszicho-szociális tényezőket nevezzük együttesen Generációs Addikciós Kockázatoknak (GAK).

Feltevésünk vizsgálatára narratív (elbeszélő) irodalmi áttekintést végeztünk a Z generáció tagjainak tulajdonságaival, illetve a problémás pszichoaktív szerhasználat hátterével foglalkozó szakirodalomban. Ennek eredményeként arra jutottunk, hogy a Z generáció tagjai számos olyan egyéni és társas szinten megjelenő tulajdonságokkal bírnak, amelyek a droghasználat, illetve a különféle addikciók kialakulása szempontjából is fontos prediktorok lehetnek. Ilyenek különösen az individualizáció megerősödése, a szorongásos és depressziós tünetek prevalenciájának növekedése, a stimulációigény fokozódása, az újdonságkereső temperamentum vagy a szenzoros élménykeresés gyakoribb előfordulása a fiatalok körében. Társas szinten pedig kiemelendő az idősebb generáció tagjaival kapcsolatos nehézkes kommunikáció, valamint a fiatalok sajátos kapcsolati működése.

Fontos ugyanakkor kihangsúlyozni, hogy a Z generáció tagjainak rizikótényezőt jelentő egyes tulajdonságai még nem predesztinálnak egy korosztály szintű addiktológiai válság bekövetkezésére. A 30 európai országban végzett ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) kutatások eddigi eredményei is azt tükrözik, hogy a Z generációs fiatalok körében az Y generáció tagjaihoz képest sem a legális, sem pedig az illegális pszichoaktív szerek fogyasztásában nem tapasztalható komoly aggodalomra okot adó, növekvő tendencia (ESPAD Group, 2020).

**Táblázat címe: 30 országra kiterjedő ESPAD vizsgálat eredményei, 1995-2019 (%)**

	Y generáció tagjai*				Z generáció tagjai*		
	1995	1999	2003	2007	2011	2015	2019
Jelenleg dohányzó aránya	33	36	34	29	30	22	20
Naponta dohányzó aránya	20	26	23	19	18	13	10
Alkoholt kipróbálók aránya	88	89	91	89	87	82	80
Alkoholt jelenleg is fogyasztó aránya	55	58	63	60	58	48	48
Epizodikus nagyivás előfordulási aránya (elmúlt 30 napban)	36	38	41	43	41	36	35
Tiltott drogot kipróbálók aránya	12	18	19	19	20	19	18
Kannabiszt kipróbálók aránya	11	16	18	17	18	17	16
Kannabiszt jelenleg is fogyasztók aránya	4,1	6,7	7,0	6,4	7,6	7,2	7,4

Más tiltott drogot kipróbálók aránya	3,3	6,3	5,2	7,0	6,3	5,2	5,1
--------------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

\*Az adott évben 9-10. osztályos tanuló

*Forrás: a szerző saját szerkesztése (ESPAD Group, 2020, 91).*

Magyarország esetében a tendenciák hasonló képet mutatnak. A magyar fiatalok körében végzett felmérések szerint időről időre megfigyelhetők pozitív vagy negatív irányú elmozdulások a pszichoaktív szereket kipróbálók, vagy fogyasztók arányában (Elekes et al., 2020), de ezek a változások úgy tűnik, a generációktól függetlenül bekövetkeznek. Még a különböző tiltott szerekhez való hozzáférhetőség kapcsán sem mutatkozik különbség a különböző generációkhoz tartozó magyar fiatalok válaszaiban. Kockázati szempontból ennek azért lehet jelentősége, mert a szerhasználat kapcsán az anyagok hozzáférhetőségének is meghatározó szerepe van (Merikangas, 1990).

A Generációs Addikciós Kockázatok mellett ugyanis a generáció kutatások számos olyan pszicho-szociális tényezőt is azonosítanak, amelyek megóvhatnak a problémás szerhasználat kialakulásától, illetve kitolhatják a pszichoaktív anyagok kipróbálásának időpontját. Ilyen protektív generációs tényezőnek tekinthetjük, hogy a Z generáció tagjai kisebb arányban szembesülnek a csonka család problémájával, mint az Y generációsok. Hasonló védő funkciót tölthet be az önértékelés magas szintje, vagy a magas iskolázottság is, amely szintén jellemző a fiatalabb generáció tagjaira.

A Z generáció tagjai kapcsán azonosított GAK-ok tehát nem a szerhasználati mintázatok elkerülhetetlen jövőbeni változásaira mutatnak rá, hanem arra, hogy várhatóan a fiatal generáció tagjai sem válnak érinthetlenné a szerhasználati problémákkal szemben. A GAK-on keresztül továbbá megvilágításba kerülhetnek azok a sajátos igények, amelyekre a szülőknek (nevelésük során), az addiktológiai ellátásnak, nem különben az egészségfejlesztéssel és prevencióss beavatkozásokkal foglalkozó szakembereknek, szervezeteknek kiemelt figyelemmel kell lennie.



## Irodalomjegyzék

1. Admon, Roe – Lubin, Gad – Stern, Orit – Rosenberg, Keren – Sela, Lee – Ben-Ami, Haim – Hendler, Talma (2009) Human vulnerability to stress depends on amygdala's predisposition and hippocampal plasticity. *PNAS*, 106(33), 14120-14125.
2. Adroom, Mahdieh – Gorgij, Hamzeh Chapati – Okati, Maryam – Mohana, Shahin – Sharafi, Zhara (2016) Study the Relationship Between Frustration Tolerance and Tendency to Drug Abuse among Students from Payame Noor University, Zahedan Branch. *The Social Sciences*, 11(14), 3627-3630.
3. Alexander, Bruce K. – Beyerstein, Barry L. – Hadaway, Patricia F. – Coombs, Robert B. (1981) Effect of early and later colony housing on oral ingestion of morphine in rats. *Pharmacology Biochemistry & Behavior*, 15(4), 571-576.
4. Alonzo, Rea – Hussain, Junayd – Anderson, Kelly K. – Stranges, Saverio (2019) Interplay between social media use, sleep quality and mental health outcomes in youth: a systematic review. *Sleep Medicine*, 64, S365. doi:10.1016/j.sleep.2019.11.1017
5. American Psychological Association (2018) Stress in America: Generation Z. Stress in America Survey. American Psychological Association, Washington D.C.
6. Anderson, Monica – Jiang, Jingjing (2018) Teens, social media & technology 2018. Pew Research Center, Washington D.C.
7. Balázs Brigitta (2020) Korszerű eszközök és módszerek a digitális nemzedék körében. *Opus et Educatio*. 7(1), 92-98.
8. Barr, Rachel – McClure, Elisabeth – Parlakian, Rebecca (2018) What the research says about the impact of media on children aged 0-3 years old. *ZERO TO THREE*, Washington D.C.
9. Barry, Christopher T. – Sidoti, Chloe L. – Briggs, Shanelle M. – Reiter, Shari R. – Lindsey, Rebecca A. (2017) Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of Adolescence*, 2017(61), 1-11.
10. Bauer Béla – Pillók Péter – Ruff Tamás – Szabó Andrea – Szanyi F. Eleonóra – Székely Levente (2017) Magyar Ifjúság Kutatás 2016. Új Nemzedék Központ, Budapest
11. Buda András (2019) Generációk, társadalmi csoportok a 21. században. *Magyar Tudomány*, 180(1), 120-129.
12. Beck, Ulrich (2003) A kockázat-társadalom – Út egy másik modernitásba. Századvég, Budapest
13. Bencsik Andrea – Horváth-Csikós Gabriella – Juhász Tímea (2016) Y and Z generations at workplaces. *Journal of Competitiveness*, 8(3), 90-106.
14. Bittner Zoltán – Kehl Dániel – Szűcs Krisztián (2013) Az országos megkérdezés eredményei. Kutatási jelentés. Tudománykommunikáció a Z generációnak. Pécsi Tudományegyetem, Pécs
15. Bokor Attila (2007) Létezik-e itthon Y-generáció? *Vezetéstudomány*, 38(2), 2-21.
16. Boys, A. – Farrel, Michael – Taylor, C. – Marsden, John – Goodman, Robert – Brugha, T. – Bebbington, Paul E. – Jenkins, Rachel (2003) Psychiatric morbidity and substance use in young people aged 13-15 years: result from the Child and Adolescents Survey of Mental Health. *British Journal of Psychiatry*, 182(6), 509-517.

17. Brailovskaia, Julia – Bierhoff, Hans-Werner (2020) The narcissistic millennial generation: A study of personality traits and online behavior on Facebook. *Journal of Adult Development*, 27(12), 23-35.
18. Bruke, Moira – Kraut, Robert E. (2014) Growing closer on Facebook: Changes in tie strength through social network site use. *Proceedings of the 32nd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems*. CHI 2014, Toronto, Canada, doi:10.1145/2556288.2557094
19. Canning, Una – Millward, Louise – Raj, Thara – Warm, Daniel (2004) Drug use prevention among young people: a review of reviews. Evidence briefing. Health Development Agency, London
20. Christakis, Dimitri A. – Ebel, Beth E. – Rivara, Frederick P. – Zimmerman, Frederick J. (2004) Television, video, and computer game usage in children under 11 years of age. *Journal of Pediatrics*, 145(5), 652-656.
21. Cotet, Gabriela Beatrice – Carutasu, Nicoleta Luminita – Chiscop, Florian (2020) Industry 4.0 Diagnosis from an iMillennial educational perspective. *Education Sciences*, 10(21), 1-14.
22. Csobanka, Zsuzsa Emese (2016) The Z Generation. *Acta Technological Dubnicae*, 6(2), 63-76.
23. Dehue, Francine (2013) Cyberbullying Research: New Perspectives and Alternative Methodologies. Introduction to the Special Issue. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 23(1), 1-6.
24. Dehue, Francine – Bolman, Catherine – Völlink, Trijntje (2008) Cyberbullying: Youngsters' experiences and parental perception. *CyberPsychology & Behavior*, 11(2), 217-223.
25. Elbert Viktor (2015) Kábítószer-használat és érzelemszabályozás. (kézirat) Pécsi Tudományegyetem Bölcsész tudományi Kar Pszichológiai Intézet, Pécs
26. Elekes Zsuzsanna (2009) Egy változó kor változó ifjúsága. F fiatalok alkohol- és egyéb drogfogyasztása Magyarországon – ESPAD 2007. L'Harmattan, Budapest
27. Elekes Zsuzsanna – Arnold Petra – Bencsik Nóra, szerk. (2020) Iskolások egészségkárosító magatartása 25 év távlatában. A 2019. évi ESPAD kutatás magyarországi eredményei. Budapesti Corvinus Egyetem – MTA-BCE Társadalomepidemiológiai Kutatócsoport
28. Ellison, Nicole B. – Steinfield, Charles W. – Lampe, Cliff (2007) The benefits of Facebook „Friends”: Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143-1168.
29. Erdős Ákos – Magasvári Adrienn – Molnár Katalin – Pócsi Anikó – Szabó Andrea – Vas Adrienn (2020) A Nemzeti Adó- és Vámhivatal személyi állományának utánpótlása, felkészítésük gyakorlati kérdései. *Magyar Rendészet*, 20(1), 149-177.
30. ESPAD Group (2020) ESPAD Report 2019. Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs. European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction – Publications Office of the European Union, Luxembourg
31. Faragó Péter (2017a) A kései Y-generáció hagyatéka a Z-generáció újdonsült egyetemistáira – értékrend és sportolás. *Valóság*, 60(6), 13-27.
32. Faragó Péter (2017b) A stressz szerepe a magasan kvalifikált, Z-generációs fiatalok életében. *Valóság*, 60(3), 24-48.

33. Foulds, James A. – Boden, Joseph M. – Newton-Howes, Giles M. – Mulder, Roger T. – Horwood, John L. (2017) The role of novelty seeking as a predictor of substance use disorder outcomes in early adulthood. *Addiction*, 112(9), 1629-1637.
34. Hadaway, Patricia F. – Alexander, Bruce K. – Coombs, Robert B. – Beyerstein, Barry L. (1979) The effect of housing and gender on preference for morphine-sucrose solution in rats. *Psychopharmacology*, 66(1), 87-91.
35. Hartmann, Dora (1969) A study of drug-taking adolescents. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 24(1), 384-398.
36. Haugland, Siren – Wold, Bente – Stevenson, Jim – Aaroe, Leif Edvard – Woynarowska, Barbara (2001) Subjective health complaints in adolescence. A cross-national comparison of prevalence and dimensionality. *The European Journal of Public Health*, 11(1), 4-10.
37. Holecz Anita (2010) Temperamentum- és karaktertípusok, megküzdési stílusok a pedagóguspályán. *Alkalmazott Pszichológia*, 12(3-4), 55-68.
38. Hong, Soon-Beom – Zalesky, Andrew – Cocchi, Luca – Fornito, Alex – Choi, Eun-Jung – Kim, Ho-Hyun – Suh, Jeong-Eun – Kim, Chang-Dai – Kim, Jae-Won – Yi, Soon-Hyung (2013) Decreased functional brain connectivity in adolescents with internet addiction. *PLOS ONE*, 8(2), e57831-
39. Hornyák Péter István (2013) Generáció a fogalomtörténet mérlegén: Megjegyzések Koselleck generációra vonatkozó gondolataihoz. *Nagyerdei Almanach*, 4(7), 96-126.
40. Horowitz, Juliana Menasce – Graf, Nikki (2019) Most U.S. teens see anxiety and depression as a major problem among their peers. *Pew Research Center*, Washington D.C.
41. Horowitz-Kraus, Tzipi – Hutton, John S. (2018) Brain connectivity in children is increased by the time they spend reading books and decreased by the length of exposure to screen – based media. *Acta Paediatrica*, 107(4), 685-693.
42. Howe, Neil – Strauss, William (1991) *Generations: The History of America's Future, 1584 to 2069*. William Morrow & Company, New York
43. Hsu, Francis L. K. (1983). *Rugged individualism reconsidered*. University of Tennessee Press, Knoxville
44. Hüse Lajos (2016) A szakirodalom használata, forráskutatás. R Fodor Anita – Huszti Éva (szerk.) *Kutatásmódszertani kézikönyv*. Debreceni Egyetemi Kiadó, Debrecen, 209-227.
45. Jámbori Szilvia – Horváth M. Tünde – Harsányi Szabolcs Gergő (2016) Az internetes kapcsolatban való nyitottság összefüggése az észlelt társas támással és az énhatékonysággal. *Alkalmazott Pszichológia*, 16(2), 19-36.
46. Kaló Zsuzsa – Hegedűs Judit – Bihari Zsófia – Szécsi Judit (2019) A gyermekvédelmi szakellátásba kerülő lányok szerhasználati tapasztalatai és kezelésbe kerülésük jellemzői egy kvalitatív kutatás tükrében. *Esély*, 30(1), 67-90.
47. Kamarási Viktória – Mogyorósy Gábor (2015) Szisztematikus irodalmi áttekintések módszertana és jelentősége. Segítség a diagnosztikus és terápiás döntésekhez. *Orvosi Hetilap*, 156(38), 1523-1531.
48. Kárpáti László (2019) Gondolatok a Z-generáció társas jellemzőiről és ezek lehetséges társadalmi hatásairól. *Közelítések*, 6(3-4), 77-91.

49. Khantzian, Edward J. (1985) The self-medication hypothesis of addictive disorders: focus on heroin and cocaine dependence. *American Journal of Psychiatry*, 142(11), 1259-1264.
50. Komár Zita (2017) Generációelméletek. *Új Köznevelés*, 73(8-9), 14-16.
51. Konczosné Szombathelyi Márta (2017) Munkahelyek, irodák, generációk és nemek: Hogyan alkalmazkodik a munkahelyek építészete a generációs és nemi elvárásokhoz? *Társadalmi Nemek Tudománya*, 7(1), 90-106.
52. Kun Bernadette – Demetrovics Zsolt (2010) Az érzelmi intelligencia szerepe az addikciós zavarokban. *Psychiatria Hungarica*, 25(6), 503-524.
53. Kurai Marianna – Suhajda Csilla Judit (2015) Együtt vagy egymás mellett a munkaerőpiacon: Generációs különbségek a munka világában. *Studia Mundi – Economica*, 2(3), 174-187.
54. László Kinga – Puhl Gábor (2013) Gyerekek a képernyő előtt - Szülők gyermekeik tévé nézési szokásairól - online kérdőíves felmérés 2013. augusztus-szeptember, Nemzeti Média- és Hírközlési Hatóság [on-line] Forrás: [http://nmhh.hu/dokumentum/165306/kutatasi\\_eredmenyek.pdf](http://nmhh.hu/dokumentum/165306/kutatasi_eredmenyek.pdf) (2020. 11. 18.)
55. Levickaité, Rasa (2010) Generations X, Y, Z: How social networks from the concept of the world without borders (The case of Lithuania), *LIMES*, 3(2), 170-183.
56. Limonero, Joaquín – Tomás-Sábado, Joaquín – Fernández-Castro, Jordi (2006) Perceived emotional intelligence and its relation to tobacco and cannabis use among university students. *Psicothema*, 18(Suppl), 95-100.
57. Magasvári Adrienn – Szilágyi Tamás (2019): Z generációs pénzügyi nyomozók munkával kapcsolatos elvárásai. In: Zsámbokiné Ficskovszky Ágnes (szerk.): Biztonság, szolgáltatás, fejlesztés, avagy új irányok a bevételi hatóságok működésében. Magyar Rendészettudományi Társaság Vám- és Pénzügyőri Tagozat, Budapest, 142-156.
58. Magasvári Adrienn – Szabó Andrea (2020) A Nemzeti Adó- és Vámhivatal munkaerő-megtartó képességének vizsgálata egy speciális célcsoport körében. *Magyar Rendészet*, 19(2-3), 143-162.
59. Mannheim, Karl (1969) A nemzedéki probléma. In: Huszár Tibor – Sükösd Mihály (szerk.): Ifjúságszociológia. KJK, Budapest, 31-67.
60. Maughan, Barbara – Collishaw, Stephan – Stringaris, Argyris (2013) Depression in childhood and adolescence. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 22(1), 35-40.
61. McCrindle, Mark (2014) The ABC of XYZ: Understanding the global generations. McCrindle Research Pty Ltd., Bella Vista, Australia
62. Merikangas, Kathleen R. (1990): Genetic epidemiology of alcoholism. *Psychological Medicine*, 20(1), 11-22.
63. Mócz Dóra – Ujma Péter (2010) Tanulási képesség és motiváció felnőttkorban. In: Karlovitz János Tibor (szerk.): Felnőttek pályaeorientációja élethossziglani tanulása. Neveléstudományi Egyesület Budapest, pp. 60-70.
64. Mößle, Thomas – Rehbein, Florian (2013): Predictors of problematic video game usage in childhood and adolescence. *Sucht*, 59(3), 153-164.
65. Nagy Ádám (2017) Az Alfa generáció magyarországi percepciója. *Kultúra és Közösség*, 4(8), 53-60.

66. Nagy Ádám – Kölcsey Attila (2017) Mit takar az alfa-generáció? *Metszetek*, 6(3), 20-30.
67. Naroll, Raoul (1983) *The moral order*. Sage, Beverly Hills, CA
68. Nielsen Közönségmérés (2017) A 15-29 évesek élethelyzete és audióvizuális fogyasztási szokásai. Nielsen Közönségmérés Kft., Budapest
69. Nógrádi-Szabó Zoltán – Neulinger Ágnes (2017) Értékek és életmód generációs megközelítésben: a Z generáció. In: Bányai Edit – Lányi Beatrix – Törőcsik Mária (szerk.): *Tükröződés, társtudományok, trendek, fogyasztás*. Pécsi Tudományegyetem, Közgazdaságtudományi Kar, Pécs, 115–121.
70. Oblinger, Diana G. – Oblinger, James L., eds. (2005) *Educating the Net Generation*. Educause, Washington, D.C.
71. Ollé János – Papp-Danka Adrienn – Lévai Dóra – Tóth-Mózer Szilvia – Virányi Anita (2013) *Oktatásinformatikai módszerek. Tanítás és tanulás az információs társadalomban*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest
72. Országos Addiktológiai Intézet (2008a): Az Egészségügyi Minisztérium szakmai protokollja az amfetamin használatl összefüggő kórképek kezeléséről. *Egészségügyi Közlöny*, 58(3), 502-517.
73. Országos Addiktológiai Intézet (2008b): Az Egészségügyi Minisztérium szakmai protokollja a kannabisz használatl kapcsolatos zavarokról. *Egészségügyi Közlöny*, 58(3), 518-535.
74. Országos Addiktológiai Intézet (2008c): Az Egészségügyi Minisztérium szakmai protokollja az opiát használatl kapcsolatos betegségek kezeléséről. *Egészségügyi Közlöny*, 58(3), 536-559.
75. Pais Ella Regina (2013) *Alapvetések a Z generáció tudomány kommunikációjához: tanulmány*. Pécsi Tudományegyetem, Pécs
76. Paksi Borbála – Magi Anna (2013) *Drogprevenációs helyzet(jelentés)*. Kvalitatív kutatás a területen dolgozó szakmai szolgáltatók körében. *Socio.hu*, 3(2), 1-30. DOI:10.18030/socio.hu.2013.2.1
77. Paksi Borbála – Demetrovics Zsolt – Nyírády Adrienn – Nádas Eszter – Buda Béla – Felvinczi Katalin (2006) *A magyarországi drogprevenációs programok jellemzői*. *Addiktológia*, 5(1-2), 5-36.
78. Pankász Balázs (2016) *Online oktatási környezet és IKT tényezők összehasonlító vizsgálata a felsőoktatásban*. Doktori értekezés, kézirat, Pécsi Tudományegyetem Neveléstudományi Doktori Iskola, Pécs
79. Pásztor Judit – Bak Gerda (2020) *Z generáció online: Közösségi média használat, FoMO és a társas kapcsolatok közötti összefüggések*. XXIII. Tavasz Szél Konferencia, Budapest, XXIII., Doi: <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.12751049.v1>
80. Paulson, Morris J. – Coombs, Robert H. – Richardson, Mark A. (1990) *School performance, academic aspirations, and drug use among children and adolescents*. *Journal of Drug Education*, 20(4), 289-303.
81. Pelfrey, William V. – Weber, Nicole L. (2013) *Keyboard Gangsters: Analysis of Incidence and Correlates of Cyberbullying in a Large Urban Student Population*. *Deviant Behavior*, 34(1), 68-84.
82. Pikó Bettina (2006) *A serdülő- és ifjúkori függőség biológiai, pszichológiai és szociológiai összefüggései* In: Bíró Judit (szerk.): *Biopolitika – drogprevenáció*. L'Harmattan Kiadó, Budapest, 81-103.

83. Priporas, Constantinos-Vasilios – Stylos, Nikolaos – Fotiadis, Anestis K. (2017) Generation Z consumers' expectations of interactions in smart retailing: A future agenda. *Computers in Human Behavior*, 2017(77), 374-381.
84. Ramirez-Castillo, David – Carcia-Roda, Carlos – Guell, Francisco – Fernandez-Montalvo, Javier – Bernacer, Javier – Morón, Ignacio (2019) Frustration tolerance and personality traits in patients with substance use disorders. *Frontiers in Psychiatry*, 10(421), 1-12.
85. Raz, Gal – Hagin, Boaz – Hendler, Talma (2014) Az agy érzelmi feltételei. Rekurzív utak az affektív idegtudomány és a filmtudomány között. *Metropolis*, 18(1), 16-40.
86. Regier, Darrel A. – Farmer, Mary E. – Rae, Donald S. – Locke, Ben Z. – Keith, Samuel J. – Judd, Lewis L. – Goodwin, Frederick K. (1990) Comorbidity of mental disorders with alcohol and other drug abuse. Results from the Epidemiologic Catchment Area (ECA) study. *JAMA*, 264(19), 2511-2518.
87. Resch Mária (2018) Az elhízás addiktív modellje: pszichoneurobiológiai összefüggések. *Orvosi Hetilap*, 159(27), 1095-1102.
88. Rezi Elek (1989): Az alkoholizmus. *Keresztény Magvető*, 95(4), 208-214.
89. Rukundo, Aloysius – Kibanja, Grace – Steffens, Karl (2014) Psychoactive substance use and school performance among adolescents in Publis Secondary Schools in Uganda. *Higher Education Studies*, 4(6), 62-68.
90. Ruzsa Csaba Roland (2018) „Z” generáció fő jellemzői és a várható munkaerő-piaci kihívások. *Közép-Európai Közlemények*, 11(3), 149-157.
91. Sabaityté, Jolanta – Davidovičius, Sigitas (2017) Challenges and solutions of adopting public electronic services for the needs of Z generation. [International Journal of Learning and Change](#), 9(1), 17-28.
92. Schenarts, Paul J. (2020) Now arriving. Surgical trainees from Generation Z. *Journal of Surgical Education*. 77(2), 246-253.
93. Schneider, Shari Kessel – O'Donnell, Lydia – Stueve, Ann – Coulter, Robert W. S. (2012) Cyberbullying, School Bullying, and Psychological Distress: A Regional Census of High School Students. *American Journal of Public Health*, 102(1), 171-177.
94. Seemiller, Corey – Grace, Meghan (2016) *Generation Z goes to college*. Jossey-Bass, San Francisco, CA
95. Seligman, Martin E. P. (1989) Explanatory style: Predicting depression, achievement, and health. In Yapko, Michael D. (Eds.) *Brief Therapy to Treating Anxiety and Depression*, Brunner/Mazel, Inc., New York, 5-32.
96. Shi, Junqi – Chen, Zhuo – Tian, Mei (2011) Internet self-Efficacy, the need for cognition, and sensation seeking as predictors of problematic use of the internet. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 231-234.
97. Sivadó, Máté (2016) Migráció és drogok kapcsolata Magyarországon – némi európai kitekintéssel In: Hautzinger Zoltán (szerk.) *A migráció bűnügyi hatásai Budapest: Magyar Rendészettudományi Társaság Migrációs Tagozat*, pp 131-140. ISBN: 9786158056700
98. Sivadó Máté (2017) *Jelenkori drogpolitika Magyarországon és Európában, tengerentúli kitekintéssel*
99. In: Szabó Csaba (szerk.) *Studia Doctorandorum Alumnae : Válogatás a DOSz Alumni Osztály tagjainak doktori munkáiból Budapest: Pytheas Kiadó*, pp 11-265 ISBN: 9786155586156

100. Swaim, Randall C. (1991) Childhood risk factors and adolescent drug and alcohol abuse. *Educational Psychology Review*, 3(4), 363-398.
101. Szabó Andrea – Kiss Balázs (2013) Konfliktus és generáció. A generáció konfliktusok kutatásának fogalmi kiindulópontjai. *Politikatudományi Szemle*, 22(4), 97-115.
102. Tandon, Pooja S. – Zhou, Chuan – Lozano, Paula – Christakis, Dimitri A. (2011) Preschoolers' total daily screen time at home and by type of child care. *Journal of Pediatrics*, 158(2), 297-300.
103. Tari Annamária (2011) Z generáció. Tericum Könyvkiadó, Budapest
104. Tegye Andrea (2018) A „Z generáció” címke – Jogos félelmek vagy lehetőség a megújulásra? *Rendőrségi Tanulmányok*, 1(3), 81-97.
105. Tegye Andrea Cecília (2019) Az egyes generációk motiválhatóságának kérdései. In: Marton Zsuzsanna – Németh Kornél – Péter Erzsébet (szerk.) III. Turizmus és Biztonság Nemzetközi Tudományos Konferencia – Tanulmánykötet. Pannon Egyetem, Nagykanizsa, 25-32.
106. Torzsa Péter – Hargittay Csenge – Kalabay László (2017) A szorongás és a depresszió jelentősége a családorvosi gyakorlatban. *Neuropsychopharmacologia Hungarica*, 19(3), 137-146.
107. Törőcsik Mária – Szűcs Krisztián – Kehl Dániel (2014) Generációs gondolkodás – A Z és az Y generáció életstílus csoportjai. *Marketing & Menedzsment*, 48(klsz.), 3-15.
108. Treece, Catherine – Khantzian, Edward J. (1986) Psychodynamic factors in the development of drug dependence. *Psychiatric Clinics of North America*, 9(3), 399-412.
109. Triandis, Harry C. (2018) Individualism & collectivism. Routledge, New York
110. Twenge, Jean M. – Konrath, Sara – Foster, Joshua – Campbell, Keith W. (2008) Egos inflating over time: A corss-temporal meta-analysis of the narcissistic personality inventory. *Journal of Personality*, 76(4), 875-901.
111. Twenge, Jean M. – Gentile, Brittany – DeWall, Nathan C. – Ma, Debbie – Laceyfield, Katharine – Schurtz, David R. (2010) Brith cohort increases in psychopathology among young Americans, 1938-2007: A cross-tempral meta-analysis of the MMPI. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 145-154.
112. Twenge, Jean M. – Kasser, Tim (2013) Generational changes in materialism and work centrality, 1976-2007: Associations with temporal changes in societal insecurity and materialistic role modeling. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(7), 883-897.
113. Twenge, Jean M. – Martin, Gabrielle N. – Campbell, W. Keith (2018) Decreases in psychological well-being among American adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology. *Emotion*, 18(6), 765-780.
114. Twenge, Jean M. – Campbell, Keith W. (2019) Media use is linked to lower psychological well-being: Evidence from three datasets. *Psychiatric Quarterly*, 2019(90), 311-331.
115. Ujhelyi Adrienn (2013) Digitális nemzedék – szociálpszichológiai szempontból. In: Lévai Dóra (szerk.) Digitális nemzedék konferencia 2013 – Konferenciakötet. ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Budapest, 9-14.

116. Ybarra, Michele L. – Mitchell, Kimberly J. (2004) Online aggressor/targets, aggressors, and targets: a comparison of associated youth characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(7), 1308–1316.
117. Vandewater, Elizabeth A. – Rideout, Victoria J. – Wartella, Ellen A. – Huang, Xuan - Lee, June H. – Shim, Mi-suk (2007) Digital childhood: Electronic media and technology use among infants, toddlers, and preschoolers. *Pediatrics*, 119(5), 1006-1015.
118. Wang Pengcheng – Lei, Li – Wang, Xingchao – Nie, Jia – Chu, Xiaoyuan – Jin, Shuining (2018) The exacerbating role of perceived social support and the “buffering” role of depression in the relation between sensation seeking and adolescent smartphone addiction. *Personality and Individual Differences*, 130(2018) 129–134.
119. Werch, Chudley E. – Owen, Deborah M. (2002) Latrogenic effects of alcohol and drug prevention programs. *Journal of Studies on Alcohol* 63(5), 581-590.
120. White, David – Pitts, Marian (1998) Educating young people about drugs: a systematic review. *Addiction*, 93(10), 1475-1487.
121. Woods, Heather Cleland – Scott, Holly (2016) #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41-49.
122. Zuckerman, Marvin (1994). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. Cambridge Press, New York