

SOK KÉPERNYŐZÉS, ROSSZABB JÓLLÉT?

A digitális médiahasználat mintázatai és összefüggései a szubjektív jólléttel két határmenti járásban³

<https://doi.org/10.18030/socio.hu.2024.3.63>

ABSZTRAKT

Tanulmányunk három különböző digitális tevékenység – tv-nézés, közösségimédia-használat és információs internetezés – társadalmi mintázatait, és a szubjektív jólléttel való összefüggését vizsgálja két határmenti felnőtt kismintában, Baranya és Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében. A hátrányos helyzetű települések lakosságának vizsgálata lehetővé teszi a digitális kirekesztés dimenzióinak alaposabb elemzését. Továbbá a technológiák gyors és széleskörű terjedésével mind a tudományos diskurzusban, mind a közbeszédben egyre fontosabb kérdéssé vált az, hogy miként befolyásolja a digitális eszközök intenzív használata a jóllétünket. Vizsgálatunkban erre a kérdésre is fókuszáltunk, melyet eddig többnyire gyerek- és fiatal felnőtt mintákon vizsgáltak, jellemzően pszichológiai megközelítéssel.

Vizsgálatunk 2020-ban és 2021-ben Baranya és Szabolcs-Szatmár-Bereg megye egy-egy járásában készített kismintás kérdőíves kutatásának (Siklósi járás: n=386; Záhonyi járás: n=287) adatain alapul. Elemzésünkben hierarchikus ANOVA modelleket alkalmaztunk.

Az eredmények azt mutatják, hogy a különböző digitális egyenlőtlenségeket más-más társadalmi dimenziók határozzák meg. A tv-nézés és az információs internetezés esetében elsősorban a státusz szerinti egyenlőtlenségek, a közösségimédia-használatban pedig a generációs különbségek mutatkoznak meg.

Eredményeink a digitális médiahasználat és a szubjektív jóllét gyenge kapcsolatára mutatnak rá. A jóllétre a tv-nézésnek nincsen hatása, míg a szakirodalom által kockázatosnak tartott közösségimédia-használat és az információs internetezés is alapvetően inkább kedvezőnek bizonyult az étellel való elégedettség szempontjából. Az egyes tevékenységek azonban eltérő hatásokat mutattak a különböző társadalmi csoportokban. A Siklósi és Záhonyi járás felnőtt lakossága körében alapvetően a strukturális tényezők a meghatározók a jóllét alakulásának szempontjából. A digitális médiahasználat hatásai elsősorban az egyenlőtlenségi dimenziók mentén jelennek meg.

Kulcsszavak: digitálismédia-használat, szubjektív jóllét, digitális egyenlőtlenségek

1 HUN-REN-Corvinus Társadalomepidemiológiai Kutatócsoport.

2 HUN-REN-Corvinus Társadalomepidemiológiai Kutatócsoport; ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem, TáTK, Szociológia Doktori Iskola.

3 A kutatás a HUN-REN Támogatott Kutatócsoportok Irodájának támogatásával készült. Társadalmi Epidemiológiai Kutatócsoport 2019–2024, Kutatásvezető: Elekes Zsuzsanna.

MORE SCREEN TIME, LESS WELLBEING?

Patterns of digital media use and their correlations with subjective wellbeing in two border districts

ABSTRACT

Our study examines the social patterns of three digital activities –TV viewing, social media use, and internet use for information seeking – and their correlation with subjective well-being in adult samples from Baranya and Szabolcs-Szatmár-Bereg counties. The investigation of populations in disadvantaged settlements allowed for a thorough analysis of the dimensions of digital exclusion. Furthermore, with the rapid and widespread adoption of technologies, the question of how the intensive use of digital devices affects our well-being has become increasingly important in scientific and public discourse. Our study focuses on this question, which has mostly been explored in studies investigating children and youth, typically using a psychological approach.

Our research is based on data from a small-scale survey conducted in one district each of Baranya and Szabolcs-Szatmár-Bereg counties in 2020 and 2021 (Siklósi district: n=386; Záhonyi district: n=287). Hierarchical ANOVA models were applied.

The results indicate that different social dimensions determine different digital inequalities. Regarding TV viewing and internet use for information seeking, status inequalities are dominant, while generational differences appear in the use of social media.

Our findings show a weak relationship between digital media use and subjective well-being. TV viewing has no impact on well-being, while social media use, often considered risky in the literature, is generally found to be favourable regarding life satisfaction, as is internet use for information seeking. However, the effects of different activities vary across diverse social groups. Therefore, structural factors are more relevant for enhancing well-being among the adult population of the districts of Siklós and Záhony. The impacts of digital media use primarily appear along the dimensions of inequality.

Keywords: digital media use, subjective wellbeing, digital inequality

SOK KÉPERNYŐZÉS, ROSSZABB JÓLLÉTT?

A DIGITÁLIS MÉDIAHASZNÁLAT MINTÁZATAI ÉS ÖSSZEFÜGGÉSEI A SZUBJEKTÍV JÓLLÉTTTEL KÉT HATÁRMENTI JÁRÁSBAN

BEVEZETÉS

A változatos digitális technológiák gyors megjelenése és az eszközökhöz, platformokhoz való széleskörű hozzáférés eredményeképpen a digitálismédia-fogyasztás és -tevékenységek a mindennapi életünket meghatározó, központi elemmé váltak. A gyerekek és a felnőttek is sok időt töltenek a különböző képernyők előtt (Zhang et al. 2022). A Covid19-járvány pedig még inkább rámutatott az online tevékenységek mindennapiinkba ágyazottságára, a személyes kapcsolatokat a digitális interakciók váltották fel. Így a pandémia a technológiahasználat révén rávilágított a mélyen gyökerező társadalmi egyenlőtlenségekre is (Zheng–Walsham 2021).

A digitális egyenlőtlenségek már nemcsak a hozzáférésben, hanem az online készségek terén, a növekvő diverzitásban is megmutatkoznak. A kutatások is egyre inkább a digitális eszközök használatában meglévő mennyiségi és minőségi eltéréseket vizsgálják, a készségek és a társadalmi hatások különbségeinek feltárását célozzák (Angelusz–Fábián–Tardos 2004; Hargittai–Piper–Morris 2019; van Deursen et al. 2017).

A digitális média használatának vizsgálata és az egyenlőtlenségek feltárása – néhány kivételtől eltekintve (vö. Angelusz–Fábián–Tardos 2004; Fehérvári 2017; Vincze 2019) kevésbé kutatott terület a magyar szociológiában. Jellemző továbbá, hogy a gyerekek és kamaszok intenzív képernyőhasználatára miatt elterjedtek a generációs megközelítések (Tapscott 1998; Rushkof 2006), és a kutatások is elsősorban ezekre a korosztályokra fókuszálnak (vö. Galán 2015; Vincze 2019) amíg a felnőtt lakosság médiahasználatáról kevesebbet tudunk. Továbbá ezt a területet a kutatási jelentések és a szakpolitikai vizsgálatok dominálják, mint például az *EU Kids Online Survey* projekt (Helsper et al. 2013) vagy a Magyar Ifjúság (Bauer et al. 2017), amelyek azonban főként leíró jellegűek.

A digitálismédia-használat mintázataival mellett a hatásokkal kapcsolatos tudományos és szakpolitikai diskurzusokat elsősorban a gyerekeket fenyegető potenciális kockázatok és veszélyek tárgyalása uralja (Livingstone–Mascheroni–Staksrud 2018). Ehhez kapcsolódóan széles körben vitatottak a képernyőhasználat hatásai. A nemzetközi szakirodalomban meghatározó kérdéskör a képernyő előtt töltött idő és a szubjektív jóllét összefüggéseinek vizsgálata (vö. Best–Manktelow–Taylor 2014; Orben–Przybylski 2019; Bohnert–Gracia 2021; Webster–Dunne–Hunter 2021; Valkenburg–Van Driel–Beyens 2022; Vuorre–Przybylski 2023b) ”plainCitation”:(Burke–Marlow–Lento 2010; Best–Manktelow–Taylor 2014; Orben–Przybylski 2019; Bohnert–Gracia 2021; Johannes et al. 2021; Webster–Dunne–Hunter 2021; Valkenburg–Van Driel–Beyens 2022; Vuorre–Przybylski 2023b. A Covid19-járvány felnagyította a fiatalokkal és a képernyőhasználattal kapcsolatos aggodalmakat, és rávilágított a fiatalok negatív pszichológiai hatásokkal szembeni kitettségére (Kotrla Topić–Varga–Jelovčić 2021). Ugyanakkor az eddigi empirikus eredmények ellentmondásosak abban a tekintetben,

hogy kizárólag a képernyő előtt töltött idő mennyisége (eszköz típusától, használat céljától független) vajon összefügg-e, pozitív vagy negatív hatást gyakorol-e az általános jóllétre (Valkenburg–Peter–Schouten 2006; Stepanikova–Nie–He 2010; Bohnert–Gracia 2021; Zhang et al. 2022).

Mindezek mellett a kérdést egyértelműen a pszichológia tudományterülete vizsgálta leginkább. Ebből az is következik, hogy a témát vizsgáló hazai kutatások is nagy hangsúlyt fektetnek a problémás képernyőhasználat vizsgálatára (vö. Bányai et al. 2017; Prievara–Pikó, 2016; Király et al., 2014), melyek eredményei azonban a médiahasználat negatív következményeit felnagyíthatják, miközben nem adnak választ a társadalomra gyakorolt általános hatásokról. Ráadásul a pszichológiai vizsgálatok figyelmen kívül hagyják a médiahasználat társadalmi jellemzőit, ezért a jólléttel való kapcsolatot vizsgáló kutatásoknak a társadalmi egyenlőtlenségek szerepét is vizsgálnia kell (Büchi–Hargittai 2022). Továbbá a felnőtt lakosság kutatása hiányos ezen a területen is (Zhang et al. 2022).

Ebben a cikkben arra keresünk választ, hogy vidéki, hátrányos helyzetű járásokban mi jellemzi a felnőtt lakosság digitálismédia-használatának mintázatait, és a különböző digitális tevékenységek hogyan függenek össze a szubjektív jólléttel. A Siklósi és a Záhonyi járásban 2020-ban és 2021-ben végzett kismintás kérdőíves kutatásunk adatainak elemzése hozzájárul a digitális tevékenységek és a szubjektív jóllét összefüggéseivel, valamint a felnőttek médiahasználatával kapcsolatos korábbi empirikus szakirodalomhoz. A szubjektív jóllét és médiahasználat kapcsolatát a társadalmi egyenlőtlenségek más dimenzióinak bevonásával vizsgáljuk. A tanulmány további hozzájárulása, hogy a képernyőhasználat különböző tevékenységeit és azok hatásait külön elemzi.

ELMÉLETI KERET ÉS KORÁBBI EREDMÉNYEK

Ebben a részben először a digitális egyenlőtlenségek és a szubjektív jóllét fogalmát, valamint a kapcsolódó hazai kontextust mutatjuk be. Ezt követően a digitális tevékenységek típusait tárgyaljuk, és áttekintjük a digitálismédia-használat és jóllét összefüggéseinek korábbi empirikus eredményeit.

Digitális egyenlőtlenségek

Tanulmányunkban a képernyőhasználat társadalmi mintázatainak és a szubjektív jóllét ezek használatával összefüggő eltéréseinek értelmezéséhez a digitális egyenlőtlenségek fogalmát használjuk. A digitális egyenlőtlenségek arra utalnak, hogy az egyének társadalmi helyzete hogyan befolyásolja a digitális eszközökhöz, az internethez való hozzáférést, a felhasználás módjait, a digitális készségeket, illetve az ebből származó hasznokat. (Hargittai 2021). Az információs társadalommal foglalkozó szakirodalomban a digitális megosztottság hagyományos fogalma a bináris megkülönböztetésre fókuszál. A digitális megosztottságnak pedig három szintjét különböztethetjük meg. Az elsőszintű megosztottság (*first-level digital divide*), vagy más néven digitális szakadék (*digital gap*) a hozzáférés eltéréseire (Rogers 2001; Vincze 2019), a másodlagos megosztottság (*second-level digital divide*) a használat minőségére, így az infokommunikációs technológiák (továbbiakban: IKT), használati kompetenciák, IKT-tudás egyenlőtlen eloszlására, a harmadszintű megosztottság (*third-level digital divide*) pedig a társadalmi hatások különbségeire utal (Imran 2023).

A digitális egyenlőtlenségek tágabb meghatározása azonban meghaladja a megosztottság fogalmát és kifejezi annak sokrétűségét és összetettségét. E szerint a digitális kirekesztést nem kizárólag a megosztottság határozza meg, hanem más társadalmi dimenziók is befolyásolják, többek között az életkor, a nem vagy az

iskolai végzettség is (Van Dijk–Hacker 2003; van Deursen et al. 2017; Zheng–Walsham 2021). Az előnyösebb társadalmi helyzetben lévők nagyobb valószínűséggel használják az internetet különféle célokra, különösen azokra a tevékenységekre, amelyekből hasznuk származik (Hargittai–Piper–Morris 2019). A korábbi szakirodalomban hasznos tevékenységekként jelölték meg azokat, amelyek alkalmasak a kulturális tőke növelésére (tőkenövelő tevékenység) (vö. Galán 2019; Hargittai–Hinnant 2008), mint például az információkeresés, a tanulás, a hírolvasás vagy a nyelvtanulás. A magasabb státuszúak tehát a digitálismédia-használat által tovább javítják a társadalomban betöltött pozíciójukat (Zillien–Hargittai 2009). Zheng és Walsam (2021) a digitális egyenlőtlenségek interszekcionalitását hangsúlyozták. Amellett érveltek, hogy a digitális kirekesztés a társadalmi egyenlőtlenségekben gyökerezik, így pedig a digitális integráltság nem enyhíti, hanem gyakran még súlyosbítja is a meglévő egyenlőtlenségeket.

A digitális egyenlőtlenségek dimenziói Magyarországon

Magyarországon a technológiai eszközökhöz és az internethez való hozzáférésben, valamint a médiahasználati mintákban is jelentős társadalmi egyenlőtlenségek mutatkoznak (Fehérvári 2017; Bauer et al. 2017; Koltói–Varga 2022). Fehérvári (2017) az infokommunikációs technológiákkal és a használati mintákkal kapcsolatos penetrációs adatokat vizsgálva azt találta, hogy a regionális és az oktatási különbségek jelentősebbek, mint a generációs megosztottság. Ennek megfelelően Közép-Magyarországon (85% körüli), valamint Közép- és Nyugat-Dunántúlon (80% körüli) a legmagasabb az internetpenetráció, míg az észak-alföldi, észak-magyarországi és dél-alföldi adatok kedvezőtlenebb képet mutatnak (70% alatti). Ezek között helyezkedik el a Dél-Dunántúl régió, ahol az internethez való hozzáférés valamivel meghaladta a 70%-ot a vizsgálat idején. Az internetpenetráció különbségei az életkorban és az iskolai végzettségben is megjelentek.

A Magyar Ifjúságkutatás 2016-os adatai is azt mutatják, hogy a legalacsonyabb iskolai végzettségűek, illetve az észak-magyarországiak és az észak-alföldiek körében ritkább a számítógépes internet-hozzáférés a háztartásban, valamint ezekre a csoportokra kevésbé jellemző az okostelefon-használat is. Az internethez való hozzáférés tekintetében az általános iskolai végzettséggel rendelkezők lemaradása a legjelentősebb (Bauer et al. 2017).

Annak ellenére, hogy a járványhelyzet miatt nőtt az online jelenlét gyakorisága és a napi internethasználók aránya, az azonnali csatlakozottság, az értesítésekre reagálás – főként a 20–24 éves korosztály körében – is egyre jellemzőbbé vált, a hozzáférés mintázatai 2020-ban sem változtak. Az önbesoroláson alapuló társadalmi csoportok között az alsó társadalmi rétegek kevésbé férnek hozzá az IKT eszközökhöz, az interneteléshez: szignifikánsan alacsonyabb arányban rendelkeznek saját IKT eszközökkel, ami alól csak a mobiltelefon képez kivételt (Koltói–Varga 2022). Hasonlóképpen Galán (2019) debreceni fiatalok körében készült kutatása azt mutatta, hogy az otthoni eszközökhöz és az internethez való hozzáférésben mutatkoznak még különbségek, de az okostelefon tekintetében megszűntek a hozzáférési egyenlőtlenségek.

A hozzáférés mellett a használatot tekintve is megfigyelhetők társadalmi különbségek. 2015-ben a napi internethasználatban a regionális különbségek nem voltak jelentősek, az életkor és az iskolai végzettség szerint mutatkoztak meg az eltérések. A fiatalabb generáció tagjai nagyobb valószínűséggel használtak mobiltelefonon internetezésre: 2015-ben a 16–24 évesek 80%-a, a 65–74 évesek 55%-a használt erre a célra okostelefont. Az iskolai végzettséget tekintve a felsőfokú végzettségűek interneteztek a legtöbbet napi szinten (93%), míg a legalacsonyabb iskolai végzettségűek 81%-a internetezett napi rendszerességgel (Fehérvári 2017). Egy,

debreceni fiatalok körében végzett vizsgálat (Galán 2019) eredményei szerint főként a tevékenységek céljában és tartalmában mutatkoztak meg egyenlőtlenségek: az alacsonyabb státuszú iskolákba járók között jellemzőbb volt a szórakoztatási célú használat, míg az előnyösebb pozíciókban lévők nagyobb valószínűséggel végeztek tökenövelő tevékenységeket.

A 2020-as Magyar Ifjúság adatai azt mutatják, hogy az alap- és középfokú végzettségűek a közösségi oldalakat tartották fontos információforrásnak. Továbbá az alsó társadalmi csoportba tartozó fiatalok kevésbé tartották az online kockázatoktól, mint például a személyes adatokkal való visszaéléstől (Koltói–Varga 2020). A tudatos médiahasználat hiányát igazolta egy ormánsági hátrányos helyzetű falvakban készült kvalitatív kutatás is (Werner 2022). A közösségi média használatát tekintve az iskolai végzettség és a foglalkoztatottság szerint mutatkoztak meg különbségek. Az alapfokú végzettségűek 21%-a csak szórakozásra használta ezeket a platformokat, míg a középfokú végzettségűek körében ez az arány 14%, a felsőfokú végzettségűek esetében pedig 8% volt. A közélet iránt érdeklődők leginkább a felsőfokú végzettségűek csoportjába tartoznak. Hasonlóképpen, a munkaerőpiacon aktívak között vannak a legkisebb arányban a szórakozó, és a legnagyobb arányban a közélet iránt is érdeklődő közösségi média-használók (Koltói–Varga 2022). Werner (2022) szintén azt találta, hogy a felzárkózó településeken élő felnőttek internethasználatát elsősorban a szórakoztató tartalmak fogyasztása és közösségi média-használata jellemzi. Ezzel szemben további hasznokat eredményező, a digitális fejlődést elősegítő médiafelhasználás nincsen jelen körükben.

A 2022-es népszámlálás adatai alapján a digitális tevékenységekre vonatkozó aktivitás mindkét vizsgált járásban a megyei, a régiós és az országos átlag alatt maradt. A KSH négykategóriás tipológiát készített: (1) nem végez digitális tevékenységet, illetve (2) alapszintű, (3) középszintű, (4) magas szintű digitális tevékenységet végez⁴. A 6 évesnél idősebbek körében Magyarországon 17% tartozott a digitális tevékenységet nem végzők körébe. Ez az arány Baranya megyében 19%, míg Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében 22% volt. A két általunk vizsgált járás közül a Siklói járásban 21%, míg a Záhonyi járásban 23% volt. Az alapszintű digitális tevékenységet végzők aránya országosan 29%, a Siklói járásban 34%, a Záhonyi járásban pedig 36% volt. Ezzel szemben a közép- és magas szintű digitális tevékenységet végzők előfordulása országosan gyakoribb volt, mint a két vizsgált járásban. A középszintű tevékenységek országos aránya 44%, a Siklói járásban 40%, a Záhonyi járásban pedig 38% volt. Magas szintű digitális tevékenységet országosan is mindössze 9% végzett, míg a Siklói járásban csak 5%, a Záhonyi járásban pedig 3% volt ez az arány.

4 KSH Népszámlálási Adatbázis, WBS003 tábla. Elérhető: <https://nepszamlalas2022.ksh.hu/> [Letöltve: 2024-09-22]. A népszámlálás keretében az alábbi tevékenységek rendszeres előfordulását vizsgálták: interneten olvas, videót néz, játszik vagy információt keres; interneten keresztül kommunikál (pl. e-mail, üzenetküldő program, videóhívás segítségével); online vásárol vagy intéz ügyet (pl. ügyfélkapun, netbankon, webshopon keresztül); szöveg-, táblázat-, videó- vagy képszerkesztő programot használ; önállóan megoldja a technikai jellegű problémákat (pl. program újratelepítése, internetkapcsolat ellenőrzése); biztonsági másolatot készít külső tárolóegységre vagy internetes tárhelyre; adatbázis-kezelő, grafikai, építészeti tervező vagy más, összetett tudást igénylő programot használ; programnyelven programoz (pl. Java, SQL, PHP, C#) vagy informatikai hálózatot épít, szerveret, alkalmazást fejleszt, üzemeltet vagy felügyel.

A szubjektív jóllét fogalma és a magyarországi kontextus

A jóllét fogalmát a különböző tudományágak eltérően határozzák meg. Általában a mentális és érzelmi egészség leírására használják (Ross et al. 2020). A szubjektív jóllét az élet általános értékelésére utal, amely arra vonatkozik, mennyire érzi magát elégedettnak, boldognak vagy komfortosnak az egyén az életében (Webster–Dunne–Hunter 2021:117). Ebben a tágan értelmezett fogalomban az étellel való elégedettség az egyik fontos indikátor (Webster et al. 2021). Magyarországon az életminőség (*quality of life*) szociológiai vizsgálata során terjedt el az étellel való elégedettség alapján mért individuális jóllét kutatása, összefüggésben más társadalmi dimenziókkal, egyenlőtlenségekkel (Ivony 2017).

A mentális egészség másik fontos, standardizált mérőszáma a depresszióra utaló tünetek előfordulásának gyakorisága. Ennek különböző indikátorait alkalmazták többek között a magyar lelkiállapotot vizsgáló *Hungarostudy* felmérésekben, illetve az Európai Lakossági Egészségfelméréseiben (ELEF) is (vö. Susánszky–Szántó 2013; KSH 2021). Ebben a tanulmányban a depressziót is a szubjektív jóllét egy indikátoraként határozzuk meg.

A magyarországi adatok tekintetében elmondható, hogy nemzetközi összehasonlításban – főként a gazdasági fejlettséghez mérten – a magyarok jelentősen elégedetlenek az életükkel.

Ennek fontos meghatározó tényezője a rossz egészségi állapot. Az alapfokú végzettséggel jár együtt a legkisebb szubjektív jóllét, amit a szakmunkásvégzettség nem, csak a felsőfokú végzettség tud szignifikánsan növelni. Továbbá a munkanélküliség – nem meglepő módon – negatívan hat a szubjektív jóllétre (Molnár–Kapitány 2014). A pozitív érzelmi állapot alacsony szintje különösen gyakori az Észak-Magyarországon élők, az alapfokú végzettségűek és a legalacsonyabb jövedelmi ötödbe tartozók körében (KSH 2021:2).

A depressziót tekintve 2019-ben a magyarok ötöde enyhe tünetekről, 1,5%-uk pedig mérsékelten súlyos/súlyos állapotról számolt be. Az enyhe depresszióval küzdők aránya magasabb volt a nőknél, mint a férfiaknál (25% és 17%), a legfeljebb alapfokú végzettségűek körében (32%, szemben a felsőfokúaknál mért 17%-kal), a legszűkebb jövedelmi ötödben (30%), a településtípusok között a falvakban (24%), régiós összehasonlításban pedig Észak-Magyarországon élőkénél (27%) volt a legmagasabb (KSH 2021:5).

A digitális médiahasználat és a jóllét

Az elmúlt két évtizedben a technológiák széles körű elterjedésével egyre égetőbb kérdéssé vált, miként befolyásolja a digitalizáció a mentális egészséget és a jóllétet (Bohnert–Gracia 2021; Vuorre–Przybylski 2023b) *”plainCitation”*: (Bohnert–Gracia 2021; Vuorre–Przybylski 2023b. A kutatások túlnyomórészt a képernyő káros összefüggéseiről számolnak be, ahol a megnövekedett képernyőidő az alacsonyabb jólléttel és a depressziós tünetek nagyobb valószínűségével járt együtt, elsősorban a kamaszok körében (Kelly et al. 2018; Zhang et al. 2019; Mougharbel–Goldfield 2020; Twenge 2020), de felnőtt mintákban is (Madhav–Sherchand–Sherchan 2017; Zhang et al. 2022). Mivel az elmúlt évtizedben a közösségimédia-használat vált a leggyakoribb online tevékenységgé, a kutatások nagy arányban e tevékenység és a mentális egészség kapcsolatának vizsgálatával foglalkoznak (Valkenburg–Peter–Schouten 2006; Akkin Gürbüz et al. 2017; Berryman–Ferguson–Negy 2018, 2018; Kelly et al. 2018; Lattie–Lipson–Eisenberg 2019; Johannes et al. 2021; Webster–Dunne–Hunter 2021).

Másrésről több kutatás is ellentétes összefüggéseket talált a jólléttel: a digitális tevékenységek erős szociális támogatáshoz, nagyobb kapcsolati hálózhoz, csökkent szociális szorongáshoz és csökkent társadalmi elszigeteltséghez, valamint nagyobb jólléthez kapcsolódnak (Best–Manktelow–Taylor 2014; Bucksch et al. 2016;

Berryman–Ferguson–Negy 2018; Vuorre–Przybylski 2023a). Hasonlóképpen Goodman–Deane és munkatársai (2016) angolszász országokban vizsgálták a kommunikáció különböző formái és az étellel való elégedettség kapcsolatát 10 évesnél idősebb gyerekeket és felnőtteket is vizsgáló kutatásukban, és azt találták, hogy a telefonos és a videóműködéses kommunikáció is pozitív összefüggést mutat az étellel való elégedettséggel. Egy izraeli, longitudinális kutatás (Lissitsa–Chachashvili–Bolotin 2016) pedig a 2003 és 2012 közötti időszakban vizsgálta az internethasználat elterjedésének hatását az étellel való elégedettségre. Eredményeik azt mutatják, hogy a 20–64 éves korosztályban az internethasználat növelte az elégedettséget. Továbbá azzal érveltek, hogy a gyakoribb internethasználat főként az alacsonyabb társadalmi rétegek elégedettségére lehet pozitív hatással.

Ezeket túlmenően a digitális médiahasználat és a jóllét közötti gyenge összefüggésekről vagy a szignifikáns kapcsolat hiányáról is beszámoltak kutatások (Orben–Przybylski 2019; Vuorre–Przybylski 2023b)2023a.

A digitális tevékenységek és a szubjektív jóllét vagy a mentális egészség kapcsolatáról szóló eredmények tehát ellentmondásosak. Számos oka van ennek, amelyek között a legfontosabbak az eltérő módszertanok és a kényelmi mintavételek alkalmazása, illetve a digitális médiahasználat mérésének sokfélesége (Best–Manktelow–Taylor 2014; Goodman–Deane et al. 2016; K. Kaye et al. 2020). A vonatkozó szakirodalom hiányosságait jelenti és a szerteágazó eredmények hátterében állhat, hogy a képernyőidő koncepciója nem egységes a vizsgálatokban, melyek sokszor standardizálatlan mérőszámokat használnak és önbevallásos adatokra támaszkodnak, továbbá hiányoznak a hosszú távú hatásokat, ok-okozati összefüggéseket feltáró elemzések (Goodman–Deane et al. 2016; K. Kaye et al. 2020). A különböző típusú képernyőidő és a mentális problémák közötti összefüggések változatosak, főként a használat módja és célja, és nem az eszköz típusa vagy a képernyő előtt töltött idő a meghatározó a kapcsolat tekintetében (Valkenburg–Peter–Schouten 2006; Stepanikova–Nie–He 2010; Bohnert–Gracia 2021; Zhang et al. 2022).

Fontos kiemelni továbbá, hogy a kutatások döntő többsége a kamaszokra, fiatal felnőttekre fókuszált. A mintákban sokszor felülreprezentáltak a magasabb társadalmi státuszúak is, mivel ők intenzívebben használják ezeket az eszközöket (Lattie–Lipson–Eisenberg 2019; Kotrla Topić–Varga–Jelovčić 2021). Végül a területen a szociológiai kutatások egyértelműen kisebbségben vannak, keveset tudunk a szociodemográfiai háttértényezők hatásairól.

A digitális tevékenységek és a tartalom jellege szerinti megkülönböztetések tovább árnyalják az eddigi eredményeket. A médiahasználat módjainak egyik megközelítése a passzív és aktív használat közötti különbséget (Valkenburg–Peter–Schouten 2006; Burke–Marlow–Lento 2010; Krasnova et al. 2015; Verduyn et al. 2017; Khan et al. 2022; Valkenburg–Van Driel–Beyens 2022). Az aktív használat alapvetően a tartalom gyártására vonatkozik, amikor például a felhasználó üzenetet vált, képet, videót, posztot készít és másokkal megoszt. Ezzel szemben a passzív használat a tartalomfogyasztást jelöli, amikor jellemzően nem lép interakcióba másokkal a felhasználó. A tv-nézés és a hírfolyamok, posztok görgetése tipikusan passzív tevékenységek (Verduyn et al. 2017). Az empirikus szakirodalom feltételezése, hogy a passzív használat alacsonyabb, az aktív pedig magasabb jólléttel jár együtt (Verduyn et al. 2017; Lattie–Lipson–Eisenberg 2019; Valkenburg–Van Driel–Beyens 2022). Valkenburg és munkatársai (2022) azonban legújabb szisztematikus áttekintésükben a közösségi média aktív és passzív használatának hatásaival kapcsolatban amellet érveltek, hogy a tartalom jellege számít igazán a jóllét szempontjából.

Néhány újabb kutatás igazolja a digitális tevékenység és a tartalom jellege szerinti különbségtételt. Korábbi vizsgálatok azt találták, hogy azok a digitális tevékenységek, amelyeknek célja az információszerzés és

a tanulás, alacsony kockázattal és magas lehetőséggel járnak, ezáltal magasabb jóllét kapcsolódhat hozzájuk (Camerini–Schulz–Jeannet 2018; Livingstone–Mascheroni–Staksrud 2018; Bohnert–Gracia 2021). Míg a közösségi média, a szórakozási, médiafogyasztási célú tevékenységek alacsonyabb jólléttel járnak együtt, mert magas kockázatúak: nagyobb valószínűséggel kapcsolódnak hozzájuk depressziós tünetek, alacsony önértékelés és online zaklatás (Lemola et al. 2015; Mascheroni–Ólafsson 2016; Kelly et al. 2018; Bohnert–Gracia 2021). Elemzésünkben ezekre a megkülönböztetésekre támaszkodunk.

JELEN TANULMÁNY CÉLJAI ÉS HIPOTÉZISEI

Ennek a tanulmánynak a célja kettős. Elsőként a digitális tevékenységek mintázatait, szociodemográfiai ismérvekkel való összefüggéseit kívánja feltárni két felnőtt lakossági kismintában, hátrányos helyzetű határmenti járásokban. Írásunkban a digitálismédia-használatra, annak mennyiségi és minőségi aspektusaira fókuszálunk. Az alacsonyabb státuszú társadalmi rétegek magas reprezentáltsága és az előzőekben bemutatott IKT használattal kapcsolatos hátrányok miatt a Siklói és a Záhonyi járás alkalmas lehet a digitális kirekesztés dimenzióinak vizsgálatára. A digitális egyenlőtlenségek korábbi magyarországi eredményeire támaszkodva fogalmaztuk meg első hipotézisünket. Azt feltételeztük, hogy a digitális tevékenységek eltérő módon függenek össze a társadalmi-gazdasági státussal: a főként szórakozási célú digitális tevékenységek (tv-nézés és közösségimédia-használat) az alacsonyabb (*H1.a*), míg az információszerzési célú tevékenységek (internetezés) a magasabb státuszúak körében gyakoribbak (*H1.b*).

Másodszor azt vizsgáltuk, hogy a különböző tevékenységek milyen összefüggéseket mutatnak a szubjektív jólléttel. A korábbi empirikus szakirodalom alapján azt feltételeztük, hogy egyrészt a passzív és aktív használat, másrészt a tartalom jellege szerint itt is eltérések tapasztalhatók a hatásokban. Vizsgálatunkban a tv-nézést egyrészt mint a passzív médiafogyasztás klasszikus és leggyakoribb formáját elemeztük (Van Dyck et al. 2011), másrészt a jóllét szempontjából magas kockázatúként határoztuk meg. A közösségimédia-használat formái eltérőek lehetnek az aktivitás és passzivitás szempontjából, elemzésünkben azonban egyetlen változó (napi közösségimédia-használattal töltött idő) állt rendelkezésünkre ennek mérésére. A közösségi médián végzett tevékenységekre vonatkozóan nem állt rendelkezésre információ, ezért korábbi empirikus eredmények alapján (Lemola et al. 2015; Mascheroni–Ólafsson 2016; Kelly et al. 2018; Bohnert–Gracia 2021) a jólléttel összefüggésben magas kockázatúnak tekintettük. Ezekon kívül vizsgáltunk egy harmadik tevékenységet, amely egyrészt aktív használatot feltételez, másrészt a jóllét alakulása szempontjából alacsony kockázattal és sok lehetőséggel jár együtt: az információkeresési célú internetezést. Ezek alapján fogalmaztuk meg a második hipotézisünket:

H2. A digitális tevékenységek különböző formái eltérő módon függenek össze a szubjektív jólléttel.

- a) A passzív és magas kockázattal járó digitális tevékenységek (tv-nézés, közösségimédia-használat) negatív összefüggésben állnak a szubjektív jólléttel.
- b) Az aktív, alacsony kockázattal és nagy lehetőségekkel járó digitális tevékenységek (információkeresési célú internetezés) pozitív összefüggésben állnak a szubjektív jólléttel.

MÓDSZERTAN

Kutatásunk során Baranya és Szabolcs-Szatmár-Bereg megye egy-egy járásában végeztünk kvantitatív adatfelvételt az egészségkárosító magatartásokról és a szabadidő eltöltéséről a felnőtt lakosság körében. A terep kiválasztását elsősorban a határmentiség indokolta, mivel a kutatás fő fókuszában a nem regisztrált alkoholfogyasztás felmérése állt. Az eredmények értelmezése során fontos figyelembe venni, hogy mindkét kiválasztott járás kedvezményezett kategóriába tartozik a térségek társadalmi-gazdasági és infrastrukturális fejlettségét mérő komplex mutató⁵ alapján. A Záhonyi járás emellett komplex programmal fejlesztendőnek számít (azaz lakossága az ezt szabályzó rendeletben meghatározott fejlettségi mutató szerint a legalsó decilisbe sorolható). A Siklósi járás a mutató alapján már éppen nem tartozik a fejlesztendő kategóriába, azaz népessége a komplex mutató alapján kialakított járási sorrendben a 15–20. percentilis között helyezkedik el alulról, tehát nem tartozik a legalsó 15%-ba. Ahogy *A digitális egyenlőtlenségek dimenziói Magyarországon* című részben már jeleztük, a 2022-es népszámlálás során felmért digitális tevékenységek szempontjából szintén kirajzolódott, hogy mindkét vizsgált járás az országos, a régiós és a megyei átlag alatt helyezkedik el.

A Siklósi járásban 2020 őszén, a Záhonyi járásban 2021 őszén zajlott a kérdezés. Elsősorban a Budapesti Corvinus Egyetem kutatótáborainak résztvevő hallgatói vették fel az adatokat. A Siklósi járásban a Szocio-Gráf Intézet munkatársai, a Záhonyi járásban egy helyi adatfelvételi cég bonyolította a további kérdezést. A kiegészítő adatfelvétel azt célozta, hogy mindkét mintába kerüljenek városok is, ne kizárólag falvakban, nagyközségekben gyűjtsünk adatokat. Ennek megfelelően, a Siklósi járásban a járásközpontban, Siklóson zajlott a városi adatfelvétel. Mivel a Záhonyi járásban nincs nagyobb lélekszámú, tízezer főt megközelítő település, így a szomszédos járás központjában, Kisvárdán bonyolítottuk le a városi adatfelvételt, amellett, hogy Záhonyban is kérdeztünk, ami azonban 5000 fő lélekszám alatti város. Összességében tehát, a közigazgatási besorolástól függetlenül, városi funkciókkal mindkét mintában mindössze egy-egy település, Siklós és Kisvárdá rendelkezik. Az adatfelvételek eredményeként összesen 1084 papíralapú kérdőív személyes lekérdezésére (PAPI) került sor: 617 kérdőívet a Siklósi járásban, 467-et a Záhonyi járásban kérdeztünk le. A mintákba három ismérv alapján véletlenszerűen kerültek települések: (1) a lakónépesség, (2) a nyilvántartott munkakeresők és (3) az érettségizettek aránya a helyi népességen belül. A településeken a kérdezőbiztosok a véletlen séta módszerével választották ki a háztartásokat. A háztartástagok közül pedig a kérdezés időpontjához képest legközelebb születésnapját ünneplő felnőttet kérdeztük.⁶

5 290/2014. (XI. 26.) Korm. rendelet a kedvezményezett járások besorolásáról Elérhető: <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a1400290.kor> [Letöltve: 2024-09-22].

6 A vizsgált járások kiválasztására, a minta kialakítására és az adatfelvétel lebonyolítására vonatkozó részletesebb információk itt találhatóak: https://devianciakutatas.hu/docs/2023/bsz_moodszertan_231117_FIN.pdf [Letöltve: 2024-09-22].

Mérőszámok

Digitális tevékenységek: Elemzésünkben három digitális tevékenységet vizsgáltunk: a *tv-nézést*, az *információs internetezést* és a *közösségimédia-használatot*. A tevékenységek gyakoriságát ötfokú skálán mértük, ahol az 1-es a napi használatot jelölte, az 5-ös pedig azt jelentette, hogy a válaszadó soha nem végzi a tevékenységet.⁷ Az adott digitális tevékenységet naponta végzők esetében a tevékenységgel töltött becsült óra számát is kérdeztük. A megadott óraszámok alapján a többi gyakorisági kérdésre adott válasza – heti és havi rendszerességek – is napi szintű becslést végeztünk. A digitális tevékenységek mintázatainak elemzésekor folytonos változóként a napi átlagértéket hasonlítottuk össze. A jólléttel kapcsolatos modellekben a digitális tevékenységeket magyarázó változóként használtuk. Itt dichotóm módon alkalmaztuk ezeket; a két csoportot az átlagértékek mentén választottuk el.

Szubjektív jóllét: A mentális egészséget két indikátorral mértük, és a jólléttel magyarázó többváltozós modellekbe függő változóként vontuk be. Az első az *élettel való elégedettség*, ami a következő nyolc tétel átlagértékét mutatja: (1) munkával, (2) anyagi körülményekkel, (3) családi kapcsolatokkal, (4) párkapcsolattal, (5) szexuális élettel, (6) baráti kapcsolattal, (7) egyéb társas kapcsolatokkal, valamint az azzal való elégedettség (8) ahogyan szabadidejét eltölti. A tételeket ötfokú skálán mértük, ahol az 1-es az egyáltalán nem elégedett, az 5-ös a teljesen elégedettet jelentette, így az élettel való elégedettség értékei is egy és öt között oszlanak meg. A magasabb értékek nagyobb elégedettséget jelölnek.

A másik indikátor a depresszió, amit az ELEF-ben is használatos nyolc tételből álló kérdéssorral mérünk.⁸ A kérdezettek négyfokú skálákon (0 – egyszer sem; 1 – néhány napig; 2 – a két hét több mint felében, 3 – majdnem minden nap) válaszoltak a következő kérdésre: „Az *elmúlt két hétben milyen gyakran okoztak Önnek gondot a következő panaszok?* (1) kevés érdeklődés vagy örömezés tevékenységei során; (2) szomorúság, lehangoltság vagy reménytelenség érzése; (3) nehezen tud elaludni, éjszaka könnyen felébred vagy túl sokat alszik; (4) fáradtság, kevés energia; (5) rossz étvágy, túlzott evés; (6) rossz érzések saját magával kapcsolatban, vagy olyan gondolatok, hogy Ön sikertelen, vagy csalódást okozott önmaga vagy családjá számára; (7) koncentrálni nehézségek, pl. újságolvasás vagy tv-nézés közben; (8) mozgása vagy beszéde annyira lelassult, hogy mások is észrevehették, vagy ellenkezőleg, olyan nyugtalan, hogy a szokásosnál sokkal többet mozgott. A depresszió esetében a tételekre adott válaszokat összeadtuk, így az indikátor pontszámai nulla és 24 között oszlanak meg. Ebben az esetben a magasabb értékek a depressziós tünetek nagyobb számával járnak együtt.

Szociodemográfiai változók: A többváltozós elemzésekbe a szociodemográfiai változókat először magyarázó változóként, a jólléttelmodellekben pedig kontrollváltozóként vontunk be. A kérdezett nemét, két korcsoportot (18–35 év, és 36–59 év közöttiek),⁹ az iskolai végzettséget két kategóriában (legfeljebb szakmunkás (érettségi nélkül), legalább érettségi), a munkaerőpiaci státust (nem aktív, munkaerőpiacon dolgozik) és a szubjektív anyagi helyzetet (átlag alatt, átlagos, átlag fölött) használtuk.

⁷ Kérdés: *Milyen gyakran végzi a következő tevékenységet a szabadidejében?* (1) Tévét, videót, filmet, dvd-t néz; (2) Internethasználat: információszerezés, hírek olvasása, böngészés; (3) Csetel, facebookozik (Twitter, Skype, WhatsApp, Instagram stb.) Válaszkategóriák: (1) Naponta (2) Pár alkalommal egy héten (3) Pár alkalommal egy hónapban (4) Pár alkalommal egy évben vagy ritkábban (5) Soha.

⁸ Az ELEF kérdőíve a depresszió diagnosztizálásul szolgáló kilenc tünet közül nyolcat tartalmaz. Az ún. PHQ-8 (Patient Health Questionnaire depression scale) a depresszió mérésére széles körben alkalmazott indikátor (KSH 2021).

⁹ Az eredmények ismertetésekor a 36–59 éves korosztályra mint idősebbekre hivatkozunk.

ELEMZÉSI STRATÉGIA

Elemzésünk során hierarchikus ANOVA modelleket készítettünk, elsőként a képernyőhasználat mintázatainak feltérképezésére, majd a jólléttel való kapcsolatának vizsgálatára. Módszerválasztásunkat elsősorban a felhasznált változók mérési szintje indokolta, mivel modelljeinkben a magyarázó és kontrollváltozók kategóriálisak (szubjektív anyagi státusz, munkaerőpiaci aktivitás, nem, iskolai végzettség, korcsoport, képernyőidő), míg a függő változók kvázi-folytonos skálák (képernyőidő, étellel való elégedettség, depresszió). Szintén az ANOVA modellek alkalmazása mellett szólt a vizsgálat kismintás jellegével összefüggésben az esetszám, valamint hogy a szubjektív jóllétre vonatkozó modellezés során kifejezetten a képernyőidővel való összefüggésre koncentráltunk, és nem volt célunk a kontrollhatások részletes elemzése. Kísérletet tettünk arra is, hogy általánosított lineáris modellek keretében mutassuk be eredményeinket, de a következtetések tekintetében ezek a modellek azonos eredményt hoztak a cikkben bemutatott ANOVA modellekkel, ugyanakkor interpretálhatóság szempontjából az ANOVA modelleket ítéltük kedvezőbbnek.

A képernyőhasználat háttérét feltáró modellekben a naponta az adott tevékenységgel töltött időre vonatkozó becsült perc értékeket szerepeltettük függő változóként, a magyarázó változók pedig a fentebb bemutatott szociodemográfiai ismérvek voltak. A képernyőhasználat és a jóllét összefüggéseit vizsgáló modelljeinkben a két jóllétdimenzió (étellel való elégedettség, depresszió) skála értékei szerepeltek függő változóként, a képernyőtípusok magyarázó változók voltak, míg a szociodemográfiai ismérvekre kontrolláltunk.¹⁰ Ebben az esetben a képernyőtípusokkal eltöltött időt dichotóm változóvá alakítottuk a becsült napi időértékek átlaga mentén. Ezt elsődlegesen az indokolta, hogy amint fentebb ismertettük, a napi perc értékek kategóriális bemeneti változók alapján készült becsléseként keletkeztek, amelynek eredményeként nem keletkezett folytonos skála.

A képernyőhasználat és a jóllét kapcsolatát vizsgáló modelleket rendre kétféleképpen készítettük el: az egyik esetben elsőként, a másikban pedig utolsóként bevonva a magyarázó változót, vagyis az adott képernyőtípusra fordított idő kétkategóriás változatát. Ezzel kiküszöböltük a magyarázó változók közötti sorrendiség hatását a modellépítés során. Erre a hierarchikus ANOVA sajátosságai miatt volt szükség, mivel a módszer hierarchikus jellegéből adódóan a magyarázó változók belépési sorrendjétől függően eltérő hatásokat rendel hozzájuk. Minden egyes belépő független változó a függő változó heterogenitásának azt a részét magyarázza, amelyet az előzőleg beépített változók nem fedtek le. Modelljeink többutas ANOVA modellek, annak érdekében, hogy az interakciós hatásokat is vizsgálni tudjuk.

¹⁰ A képernyőhasználat és a jóllét összefüggését a modellezést megelőzően Pearson-korrelációkkal, illetve a fentebb bemutatott szociodemográfiai ismérvekre kontrollált parciális korrelációkkal is vizsgáltuk. Ennek tapasztalata az volt, hogy a tv-nézéssel töltött idő mindkét almintában negatív kapcsolatban állt a jólléttel, ezen kívül a közösségimédia-használatra fordított idő pozitív kapcsolatban állt a Záhonyi járásban az étellel való elégedettséggel. Egyéb szignifikáns összefüggéseket nem tapasztaltunk. A parciális korrelációk azt mutatták, hogy a szociodemográfiai ismérvek bevonásával ezek a kapcsolatok megszűnnek, azaz a különböző tevékenységek nem gyakorolnak önálló hatást a vizsgált jóllét dimenziókra vonatkozóan.

EREDMÉNYEK

A minták leírása

Tanulmányunkban a 18–59 éves korosztályt elemezzük, mivel az idősebb korosztály a digitális tevékenységekkel – a tv-nézésen kívül – sokkal kevesebb időt tölt. A minták eloszlását a vizsgált változók mentén az 1. táblázat mutatja.

1. táblázat. A minták jellemzői a főbb szociodemográfiai változók szerint

	Siklósi járás (N=386)				Záhonyi járás (N=287)			
	Százalékos megoszlás				Százalékos megoszlás			
Férfi	32,7				46,2			
Korcsoport								
18–35	30,3				35,9			
36–59	69,7				64,1			
Iskolai végzettség								
Legfeljebb szakmunkás	48,4				43,5			
Legalább érettségi	51,6				56,5			
Szubjektív anyagi helyzet								
Átlag fölött	13,5				20,4			
Átlagos	64,2				63,7			
Átlag alatt	22,3				15,8			
Munkaerőpiaci státusz								
Aktív	74,1				76,7			
Nem aktív	25,9				23,3			
	Átlag (%)	Szórás	Min.	Max.	Átlag (%)	Szórás	Min.	Max.
Életkor	47,73	10,97	18	59	40,11	12,58	18	59
Élettel való elégedettség	4,03	0,68	1,00	5,00	3,97	0,82	1,00	5,00
Depresszió	2,72	3,66	0,00	24,00	2,91	3,82	0,00	18,00
Tv-nézés (napi perc)	131,69	89,11	0,00	480,00	118,32	93,15	0,00	570,00
Internetezés – információ-szerzés (napi perc)	63,04	67,88	0,00	570,00	47,88	58,67	0,00	480,00
Közösségi-média-használat (napi perc)	59,92	68,86	0,00	540,00	54,12	69,02	0,00	480,00

A siklósi mintában a nők jelentősen felülreprezentáltak, a válaszadók 67,3%-a nő. A Záhonyi járás esetében a nemek aránya kiegyenlítettebb, a mintában 51,8% nő. Mivel a digitális médiahasználatot az életkor jelentősen befolyásolja, a fiatalabbak körében a használat intenzívebb, és más mintákat mutat. Az elemszámok miatt az elemzésben két korcsoportot hasonlítottunk össze, a fiatal felnőtteket (18–35 év) és a középkorú felnőtt lakosságot (36–59 év). A mintákban e tekintetben hasonlóak az arányok, a válaszadók körülbelül kétharmada a 36–59 év közötti korosztályba tartozik: a Siklósi járásban 30,3%, a Záhonyi járásban 35,9% a fiatalok aránya. Az iskolai végzettség tekintetében az alacsonyabb – legfeljebb szakmunkás – végzettségűek aránya a Siklósi járásban (48,4% és 43,5%); a magasabb – legalább érettségi – végzettséggel rendelkezők aránya a Záhonyi járásban nagyobb (51,6% és 56,5%). A csoportokon belül a Siklósi járásban nagyobb az aránya a legalacsonyabb és a legmagasabb végzettséggel rendelkezőknek is (legfeljebb általános iskolai és felsőfokú végzettség). A szubjektív anyagi helyzet három kategóriáját különítettük el, amelyekbe önbesorolással ke-

rültek a válaszadók. A legnagyobb arányban az átlagos anyagi helyzetűek szerepeltek a mintákban (64,2% és 63,7%). A Siklósi járásban nagyobb arányban voltak, akik átlag alattinak értékelték az anyagi helyzetüket: 22,3% szemben a Záhonyi járás 15,8%-ával. A munkaerőpiaci státusz szerint egyformák a mintázatok, a vizsgált válaszadók többsége aktív (74,1% és 76,7%) volt a munkaerőpiacon.

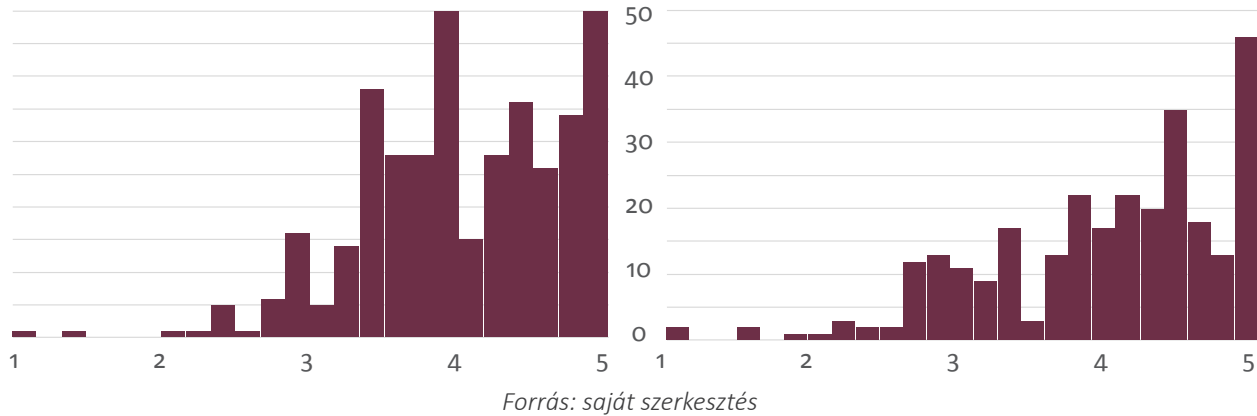
A képernyőhasználatot vizsgálva, a tv-nézéssel átlagosan kétszer annyi időt töltöttek a válaszadók, mint az internetezéssel vagy a közösségimédia-használattal. Mindegyik digitális tevékenységre több időt fordítottak a Siklósi járásban, mint a Záhonyi járásban. A Siklósi járásban több mint napi két órát töltöttek átlagosan tv-nézéssel (132 perc) és közel egy-egy órát a másik két tevékenységgel. A Záhonyi járásban alig két órát töltöttek tv-nézéssel (118 perc), 48 percet internetezéssel és 54 percet közösségimédia-használattal.

Vizsgálatunk eredményei alapján az eszközökhöz (színes tv és okostelefon) és az internethez való hozzáférés aránya az aktív korú korcsoportokban sem a Siklósi, sem a Záhonyi járásban nem mutat érdemi különbségeket. Okostelefonnal 93%-uk, színes tv-vel 98%-uk, internethozzáféréssel pedig 90%-uk rendelkezett az adatfelvétel idején a 18–59 éves korcsoportban. A vizsgálatban használt demográfiai ismérvekkel összevetve a legnagyobb különbségek az internethozzáférés terén tapasztalhatók mindkét járásban, és az iskolai végzettség a leglényegesebb faktor ebből a szempontból. A Siklósi járásban az érettségizettek 96%-a, a Záhonyi járásban pedig 100%-a rendelkezett internethozzáféréssel, míg a legfeljebb szakmunkás végzettségűek körében ez az arány a Siklósi járásban 83%, a Záhonyi járásban pedig 81%. Az eszközök tekintetében okostelefonnal a Siklósi járásban az érettségizettek 97%-a, a Záhonyi járásban pedig 99%-a rendelkezett az adatfelvétel idején, míg a legfeljebb szakmunkás végzettségűek körében ezek az arányok 89%, illetve 84%. A színes tévé rendelkezésre állása szempontjából már az iskolai végzettség szerint is csak néhány százalékpontos különbség tapasztalható mindkét járásban. Korcsoport szerint az eszközökhöz és az internethez való hozzáférés esetén mindkét járásban a fiatalabb (18–35 éves) korcsoport néhány százalékponttal magasabb hozzáférési aránya tapasztalható, de a különbség jóval kisebb mértékű, mint az iskolai végzettség szerint kirajzolódó hozzáférési különbségek esetén. Nemek szerint egyik eszköz és az internet esetén egyik vizsgált járásban sincs érdemi különbség a hozzáférés szempontjából, általában 1–2 százalékponttal magasabb hozzáférésarány tapasztalható a nők körében. Mindebből következik, hogy bár ezek az eszközök és az internet a két vizsgált járásban is általánosan elterjedtnek tekinthetők, az életkor, de különösen az iskolai végzettség még emellett is érezteti hatását, és kis mértékben meghatározza a hozzáférés lehetőségeit.

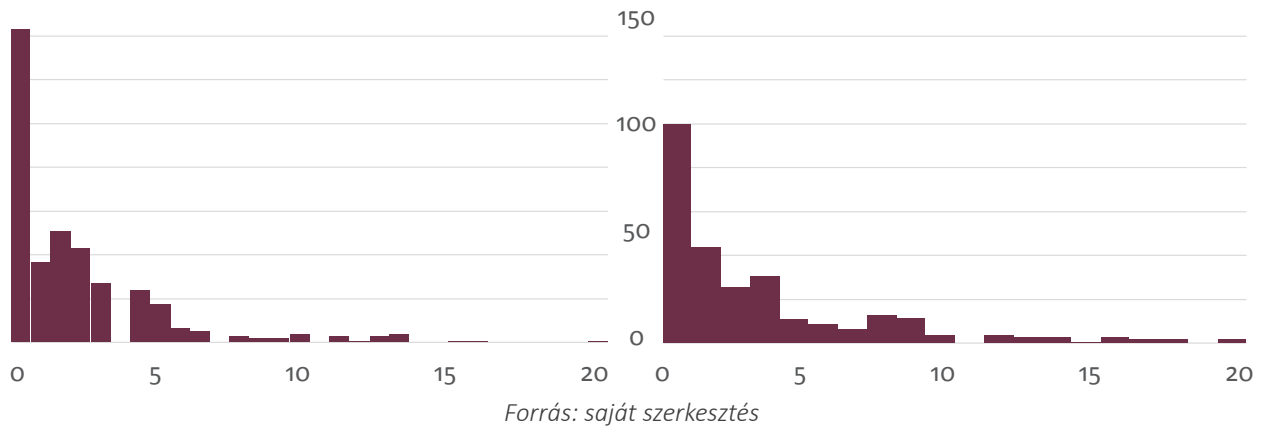
A szubjektív jóllétet mérő indikátorok nem mutatnak nagy eltéréseket az alminták között. Összeségében megállapítható, hogy a válaszadók elégedettek az életükkel. Az élettel való elégedettség átlagos pontszáma a Siklósi járásban 4,03, míg a Záhonyi járásban 3,97. A depresszió átlagértékei az országos eredményekhez képest (vö. KSH 2021) magasabbak a mintákban; a Záhonyi járásban kis mértékben magasabbak (2,72 és 2,92).

Az 1. és a 2. ábrán a függő változó, a szubjektív jóllét indikátorainak megoszlása látható. Az élettel való elégedettség adatai inkább pozitív képet rajzolnak ki. A depresszió esetében azonban a lakosok körülbelül fele számol be egy vagy több tünet meglétéről.

1. ábra. Élettel való elégedettség pontszámainak megoszlása a Siklói (bal oldal) és a Záhonyi járásban (jobb oldal), magas érték=magas elégedettség



2. ábra. Depresszió pontszámainak eloszlása a Siklói (bal oldal) és a Záhonyi járásban (jobb oldal), magas érték=több depressziós tünet előfordulása



A DIGITÁLIS MÉDIAHASZNÁLAT MINTÁZATAI

A következőkben a három vizsgált digitális tevékenységre fordított idő – tv-nézés, információs internetezés, közösségimédia-használat – szociodemográfiai eltéréseit tekintjük át (2. táblázat).

Tv-nézés

A tv-nézésre szánt idő a Siklói járásban a szocioökonómiai háttérváltozókkal – leginkább a munkaerőpiaci státusszal és az iskolai végzettséggel, valamint a szubjektív anyagi státusszal – és a korcsoporttal mutat szignifikáns összefüggést. Az alacsonyabb státuszúak több időt fordítottak tévészésre. Az iskolai végzettség és a kor hatása együttesen érvényesül: az idősebb, alacsonyabb végzettségűek fordítottak a legtöbb, a fiatal magas végzettségűek pedig a legkevesebb időt erre a tevékenységre.

Hasonlóképpen a Záhonyi járásban is a szocioökonómiai háttérváltozók – az iskolai végzettség és a munkaerőpiaci státusz – és a korcsoport szerint tér el elsősorban a tv-nézésre fordított idő mennyisége. Ugyanakkor a munkaerőpiaci helyzettel és iskolai végzettséggel interakcióban megjelenik a nem hatása is, a szubjektív anyagi helyzet pedig a korcsoporttal és munkaerőpiaci helyzettel interakcióban gyakorol szignifikáns hatást. A gazdasági-társadalmi változók hatása együttesen érvényesül: főként a munkaerőpiacon inaktívak, az átlag alatti anyagi státuszúak vagy az alacsony iskolázottságúak tévéztek sokat.

Információs internetezés

Az információs internetezés a Siklósi járásban az iskolai végzettség és a korcsoportok szerint tért el: az iskolázottabbak és a fiatalabbak jóval több időt töltöttek internetezéssel, mint a kevésbé iskolázottak és az idősebbek.

A Záhonyi járásban az iskolai végzettség hatása szignifikáns. A hatás azonban az összes többi magyarázó változóval interakcióban van, többféle kombinációban. Jellemzően a magas iskolázottságú aktívak és a férfiak több időt fordítottak erre a tevékenységre. A korcsoportok hatása itt önállóan nem jelenik meg; az a nemmel, valamint a szubjektív anyagi helyzettel vagy az iskolai végzettséggel interakcióban szignifikáns. A fiatal, átlag feletti anyagi státuszú nők és az idősebb, magas anyagi státuszú férfiak töltöttek szignifikánsan sok időt internetezéssel. Az iskolai végzettség tekintetében nagyon hasonló a mintázat. Az idősebb, legfeljebb szakmunkás végzettséggel rendelkező nők töltöttek átlagosan a legkevesebb időt információkereséssel az interneten.

Közösségimédia-használat

A közösségimédia-használattal töltött idő a Siklósi járásban leginkább a korcsoport, majd az anyagi helyzet és a nem szerint mutat eltéréseket. Közösségi médiával a nők töltöttek több időt. A korcsoport hatása a státuszváltozókkal – munkaerőpiaci és anyagi státusz – is összefügg. A társadalmi státusz szerint fordított U-alakú az összefüggés: az átlagos anyagi helyzetben élők szignifikánsan több időt töltöttek a közösségimédia-használattal, mint az átlagosnál jobban és rosszabbul élők. A legtöbb időt az inaktív fiatalok, a legkevesebbet pedig az inaktív idősek töltöttek ezzel a tevékenységgel.

A Záhonyi járásban elsősorban a korcsoportok, illetve az iskolai végzettség szerint különbözik szignifikánsan a közösségi médiára fordított idő mennyisége. A hatások nem önállóan, hanem egymással, más státuszváltozókkal és a nem hatásával interakcióban érvényesülnek. A jobb anyagi helyzetben lévők körében a magasabb iskolázottságúak töltöttek több időt a közösségi médiával. Az idősebb, inaktív, alacsony végzettségűek az átlagnál jelentősen kevesebb időt szántak erre a tevékenységre, őket az idős, alacsony iskolázottságú, munkaerőpiacon aktívak, illetve az idősebb, legalább érettségizett, de nem aktívak követték.

Összességében elmondható, hogy mindkét járásban elsősorban az alacsonyabb társadalmi státusz – főként az alacsonyabb iskolázottság és az inaktív státusz – jár együtt több tv-nézésre szánt idővel. Másodsorban a kor meghatározó: a fiatalok kevesebbet tévéztek. A státuszváltozók hatásai együttesen is érvényesülnek, és a korcsoport és a nem hatásaival összefüggnek.

Az információs internetezés tekintetében mindkét járásban elsősorban az iskolai végzettség hatása érvényesül, a tv-nézéshez képest fordított összefüggés figyelhető meg. A magasabb végzettségűek több időt töltöttek internetezéssel. A Záhonyi járásban az iskolázottság hatása nem önálló, hanem a többi háttérváltozóval összefüggésben jelenik meg.

A közösségimédia-használattal töltött idő tekintetében a korcsoport a legmeghatározóbb mindkét járásban, ami az információs internetezéshez hasonlóan szintén fordított összefüggést mutat a tv-nézés és az életkor összefüggéséhez képest. A fiatalabbak több időt szántak erre a tevékenységre, mint az idősek. A Záhonyi járásban emellett az iskolai végzettség meghatározó, a társadalmi státusszal és a korcsoporttal interakcióban: összességében az alacsonyabb végzettség és az alacsonyabb státusz jellemzően kisebb mértékű közösségimédia-használattal társul. A Siklósi járásban azonban a társadalmi státusz fordított U alakú össze-

függést mutat a közösségimédia-használat tekintetében (a legintenzívebb felhasználás a közepes kategóriában mutatkozik). Ezen felül megállapítható, hogy itt a nők is szignifikánsan több időt fordítanak a közösségi média használatára.

2. táblázat. A digitális tevékenységek mintázatai – a hierarchikus ANOVA modellek eredményei

		Tv-nézés				Internetezés–információszerzés				Közösségimédia-használat			
		Siklói járás		Záhonyi járás		Siklói járás		Záhonyi járás		Siklói járás		Záhonyi járás	
		Átlagos napi perc	Beta	Átlagos napi perc	Beta	Átlagos napi perc	Beta	Átlagos napi perc	Beta	Átlagos napi perc	Beta	Átlagos napi perc	Beta
Munkaerőpiaci státusz	Nem aktív	163,5	0,21***	147,3	0,16***	59,6	0,03	41,5	0,03	57,6	0,02	57,8	0,09
	Aktív	121,3		111,9		64,3		45,7		60,8		44,6	
Szignifikáns interakciós hatások													
				Szubjektív anyagi helyzet* Korcsoport				Szubjektív anyagi helyzet *Iskolai végzettség		Korcsoport		Nem*Korcsoport	
				Nem*Iskolai végzettség				Nem*Iskolai végzettség				Iskolai végzettség*Korcsoport	
Szubjektív anyagi helyzet	Átlagos fölött	117,9	0,07***	121,0	0,01	59,0	0,04	45,8	0,05	36,8	0,20***	50,1	0,05
	Átlagos	131,8		119,9		65,2		42,9		69,9		48,7	
	Átlagos alatt	140,6		119,3		59,8		50,6		45,4		40,4	
Szignifikáns interakciós hatások													
				Munkaerőpiaci státusz*Korcsoport				Munkaerőpiaci státusz* Iskolai végzettség		Korcsoport		Iskolai végzettség	
								Nem*Iskolai végzettség					
								Nem* Korcsoport					
Nem	Férfi	138,3	0,05***	124,1	0,04	62,0	0,01	48,0	0,05	45,3	0,15**	44,8	0,04
	Nő	128,8		116,5		63,7		42,0		67,1		50,1	
Szignifikáns interakciós hatások													
				Munkaerőpiaci státusz*iskolai végzettség				Munkaerőpiaci státusz*Iskolai végzettség				Munkaerőpiaci státusz* Korcsoport	
								Szubjektív anyagi helyzet*Iskolai végzettség					
								Szubjektív anyagi helyzet *Korcsoport					
								Iskolai végzettség*Korcsoport					

		Tv-nézés				Internetezés–információszerzés				Közösségimédia-használat				
		Siklói járás		Záhonyi járás		Siklói járás		Záhonyi járás		Siklói járás		Záhonyi járás		
Iskolai végzettség	Legfeljebb szakmunkás	149,7	0,19***	146,9	0,25***	52,1	0,16***	29,9	0,23***	56,5	0,05	38,1	0,14**	
	Legalább érettségi	115,3		98,5		73,5		56,5		63,3		55,3		
	Szigifikáns interakciós hatások													
		Korcsoport	Munkaerőpiaci státusz*Nem				Munkaerőpiaci státusz* Szubjektív anyagi helyzet				Szubjektív anyagi helyzet			
							Munkaerőpiaci státusz*Nem				Munkaerőpiaci státusz* Korcsoport			
Korcsoport	18–35	114,2	0,13***	102,6	0,13*	79,1	0,15***	45,6	0,01	93,7	0,32***	73,3	0,29***	
	36–59	139,6		128,7		56,2		44,3		45,4		35,1		
	Szigifikáns interakciós hatások													
		Iskolai végzettség	Munkaerőpiaci státusz* Szubjektív anyagi helyzet				Szubjektív anyagi helyzet*Nem				Munkaerőpiaci státusz	Munkaerőpiaci státusz*Nem		
							Nem*Iskolai végzettség				Szubjektív anyagi helyzet	Munkaerőpiaci státusz* Iskolai végzettség		
N		383		270		381		269		383		268		
R ²		0,13		0,12		0,06		0,06		0,17		0,13		

Megjegyzés: *: $p < 0,1$; **: $p < 0,05$; ***: $p < 0,001$.

A szubjektív jóllétet magyarázó modell

A következőkben a vizsgált digitális tevékenységek és a két jóllétindikátor – étellel való elégedettség és depresszió – kapcsolatának alakulását tekintjük át. Az adott tevékenységgel töltött átlagos napi percek alapján az átlag feletti és az átlag alatti médiahasználók jóllétindikátorainak háttérváltozók által kontrollált, korigált átlagait hasonlítjuk össze (3. táblázat). A kontrollváltozóként bevont szociodemográfiai és státuszismérvek hatását a jóllétre itt nem elemezzük.

Tv-nézés

A tv-nézés volt a leggyakoribb tevékenység, ezzel töltötték a válaszadók átlagosan a legtöbb időt naponta. Összességében a szubjektív jóllét alakulásával azonban nem mutat önálló statisztikai összefüggést. A Siklói járásban más változókkal interakcióban sincsen hatása a tv-nézésnek egyik indikátor tekintetében sem.

A Záhonyi járásban az étellel való elégedettség összefügg a tv-nézésre fordított idő mennyiségével, ez a hatás azonban csak a munkaerőpiaci aktivitással, valamint az iskolai végzettséggel interakcióban szignifikáns.

Ez alapján azok a legelégedettebbek az életükkel, akik dolgoznak és az átlagnál kevesebb időt szánnak a tv-nézésre. Hasonlóképpen a magasabb iskolázottságú, átlag alatti időt tv-nézéssel töltők a legelégedettebbek. Míg a legkevesbé elégedettek azok, akik alacsony iskolai végzettséggel rendelkeznek és az átlagnál több időt fordítanak tévzésre.

Hasonlóképpen, a tv-nézésnek a szubjektív anyagi jólléttel összefüggésben van csak hatása a depresszióra. Kizárólag az átlagos anyagi helyzetben lévők körében kedvezőbb a kevésbé gyakori tv-nézés, azonban az átlag alatti és átlag feletti csoportokban a több tévzésre fordított idő alacsonyabb depressziós értékekkel jár együtt.

Információs internetezés

Az információkeresés céljából történő internetezés az étellel való elégedettséggel mutat összefüggést mindkét járásban.¹¹ Az átlag fölötti napi időt internetes információkereséssel töltők valamivel elégedettebbek az életükkel, mint az átlag alatti médiahasználók. Fontos azonban megjegyezni, hogy a hatásmeghatározás mindkét esetben kicsi. Ráadásul a Záhonyi járásban a szubjektív anyagi helyzettel interakcióban érvényesül ez a hatás. Az átlagos és az átlagnál rosszabb anyagi helyzetben lévők körében a többet internetezők a legelégedettebbek az életükkel. Az átlag alatti anyagi helyzettel rendelkező, keveset internetezők a legelégedetlenebbek az életükkel a többi csoporthoz képest. Míg az átlag feletti státusznál a kevesebb internetezés kedvezőbb az elégedettség szempontjából.

A tv-nézéshez hasonlóan a depresszióval itt sem találtunk szignifikáns kapcsolatot a Siklósi járásban. A Záhonyi járásban viszont az iskolai végzettség, a korcsoport és az információszerzés céljából történő internetezés háromutas interakciója szignifikáns. Ez alapján az iskolai végzettség a legjelentősebb a depresszió alakulása szempontjából: alacsonyabb iskolai végzettség magasabb depressziós értékkel jár együtt, amit a fiatalok körében tovább ront az átlag feletti információs internetezés, míg az idősebbek körében ez a hatás fordított, és az átlag feletti internetes tájékozódás javítja a helyzetüket. Ugyanakkor a magasabb végzettségűek körében fordított a helyzet: ez esetben a fiatalok körében az átlag feletti információs internetezés kedvező hatású a depresszió szempontjából, míg az idősek körében viszont az átlag alatti internetes informálódás jár együtt ilyen hatással.

Közösségimédia-használat

A közösségimédia-használat esetében is hasonló mintázatot láthatunk. A Siklósi járásban gyenge pozitív kapcsolatot mutat a közösségimédia-használatra fordított idő az étellel való elégedettséggel.¹² Az átlagnál több közösségimédia-használat magasabb elégedettséggel jár együtt. A Záhonyi járásban a hatás önállóan nem, csak az iskolai végzettséggel és korcsoporttal interakcióban érvényesül. Az alacsonyabb iskolázottságúak körében kortól függetlenül az átlagnál több közösségimédia-használat kedvezőbb az elégedettség szempontjából. A magasabb végzettségűek körében fordított a hatás, a közösségi médiát többet használók elégedetlenebbek az életükkel.

A depresszió szintén nem függ össze önállóan a közösségimédia-használattal. A Siklósi és a Záhonyi járásban is a munkaerőpiaci aktivitással interakcióban szignifikáns a hatása. A kapcsolat iránya azonban ellentétes a két járásban. A Siklósi járásban az inaktív körében pozitív a közösségimédia-használat hatása a depresszióval összefüggésben: a gyakoribb használat kisebb valószínűséggel jár együtt depressziós tünetekkel. Ez

¹¹ A Siklósi járásban ez csak abban az esetben igaz, ha a képernyőzés indikátora elsőként kerül be a modellbe.

¹² Ez csak abban az esetben igaz, ha a képernyőzés indikátora elsőként kerül be a modellbe.

zel szemben a munkaerőpiacon aktívak körében nincs különbség ebben a tekintetben. A Záhonyi járásban viszont az inaktívak körében az átlag feletti közösségimédia-használat kedvezőtlen a depresszió szempontjából. Az aktívak körében azonban a gyakoribb használat jár együtt kevesebb depressziós tünettől. Tehát elsősorban a munkaerőpiaci aktivitás jellege és nem a közösségimédia-használat meghatározó a depresszió tekintetében.

Összegzésképpen elmondható, hogy a vizsgált digitális tevékenységek csak kevés esetben és gyenge kapcsolatot mutatnak a szubjektív jólléttel. A depresszióval egyáltalán nincsen közvetlen statisztikai kapcsolata a képernyő előtt töltött időnek, csak a háttérváltozókkal összefüggésben. Az étellel való elégedettséggel mutatnak némi gyenge összefüggést a tevékenységek.

A Siklói járásban a tv-nézésnek nincsen hatása, a másik két digitális tevékenység – információs internetezés és közösségimédia-használat – pozitív kapcsolatot mutat az elégedettséggel. Fontos azonban, hogy a közösségimédia-használat hatása a munkaerőpiaci aktivitással összefüggésben is szignifikáns. A Záhonyi járásban mindegyik digitális tevékenység hatása a háttérváltozókkal együtt érvényesül, itt nem találtunk önálló hatást.

Megállapítható, hogy a strukturális tényezők meghatározók a jóllét szempontjából. A digitális tevékenységek kis hatásai elsősorban a társadalmi státusz indikátorain keresztül érvényesülnek. Az alacsonyabb státusz – rosszabb anyagi helyzet, alacsony iskolai végzettség és munkaerőpiaci inaktivitás – hatásai látszódnak a rosszabb szubjektív jóllét mutatóin. Egy-egy vizsgált alcsoportban találtunk csak különbséget a jóllétben az adott digitális tevékenység eltérő mennyiségű használata szerint. A két almintában azonban az összefüggések és azok irányai változatosak, nem tudunk egyértelmű mintázatot meghatározni.

3. táblázat. A digitális tevékenységek és a szubjektív jóllét összefüggései – a hierarchikus ANOVA modellek eredményei

		Élettel való elégedettség				Depresszió			
		Siklói járás		Záhonyi járás		Siklói járás		Záhonyi járás	
		Korrigált átlag	Beta	Korrigált átlag	Beta	Korrigált átlag	Beta	Korrigált átlag	Beta
Tv-nézés	Átlagosnál kevesebb	4,02	0,03	4,09	0,14***	2,74	0,01	3,15	0,02
	Átlagosnál több	4,06		3,86		2,67		2,99	
	N	383		269		379		262	
	R ²	0,12		0,28		0,14		0,22	
Szignifikáns interakciós hatások – p értékek									
Tv-nézés*Munkaerőpiaci státusz				0,002					
Tv-nézés*Iskolai végzettség				0,014					
Tv-nézés*Szubjektív anyagi helyzet								0,015	
Internetezés – információszerezés	Átlagosnál kevesebb	4,00	0,09*	3,94	0,04*	2,75	0,02	2,77	0,09
	Átlagosnál több	4,15		4,01		2,62		3,47	
	N	381		268		377		261	
	R ²	0,13		0,27		0,14		0,22	

Szignifikáns interakciós hatások – p értékek									
Internetezés – információszerzés* Szubjektív anyagi helyzet				0,048					
Internetezés – információszerzés * Iskolai végzettség * Korcsoport								0,006	
Közösségi-média-használat	Átlagosnál kevesebb	3,99	0,06*	3,90	0,09	2,76	0,01	2,82	0,05
	Átlagosnál több	4,07		4,06		2,67		3,23	
	N	383		267		379		260	
	R ²	0,12		0,28		0,14		0,22	
Szignifikáns interakciós hatások – p értékek									
Közösségi-média-használat*Munkaerőpiaci státusz						0,000		0,005	
Közösségi-média-használat * Iskolai végzettség				0,018					
Közösségi-média-használat * Iskolai végzettség * Korcsoport				0,025					

Megjegyzés: A korrigált átlagok a háttérváltozók által kontrolláltak; *: $p < 0,1$; **: $p < 0,05$; ***: $p < 0,001$.

ÖSSZEFOGLALÁS ÉS KÖVETKEZTETÉSEK

Tanulmányunkban azt vizsgáltuk, hogy a különböző digitális tevékenységeket – tv-nézés, közösségi-média-használat és információ internetezés – milyen társadalmi mintázatok jellemzik két hátrányos helyzetű, határmenti felnőtt kismintában, Baranya és Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében. Továbbá a hordozható technológiák gyors és széleskörű terjedésével a különböző tudományterületeken és a közbeszédben is egyre fontosabb kérdéssé vált az, hogy miként befolyásolja a digitális eszközök intenzív használata a jóllétünket. Vizsgáltunkban erre a kérdésre is fókuszáltunk, melyet eddig többnyire gyerek- és fiatal felnőtt mintákon vizsgáltak, jellemzően pszichológiai megközelítéssel. Kutatásainkat a Siklósi járásban 2020 őszén, a Záhonyi járásban 2021 őszén végeztük.

Leíró adataink azt mutatták, hogy elsősorban az internethez való hozzáférésben mutatkoznak meg az elsődleges digitális egyenlőtlenségek, a kor és főként az iskolai végzettség szerint. Továbbá a hozzáférési adatokhoz is igazodva, a Siklósi járásban jellemzőbbek voltak a digitális tevékenységek, mint a Záhonyi járásban, mindhárom aktivitással több időt töltöttek itt a felnőttek. Ezt egyrészt magyarázhatják a regionális különbségek, amelyek az internet- és eszközellátottságban Észak-Magyarország lemaradását mutatják (Fehérvári (2017). Az eredmények összhangban vannak a 2022-es népszámlálás digitális aktivitásra vonatkozó adataival is (KSH 2022). Másrészt az adatfelvétel éve is meghatározó lehet. 2020-ban kezdődött a Covid19-pandémia, amikor még szigorúbbak voltak a lezárások, míg 2021 őszén már szabadabban mozoghattak az emberek ami befolyásolhatta az otthon töltött – és ezáltal a képernyőzésre szánt idő – mennyiségét.

A szubjektív jóllétet mérő indikátorok – étellel való elégedettség és depresszió – nem mutattak nagy eltéréseket az alminták között. A Siklósi járásban valamivel elégedettebbek voltak a válaszadók, mint a keleti

határ mentén. A depressziós skála értékei azonban nagyon magasak az ELEF 2019-es (KSH 2021) országos felméréséhez képest, amelyben az adatok azt mutatták, hogy nagyjából 22% szenved valamilyen mértékben depressziós tünetektől. A Siklói és Záhonyi járás kismintáiban a 18 és 59 éves közötti lakosság körében azonban 50% körüli volt azoknak az aránya, akik legalább egy tünetről beszámoltak. Fontos megjegyezni, hogy a hátrányos helyzetű térségek és a döntő többségében falusi minta magyarázhatják a magas értékeket. A digitális tevékenységek társadalmi mintázatait illetően két hipotézist fogalmaztunk meg. Az első hipotézist (*H1.a*) a tv-nézésre vonatkozóan igazoltuk: mindkét vizsgált járásban az alacsonyabb státuszúak – elsősorban az alacsonyabb iskolázottság és munkaerőpiaci inaktivitás alapján – körében jellemzőbb a tv-nézés. Emellett pedig az életkor hatása jelentős: a fiatalabbak kevesebb időt fordítanak erre a tevékenységre.

A közösségimédia-használattal kapcsolatban nem igazolódott a hipotézisünk. A Siklói járásban az anyagi helyzet szerint fordított U-alakú összefüggést találtunk: az átlagos anyagi helyzetben élők szignifikánsan több időt töltöttek a közösségi média használatával, mint az átlagosnál jobban és rosszabbul élők. A Záhonyi járásban a társadalmi helyzet szerint a feltételezettel fordított a kapcsolat: a magasabb státusz gyakoribb közösségi médiahasználattal járt együtt. Ebben a tekintetben elsősorban a korcsoport meghatározó: a fiatal felnőttek (19–35 év) szignifikánsan több időt szántak erre a tevékenységre, mint az idősebbek (36–59 év).

Az információs internetezéssel kapcsolatban is igazolódott hipotézisünk (*H1.b.*): mindkét járásban elsősorban az iskolai végzettség szerint találtunk különbségeket: a magasabb iskolázottság több információs internetezésre szánt idővel járt együtt. A Záhonyi járásban a többi háttérváltozó hatásával együtt érvényesül a végzettség hatása. A digitális tevékenységek mintázatával kapcsolatos eredményeink tehát igazolják a korábbi magyar empirikus eredményeket (Fehérvári 2017; Bauer et al. 2017; Galán 2019; Koltói – Varga 2022; Werner 2022), főként az tv-nézés és az információs internetezés során mutatkoznak meg a státusz szerinti egyenlőtlenségek. Az információs internetezés tekintetében az iskolai végzettség fontosságát érdemes kiemelni. Ennek hátterében pedig a hozzáférés egyenlőtlenségei is megmutatkozhatnak. Ez az eredmény összhangban van Galán (2019) debreceni fiatalok körében végzett vizsgálatával, amelyben főként az iskolatípus szerint mutatkoztak meg a különbségek a tökenővelő digitális tevékenységekben. A generációs különbségek pedig elsősorban a közösségi média használatában, és a tv-nézésben jelentkeznek. A háttérváltozók összetett hatásai azt mutatják, hogy a digitális egyenlőtlenségek a társadalmi dimenziók szerinti különbségekkel összefüggésben jelennek meg (Van Dijk–Hacker 2003; van Deursen et al. 2017; Zheng–Walsham 2021).

A szubjektív jóllét tekintetében is két hipotézist fogalmaztunk meg. A tv-nézéssel kapcsolatban el kell vetni a hipotézisünket (*H2.a.*): nem találtunk szignifikáns hatást egyik járásban sem. Kizárólag a Záhonyi járásban volt hatása a tévénézésnek a státuszváltozókkal összefüggésben. A közösségimédia-használatnak csak a Siklói járásban volt önálló hatása az étellel való elégedettségre. Várakozásainkhoz képest azonban ellentétes irányúak az összefüggések (*H2.a.*): a közösségimédia-használatra fordított idő növekedése nagyobb étellel való elégedettséggel jár együtt. A Záhonyi járásban az iskolai végzettségtől függően eltérő irányú a kapcsolat; az átlagosnál több közösségimédia-használat az alacsonyabb végzettségűeknek kedvezőbb, a magasabb iskolázottságúak körében azonban kisebb elégedettséggel társul.

Az információs internetezésnek szintén csak a Siklói járásban volt önálló hatása az étellel való elégedettségre. Ebben az esetben előzetes hipotézisünk, mely szerint ez a jóllét szempontjából alacsony kockázattal jár együtt és pozitív a hatása (*H2.b.*), igaznak bizonyult. Fontos azonban megjegyezni, hogy a hatások nagysága kicsi, a Záhonyi járásban pedig a szubjektív anyagi helyzettől függően eltérően is alakul a kapcsolat iránya;

az átlag feletti anyagi helyzetben lévőknél a kevesebb internetezés jár együtt nagyobb elégedettséggel.

Összességében tehát a hagyományosan passzív tevékenységnek tartott tv-nézésnek nincsen hatása. A jóllét szempontjából a szakirodalom által kockázatosnak tartott közösségimédia-használat inkább kedvezőnek bizonyult az étellel való elégedettség szempontjából, ami ellentétes más korábbi empirikus eredményekkel (Lemola et al. 2015; Mascheroni–Ólafsson 2016; Kelly et al. 2018; Bohnert–Gracia 2021) és a várakozásainkkal is. Az eredmény rávilágíthat a közösségimédia-használat fontosságára az alacsonyabb státuszúak körében (Lissitsa–Chachashvili–Bolotin 2016). Fontos továbbá, hogy a közösségi média használatával kapcsolatos kérdés elsősorban a csetelésre, tehát a kapcsolattartásra vonatkozott. Feltételezhető az is, hogy a vizsgált társadalmi közegben és főleg az idősebb korcsoportban kevésbé jellemző a közösségi média passzív használata. Az információs internetezés azonban alapvetően nagyobb elégedettséggel jár együtt, ahogy erre korábbi vizsgálatok is rámutattak (Camerini–Schulz–Jeannet 2018; Livingstone et al. 2018; Bohnert–Gracia 2021).

Az eredmények is alátámasztották, hogy az eltérő tevékenységek különböző hatásokkal korrelálnak (Valkenburg–Peter–Schouten 2006; Stepanikova–Nie–He 2010; Bohnert–Gracia 2021; Zhang et al. 2022), és ezek a hatások is változatosak az eltérő társadalmi csoportokban. A közösségimédia-használat eltérő hatásaival kapcsolatosan érdemes megjegyezni, hogy ez a tevékenység nagyon sokrétű, eltérő célok motiválhatják a felhasználókat, a tartalomgyártás és-fogyasztás is megjelenhet. Kutatásunkban egyetlen kérdéssel mértük a közösségimédia-használatot, ami ezt a sokféleséget nem tudta megragadni.

Fontos továbbá hangsúlyozni, hogy eredményeink azokat a nemzetközi empirikus eredményeket igazolják, melyek a digitális médiahasználat és a szubjektív jóllét gyenge kapcsolatáról vagy az összefüggés hiányáról számolnak be (Orben–Przybylski 2019; Vuorre–Przybylski 2023b; Bohnert–Gracia 2021). A Siklósi és Záhonyi járás felnőtt lakossága körében alapvetően a strukturális tényezők meghatározóak a jóllét alakulásának szempontjából. A digitális médiahasználat hatásai legnagyobb részt az eltérő társadalmi ismérvekkel összefüggésben, az egyenlőtlenségi dimenziók mentén jelennek meg. Felnőtt mintákban is érvényesülnek tehát azok a használatbeli különbségek, melyeket fiatalok körében korábbi eredmények már igazoltak (Hargittai–Hinnant 2008; Galán 2019). Ezek szerint a magasabb státusz és főként a magas iskolai végzettség jár együtt a tőkehalmozás szempontjából is hasznos online tevékenységekkel, melyek a jóllétmutatókkal is pozitív kapcsolatot mutatnak. Ez alapján a digitálismédia-használat a jóllétben megmutatkozó különbségekhez hozzáadhat, de önmagában nem meghatározó. Ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy a strukturális tényezők jelentős szerepe a vizsgálatban a hátrányos helyzetű társadalmi kontextusból is adódhat, ahol a digitális tevékenységek kevésbé elterjedtek. Eredményeink megerősítik Büchi és Hargittai (2022) érvelését, miszerint a médiahasználat és jóllét kapcsolatának vizsgálatába elengedhetetlen a társadalmi jellemzők bevonása.

Kutatásunknak számos korlátja van. A korábbi empirikus vizsgálatok többségéhez hasonlóan adataink keresztmetszeti elemzésen alapulnak, így ok-okozati összefüggéseket nem tudunk megállapítani. A jóllét tekintetében fordított összefüggések is feltételezhetők, így például az erős szociális kapcsolathálóval együttjáró nagyobb jóllét megnövelheti az online kommunikáció gyakoriságát is (Lee 2009). Továbbá mintáink elemszáma kicsi, a magasan iskolázottak és a munkaerőpiacon aktívak teljes népességhez viszonyított aránya alacsony, így eredményeink kizárólag a két vizsgált járásra érvényesek, az ország lakosságára vonatkozóan nem tudunk következtetéseket levonni.

A digitálismédia-használat és a mentális egészség kapcsolatát feltáró kutatásokban a jövőben tehát mindeképpen nagyobb hangsúllyal kell szerepelnie a társadalmi háttérváltozóknak. Továbbá a digitális tevé-

kenységek gyakoriságának és a képernyő előtt töltött idő mennyiségének a vizsgálata, a hozzáférés és ezáltal a használat még nagyobb elterjedésével, meglehetősen elavulttá válik. Ezért a jövőbeli kutatásoknak a tartalomfogyasztás minél komplexebb vizsgálatára kell törekednie.

HIVATKOZÁSOK

- Akkin Gürbüz, H. G. – Demir, T. – Gökalp Özcan, B. – Kadak, M. T. – Poyraz, B. Ç. (2017) Use of social network sites among depressed adolescents. *Behaviour & Information Technology*, 36(5), 517–523. <http://dx.doi.org/10.1080/0144929X.2016.1262898>.
- Angelusz R. – Fábrián Z. – Tardos R. (2004) Digitális egyenlőtlenségek és az infokommunikációs eszközhasználat válfajai. In *Társadalmi riport 2004*. Budapest: TÁRKI, 309–331.
- Bauer B., – Pillók P. – Szabó A. – Ruff T. – Szanyi F. E. – Székely L. (2017) *Magyar Ifjúságkutatás 2016 eredményei. Gyorsjelentés a Kárpát-medencei fiatalokról*. Budapest: Új Nemzedék Központ.
- Bányai F. – Zsila Á. – Király O. – Maraz A. – Elekes Zs. – Griffiths, M. D. – Andreassen, C. S. – Demetrovics Zs. (2017) Problematic Social Media Use: Results from a Large-Scale Nationally Representative Adolescent Sample. *PLOS ONE*, 12(1), e0169839. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>.
- Berryman, C. – Ferguson, C. J. – Negy, C. (2018) Social Media Use and Mental Health among Young Adults. *Psychiatric Quarterly*, 89(2), 307–314. <http://dx.doi.org/10.1007/s11126-017-9535-6>.
- Best, P. – Manktelow, R. – Taylor, B. (2014) Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27–36. <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.03.001>.
- Bohnert, M. – Gracia, P. (2021) Emerging Digital Generations? Impacts of Child Digital Use on Mental and Socioemotional Well-Being across Two Cohorts in Ireland, 2007–2018. *Child Indicators Research*, 14(2), 629–659. <http://dx.doi.org/10.1007/s12187-020-09767-z>.
- Bucksch, J. – Sigmundova, D. – Hamrik, Z. – Troped, P. J. – Melkevik, O. – Ahluwalia, N. – ... Inchley, J. (2016) International Trends in Adolescent Screen-Time Behaviors From 2002 to 2010. *Journal of Adolescent Health*, 58(4), 417–425. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.11.014>.
- Burke, M. – Marlow, C. – Lento, T. (2010) Social network activity and social well-being. In *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. Atlanta Georgia USA: ACM, 1909–1912.
- Büchi, M. – Hargittai, E. (2022) A Need for Considering Digital Inequality When Studying Social Media Use and Well-Being. *Social Media + Society*, 8(1), 205630512110691. <http://dx.doi.org/10.1177/20563051211069125>.
- Camerini, A.-L. – Schulz, P. J. – Jeannet, A.-M. (2018) The social inequalities of Internet access, its use, and the impact on children's academic performance: Evidence from a longitudinal study in Switzerland. *New Media & Society*, 20(7), 2489–2508. <http://dx.doi.org/10.1177/1461444817725918>.
- Fehérvári A. (2017) Digitális egyenlőtlenségek Magyarországon. *Educatio*, 26 (2), 157–168. <http://dx.doi.org/10.1556/2063.26.2017.2.1>.
- Galán A. (2015) Digitális egyenlőtlenségek a 15–17 éves fiatalok körében – Településtípus és jövedelmi tényezők hatásvizsgálata. *Metszetek*, 4(1), 65–76. <http://dx.doi.org/10.18392/metsz/2015/1/5>.
- Galán A. (2019): *Digitális egyenlőtlenségek a debreceni fiatalok körében*. Debrecen: Egyetemi.
- Goodman-Deane, J. – Mieczkowski, A. – Johnson, D. – Goldhaber, T. – Clarkson, P. J. (2016) The impact of communication technologies on life and relationship satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 57, 219–229. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.053>.
- Hargittai E. (szerk.) (2021) *Handbook of Digital Inequality*. Edward Elgar Publishing. <http://dx.doi.org/10.4337/9781788116572>.
- Hargittai E. – Hinnant, A. (2008) Digital Inequality: Differences in Young Adults' Use of the Internet. *Communication Research*, 35(5), 602–621. <https://doi.org/10.1177/0093650208321782>
- Hargittai, E. – Piper, A. M. – Morris, M. R. (2019) From internet access to internet skills: digital inequality among older adults. *Universal Access in the Information Society*, 18(4), 881–890. <http://dx.doi.org/10.1007/s10209-018-0617-5>.
- Helsper, E. J. – Kalmus, V. – Hasebrink, U. – Sagvari, B. – Haan, Jos (2013) *Country classification: opportunities, risks, harm and parental mediation*. *EU Kids Online*. London: The London School of Economics and Political Science.
- Imran, A. (2023) Why addressing digital inequality should be a priority. *The Electronic Journal of Information Systems in Developing Countries*, 89(3), e12255. <http://dx.doi.org/10.1002/isd2.12255>.
- Ivony É. (2017) Szubjektív életminőség és érzelmi jóllét Magyarországon a gazdasági válság előtt és azt követően, európai kitekin-téssel. *Statistikai Szemle*, 95(10), 997–1022. <http://dx.doi.org/10.20311/stat2017.10.hu0997>.
- Johannes, N. – Nguyen, T. – Weinstein, N. – Przybylski, A. K. (2021) Objective, subjective, and accurate reporting of social media use: No evidence that daily social media use correlates with personality traits, motivational states, or well-being. *Technology, Mind, and Behavior*, 2(2). <http://dx.doi.org/10.1037/tmb0000035>.

- K. Kaye, L. – Orben, A. – Ellis, D. – C. Hunter, S. – Houghton, S. (2020) The Conceptual and Methodological Mayhem of “Screen Time”. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3661. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17103661>.
- Kelly, Y. – Zilanawala, A. – Booker, C. – Sacker, A. (2018) Social Media Use and Adolescent Mental Health: Findings From the UK Millennium Cohort Study. *EClinicalMedicine*, 6, 59–68. <http://dx.doi.org/10.1016/j.eclinm.2018.12.005>.
- Khan, A. – Lee, E.-Y. – Janssen, I. – Tremblay, M. S. (2022) Associations of Passive and Active Screen Time With Psychosomatic Complaints of Adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 63(1), 24–32. <http://dx.doi.org/10.1016/j.amepre.2022.01.008>.
- Király O. – Griffiths, M. D. – Urbán R. – Farkas J. – Kökönyei G. – Elekes Zs. – Tamás D. – Demetrovics Zs. (2014) Problematic Internet Use and Problematic Online Gaming Are Not the Same: Findings from a Large Nationally Representative Adolescent Sample. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 749–754. <http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2014.0475>.
- Kotrla Topić, M. – Varga, V. – Jelovčić, S. (2021) Digital Technology Use during the COVID-19 Pandemic and Its Relations to Sleep Quality and Life Satisfaction in Children and Parents. *Drustvena istrazivanja*, 30(2), 249–269. <http://dx.doi.org/10.5559/di.30.2.04>.
- Krasnova, H. – Widjaja, T. – Buxmann, P. – Wenninger, H. – Benbasat, I. (2015) Research Note—Why Following Friends Can Hurt You: An Exploratory Investigation of the Effects of Envy on Social Networking Sites among College-Age Users. *Information Systems Research*, 26(3), 585–605. <http://dx.doi.org/10.1287/isre.2015.0588>.
- KSH (2021) *Szubjektív jóllét, mentális egészség, 2019*. KSH. Elérhető: https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/elef/szubjektiv_jolet_2019/szubjektiv_jollet_2019.pdf [Letöltve: 2023-12-07].
- KSH (2022) Népszámlálási Adatbázis, WBS003 tábla. Elérhető: <https://nepszamlalas2022.ksh.hu/> [Letöltve: 2024-06-07].
- Molnár György – Kapitány Zsuzsa (2014) Miért elégedetlenek annyira a magyarok az életükkel? A szubjektív jóllétet befolyásoló tényezők mikroszintű összehasonlító elemzése magyar és osztrák adatokon. *Közgazdasági Szemle*, LXI, 637–671.
- Lattie, E. G. – Lipson, S. K. – Eisenberg, D. (2019) Technology and College Student Mental Health: Challenges and Opportunities. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 246. <http://dx.doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00246>.
- Lee, S. J. (2009) Online Communication and Adolescent Social Ties: Who benefits more from Internet use? *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(3), 509–531. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1083-6101.2009.01451.x>.
- Lemola, S. – Perkinson-Gloor, N. – Brand, S. – Dewald-Kaufmann, J. F. – Grob, A. (2015) Adolescents’ Electronic Media Use at Night, Sleep Disturbance, and Depressive Symptoms in the Smartphone Age. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(2), 405–418. <http://dx.doi.org/10.1007/s10964-014-0176-x>.
- Lissitsa, S. – Chachashvili-Bolotin, S. (2016) Life satisfaction in the internet age – Changes in the past decade. *Computers in Human Behavior*, 54, 197–206. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2015.08.001>.
- Livingstone, S. – Mascheroni, G. – Staksrud, E. (2018) European research on children’s internet use: Assessing the past and anticipating the future. *New Media & Society*, 20(3), 1103–1122. <http://dx.doi.org/10.1177/1461444816685930>.
- Madhav, K. C. – Sherchand, S. P. – Sherchan, S. (2017) Association between screen time and depression among US adults. *Preventive Medicine Reports*, 8, 67–71. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.08.005>.
- Mascheroni, G. – Ólafsson, K. (2016) The mobile Internet: Access, use, opportunities and divides among European children. *New Media & Society*, 18(8), 1657–1679. <http://dx.doi.org/10.1177/1461444814567986>.
- Mougharbel, F. – Goldfield, G. S. (2020) Psychological Correlates of Sedentary Screen Time Behaviour Among Children and Adolescents: a Narrative Review. *Current Obesity Reports*, 9(4), 493–511. <http://dx.doi.org/10.1007/s13679-020-00401-1>.
- Orben, A. – Przybylski, A. K. (2019) The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nature Human Behaviour*, 3(2), 173–182. <http://dx.doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>.
- Prievara, D. K. – Pikó, B. (2016) Céltalanul a világhálón-a problémás internethasználat háttértényezőinek vizsgálata. *Psychiatria Hungarica*, 32(2), 146–156.
- Rogers, E. M. (2001) The Digital Divide. *Convergence: The International Journal of Research into New Media Technologies*, 7(4), 96–111. <http://dx.doi.org/10.1177/135485650100700406>.
- Ross, D. A. – Hinton, R. – Melles-Brewer, M. – Engel, D. – Zeck, W. – Fagan, L. – Mohan, A. (2020) Adolescent Well-Being: A Definition and Conceptual Framework. *Journal of Adolescent Health*, 67(4), 472–476. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.06.042>.
- Rushkof, D. (2006). *Screenagers: Lessons in Chaos from Digital Kids*. Incorporated: Hampton.

- Scheerder, A. – Van Deursen, A. – Van Dijk, J. (2017) Determinants of Internet skills, uses and outcomes. A systematic review of the second- and third-level digital divide. *Telematics and Informatics*, 34(8), 1607–1624. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tele.2017.07.007>.
- Stepanikova, I. – Nie, N. H. – He, X. (2010) Time on the Internet at home, loneliness, and life satisfaction: Evidence from panel time-diary data. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 329–338. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.002>.
- Susánszky É. – Szántó Zs. (2013) *Magyar Lelekiállapot 2013*. Budapest: Semmelweis.
- Tapscoott, D. (1998) *Growing up digital: The rise of the net generation*. New York: McGraw-Hill.
- Twenge, J. M. (2020) Why increases in adolescent depression may be linked to the technological environment. *Current Opinion in Psychology*, 32, 89–94. <http://dx.doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.06.036>.
- Valkenburg, P. M. – Peter, J. – Schouten, A. P. (2006) Friend Networking Sites and Their Relationship to Adolescents' Well-Being and Social Self-Esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), 584–590. <http://dx.doi.org/10.1089/cpb.2006.9.584>.
- Valkenburg, P. M. – Van Driel, I. I. – Beyens, I. (2022) The associations of active and passive social media use with well-being: A critical scoping review. *New Media & Society*, 24(2), 530–549. <http://dx.doi.org/10.1177/14614448211065425>.
- Van Dijk, J. – Hacker, K. (2003) The Digital Divide as a Complex and Dynamic Phenomenon. *The Information Society*, 19(4), 315–326. <http://dx.doi.org/10.1080/01972240309487>.
- Van Dyck, D. – Cardon, G. – Deforche, B. – Owen, N. – De Cocker, K. – Wijndaele, K. – De Bourdeaudhuij, I. (2011) Socio-demographic, psychosocial and home-environmental attributes associated with adults' domestic screen time. *BMC Public Health*, 11(1), 668. <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-11-668>.
- van Deursen, A. – Helsper, E. – Eynon, R., – Dijk, J. (2017) The Compoundness and Sequentiality of Digital Inequality. *International Journal Of Communication*, 11, 22. <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/5739>
- Verduyn, P. – Lee, D. S. – Park, J. – Shablack, H. – Orvell, A. – Bayer, J. – Ybarra, O. – Jonides, J. – Kross, E. (2015) Passive Facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(2), 480–488. <http://dx.doi.org/10.1037/xge0000057>.
- Verduyn, P. – Ybarra, O. – Résibois, M. – Jonides, J. – Kross, E. (2017) Do Social Network Sites Enhance or Undermine Subjective Well-Being? A Critical Review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274–302. <http://dx.doi.org/10.1111/sipr.12033>.
- Vincze A. (2019) Dimensions of Digital Inequality Based on Pisa 2015 Data for Hungary: A Study. *Belvedere Meridionale*, 31(4), 163–177. <http://dx.doi.org/10.14232/belv.2019.4.12>.
- Vuorre, M. – Przybylski, A. K. (2023a) Estimating the association between Facebook adoption and well-being in 72 countries. *Royal Society Open Science*, 10(8), 221451. <http://dx.doi.org/10.1098/rsos.221451>.
- Vuorre, M. – Przybylski, A. K. (2023b) Global Well-Being and Mental Health in the Internet Age. *Clinical Psychological Science*, 21677026231207791. <http://dx.doi.org/10.1177/21677026231207791>.
- Webster, D. – Dunne, L. – Hunter, R. (2021) Association Between Social Networks and Subjective Well-Being in Adolescents: A Systematic Review. *Youth & Society*, 53(2), 175–210. <http://dx.doi.org/10.1177/0044118X20919589>.
- Zhang, J. – Hu, H. – Hennessy, D. – Zhao, S. – Zhang, Y. (2019) Digital media and depressive symptoms among Chinese adolescents: A cross-sectional study. *Heliyon*, 5(5), e01554. <http://dx.doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e01554>.
- Zhang, Y. – Li, Q. – Hu, W. – Zhan, N. – Zou, J. – Wang, J. – Geng, F. (2022) The relationships between screen time and mental health problems among Chinese adults. *Journal of Psychiatric Research*, 146, 279–285. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.11.017>.
- Zheng, Y. – Walsham, G. (2021) Inequality of what? An intersectional approach to digital inequality under Covid-19. *Information and Organization*, 31(1), 100341. <http://dx.doi.org/10.1016/j.infoandorg.2021.100341>.
- Zillien, N. – Hargittai E. (2009) Digital Distinction: Status-Specific Types of Internet Usage. *Social Science Quarterly*, 2, 274–291. <https://doi.org/10.1111/j.1540-6237.2009.00617.x>